

Université de Montréal

Contribution des affects positifs, des mécanismes de défense et des réseaux de  
représentations à l'étude de la résilience

par

Frédéric Philippe

Département de psychologie

Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté à la Faculté des études supérieures

en vue de l'obtention du grade de maîtrise

en psychologie

Mai 2006

© Frédéric Philippe, 2006



## AVIS

L'auteur a autorisé l'Université de Montréal à reproduire et diffuser, en totalité ou en partie, par quelque moyen que ce soit et sur quelque support que ce soit, et exclusivement à des fins non lucratives d'enseignement et de recherche, des copies de ce mémoire ou de cette thèse.

L'auteur et les coauteurs le cas échéant conservent la propriété du droit d'auteur et des droits moraux qui protègent ce document. Ni la thèse ou le mémoire, ni des extraits substantiels de ce document, ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans l'autorisation de l'auteur.

Afin de se conformer à la Loi canadienne sur la protection des renseignements personnels, quelques formulaires secondaires, coordonnées ou signatures intégrées au texte ont pu être enlevés de ce document. Bien que cela ait pu affecter la pagination, il n'y a aucun contenu manquant.

## NOTICE

The author of this thesis or dissertation has granted a nonexclusive license allowing Université de Montréal to reproduce and publish the document, in part or in whole, and in any format, solely for noncommercial educational and research purposes.

The author and co-authors if applicable retain copyright ownership and moral rights in this document. Neither the whole thesis or dissertation, nor substantial extracts from it, may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

In compliance with the Canadian Privacy Act some supporting forms, contact information or signatures may have been removed from the document. While this may affect the document page count, it does not represent any loss of content from the document.

Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé  
Contribution des affects positifs, des mécanismes de défense et des réseaux de représentations  
à l'étude de la résilience

présenté par :  
Frédéric Philippe

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes

.....Annie Bernier.....  
Président rapporteur

.....Serge Lecours.....  
Directeur de recherche

.....Marc-André Bouchard.....  
Membre du jury





## Sommaire

Les objectifs de ce mémoire sont multiples. En premier lieu, il dresse le portrait des écrits scientifiques actuels sur le phénomène de la résilience et porte une réflexion critique sur les failles méthodologiques et conceptuelles qui lui sont associées. Une conceptualisation opérationnelle reposant sur la résilience du moi est proposée afin de refléter les divers préceptes retenus et éviter les failles mises en évidence. Cette conceptualisation est mise en lien avec trois concepts relevant de théories contemporaines permettant d'identifier les processus psychologiques sous-jacents à la résilience du moi, soit les affects positifs, les mécanismes de défense et les réseaux de représentations mentales. Les premiers efforts vers une modélisation empirique de la résilience du moi par ces concepts sont offerts.

L'hypothèse selon laquelle la résilience du moi serait déterminée par trois concepts structuraux soit les mécanismes de défense et le trait d'affectivité positive et des réseaux de représentations mentales riches a été vérifiée auprès d'un échantillon de 285 étudiants en psychologie. De même, il était prédit que ces éléments contribueraient significativement à la réactivité affective positive face à un événement négatif. Les résultats obtenus suggèrent que les mécanismes de défense matures et le trait d'affectivité positive prédisent significativement et spécifiquement la résilience du moi. Il semble également que la réactivité affective positive à un événement négatif soit significativement associée à la richesse des réseaux de représentations mentales et au trait d'affectivité positive. Des analyses acheminatoires a posteriori suggèrent diverses pistes de réflexion quant au rôle médiateur des mécanismes de défense et des réseaux de représentation en regard d'une modélisation de la résilience du moi. Un modèle dynamique et constructiviste de la résilience du moi est proposé et élaboré en discussion.

Mots-clefs : Résilience, Ego-résilience, Mécanismes de défense, Affects positifs, Réseaux de représentations mentales, Flexibilité psychologique, Structure mentale, Théorie de l'élargissement-construction, Modélisation, Adaptabilité.

## Summary

The aims of this master's thesis are multiple. First, it sums up the current scientific literature on the phenomenon of resilience and draws critical considerations regarding methodological and conceptual flaws relative to this concept. A conceptualization based on ego-resiliency is proposed in order to avoid some indicated flaws. Three concepts emerging from contemporary theories are proposed as underlying psychological processes involved in ego-resiliency: positive affects, defense mechanisms, and mental representation networks. The first efforts toward an ego-resiliency empirical model are initiated.

The hypothesis to the effect that ego-resiliency would be determined by three structural concepts such as defense mechanisms, positive affectivity trait, and rich mental representations networks was tested with a sample of 285 undergraduate students in psychology. Similarly, it was predicted that those variables would significantly contribute to a positive affective reactivity toward a negative event. The results suggest that mature defense mechanisms and positive affectivity significantly and specifically predict ego-resiliency. It seems also that the level of positive affective reactivity toward a negative event is significantly associated with rich mental representations networks and with positive affectivity trait. A posteriori path analyses suggest many interesting leads concerning the mediator role of defenses and of mental representation networks in a possible model of ego-resiliency. A dynamic and constructivist model is sketched in the discussion section.



Keywords: Resiliency, Ego-resiliency, Defense mechanisms, Positive affects, Mental representations networks, psychological flexibility, Mental structure, Broaden-and-Build Theory, Modelisation, Adaptability.

Table des matières

Sommaire .....	iii
Summary .....	v
Table des matières .....	vii
Liste des tableaux .....	viii
Liste des figures .....	ix
Liste des abréviations .....	x
Remerciements .....	xi
Citation .....	xii
Introduction .....	1
<b>Article 1 : Resilience and Psychological Processes: Contribution of Defense</b>	
Mechanisms, Positive Affects, and Mental Representations .....	25
Discussion et conclusion.....	70
Références .....	89
Tableaux .....	101
Figures .....	102
Appendices .....	xiii
Appendice A : Formulaire de consentement .....	xiv
Appendice B : Instruments de mesure .....	xvi
Questionnaire sur l'évaluation des représentations internes .....	xvii

Liste des tableauxIntroduction :

Tableau 1.	Recoupement théorique des construits de résilience du moi et de mécanismes de défense.....	101
------------	--	-----

Article 1 :

Table 1.	Theoretical convergence between ego-resiliency and defense mechanisms.....	67
Table 2.	Means, Standard Deviations, and correlations: Overall studied variables.....	68

Liste des figuresArticle 1 :

- Figure 1. Schematic model of the underlying processes of ego-resiliency..... 69
- Figure 2. Post-hoc path analysis of underlying psychological processes of ego-resiliency leading to an experience of positive affects..... 69

Discussion et conclusion :

- Figure 1. Modèle constructiviste et hiérarchique hypothétique de la résilience du moi par les mécanismes de défense et les affects positifs contenus et s'intégrant aux représentations mentales..... 102

Liste des abréviations

Article 1 :

BDI	Beck's Depressive Inventory
DSQ	The Defensive Style Questionnaire
NAAM	additive inverse z-scores of the extent of negative affects reported in the memories
NLAM	additive inverse z-scores of the number of free associated negative links related to the reported memories
<i>PAAM</i>	positive affects reported in the autobiographical memories
PANAS	Positive and Negative Affects Schedule
PLAM	number of free associated positive links related to the two detailed memories
QERRI	Questionnaire d'Évaluation des Réseaux de Représentations Internes
RPMRN	<i>Richness of the Prominent Mental Representations Network</i>
T1	Time measure at baseline, time one
T2	Time measure during, time two
T3	Time measure after, time three

Discussion et conclusion :

RM	Représentation mentale
----	------------------------

## Remerciements

Les remerciements sont la dernière partie à ajouter à un travail et certainement la plus difficile à écrire. C'est le moment où l'on doit le regarder dans une perspective différente, une perspective personnelle et intérieure, en écoutant toutes les personnes en nous qui ont influencé et inspiré ce travail. Ce mémoire n'aurait donc pu être possible sans l'apport, la collaboration et le soutien de plusieurs personnes qui ont marqué ces années d'étude et de rédaction et les années qui l'ont précédé.

Je voudrais d'abord remercier mon directeur, Serge Lecours, de m'avoir permis de m'intégrer dans son laboratoire très tôt durant mon baccalauréat. Il m'a ainsi enseigné les notions que je recherchais afin de donner un sens à une partie de mon univers. Son ouverture et sa capacité à écouter différentes théories et à « jouer » avec elles m'a permis de réaliser ce travail, qui hors de tout doute, aurait été ardu à entreprendre avec un autre directeur.

Je voudrais aussi remercier mon père pour avoir favorisé chez moi très jeune, la réflexion et la critique du monde qui m'entoure. Sans lui ce travail n'aurait probablement jamais été entamé. Je tiens également à remercier tous mes collègues et amis de l'université de Montréal et de l'université du Québec à Montréal pour leur soutien, leur présence et pour toutes les discussions enrichissantes que nous avons pris le temps d'entreprendre. Votre inspiration a constamment alimenté la rédaction de ce mémoire. Un merci tout particulier également aux patients que j'ai croisés comme intervenant qui ont accepté de partager leur souffrance avec moi et qui se sont laissés écouter.

J'aimerais également souligner l'apport important de tous mes amis qui ont su me faire grandir et qui m'ont accompagné durant ces années. Finalement, je tiens à remercier ma copine Geneviève qui a été pour moi une source d'inspiration et d'énergie durant cette dernière année. À tous ceux qui souffrent et cherchent la résilience.

« Maman dit moi pourquoi,  
Tout ce qui bouge autour de moi,  
Me donne juste envie de pleurer,  
Comme le jour où j'suis sorti de toi. »

-Pierre Lapointe-

“Perfection, completeness, strict consistency are more  
likely in small works than in large”

-Meyer Shapiro, historien de l'art-

## Introduction



L'adaptabilité aux changements environnementaux et à des contextes spécifiques est la pierre angulaire de plusieurs paradigmes psychologiques actuels. Cette « capacité » a reçu plusieurs conceptualisations différentes et a été abordée sous plusieurs angles sans jamais recevoir de théorisation complètement satisfaisante. Les notions de sentiment d'auto-contrôle (Cattell, 1957), d'extraversion (Eysenck, 1970), d'expression des pulsions (Sanford, Webster & Friedman, 1957), de sensation-seeking (Zuckerman, Kuhlman, Joireman & Kraft, 1994), d'adaptation cognitive (Taylor, 1983) ou de contrôle des émotions (Roger & Najarian, 1989) pour n'en nommer que quelques-unes, ont été élaborées afin de refléter les diverses facettes que présente ce construit. S'il n'y a pas de consensus actuellement entre les auteurs quant aux facteurs sous-jacents à cette adaptabilité, qu'ils soient ou non de la même approche, il y a accord à savoir qu'elle découle de notions complexes relevant d'interactions multiples. Il semble toutefois clair qu'elle peut être étudiée selon divers angles. Une approche que nous considérons intéressante est l'étude de l'adaptabilité selon un point de vue clinique à partir du concept de la résilience.

Le concept de résilience s'est développé d'une part, à partir des notions de risque (Werner & Smith, 1992), d'invulnérabilité (Anthony, 1974) et de facteurs de protection (Rutter, 1990), et découle d'autre part des notions de stress (Selye, 1956) et de coping (Lazarus & Folkman, 1984). Entre 1970 et 1986, le concept de résilience s'est construit et s'est solidifié théoriquement par l'apport de plusieurs chercheurs. Il importe avant toute chose d'en définir les bases et les postulats les plus généralement acceptés aujourd'hui.

On peut retrouver dans la documentation scientifique deux définitions rarement départagées l'une de l'autre. Ainsi, une définition dite conjoncturelle (Anaut, 2003) de la résilience la conceptualise souvent comme une capacité à éviter un développement défavorable malgré la présence de facteurs de risque graves et significatifs (e.g. Bessoles, 2001; Cyrulnik, 2001; De Tichey, 2001; Masten, Best & Garmezy, 1990) ou suite à des

traumatismes massifs (Manciaux & Tomkiewicz, 2001). Une définition dite structurelle (Anaut, 2003) la conçoit comme la capacité à rebondir rapidement et efficacement d'une expérience stressante ou négative ou en s'adaptant de façon flexible à ces situations (e.g. Block & Block, 1980; Carver, 1998; Lazarus, 1993). Ainsi, se différencient deux approches. La première conceptualisant la résilience comme une capacité émergeant du traumatisme ou d'un contexte aversif majeur (Lecomte, 2002). La deuxième traitant la résilience comme une ressource interne caractérisée par une capacité flexible d'adaptation (Block & Block, 1980). Malgré la différence majeure dans ces deux définitions (l'une requérant la présence d'un traumatisme, l'autre non – ou pas nécessairement), rares sont les auteurs prenant en compte cette différence dans l'opérationnalisation de la résilience. Ainsi, on retrouve dans la littérature le concept de résilience décrit sous un continuum mal défini d'adaptation ou d'ajustement face à : un traumatisme (Lecomte, 2002), un stress sévère (Beardslee, 1988), un défi significatif pour l'adaptation ou le développement (Masten & Coatsworth, 1995), des circonstances menaçantes (Klohn, 1996), des conditions difficiles (Fonagy, Steele, Steele, Higgitt & Target, 1994), une expérience difficile (Wagnild & Young, 1991), la malchance (Kadner, 1989) et les difficultés de la vie (Ruff, 1997). En partant du fait que les notions de traumatisme ou de stress sévère sont difficiles à opérationnaliser, car les critères de leur définition sont nécessairement subjectifs<sup>1</sup> (Lazarus & Folkman, 1984; Lighezzolo & De Tichey, 2004), nous nageons nécessairement dans un univers théorique et conceptuel très flou, ce qui mène, comme le suggère Manciaux (2001), à « un consensus mou » surtout lorsqu'il s'agit de définir adéquatement des termes encore plus vagues comme « expérience difficile » ou « malchance ».

---

<sup>1</sup> Un événement peut être traumatisant pour un individu et moins ou pas du tout pour un autre. Ceci dépend « de la conception subjective que l'on a à propos de l'impact, de l'élaboration par le sujet, de l'évolution du traumatisme » Lighezzolo & De Tichey, 2004 (p. 29).

Cette opérationnalisation rigoureuse est fort importante, car elle influence nécessairement la conclusion et la généralisation des études. Par exemple, la résilience sous la définition conjoncturelle, a souvent été étudiée à partir de cas ayant subis de graves traumatismes, (ex : un individu ayant passé à travers trois camps de concentration et huit chambres à gaz...). Ces études concluent souvent que les mécanismes adaptatifs pour faire face à de telles situations traumatogènes sont de l'ordre du clivage, du déni ou de l'omnipotence (Cyrulnik, 2001; De Tichey, 2001; Lemay, 1998) ou de la délinquance (Cyrulnik, 1999). Bien que ces mécanismes apportent un éclairage intéressant sur les processus d'adaptation et d'ajustement psychologique en cas de traumatismes graves, ils n'informent pas sur la résilience de tous les jours, face à des événements de vie plus fréquents (e.g. divorce, perte d'emploi, stress financier, décès d'un proche) et ne permettent en rien de croire qu'ils seraient adéquats pour faire face à ces types de situations. Au contraire, plusieurs études démontrent que les mécanismes de défense décrits ci-haut sont inadaptés en contexte social normal et sont liés à diverses psychopathologies (Bergeret, 1985; Bond, Gardner, Christian & Sigal, 1983; Perry, 2001; Trisburgh, Bond, Drapeau, Thygesen & De Roten, 2005; Vaillant, 1992).

Les définitions conjoncturelles et structurelles de la résilience, sans être nécessairement antagonistes<sup>2</sup>, méritent une opérationnalisation et un sens conceptuel plus précis dans les études (Klohn, 1996), ainsi qu'une généralisation plus spécifique de leurs résultats. Il semble donc nécessaire de préciser le « type » de résilience étudiée, car les processus d'adaptation qui en découlent se différencient selon l'approche. Ainsi, les études ne

---

<sup>2</sup> Que les auteurs inscrivent leurs recherches dans une approche conjoncturelle ou structurelle de la résilience, plusieurs caractéristiques se recoupent. Ceci permettrait de croire qu'un individu ayant une bonne capacité à s'adapter aux événements de vie de tous les jours selon l'approche structurelle pourrait aussi démontrer une certaine adaptation face aux traumatismes graves. Toutefois, un traumatisme grave n'est pas requis pour développer une résilience selon l'approche structurelle. Contrairement à l'approche conjoncturelle, le traumatisme n'est pas l'agent de la résilience. Ainsi, les résultats obtenus selon une approche conjoncturelle de la résilience ne peuvent s'appliquer à une approche structurelle de la résilience.

peuvent être généralisées d'une à l'autre tant en fonction de la population étudiée qu'en fonction du contour théorique que l'auteur donne au concept de résilience et de la mesure qu'il utilise. Par exemple, une étude sur la résilience face à une maladie grave ne peut se généraliser (sinon avec beaucoup de précautions) aux résultats obtenus par une étude sur la résilience face à un abus sexuel durant l'enfance.

### *Mesurer la résilience*

La question qui pourrait le plus adéquatement ouvrir cette importante section est certainement : peut-on mesurer adéquatement la résilience malgré le flou théorique et conceptuel qui l'entoure? La réponse à cette question implique nécessairement, comme nous l'avons vu plus haut, de délimiter un cadre théorique précis, sans trop réduire la portée du concept de résilience, et du même coup choisir une population qui correspond bien au cadre circonscrit.

### *Cadre théorique*

Klohn (1996) remarque avec beaucoup de pertinence que, malgré le fait que la résilience soit conceptualisée comme une variable de différence individuelle, on n'en connaît que peu sur les processus psychologiques et les ressources intrapsychiques des individus résilients et peu résilients. Ainsi, nous sommes toujours à nous poser les questions : qu'est-ce que la résilience et d'où provient-elle? Cette étude vise donc à mettre en lumière certains processus et mécanismes sous-jacents à la résilience de tous les jours, c'est-à-dire ce qui permet à certains individus de bien s'ajuster aux événements de vie difficiles, mais communs, inévitables dans une vie (e.g. les pertes). Il nous apparaît plus pertinent d'étudier la résilience sous ce cadre plutôt que par les traumatismes sévères afin de rendre compte des mécanismes adaptatifs permettant un ajustement psychosocial adéquat dans la vie de tous les jours. Bien que la présence de traumatismes soit courante dans la vie de plusieurs individus et que la recherche dans ce domaine soit indispensable, le traumatisme n'est pas nécessaire pour

provoquer des difficultés d'adaptation (Lazarus, 1984) et il nous apparaît tout aussi important de comprendre les processus permettant de ne pas succomber aux événements de vie difficiles communs. Si le concept de résilience vient moduler la notion longtemps admise du « stress-illness » (concept stipulant que plus le stress ou le nombre de stressors est grand, plus le risque de maladie est élevé), nous croyons dans le même sens que l'accumulation d'événements de vie difficiles n'est pas la seule variable pouvant expliquer les difficultés d'adaptation, les souffrances psychologiques et la faible résilience (Beasley, Thompson & Davidson, 2003; Suh, Diener & Fujita, 1996; Kessler, 1983; Lazarus, DeLongis, Folkman & Gruen, 1985). De même, il n'est pas nécessaire d'avoir à parler de traumatisme ou d'adversité significative « observable et quantifiable » pour pouvoir parler de résilience<sup>3</sup> si on la conceptualise comme une capacité flexible d'adaptabilité face aux situations nouvelles ou stressantes (Block & Block, 1980).

#### *Définir la mesure de la résilience face aux événements de vie communs*

Malgré les limites que nous avons imposées à notre cadre théorique, définir la mesure de la résilience n'est pas chose facile. Encore une fois, le consensus fait défaut. En effet, certains auteurs (Mednick & Schulsinger, 1968; Rutter, 1982; Rutter & Quinton, 1984) soutiennent que l'absence de psychopathologie ou de comportement mésadapté est un indicateur de résilience. D'autres accordent davantage d'importance à la santé et aux compétences, notamment les compétences sociales (Garmezy et al., 1984; Masterpasqua, 1989; Zigler & Trickett, 1978). Cependant, une absence de psychopathologie ne mène pas toujours à une adaptation adéquate et des compétences sociales (ou scolaires; Lecomte, 2002)

---

<sup>3</sup> Plusieurs théories de la psychologie clinique indiquent bien souvent que des événements d'apparence banale, ou même une « ambiance familiale », peuvent avoir un impact important sur un individu et mener à des symptômes importants. Malgré la flamboyance de la notion de « traumatisme », de petits détails d'apparence anodins ou quasi inobservables peuvent jouer le rôle de traumatisme ou de stressors chroniques importants. Ceci implique que la souffrance psychologique est possible dans tout contexte et dans tout environnement, même si par comparaison « objective », l'un peut sembler beaucoup plus sain qu'un autre.

n'impliquent pas nécessairement une absence de souffrances psychologiques (Lighezzolo & De Tichey, 2004; Luthar & Zigler, 1991). De la même façon, une personne peut être adaptée, mais pas adaptative; avoir trouvé une façon de se sentir en sécurité qui repousse l'anxiété dans des limites tolérables, mais sans tolérance à des changements éventuels (Block & Kremen, 1996). Par conséquent, il faut aussi différencier, la résilience d'apparence, celle qui comporte un coût (Bourguignon, 2000), mais qui s'exprime dans le silence tel un faux self (Winnicott, 1960), une dépression essentielle (Marty, 1991; Smadja, 2001) ou une somatisation (Fua, 2002; Marty, 1990), de la résilience qui se réfère à une réelle adaptabilité flexible. En conséquence, démontrer un ajustement ou être adapté au contexte présent ne signifie pas nécessairement adaptabilité et santé psychologique (Block & Kremen, 1996). En plus de ces problèmes de mesure éminents, la plupart des auteurs définissent la résilience par des caractéristiques multiples, sans chercher à les intégrer conceptuellement et sans regard aux mesures utilisées pour évaluer ces caractéristiques (e.g. Brooks, 1994; Garmezy, 1993; Luthar, 1993; Rutter, 1993; Werner, 1995).

Il apparaît d'emblée que la résilience n'est pas un concept qui se circonscrit facilement et que sa mesure est difficile à définir, surtout lorsqu'il s'agit de mesurer la résilience dans toute sa globalité. Aussi, devons-nous nous restreindre à en aborder que certains aspects. En effet, la résilience est un processus développemental (Cyrulnik, 2001; Masten, 2001) qui doit tenir compte tant des ressources internes qu'externes d'un individu et par le fait même des interactions personne-environnement (Cyrulnik, 2001) en les resituant dans une perspective temporelle (Lighezzolo & De Tichey, 2004). De plus, la majorité des chercheurs s'entendent pour qualifier la résilience comme un processus dynamique (Luthar, Cicchetti, Becker, 2000), altérable (Anaut, 2003) et variable (Bideaud, Houdé & Pardinielli, 1999) d'une sphère de vie à l'autre d'un individu. Développer une mesure tenant compte de tous ces facteurs est sans doute une tâche impossible. Aussi, nous limiterons-nous à certains processus et mécanismes

internes (ressources) de la résilience. Le choix d'une telle stratégie se justifie de différentes façons. Premièrement, en ne ciblant que les processus internes nous évitons de tomber dans le piège d'une longue énumération des facteurs de protection multiples sous-jacents à la résilience, impossible à intégrer (Lighezzolo & De Tychey, 2004). Deuxièmement, en ne conservant qu'un seul niveau d'analyse, nous évitons aussi le problème de la colinéarité entre les variables externes (e.g. événements de vie stressants) et internes (e.g. coping) qui pourrait survenir de par leur interaction. Par exemple, les événements de vie stressants expliquent négativement la résilience (Gersten, Langner, Eisenberg & Simch-Fagan, 1977; Sandler & Block, 1979), mais le coping explique le fait de voir les événements comme moins stressants (Cohen, Burt & Bjorck, 1987; Compas & Wagner, 1985) et explique aussi la résilience (Tugade & Fredrickson, 2004). Troisièmement, ce type d'analyse permet une subdivision hiérarchique des principaux processus et mécanismes internes en jeu dans la résilience. Finalement, sans nier l'importance des facteurs extérieurs, plusieurs auteurs insistent davantage sur les processus internes comme élément fondamental de l'interprétation subjective de l'environnement, des événements de vie et de la capacité d'adaptation (Cyrułnik, 2001; Fredrickson 2001; Lazarus & Folkman, 1984; Lighezzolo & De Tychey, 2004).

Certains auteurs (Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996; Bowlby, 1988; Fonagy, Steele, Steele & Target, 1994; Fredrickson, 2001; Lazarus, 1993; Tugade & Fredrickson, 2004) ont spécifiquement travaillé sur les mécanismes internes liés à la résilience. Les contributions de Jack Block (Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996) nous semblent particulièrement intéressantes pour différentes raisons. D'abord, cet auteur a élaboré une mesure auto-rapportée empirique de la résilience du moi (Block & Kremen, 1996) se définissant comme une habilité à rebondir, à se rééquilibrer suite à une expérience négative. Une capacité flexible d'adaptation au monde et aux exigences de l'environnement

(J.H. Block & Block, 1980; Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996). Pour J. Block (1980), la résilience du moi est un trait qui se construit au gré des expériences de vie, à force de se confronter aux demandes et aux opportunités contextuelles de l'environnement. La résilience du moi est une capacité à moduler l'expression des pulsions en fonction de l'environnement (principe de réalité) (Block & Kremen, 1996; J.H Block & Block, 1980). Elle peut donc être conceptualisée comme une ressource interne qui sert à faire face aux situations de vie stressantes (Fredrickson, 2001; Klohnen, 1996). Block & Kremen (1996) suggèrent ainsi que le concept de résilience du moi peut très bien englober le concept de résilience face aux menaces significatives pour l'adaptation<sup>4</sup>. Certains auteurs (Liguezolo & De Tychey, 2001; Luthar et al., 2000) désapprouvent le fait que la résilience du moi porte sur des caractéristiques descriptives relevant d'un trait de la personnalité et critiquent le fait que ce concept n'accorde pas assez d'importance aux facteurs de la réalité externe. Pourtant le modèle de J.H Block met l'accent sur la *construction* de ce trait de personnalité, face aux exigences de l'environnement, comme conséquence des expériences de vie multiples (Block, 2002), et ne relevant pas uniquement et directement, sans les exclure, d'influences génétiques ou tempéramentales. Finalement, elle est cohérente avec une vaste littérature scientifique décrivant les individus résilients face à l'adversité comme : ayant une bonne capacité à résoudre des problèmes (Brooks, 1994; Cowen & al., 1992; Werner, 1995); étant curieux, enthousiastes et intéressés à la nouveauté (Herrenkohl, Herrenkohl & Egolf, 1994; Werner, 1993); ayant des compétences sociales adéquates (Egeland, Carlson & Sroufe, 1993; Luthar, 1993; Radke-Yarrow & Brown, 1993; Werner, 1993; Wyman, Cowen, Work & Kerley, 1993); une régulation émotionnelle adéquate (Egeland, Carlson & Sroufe, 1993; Herrenkohl, Herrenkohl & Egolf, 1994; Wyman, Cowen, Work & Kerley, 1993); capables de délais de

---

<sup>4</sup> En conceptualisant la résilience comme une adaptation adéquate face aux menaces ou aux traumatismes et non par l'utilisation de mécanismes de défense de bas niveau ou par une adaptation contextuelle, tel que discuté plus haut.



gratification et d'un contrôle des impulsions (Benard, 1991; Luthar, 1993); et d'une flexibilité et une adaptabilité (Benard, 1991; Hauser et al., 1985).

Selon nous, le concept de résilience du moi est heuristique, car il est le résultat des différences individuelles et environnementales et facilite l'étude des processus et des mécanismes émergents qui permettent de faire face à l'adversité (Klohn, 1996). Nous croyons que les questions à savoir 1) quels sont les processus et mécanismes internes favorisant la résilience et 2) ce qui a mis en place ces mêmes mécanismes, sont deux questions différentes. Bien qu'elles soient d'importance égale, elles ne peuvent être évaluées ni être répondues par l'analyse du simple concept de la résilience pour les raisons que nous avons évoquées plus haut. Aussi chercherons-nous dans ce travail à décrire les processus sous-jacents à la résilience et devrons écarter les divers facteurs qui les ont mis en place tel que la génétique, la constitution et le tempérament ou l'attachement (Fonagy et al., 1994; Fonagy, 2001). En conclusion, la mesure de la résilience du moi par mesure auto-rapportée cerne bien le construit recherché et ouvre la voie à plusieurs études sous divers angles (Klohn, 1996).

#### *Mécanismes et processus sous-jacents à la résilience du moi*

Deux des mécanismes sous-jacents à la résilience qui sont décrits dans plusieurs études sont les stratégies de coping (Brooks, 1994; Cowen & al., 1992; Honig, 1986; Luthar & Zigler, 1991; Richmond & Beardslee, 1988; Wyman, Cowen, Work & Parker, 1990, 1991) et les défenses (Cramer & Block, 1998; Cyrulnik, 2001; De Tyche, 2001; Lemay, 1998; Vaillant, 1993). En effet, le coping et les défenses forment un facteur modérateur important entre les événements de vie et le fonctionnement physique et psychologique (Bergeret, 1995; Lazarus, 1999; Vaillant, 1992). Ils influencent la façon dont les stressors sont perçus (Lazarus & Folkman, 1984), protègent le moi des excitations psychiques trop intenses (A. Freud, 1946/1967) et permettent d'accorder la pulsion interne avec les demandes de la réalité

externe (Bond, 1992). De larges problèmes de conceptualisation séparent cependant les construits de coping et de défense. Ce débat théorique, encore présent aujourd'hui, fait en sorte que le DSM-IV (American Psychological Association, 1994) ne sépare toujours pas ces deux construits. Pourtant, ils relèvent conceptuellement et théoriquement de processus s'apparentant, mais différents (Cramer, 1998; Vaillant, 1992).

*Différences entre les concepts de coping et de défenses; Point de vue empirique*

Le concept de coping a pris son envol par le biais de la psychologie cognitive et est vu par certains (e.g. Suls, David & Harvey, 1996; Parker & Endler, 1996) comme un dérivé du concept de mécanismes de défense. Toutefois, le construit de coping a reçu beaucoup plus de validation théorique et empirique que son homologue, les mécanismes de défense, qui ont été très critiqués et dont les mesures existantes ont été décrites comme instables et invalides (Moos, 1974, cité par Vaillant, Bond & Vaillant, 1986). Il est vrai que la mesure des mécanismes de défense est difficile en dehors d'une conception psychanalytique due au degré d'inférence qu'elle demande (Vaillant, Bond & Vaillant, 1986; Vaillant, 1993). Toutefois, il est curieux de constater à quel point la notion de coping a rapidement fait des adeptes et a été louangée, contrairement aux mesures de mécanismes de défense. Cependant, la notion de coping ne semble pas plus simple à circonscrire ou à décrire. Une étude récente (Austenfild & Stanton, 2004) démontre que la validité de construit d'un type de coping, le coping centré sur l'émotion, est mal élaborée. Le coping centré sur l'émotion vise à contrôler ses émotions négatives afin de faire face à un stresser (Lazarus & Folkman, 1984). Ce type de coping a très souvent été associé à un ajustement psychologique faible (e.g. Kohn, 1996). Par exemple, Coyne & Racioppo (2000) soulignent que la relation entre le coping centré sur l'émotion et la mésadaptation est « probablement la conclusion la plus conforme dans les écrits scientifiques sur le coping » (p.657, traduction libre). Pourtant, à l'inverse, ces résultats ne sont pas cohérents avec toute une littérature considérant l'importance de reconnaître, d'exprimer ou de

mentaliser ses émotions (e.g., Abe & Izard, 1999, Taylor, Bagby & Parker, 1991; Gross, 1999; Lecours & Bouchard, 1997). Ainsi, Austenfeld et Stanton, (2004) démontrent que la mesure du coping centré sur l'émotion inclut plusieurs items relevant d'une rumination affective qui corrèlent bien davantage avec des mesures psychopathologiques que des mesures de coping efficace (voir aussi Trapnell & Campbell, 1999; Teasdale & Green, 2004). Ces auteurs relèvent ainsi plusieurs anomalies dans la mesure du coping des questionnaires les plus utilisés : la plupart des études utilisent des sous-échelles ou des scores composites plutôt que les mesures originales de coping, les items d'une même dimension peuvent corrélérer négativement et ils incluent des items se rapportant davantage à des mécanismes de défense, mais de différents niveaux (par exemple, ils peuvent inclure dans une même dimension des mécanismes de l'ordre de l'acting out, de la dévalorisation de soi et de l'inhibition). Ceci semble donc indiquer que les mesures du coping peuvent souffrir d'autant de problèmes que celles reliées aux défenses.

#### *Validité et fidélité de la mesure des défenses*

Malgré les obstacles, la recherche a beaucoup progressé dans les dernières années en ce qui a trait à la validité et la fidélité des mesures de mécanismes de défense (Vaillant, 1992). Plusieurs études démontrent maintenant que les mécanismes de défense peuvent être mesurés fidèlement par différents type d'instruments (Bond et al., 1983; Perry et al., 1993; Perry & Cooper, 1989; Trijsburg et al., 2005; Vaillant, 1992). De plus, les résultats suggèrent que la mesure des défenses possède une validité prédictive unique en ce qui a trait à la santé mentale et la satisfaction globale (Vaillant, 1992), peut prédire différents diagnostics sur l'axe I et II du DSM (Perry, 2001; Vaillant & Drake, 1985) et est indépendante du sexe, de l'éducation et du statut économique (Vaillant, 1992; Vaillant, 2004). Ces résultats permettent de croire que l'évaluation des défenses comme un sixième axe au DSM peut être considérée comme étant valide et fidèle (Perry & Hoglend, 1998; Vaillant, 1985)

Une ambiguïté dans la définition du concept de défenses provient du fait qu'elles découlent d'un principe organisateur de la psyché qui est autant attribué à la maladie qu'au bon développement du moi (Bond, 1992). Une caractéristique importante des défenses qui rend compte de cette importante différenciation est qu'elles peuvent être subdivisées en deux catégories majeures : les défenses matures et les défenses immatures. Les individus faisant usage de défenses matures sont plus heureux, ont une meilleure santé mentale et ont des relations interpersonnelles plus gratifiantes que les individus utilisant des défenses immatures (Bond et al, 1983; Vaillant, Bond & Vaillant, 1986; Vaillant, 1992). Les défenses matures permettraient un fonctionnement du moi plus flexible et adapté (Kernberg, 1980) et corréleraient avec des mesures de développement du moi et de force du moi (Bond et al., 1983) ainsi que des mesures de bien-être psychologiques (Vaillant, Bond & Vaillant, 1986).

Une deuxième caractéristique des défenses concerne leur arrangement hiérarchique. Cette question demeure toutefois complexe. Plusieurs auteurs suggèrent que les défenses peuvent être classées hiérarchiquement (Bergeret, 1985; Hann, 1969; Kernberg, 1984; Semrad & al., 1973; Vaillant, 1975, 1985), mais davantage par classes de défenses et non par défenses uniques (Trijsburg et al., 2005). Face à ce problème Perry et Hoglend, (2001) ont développé le overall defensive functioning score (ODF) qui accorde un poids spécifique à chaque niveau de maturité de défenses. Les résultats confirment une bonne validité et fidélité de l'ODF (Hilsenroth, Callahan, & Eudell, 2001; Perry & Hoglend, 1998) comme mesure de santé mentale et de troubles de l'axe I et II (Defife & Hilsenroth, 2005; Hoglend & Perry, 1998; Perry, 2001).

#### *Différences conceptuelles entre coping et défenses*

Il existe encore un débat théorique sur 1) la nécessité de séparer les concepts de coping et de défenses, 2) sur les critères qui les différencient, ainsi que 3) sur le chevauchement des mesures de chacun. Tout d'abord, le rôle central de ces deux concepts est le même; atténuer le

stress et l'adversité perçue (Cramer, 1998) en protégeant l'individu d'un excès d'anxiété, que la source de l'anxiété soit reliée à un événement externe ou à un état psychologique interne (A. Freud, 1946). Pour Cramer (1998), la confusion entre coping et défense vient, dans un premier temps du fait qu'ils possèdent le même rôle, et dans un deuxième temps du fait que le terme coping est utilisé tant pour faire référence au processus d'adaptation qu'à des stratégies et mécanismes spécifiques sous-jacents à ce processus. Elle propose donc d'utiliser le terme « processus d'adaptation », en référence au processus plus large d'adaptation à l'adversité, et que le coping et les défenses soient entendus comme deux types de mécanismes différents servant comme moyens d'adaptation. Une première différence souvent proposée dans les écrits scientifiques est que les défenses font référence aux processus inconscients tandis que les processus de coping sont davantage des stratégies conscientes (Cramer, 1991; Haan, 1977; Parker & Endler, 1996; Suls, David & Harvey, 1996). Toutefois, cette différenciation n'est pas aussi claire qu'elle semble l'être. Par exemple Lazarus & Folkman (1984) proposent que le déni, un processus inconscient, puisse être inclus comme un mécanisme de coping. Ainsi, cette différence entre conscient et inconscient tient peut-être davantage à la difficulté empirique et à la réticence des chercheurs à accepter les processus inconscients comme étant existants et mesurables. D'autres auteurs (e.g. Affleck & Tennen, 1996) proposent que l'intentionnalité relève davantage des stratégies de coping. Cependant, cette définition se confronte au problème de la capacité. Par exemple, Vaillant (1977) propose que la répression, la décision semi-consciente de repousser temporairement de la conscience une pulsion ou un conflit (Vaillant, 1993), soit classée comme un mécanisme de défense de haut niveau (mature), alors que Haan (1977) suggère plutôt de la classer comme stratégie de coping étant donné le niveau conscient de ce mécanisme, vu comme intentionnel et contrôlable par l'individu. Toutefois, Vaillant (1993) affirme que si la répression était totalement volontaire, on pourrait apprendre facilement à mettre de côté une idée ou une pulsion, les criminels

pourraient apprendre à se contrôler avant de commettre un délit et beaucoup plus de gens l'utiliseraient (Vaillant, Bond, Vaillant, 1986). La répression est d'ailleurs corrélée avec un moi fort et une meilleure santé psychologique (Vaillant, 1993). Que la santé psychologique amène l'utilisation de la suppression ou vice versa, nous faisons face au problème de la capacité à l'utiliser. La répression ne s'apprend pas, mais elle est nécessairement une acquisition résultant de processus psychologiques complexes. Ainsi, peut-on réellement parler d'intentionnalité si elle survient uniquement lorsque la capacité d'utiliser la suppression est acquise?

Certaines études démontrent ainsi que les stratégies de coping sont des dispositions relativement stables (Watson & Hubbard, 1996) et en interaction avec différents facteurs de la personnalité (O'Brien & DeLongis, 1996), ce qui les rapprochent beaucoup de la conceptualisation théorique des mécanismes de défense (Cramer, 1998). Finalement, la croyance que le coping est davantage relié à la santé psychologique et que les défenses relèvent plutôt de difficultés d'ajustement reçoit peu de support empirique. Premièrement, le coping n'est pas toujours adaptatif et peut créer plus de détresse (Aspinwall & Taylor, 1993). Deuxièmement, les défenses sont une facette importante d'un fonctionnement psychologique normal (Loewenstein, 1967) et les défenses matures inconscientes comme la sublimation ou l'altruisme sont positivement corrélés avec un ajustement psychologique adéquat (Vaillant, 1993). Finalement, tant pour les défenses que pour le coping, c'est la quantité de leur utilisation qui va déterminer leur relation aux pathologies (Costa, Somerfield & McCrae, 1996; Cramer, 1998). Cramer (1998) suggère que le coping et les défenses peuvent être clairement différenciés en fonction de leurs processus psychologiques respectifs, mais pas en fonction de leur relation avec une mesure de résultat (outcome). Si le coping et les défenses sont liés à une structure de personnalité, autant normale que pathologique, et que le coping ne peut être nécessairement appris puisqu'il relève plutôt de caractéristiques inhérentes à

l'individu, ce dernier pourrait découler directement du type de défenses utilisé par un individu et ne pourrait être qu'une représentation plus consciente de celles-ci. Par exemple, un individu pourrait être conscient d'utiliser l'humour dans sa vie, mais sans nécessairement savoir dans quel contexte il l'utilise ni face à quel genre de « stresser » spécifique il l'applique. De plus, il semble que plus les défenses sont matures, plus elles deviennent conscientes. Ainsi, il serait peut-être plus avantageux de voir les défenses et le coping comme un continuum que comme deux phénomènes distincts. Cependant, cette discussion déborde le propos du présent travail. Toutefois, le cadre conceptuel même des défenses permet de nous apporter un éclairage sur ce point et sur les questions que nous nous posons par rapport à la résilience du moi. La théorie des défenses propose que celles-ci évoluent durant le développement de l'enfant (Cramer, 1991; Vaillant, 1993). Ainsi, des défenses immatures comme le déni par exemple sont des défenses normales et utiles en bas âge (3-4 ans) et sont utilisées afin de combattre le stress présent dans l'environnement (Cramer, 1987; Cramer & Gaul, 1988). Si le contexte et les expériences de vie sont favorables, ces défenses seront utilisées normalement et ces mécanismes plus immatures vont probablement évoluer vers des défenses plus matures. Dans le cas d'un contexte de vie stressant en bas âge, ces défenses immatures seront utilisées plus souvent et plus fortement, et ce processus peut résulter en une continuation de l'utilisation de ces défenses à l'âge adulte pour finalement devenir partie intégrante de la personnalité d'un individu (Cramer & Block, 1998). Cette théorie du développement hiérarchique des défenses est susceptible de nous éclairer dans notre recherche des processus sous-jacents à la résilience du moi. Finalement, étant donné que les défenses sont autant reliées à la psychopathologie qu'au bien-être psychologique, qu'elles se divisent en deux sous-catégories, matures et immatures, qui se délimitent sans confusion<sup>5</sup> et que la plupart des classifications de défenses

---

<sup>5</sup> Contrairement au coping dont certaines stratégies et certaines mesures sont plus ambiguës quant à leur impact positif ou négatif sur la santé mentale (voir Austenfield & Stanton, 2004).

plupart des classifications de défenses utilisées (e.g. DSM-IV : American Psychological Association, 1994) englobent tant les défenses inconscientes que semi-conscientes (e.g. la répression), nous croyons que le concept des mécanismes de défense fournit une mesure plus riche que celle du coping<sup>6</sup> afin d'évaluer les processus sous-jacents à la résilience du moi.

#### *Relation entre mécanismes de défense et résilience du moi*

Peu d'études ont démontré directement le rapport entre défenses et résilience du moi. La plupart des études se sont centrées sur la mesure du coping qui, comme nous l'avons vu, n'est pas tout à fait le même construit que celui de mécanismes de défense. Toutefois, plusieurs caractéristiques théoriques de la résilience du moi recourent celles des défenses (voir tableau 1). Au plan empirique, Cramer & Block (1998), mettant à l'épreuve la hiérarchie développementale des défenses, démontrent dans une étude longitudinale qu'une faible résilience du moi en bas âge était liée à une forte utilisation du déni et prédisait l'utilisation du déni à l'âge adulte pour les hommes. Ils suggèrent également que les femmes de leur échantillon, qui utilisent le déni de façon plus prononcée à l'âge adulte, étaient décrites en bas âge comme isolées de leur environnement et prenant davantage part à des activités fantasmatisques qu'à des vraies relations. Les défenses immatures ont surtout été mises en lien avec un mauvais ajustement psychologique et la présence de psychopathologies (e.g. Defife & Hilsenroth, 2005; Hoglend & Perry, 1998; Perry, 2001; Vaillants, 1992), alors que la résilience du moi (Callahan et al., 2001; Huey, Weisz, 1997; Klohnen, 1996) et les défenses matures (Bond, 1992; Vaillant, 1976, 1977, 1992) sont corrélées avec divers marqueurs de bien-être et d'ajustement psychologique. À la lumière de ces recherches, il est raisonnable de penser que la résilience du moi puisse être associée à l'utilisation de mécanismes de défense matures ou à un fonctionnement défensif adaptatif (voir Vaillant, 2000).

#### *La résilience du moi et les affects positifs*

---

<sup>6</sup> Sinon plus englobante.



Un nouveau paradigme tiré de la psychologie positive, que nous avons laissé en plan pour mieux le traiter ici, suggère que les affects positifs sont à la base du processus de la résilience (Fredrickson, 2001; Tugade & Fredrickson, 2004). Selon cette approche, la résilience se définit en partie comme la capacité d'un individu à vivre des affects positifs à travers des événements ou des périodes négatifs (Tugade & Fredrickson, 2004). Les affects influencent l'individu de plusieurs façons et ont par le fait même des conséquences fonctionnelles sur le comportement et la pensée (Parrott, 2002). Cette approche accordant une importance accrue aux affects positifs est apparue en partie en réaction à l'importante masse de recherches existant sur les affects négatifs contrairement au peu d'études consacrées aux affects positifs. Fredrickson (2001) souligne avec pertinence que les affects négatifs sont associés à des tendances à l'action spécifiques (Fridja, 1986; Lazarus, 1991) alors que les affects positifs ont souvent été décrits comme ayant une fonction vague et non-spécifique (Fredrickson & Levenson, 1998b). Certains chercheurs proposent que les affects positifs serviraient à réguler les affects négatifs, par désamorçage (Fredrickson, 2001), en permettant une flexibilité psychologique (Rozanski & Kubzansky, 2005) ou en favorisant le coping (Folkman, 1997). Cette théorie prend racine dans plusieurs études ayant démontré l'association des affects positifs avec diverses mesures reliées à la santé psychologique à divers niveaux. Aux plans cognitifs et intellectuels, Isen (2000) démontre que l'expérience d'affects positifs est associée à une flexibilité de la pensée (Isen & Daubman, 1984), à une créativité (Isen, Daubman & Nowicki, 1987), une pensée intégrative (Isen, Rosenzweig & Young, 1991), une ouverture à l'information (Estrada, Isen & Young, 1997) ainsi qu'une préférence pour la variété et une capacité à adhérer à plusieurs options comportementales différentes (Kahn & Isen, 1993). De façon générale, les affects positifs permettraient un élargissement de la pensée et de l'action (Fredrickson & Branigan, 2005). Au niveau physique, ils sont associés à une récupération physiologique plus rapide après avoir été secoué

(Fredrickson & Levenson, 1998b) et à une longévité accrue pour des personnes souffrant de certaines maladies (Moskowitz, 2003; Ostir & al., 2000) ou chez certains regroupements dans la population comme des sœurs religieuses (Danner, Snowdon & Friesen, 2001). Le trait d'optimisme a aussi été associé à une meilleure récupération physique de différentes opérations au cœur par exemple (Leedham et al., 1995; Scheier & Carver, 1987; Scheier et al., 1989). Au plan psychologique, les affects positifs sont souvent associés au coping (Folkman & Moskowitz, 2000) et à la résilience psychologique (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2000). Il devient clair que le concept des affects positifs joue un rôle certain à plusieurs niveaux dans la vie d'un individu. Cependant, l'effet de causalité est difficile à démontrer. Sont-ce les affects positifs qui mènent à la santé psychologique ou une bonne santé psychologique est-elle accompagnée d'affects positifs? Que l'on choisisse la première ou la deuxième affirmation comme vraie, aucune ne permet d'affirmer que les affects positifs ont un réel impact causal et qu'ils ne sont pas le sous-produit d'une autre variable. Par exemple, l'induction expérimentale par film d'affects positifs permettrait d'élargir momentanément la pensée (Fredrickson & Branigan, 2005). Bien que cette information soit fort intéressante, elle peut ne refléter qu'une fonction biologique momentanée des affects positifs présente chez chaque individu. Rien n'indique que la capacité à élargir sa pensée dans le contexte d'une situation difficile découle du même processus. Ainsi, suite à un traumatisme, il serait fort peu probable que le fait de regarder plusieurs humoristes aide à élaborer psychiquement le trauma et à en faire un sens. De la même façon, les individus capables d'élargir leur pensée en situation problématique vivent plus d'affects positifs, mais sont aussi plus résilients (Tugade & Fredrickson, 2004). Encore une fois, rien n'indique que les affects positifs permettent d'élargir l'étendue des ressources internes et que cette observation découle directement de la résilience. Dans un tel cas, la capacité à avoir une pensée flexible et élargie généreraient les affects positifs. Ainsi, il est difficile de déterminer

si les affects positifs ont un rôle direct dans le développement de la résilience ou s'ils n'en sont qu'un sous-produit. Toutefois, des résultats empiriques permettent tout de même d'orienter cette question sur des pistes de réflexion plus précises. Tugade et Fredrickson (2004) suggèrent que les affects positifs sont une variable modératrice complète et/ou partielle entre la résilience et la récupération physiologique suite à une expérience de menace. Elles démontrent de façon intéressante que les affects positifs ont un rôle de médiation complet sur la récupération physiologique dans une situation menaçante, mais pas dans une situation de défi où les différences entre les individus résilients et non-résilients se confondent.

Conséquemment, plusieurs auteurs croient que l'expérience d'affects positifs durant des circonstances de vie négatives (e.g. Affleck & Tennen, 1996; Tennen & Affleck, 1999) ou face à des événements ordinaires de la vie (Folkman, 1997; Moskowitz, Folkman, Collette & Vittinghoff, 1996) découle de la capacité à voir les côtés bénéfiques d'une situation, malgré le stress ou l'adversité. Par extension, Tugade et Fredrickson (2004) démontrent que la résilience du moi est corrélée à la capacité à trouver un sens positif aux événements négatifs et que cette relation est complètement modérée par les affects positifs. Elles suggèrent également qu'une faible résilience peut être compensée dans la régulation des expériences émotives négatives par une évaluation positive (positive appraisal) des situations rencontrées (les évaluer comme des défis plutôt que des menaces). Elles indiquent que dans le cas d'une résilience faible, les affects positifs deviennent une variable médiatrice importante de l'évaluation positive. Finalement, elles proposent que les affects positifs permettent aux individus résilients de ne pas sombrer dans la dépression et que ces derniers construisent leurs ressources (optimisme, satisfaction de vie, tranquillité) à partir des affects positifs (Fredrickson, Tugade, Waugh & Larkin, 2003).

Néanmoins, un problème découle de l'hypothèse proposant que les affects positifs créent la résilience. En effet, un tel point de vue soutiendrait que les affects positifs n'ont pas

d'objet et qu'ils sont générés spontanément. Nécessairement, les affects positifs se doivent de découler d'un processus psychologique, d'une disposition interne, d'une aptitude à la flexibilité et à l'adaptation déjà présente. De plus, il y a toujours un contexte social relié à une émotion qui sert à son déclenchement (Lazarus, 2003). Face à ce problème, Fredrickson (2001) propose la théorie de l'élargissement/construction (broaden-and-build theory). Cette théorie stipule que les affects positifs vécus durant une situation élargiraient la pensée momentanément. Cet élargissement momentané donnerait accès à un répertoire de pensées et de comportements plus larges. Ce processus, si répété, permettrait à long terme de construire des ressources personnelles durables pouvant être utilisées en cas de besoin. Ce répertoire fournirait ainsi les outils nécessaires pour faire face à un ensemble de situations de façon flexible, tout en permettant une certaine généralisation et extension de ces ressources afin de faire face à des situations inconnues et nouvelles (Fredrickson, 2001). Ce processus développemental constructif serait donc un cheminement vers la résilience où chaque expérience vécue l'enrichirait et permettrait d'approcher la prochaine expérience avec positivité. Son extension en théorie du développement de la vie psychique fournit une certaine compréhension du processus développemental de la résilience et est en accord avec la théorie sur la construction de l'attachement sécure -un facteur important de la résilience- (Aнат, 2002; Fonagy & al., 1994; Fonagy, 2001) et sur le rôle du tuteur de résilience (Cupa et al., 2000; Cyrulnik, 2001; Lemay, 1998). Elle est également cohérente avec divers points de vue sur la résilience, notamment le fait qu'elle peut ne s'appliquer qu'à une ou plusieurs sphères de la vie d'une personne (Manciaux & al., 2001) et elle exclut le concept d'invulnérabilité (Anthony, 1974). Elle rend aussi compte que la résilience est fonction des événements et des relations vécus ainsi que des apprentissages faits la vie durant (Block, 2002), de la capacité de tout individu à devenir résilient (Manciaux & al, 2001), de facteurs facilitant comme l'estime de soi (Rutter, 1985; 1996) ou la mentalisation (De Tichey, 2001) et certainement de l'aspect

dynamique (De Tichey, 2004; Luthar & al., 2000), altérable (Anaut, 2003) et variable de la résilience (Bideaud & al., 1999).

Toutefois, Fredrickson ne propose pas de compréhension de l'organisation mentale ou des mécanismes internes qui pourraient rendre compte de ce processus constructif qu'est la résilience par les affects positifs. En effet, la construction de « ressources personnelles durables » demeure un concept très flou et peu opérationnel. Fredrickson (2003) affirme d'ailleurs elle-même que de plus amples recherches sont nécessaires afin de concrétiser davantage le processus constructif de la résilience par les affects positifs. Sa théorie donne cependant l'impression que l'acquisition de la résilience par les affects positifs peut s'apprendre et ou être influencée par de simples expériences positives (Lazarus, 2003), et elle n'insiste pas sur l'importance d'un processus développemental. Elle propose par exemple que les individus résilients recruteraient les affects positifs en période de stress comme processus d'adaptation (Fredrickson, 2001; Tugade & Fredrickson, 2004). Les questions concernant comment ce recrutement s'opère et si ces stratégies peuvent être enseignées à des individus moins résilients restent ouvertes (Tugade & Fredrickson, 2004). Par exemple, il n'est toujours pas possible de savoir si ce recrutement est volontaire et contrôlé ou involontaire et automatique (Tugade & Fredrickson, 2004). Dans le cas où il serait volontaire et contrôlé, il serait permis de croire que cette stratégie consciente pourrait être enseignée à des individus moins résilients. Dans le cas contraire, ce recrutement serait davantage le reflet d'un fonctionnement psychique complexe qui se serait construit avec les années à partir des diverses expériences vécues. Comme le suggère Lazarus (2003), il est absolument nécessaire d'identifier en tout premier lieu s'il s'agit d'un état fluctuant ou d'un trait de personnalité stable. En effet, il ne serait pas surprenant que l'effet élargissant de la pensée obtenue après avoir regardé un film comique ne soit pas engendré par les mêmes processus, ni à tout le moins tout aussi durable que celui de se sentir déterminé face à une maladie chronique par

exemple. Pour Lazarus, si les émotions ont un impact sur la santé, elles sont nécessairement sous-tendues par un processus d'adaptation. Réussir à changer les pensées et les sentiments d'un individu du négatif au positif est certainement une tâche plus ardue qu'il ne le semble (Lazarus, 2003).

Arrivé à ce point, nous avons soulevé plusieurs questions et tenté de les circonscrire le plus possible. Aussi, serait-il avantageux de faire le point et d'établir les objectifs de ce présent travail.

La résilience du moi nous est apparue le meilleur construit à utiliser dans la présente étude. Afin d'assurer une validité convergente et divergente adéquate de l'instrument utilisé, nous répliquerons les résultats déjà obtenus avec cet instrument. Nous ferons donc l'hypothèse que la résilience du moi devrait être positivement corrélée aux affects positifs vécus avant, pendant et après une expérience négative (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004). La résilience a également été associée à une récupération physiologique plus rapide (Fredrickson & Levenson, 1998) ainsi qu'à une récupération après avoir été bouleversé (Carver 1998; Lazarus, 1993) ou à se remettre d'une adversité (Manciaux & Tomkiewicz 2001). La résilience du moi devrait donc être positivement corrélée à une meilleure récupération sur le plan subjectif des affects négatifs suite à une expérience négative (Block & Kremen, 1996; Fredrickson & Tugade, 2004). Ce mémoire vise également deux nouvelles contributions. Premièrement, nous ferons l'hypothèse que la résilience du moi devrait être positivement corrélée à une utilisation de défenses matures. À notre connaissance, aucune étude n'a pu démontrer de façon claire l'existence d'une association entre les deux. Fredrickson (2001) propose que les affects positifs sont un processus adaptatif qui peut être utilisé afin de faire face aux événements négatifs. Elle suggère ainsi que ce processus peut « s'apprendre ». Sans aller à l'encontre de la broaden-and-build theory, nous croyons plutôt que les affects positifs sont le résultat de processus psychologiques développementaux

psychologiques développementaux complexes et qu'ils dépendent d'une certaine organisation mentale mature afin d'en bénéficier (Vaillant, 2000).

Deuxièmement, nous discuterons d'une extension de la *broaden-and-build theory* en proposant une perspective théorique nouvelle cherchant à résoudre les problèmes associés à « l'auto-génération » des affects positifs, tels que discuté dans la section précédente. Nous chercherons également à départager les différentes sources possibles pouvant générer des affects positifs durant des épisodes négatifs. Nous tâcherons également de mettre à l'épreuve cette nouvelle conceptualisation. Nous ferons donc l'hypothèse que la résilience du moi est associée à une rétention des affects positifs à travers les souvenirs autobiographiques associés à une expérience négative. Afin d'éviter la répétition, toutes ces hypothèses seront élaborées en profondeur dans l'article suivant.

Running head: RESILIENCE AND PSYCHOLOGICAL PROCESSES

Resilience and Psychological Processes:

Contribution of Defense Mechanisms, Positive Affects and Mental Representations

Frédéric Philippe

&

Serge Lecours

Frédéric Philippe and Serge Lecours, Department of psychology, University of Montreal,  
Montreal, Quebec, Canada.

Correspondence should be addressed to the second author at the department of  
psychology, University of Montreal, P.O. Box 8888, Station "Centre-Ville", Montreal  
(Quebec), Canada H3C 3P8. Electronic mail can be sent to the first author  
[philippe.frederick@uqam.ca](mailto:philippe.frederick@uqam.ca) or to the second author [serge.lecours@umontreal.ca](mailto:serge.lecours@umontreal.ca).



### Abstract

The present study investigated the first premises toward an empirical model of the psychological processes of resilience. A theoretical perspective concerning resilience measures was first discussed in order to choose the right path of investigation. The authors' choice stopped on ego-resiliency, a measure of psychological resilience. Two concepts were highlighted as central to ego-resiliency and were put to the test: theories around defense mechanisms, and the broaden-and-build theory (Fredrickson, 2001) relative to the process of positive affects. Hypothesis about mental representations were added to the broaden-and-build theory in order to provide a larger conceptual framework. It was thus hypothesized that the use of mature defense mechanisms, a positive affective trait, and rich mental representations networks would specifically predict ego-resiliency. It was also predicted that those three variables would specifically predict positive affective reactions through a recall of sad and difficult events. Results partly supported our hypotheses as mature defense mechanisms and positive affective trait significantly predicted ego-resiliency while rich mental representations networks and positive affective trait significantly predicted positive affective reaction. Post-hoc path analysis provided interesting results and permitted to conceptualize the first theoretical bases for an empirical model of the psychological processes underlying ego-resiliency. Future possible research avenues are also discussed.

**Keywords:** Resiliency, Ego-resiliency, Defense mechanisms, Positive affects, Mental representations networks, psychological flexibility, Mental structure, Broaden-and-Build Theory, Modelisation, Adaptability.

Adaptability has always been considered a complex phenomenon and a challenge for those wishing to conceptualize and measure it. Many constructs have been used over time to circumscribe this concept that reflects the influence of social, cultural as well as constitutional factors. Several clinicians and researchers have adopted resilience as a useful concept to delineate adaptability. However, the growing popularity of this concept has led to measurement problems and a lack of consistency among study findings (Cicchetti & Garmezy, 1993). It is not our goal to pinpoint the methodological and measurement problems related to resilience, as they have been aptly discussed already (see Block, 2002; Luthar & Ziglar, 1991). Nevertheless, in order to avoid contributing to the confusion surrounding the concept of resilience, we think it is necessary to clearly delineate our approach of investigation.

Resilience has generally been defined as the capacity to bounce back quickly and with efficacy after a negative experience (Block & Block, 1980; Carver, 1998, Lazarus, 1993) or as a good outcome despite adversity (Rutter, 1990). From this last viewpoint, resilience is indissociable from the presence of a trauma or significant stress. We will now discuss some problems with this view.

Some authors (e.g. Cyrulnik, 2001; Garmezy, 1985; Rutter, 1990) see trauma as a *sine qua non* condition for resilience. The assumption that resilience comes from trauma is an old idea rooted in the initial studies on resilience (Garmezy, 1985), and in the observation that resilience is more striking in persons that have been exposed to multiple stressful life events but who are still “psychologically healthy” (Bliesener & Koflerl, 1989). The underlying premise is that stressors can be positive assets to life by helping develop broader life perspectives, self-confidence, and better skills to approach other life events (Schaefer & Moos, 1992). However, trauma per se does not explain why an individual can use a negative experience to promote growth, while another cannot. For example, an individual bitten by a

dog might learn to recognize which dogs can be approached easily and which ones must be approached with caution. On the other hand, another person, having had the same experience, might fear every dog and then become even less competent with them. Clearly, something else is involved for a traumatic event to lead to a good life outcome. This view rests on a paradoxical assumption that for resilience to rise from trauma, resilience must be present before the trauma (or right after for a child in early developmental phases). Some authors (Schaefer & Moos, 1992) conclude that a highly stressful environment leads to a level of resilience beyond the one that would have been reached in the absence of stress. Whether resilience is increased by stress or not, we believe that there is a general resilience that is involved in dealing with regular negative life events like the death of a loved one, financial difficulties, divorce or just bad news. This general resilience might be similar or identical with the one that allows one to get stronger in the face of adversity (Block & Kremen, 1996). Since it precedes the effects of trauma, this kind of resilience must be assessed in a general non-traumatized population in order to determine its underlying mechanisms. Indeed, some studies point out mechanisms involved in the adaptation to traumatic contexts that might not be adaptive in more benign negative events. For example, many authors underline the importance of mechanisms like denial (Cyrulnik, 2001; De Tichey, 2001), dissociation of affect (Mrazek & Mrazek, 1987), emotional detachment (Honig, 1986) or splitting (Cyrulnik, 2001; Grunebaum & Cohler, 1983) when facing trauma, which are mechanisms linked, in clinical research, to psychopathological outcomes (Kernberg, 1980; Bond et al., 1992; Perry, 2001; Trisburgh, Bond, Drapeau, Thygesen, & De Roten, 2005; Vaillant, 1993).

In their effort to answer the question of what are the mechanisms related to the emergence of resilience, many researchers point to the constructs of risk (e.g. Werner, 1989) and protective (e.g. Rutter, 1990) factors. A risk factor refers to probable negative outcomes, to a predictor variable, and to a descriptor of negative life conditions (Rauh, 1989). As for

protective factors, they have often been conceptualized as the opposite of risk factors (Conrad & Hammen, 1993), and exist only due to their interaction with a risk factor (Rutter, 1990). The first problem that stems from relying on risk and protective factors is that there is no criterion to determine what variables constitute a risk or a protective factor (Seifer & Sameroff, 1987). The list of these factors is so extensive that an attempt at operationalizing them is daunting<sup>1</sup>. Also, the choice of any of them is always made after the fact (Kaplan, 1999), and after the consideration of their impact in the person's life. A protective factor is most of the time highlighted because of an underlying risk factor. Finally, one factor can find itself as a risk factor in one study and as a protective factor in another. For example low socioeconomic status (SES) might be a risk factor for one researcher, and a high SES a protective factor for another (Luthar & Zigler, 1991).

To avoid these problems, the development of a general notion such as ego-resiliency has shown to be useful (Block & Block, 1980). It is conceptualized as a flexible adaptability to the ever-changing world and to the contingencies of the environment. A resilient individual can recover from a negative experience by using this internal resource that is called for in the face of stressing events (Fredrickson, 2001). This capacity has been posited as a central element in the handling of common negative events as well as significant adverse events (Block & Kremen, 1996). It is conceptualized as a developmental ability, a trait characteristic, that is a constructed result of all the life experiences, encompassing the cumulated interactions of risk and protective factors, internal psychological processes, and situational pressures which globally lead to a good outcome (Agaibi & Wilson, 2005). Such a conceptualization does not require measuring directly all those factors. Following this line of thoughts, we think that what the underlying mechanisms of resilience are and what puts them into place are two different questions (Cohler, 1987; Rauh, 1989). This study aims at contributing to answer the first one.

Adaptability and flexibility have often been linked to good outcome. In a longitudinal study, Van Aken (1992) found that ego-resiliency was a predictor of school and social competencies. Other studies also found that ego-resiliency was a better predictor than risk and protective factors (Greef & Ritman, 2005) and was related to secure attachment (Kobak & Sceery, 1988; Sroufe, Carlson & Shulman, 1993). It has also been associated to global, social, psychological and physical adjustment, and to psychological well-being (Klohn, 1996). What characterizes ego-resiliency are a capacity to delay gratification (Funder & Block, 1989), a high positive emotionality (Block & Kremen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004; Wolin & Wolin, 1993), opened and adequate interpersonal relationships (Klohn, 1996), a faster physiological recovery after a stressful event and a lower threat appraisal (Tugade & Fredrickson, 2004). At the psychopathological level, ego-resiliency is inversely correlated with depression (Block, & Gjerde, 1990), anxiety (Callahan, Rogé, Cardénel, Cayrou & Sztulman, 2001), and alexithymia (Haviland & Reise, 1996). If a good number of studies have tried to understand the concepts related to ego-resiliency, little has been done to understand the internal structure or the psychological resources underlying it (Klohn, 1996).

A concept that has often been related to ego-resiliency is positive affects. As we mentioned earlier, ego-resilient people are characterized by high positive emotionality (Block & Kremen, 1996; Klohn, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004) and are thought to use positive affects to regulate stress or negative emotions (Fredrickson, 2001). This use of positive affects in turn facilitates psychological flexibility (Rozanski & Kubzansky, 2005) and a broader perspective (Tugade & Fredrickson, 2004) which promote adaptational processes (Folkman, 1997). Mental flexibility associated with the concept of ego-resiliency seems to be intimately related to the process of positive affects. On the cognitive and intellectual levels, experience of positive affects are associated with a flexible (Isen & Daubman, 1984) and integrative thought (Isen, Rosenzweig & Young, 1991), creativity (Isen, Daubman &

Nowicki, 1987), openness to information (Estrada, Isen & Young, 1997), and to a preference for variety and a capacity to accept different behavioral options (Kahn & Isen, 1993). More generally, they are conceived as permitting a momentary broadening of thought and action (Fredrickson & Branigan, 2005). Physically, they are associated with a faster physiological recuperation after a threatening event (Fredrickson & Levenson, 1998), and are associated with lower risk of mortality for certain affections (Moskowitz, 2003; Ostir & al., 2000).

Fredrickson (2001) has proposed a broaden-and-build theory to explain the process of positive affects. She suggests that the experience of positive affects broadens the perspective of thoughts and actions. If repeated, this process will become habitual and will ultimately build “enduring resources”, thus promoting health and well-being in an upward spiral (Fredrickson & Joiner, 2002). Empirical data supports this theorization. Ego-resiliency was found to correlate with finding positive meaning to negative events and this relationship was totally mediated by positive affects (Tugade & Fredrickson, 2004). Positive affects were also identified as mediating the relationship between ego-resiliency and an increase in internal resources (optimism, tranquility, and life satisfaction) in time of crisis (Fredrickson, Tugade, Waugh, and Larkin, 2003). Experience of positive affects is thus considered as an active ingredient in the process of ego-resiliency and a hallmark of it, especially in presence of stress or emotional disturbance. However, three aspects of this theorization and of the aforementioned empirical results necessitate a more detailed analysis.

First, some aspects of the conceptualization of positive affects have to be differentiated. According to the literature, positive affects have different sources. They may arise from what has been called a positive affectivity trait (PAT) (e.g. Diener, Smith, Fujita, 1995; Watson, 2000), or from a predominance of the approach system (Davidson, 1999), or from extraversion (Watson & Clark, 1997; Costa & McCrae, 1992). This trait characteristic has been argued to be genetically based and to become effective through temperament (e.g.

Watson, Gamez, and Simms, 2005). A second source of positive affects is cognitive resources, that is, what has been learned throughout life experiences which guides emotional experience largely from attributional and appraisal processes (Scherer, 1999). This differentiation is necessary in order to determine what sources of positive affects are involved in the process underlying the broaden-and-build theory and its impact on ego-resiliency as outcome. Until now, both sources have been treated as equivalent (e.g. Kunzmann, Stange, and Jordan, 2005: trait. Tugade & Fredrickson 2004: appraisal). Also, determining what sources are involved in the relation between ego-resiliency and experience of positive affects in negative situation has important clinical and theoretical implications. For example, if only PAT is involved and necessary for experiencing positive affects in negative situations and producing an upward spiral toward well-being, people born with low PAT would have to provide more efforts in order to attain high levels of ego-resiliency. On the other hand, if appraisal or past experiences are important in the experience of positive affects in negative situations, clinical and educational interventions are possible. It is thus necessary to test if emotional past experiences contribute significantly and specifically to the prediction of the experience of positive affects when faced with new emotionally disturbing situation or if PAT is the only characteristic involved.

A second aspect concerns this last point. If past emotional experiences are important in the prediction of actual emotional reaction, the broaden-and-build theory does not permit to explain how these experiences accumulate or organize themselves. Similarly, the theory describes the ongoing process of the building of resources, but it does not explain the initiation of this process or its appearance. Let's illustrate it by an example. Two friends, "A" and "B", play tennis for the first time of their life. "A" enjoyed very much his first trial. He experienced positive affects of joy and interest relative to tennis. The broaden-and-build theory would then predict that the experience of positive affects during this first experience of

tennis will subsequently increase interest in tennis and therefore, will motivate further playing which will increase tennis skills, conceptualized here as enduring resources. In contrast, “B” did not like the game at all. He experienced negative affects associated with his fear of competitiveness, and felt inapt to correctly play the game. “B” does not want to play tennis anymore. Here, the broaden-and-build theory would posit that the lack of positive affects in his experience of tennis will prevent him from building enduring resources related to tennis playing. However, even though the theory describes the process well, it does not permit to clarify why, in the first place, “A” experienced positive affects and “B” negative affects. One might argue that the beginning of the process is a matter of liking the activity or not in the first place (or liking or not competitive activities). However, the idea of liking or not refers most of the time to past experiences similar to the present one. To add to this complexity, those past experiences are also associated or determined in a way by other past experiences. In our example, “A” might have enjoyed tennis and experienced positive affects because he experienced positive affects when engaging in another sport activity at a younger age. In contrast, “B” might have experienced at a younger age emotions of shame and humiliation in soccer tournaments where he was always offering a poor performance in important games because he was not able to support the pressure associated with it. This example illustrates that antecedent experiences will influence and determine the initiation of the process of building resources. Therefore, we suggest that associating the broaden-and-build theory with a theory of mental representations might enrich it by helping understand how past experiences might accumulate, organize, and take effect in new situations.

To more fully develop such a framework, recent work on mental representations can be used. The theory of Marty (1991) suggests that experience of affective events are transcribed into the mind as an evocation of perceptions that leaves through different processes a memory trace called mental representation, which is accompanied by affects,



whether positive or negative. These representations accumulate in the preconscious and organize themselves in networks, similar to a cognitive categorization network (Epstein, 1992), by linking each other with associations. Mental representations are automatically used as perception schemes of reality (Lane & Pollermann, 2002) or as schematic programs to understand the world and to provide psychological protection (Bowlby, 1980; Main, 1990). They are activated when a similar stimulus or characteristic that served their encoding is present in the external reality (see Andersen, 2000; Bargh & Ferguson, 2000). A growing body of data suggests that, early in its life, the infant develops representational attachment models that will guide its attention to attachment-relevant information and in organizing this information about the world, self, and others in ways that allow the individual to make forecasts about what to expect in the future (Bowlby, 1980; Bretherton, 1990). For example, secure children show a better recall of positive and negative information while insecure children best remember negative information (Farar, Fasig, and Welch-Ross, 1997). A good number of researchers suggest that this process is not limited to attachment but to all the experiences of a lifetime (Anderson & Saribay, 2005; Chartrand & Bargh, 2002; Dweck & London, 2004; Lane & Pollermann, 2002; Marty, 1991). Those experiences would thus be encoded, and reactivated by an experience of similar situations or by a situation that comprises characteristics that served the initial encoding. Following this line of thought, mental representations of a negative emotional event would lead to fewer associations with other stored mental representations in order to decrease its availability and therefore the chance that it might be reactivated by inadequate external cues (Christianson & Engelberg, 1999)<sup>2</sup>. However, such a process conducts to a narrow view of the situation. In opposition, positive emotional events might foster their associative links with other stored mental representations because of the positive or protecting outcome they present. In such a view, the more the mental representations are available in a large quantity (Christianson & Engelberg,

1999; Marty, 1991) the more an individual manifests flexibility, adaptability or creativity (Lane & Pollermann, 2002). Mental representations networks are then assumed to be richly organized or to lead to a broad view of the situation. We suggest that in a given situation, in addition to the number of mental representations associated with a situation, the more a mental representations network is encoded in a positive state, the more the individual will manifest flexibility and will start a broadened or resilient process in that particular situation. According to such a view, we hypothesize that flexible, adaptive, and creative behavior, or resilient behavior in a specific context, is determined by both the quantity and the positive affective valence of the mental representations network linked to the same-context experiences. We will thus refer to such qualities of a network as a rich mental representations network. Following the same line of thought, a study that assesses the affective reactivity level to an event measures at the same time the general output of the affective state of all the mental representations networks associated with the event or what the event has activated in the evaluation of the situation. Such a theoretical perspective is supported by findings around the concept of cognitive appraisal or more specifically the transactional approach (Lazarus, 1966) that stipulates that we use all available cognitive resources (here mental representations networks) to determine the best emotional reaction to a situation (e.g. Frijda, 1986; Lazarus, 1991; Lazarus & Folkman, 1987; Lazarus & Smith, 1988; Roseman & Smith 2001; Smith & Ellsworth, 1987).

Finally, the last aspect to be examined from the broaden-and-build theory concerns the explicit vs. implicit activation of positive affects. It has been suggested that experimental induction (i.e. external stimulation) of positive affects broadens thought and action repertoires momentarily (Fredrickson & Branigan, 2005). On the other hand, resilient individuals are believed to self-generate and experience positive affects during negative events or stress periods by finding positive meaning (Affleck & Tennen, 1996; Folkman, 1997; Moskowitz,

Folkman, Collette & Vittinghoff, 1996; Tennen & Affleck, 1999; Tugade & Fredrickson, 2004). Following this line of thought, it has been proposed that resilient individuals might recruit positive affects by the use of voluntary strategies, and that these strategies could be taught to less resilient (ego-brittle) individuals (Fredrickson, 2001; Tugade & Fredrickson, 2004). Although this conceptualization is optimistic, it should not be oversimplified. To change the thoughts and feelings of a person from negative to positive might not be that simple (Lazarus, 2003). Recalling our example of tennis, changing B's negative thoughts would not be that simple as it would require to change the thoughts and emotions of all the networks related to competition, or sport, or... Therefore, experimental induction of positive affects does not necessarily imply a building effect or that it operates through the same processes as the capacity to generate deliberately positive affects through adversity. In other words, explicit procedures for producing and using positive affects may work differently than their implicit counterpart. As we have just seen, positive appraisal of a situation depends of the memory organization of past experiences and of their affective state, or in others words, of the quality of the mental representations networks. Thus, the appraisal of a negative situation in a positive way necessitate that rich mental representations networks be associated with that situation. We thus propose that the capacity to generate positive affects during negative experiences is different from the effect of experimental induction of positive affects, and that this capacity is based on generally rich mental representations networks.

Defense mechanisms are thought to develop according to the quality of mental representations networks. For example, general positive mental representations of attachment figures will provide a stable sense of safety and protection, and will not require the activation of strong defensive strategies. On the contrary, it will permit to develop constructive ways of coping (see Mikulincer & Shaver, 2003, for a review) or mature defenses, emotional strength, and stability in time of stress (Mikulincer & Shaver, 2005). Again, this pattern of

development does not seem to be associated with attachment only, but with all the mental representations connected to important life spheres. Mature defenses as a general measure should thus correspond to rich global mental representations networks. As a matter of fact, defense mechanisms are conceptualized as a trait, intimately related to a global structural mental organization (Bergeret, 1985; Kernberg, 1980; Perry, 2001), thought to change slightly over time, optimally through long-term psychotherapy (e.g. Cramer & Blatt, 1990; Drapeau, De Roten, Perry, & Despland, 2003; Perry & al., 2001), and described as implicit processes that orient our perception of the world (Cramer, 1998). Defense mechanisms might thus develop as the result of the construction and accumulation of rich mental representations networks, and should therefore be strongly associated with ego-resiliency.

Defenses have often been seen as unreliable and invalid (e.g. Moos, 1974 *In* Vaillant, Bond & Vaillant, 1986). However, recent researches have made major advances in the measure of defenses (Vaillant, 1992). It has been demonstrated that defenses can reliably and validly be measured by many methods (Bond, Gardner, Christian, & Sigal, 1983; Davidson et al., 2004; Perry & Cooper, 1989; Trijsburg, Bond, Drapeau, Thygesen, & De Roten, 2005; Vaillant, 1992). Defenses have a unique predictive validity toward mental health and global satisfaction (Vaillant, 1992), can predict DSM axis I and II diagnosis (Perry, 2001; Vaillant & Drake, 1985), and are independent of gender, education, and economic status (Vaillant, 1992). These results indicate that the concept of defense is a potential and useful sixth axis on the DSM (Perry & Hoeglend, 1998; Vaillant & Drake, 1985). It also includes two broad categories: adaptive or mature defenses, and immature defenses, which can differentiate mental health from pathological functioning. People using mature defenses, such as anticipation, humor or suppression, are happier, have better global mental health, and gratifying interpersonal relationships than people using immature defenses (Bond et al, 1983; Vaillant, Bond & Vaillant, 1986; Vaillant, 1992). Mature defenses permit a more flexible

functioning (Kernberg, 1980), and are positively correlated with measures of ego strength (Bond et al., 1983), well-being (Vaillant, Bond & Vaillant, 1986), and low physiological arousal (e.g. low blood pressure: MacGregor, Davidson, Barksdale, Black, & Maclean, 2003; hypertension: Vaillant & Gerber, 1996). Immature defenses have been related to personality disorders (Bond; 1992; Johnson & al., 1992; Perry. 2001; Vaillant & Drake, 1985), and negatively related to global functioning (Perry, 1993) and psychological adjustment (Defife & Hilsenroth, 2005; Hoglend & Perry, 1998; Vaillant, 1992).

Few studies have directly linked defense and ego-resiliency. Cramer and Block (1998) have demonstrated that low ego-resiliency (ego-brittleness) at age four is correlated to high use of immature defense like denial, and that this high use predicts the use of denial in adulthood for men. However, they only assessed four defenses individually. Even though few empirical studies have been carried out, one might speculate that defense and ego-resiliency are intimately related on theoretical grounds. In general, immature defenses are more likely to be related to a deficient psychological adjustment and presence of psychopathology (e.g. Defife & Hilsenroth, 2005; Hoglend & Perry, 1998; Perry, 2001; Vaillant, 1992), while mature defenses and ego-resiliency theoretically overlap (see Table 1), and both are associated with a number of well-being and psychological adjustment markers (ego-resiliency: Callahan et al., 2001; Huey, Weisz, 1997; Klohnen, 1996. Mature defenses: Bond, 1992; Vaillant, 1976, 1977). In line with these empirical results, we might expect that ego-resiliency will be fueled by a mature defensive functioning (Vaillant, 2000). It is also possible that mature defenses, as well as rich mental representations networks, will be in part at the root of the capacity to self-generate positive affects in spite of distress (Vaillant, 2000).

#### *The Present Research*

This study examines two different aspects of ego-resiliency. The first focuses on concepts associated with ego-resiliency, and the second attempts to provide evidence for a

model of internal psychological processes of resilience. These aspects are investigated in an experimental context through the induction of a moderately intense sadness state in participants. The focus on sadness was chosen for different reasons. First, sadness has rarely or never been assessed with the construct of ego-resiliency. Usually, more physiologically intense affects like fear or anxiety are used in experimental studies (e.g. Tugade & Fredrickson, 2004). Although ego-resiliency seems to be buffering against depression (Fredrickson et al., 2003), it has surprisingly rarely been studied in relationship to sadness or to the experience of object loss. Also, this experimental context allows us to put to the test a different external validity context related to ego-resiliency, and not only to replicate results in the exact context of prior studies.

We hypothesize that many concepts should be associated with ego-resiliency. 1) Ego-resiliency should be correlated to positive affects before (PAT: baseline level), during (positive affects experienced during a difficult situation), and after a negative experience (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996; Tugade & Fredrickson, 2004), here an experience of sadness relative to a loss. 2) It should also be correlated to a faster subjective affective return of negative affects to baseline levels (Block, 2002; Fredrickson, 2001). 3) As discussed above, mature defenses should be correlated with ego-resiliency. Finally, 4) rich mental representations networks related to the negative situation should be correlated to ego-resiliency. We also want to examine the specific contribution of those predictors in order to determine important underlying psychological processes of ego-resiliency (see figure 1). Therefore, 5a) we hypothesize that the traits measures of mature defenses and PAT should specifically contribute to the prediction of ego-resiliency. Because mature defenses and PAT are believed to have an active influence on rich mental representations, the latter is also predicted to have a specific contribution to ego-resiliency. Finally, 5b) we suggested that positive affects might not be the only active ingredient in the broaden-and-build theory.

Therefore, we also hypothesize that PAT, defense mechanisms, and rich mental representations networks should specifically predict the experience of positive affects during a negative situation.

## Method

### *Participants*

The sample consisted of 285 (75% of female) undergraduate students recruited from a French university in Quebec. They were aged between 17 and 49 years old ( $M = 23.13$ ,  $SD = 6.10$ ).

### *Induction of Sadness*

Participants were presented with an excerpt of the movie “You can count on me” by Kenneth Lonergan (2000). The excerpt started with a car accident where the parents of two young children die. The next scene was an elliptical jump showing the children crying their parent’s death during the burial ceremony, with a sad musical score. The excerpt’s duration was 4 min12.

### *Neutral Emotion Induction*

Participants were presented with an excerpt of the movie “Paris Texas” by Wim Wenders (1984), showing desert dunes on a sunny day. The excerpt soundtrack was removed. The excerpt duration was 1 min10.

### *Measures*

*Ego-resiliency.* The French adaptation (Callahan & al., 2001) of the original ER scale (ER; Block & Kremen, 1996) was administered to assess the level of adaptability and ego-resiliency. This scale consists of one dimension of 14 items using a four points Likert scale (1 = does not apply at all, 4 = applies very strongly). Sample items include “I quickly get over and recover from being startled”, and “I enjoy dealing with new and unusual situations”. Block and Kremen (1996) reported alpha reliability of .76 using the original ego-resiliency

scale and Callahan and colleagues (2001) reported alpha of .85 using the French translated scale. For this sample alpha was .85.

*Positive and Negative Affects Schedule.* A modified version of the French version (Lapierre, Gaudreau & Blondin, 1999) of the original Positive and Negative Affects Scale (PANAS; Watson, Clark, & Tellegen, 1988) was administered. Participants were asked to rate the extent to which they felt a number of affects “at the present moment” and “at the moment of the chosen autobiographical memory”. Ratings were made on a five-point Likert scale (1 = very slightly or not at all, 5 = extremely). The PANAS with a state instruction at time 1 was used and conceptualized to assess positive affectivity trait (PAT) as well as initial state mood. PAT was used to control for general positivity and state positivity was used to serve as a baseline measure for comparisons with other PANAS mood assessments throughout the experiment. We conceptualized the baseline PANAS as a trait measure as well as a state measure for the following reasons. First, empirical findings have shown that state and trait measures using the PANAS are highly correlated ( $r = .70$ ; see Watson, 1988). Second, assessing trait measure with the PANAS with a state instruction and then having it completed right after with a state instruction would have been redundant.

The original PANAS consists of 10 positive affects items (active, alert, attentive, determined, enthusiastic, excited, inspired, interested, proud, strong) and 10 negative affects items (afraid, ashamed, distressed, guilty, hostile, irritable, jittery, nervous, scared, upset). Four items of sadness (sad, depressed, discouraged, despondent), taken from the items pool of the PANAS-X (Watson & Clark, 1994), were added to the negative affect subscale. We subjected all of the affect terms (original and added items) to a principal components factor analysis. Two dominant factors emerged, together accounting for 42% of the common variance. A factor analysis using only the items from the original PANAS also yielded two factors, accounting for 30% of the common variance. Positive and negative affects subscales



were then separately calculated by computing the mean of the original items for the positive affects subscale (10 items) and the mean of the original and added items for the negative affects subscales (14 items) to yield two separate subscales. Correlation between those two subscales was  $-.06$ . Positive affects subscales showed an alpha of  $.90$  and negative affects subscale alpha was  $.84$ . Original French validation of the PANAS yielded alphas of  $.85$  and  $.83$  for positive and negative affects subscales respectively (Lapierre et al., 1999).

*Beck's Depressive Inventory.* Depression was assessed using the French translation (Bourque & Beaudette, 1982) of the Beck's Depressive Inventory (BDI; Beck et al., 1962). The French instrument yielded adequate validity and reliability indicators (Bourque & Beaudette, 1982). Alpha in this study was  $.85$ .

*Defensive Style Questionnaire 60-items.* The Defensive Style Questionnaire (DSQ-60; Trisjburg et al., 2005) is an improved version of the DSQ-40 (Andrews et al., 1993) and of the original DSQ-88 (Bond et al., 1983). The DSQ-60 is a self-report questionnaire of 60 items used to assess defense mechanisms in line with the DSM-IV defensive functioning scale. It evaluates 30 defenses (two items each) accounting for six levels of defense (high adaptive, mental inhibitions, minor image-distorting, disavowal, major image-distorting, and action level). Each item is evaluated on a 9-points scale (1 = completely disagree, 9= fully agree). The individual defense scores are calculated by the summing of the two items for each determined defense mechanism, and the level scores are calculated by the summing of each individual defense that belongs to the specific defense level. This version of the DSQ has been validated in three languages (Dutch, French, and English). The authors report better internal consistency than the previous versions and adequate external and discriminative validity (Trisjburg et al., 2005). Alpha for our study was  $.70$ .

*QERRI.* The QERRI (Questionnaire d'Évaluation des Réseaux de Représentations Internes) is a questionnaire that has been created and administered to collect personal

autobiographical memories related to the sad film clip. The questionnaire asked the participants first to enumerate “all the different personal memories that you could link to the movie excerpt” and to give it a short name, right after the induction of sadness. They were later asked to describe in a short text the first two memories from their listing, right after the neutral excerpt. The description came a moment after the enumeration to avoid that participants be emotionally aroused by their memories during the neutral excerpt. In order to ensure the inclusion of essential narrative components, they were asked to “try to answer the four following questions in the order that best suits you” while they were detailing their memories. These four questions were: 1) What is the central element to this memory? 2) How did the event / situation / element in your memory begin? 3) How did you react in this event / situation / element? and 4) How did it end? They were also informed that they could add any other non-mentioned elements. Finally, to induce longer and more elaborate answers, the sheets of paper were filled with empty lines from top to bottom, and we added the instruction that they could use the back of the page if necessary. Participants were also asked to rate the emotional content of their reported autobiographical memory according to our modified version of the PANAS. The content of the autobiographical memories were rated according to the themes reported. Overall, reported themes were “death of parents”, “death of a close relative”, “death of an unknown person”, “reported loss or fear of loss”, and “unrelated subject”. Each memory was rated according to only one of those categories. That is, each autobiographical memory reported was either related in some way or not to the theme of the film excerpt<sup>3</sup>. We expected some participants to avoid reporting memories related to a theme of loss for defensive reasons. The reported memories of past experiences would have thus been unrelated to the film excerpt theme. Not taking such reaction into account would have failed to properly address our conceptualization of ego-resiliency. Controlling for avoidant content in autobiographical memories was thus necessary. The questionnaire also asked

participants, for each of the two first memories, to recall and list other personal memories that they found to be related directly or indirectly to the memory they just described. They were also asked to write down the principal emotion experienced during the event / situation / element of each of the linked memory, and to indicate if the emotion was globally positive or negative. Those links were thus classified as positive links or negative links associated with the specific autobiographical memory reported.

*Richness of the Prominent Mental Representations Network (RPMRN).*

A composite score was calculated to assess the richness of the prominent mental representations (or autobiographical) networks associated with the sad memories. We mentioned earlier that a rich network, relative of a specific context, is composed of positively affected mental representations and of the quantity of those mental representations included in that network. Therefore, the composite score has been computed by averaging the z-scores of 1) the extent of positive affects reported in the autobiographical memories (PAAM), as measured by the PANAS, 2) the number of free associated positive links related to the two detailed memories (PLAM), 3) the additive inverse z-scores of the extent of negative affects reported in the memories (NAAM), as measured by the PANAS, and 4) the additive inverse z-scores of the number of free associated negative links related to the reported memories (NLAM).

$$\text{Equation: } (ZPAAM + ZPLAM + (-1 * ZNAAM) + (-1 * ZNLAM)) / 4$$

The calculation of these scores produced one variable used to assess the richness (amount and positive valence of affective state) of the mental representations networks related to loss.

Because the measure focuses on the first two autobiographical memories and on their primary links only, it measures the richness of the prominent mental representations network (RPMRN). Alpha of the four scores taken together was .67 for this sample, and item total correlation ranged from .23 to .51. A factorial analysis of all the four variables entered with

Varimax rotation yield only one factor with an eigenvalue greater than one, accounting for 41% of the variance.

*Procedure.* Participants were sitting in a classroom placed in front a projection screen. Participants were first asked to complete the PANAS time one (T1: “how do you feel right now”), the ER questionnaire, the DEQ, the BDI, and the DSQ-60 (only 115 participants were assessed with the latter). Right after, they were told that they were going to see two film excerpts. They were shown excerpt inducing sadness and suggesting the theme of the loss of a loved one. They were then asked to complete the PANAS time two (T2: “how do you feel right now”), and to report titles for personal autobiographical memories they could directly or indirectly link to the excerpt. Seven minutes were allowed to perform the task, thus allowing a control on the subjective recovery time. This time restraint was not previously announced to the participants. After the seven minutes, they were then asked to stop what they were doing and to not come back to it. They were then shown another film excerpt. The second excerpt was a neutral one, allowing participants to recover emotionally from the first clip and the evoked memories. Participants were then requested to complete the PANAS time three (T3: “how do you feel right now”), and to describe in a written text their first two reported biographical post-induction memories as asked by the QERRI. For each of the two reported memories, they were invited to rate with the PANAS how they felt “when you experienced the event/situation/sensation of the memory you are reporting”.

## Results

### *Ego-resiliency*

Across participants, mean ego-resiliency was 3.1 (SD= 0.35), ranging from 2.2 to 4 (rating scale was one to five). Ego-resiliency was inversely correlated with depression as indexed by the BDI ( $r = -.35, p < 0.01$ ).

### *Manipulation Checks on Negative Emotion Induction*

Analysis of the emotions reports with the PANAS confirmed that the induction of sadness was successful. Sadness induction intensity, calculated as the difference of mean between the measure of sadness at T1 and the measure of sadness at T2, proved to be significant ( $t = -9.78$   $p < 0.00$ ). Effect size was of medium to large size ( $d = .68$ ). The specificity of the induction was also significant as sadness showed to be the single negative emotion with the highest reported level on T2 ( $M = 2.31$   $SD = 1.21$ ). T-test between sadness and the highest reported negative emotion (anxiety:  $M = 1.99$   $SD = 1.02$ ) showed significant difference ( $t = 4.77$ ,  $p < 0.01$ ). Effect size was small to medium ( $d = .28$ ). Report of induced sadness was not associated with resilience ( $r = .08$ ,  $p > 0.05$ ), but did differ according to sex ( $t = 3.67$ ,  $p < 0.01$ ), women showing a higher report of sadness. Effect size was medium ( $d = .52$ ).

*Hypothesis 1: Ego-resiliency and positive affects.*

To test the hypothesis that ego resiliency would be associated with higher levels of positive affects, we examined subjective reports of positive affects from the PANAS. Resilience was positively correlated with PAT (time-1), and with positive affects reported during, and after the negative film excerpt (PAT:  $r = .42$ ,  $p < 0.01$ ; time-2:  $r = .39$ ,  $p < 0.01$ ; time-3:  $r = .39$ ,  $p < 0.01$ ). Analyses of affects in terms of discrete categories for time-2 indicated that ego-resiliency was associated with all but one positive affects (excitement). All correlations were significant at  $p < 0.01$ . Particularly important was the positive affect of determination ( $r = .33$ ). Also, men were more likely to experience the positive affects of excitement ( $r = .18$ ,  $p < 0.01$ ), strongness ( $r = .20$ ,  $p < 0.01$ ), enthusiasm ( $r = .19$ ,  $p < 0.01$ ), and pride ( $r = .19$ ,  $p < 0.01$ ) than women. Negative affects experienced during the film excerpt induction were generally not correlated with ego-resiliency, except for the negative affects of being depressed ( $r = -.14$ ,  $p < 0.05$ ), and discouraged ( $r = -.14$   $p < 0.05$ ) which is not surprising because of their relation with the broader concept of depression, ego-resiliency

being inversely associated with depression (e.g. Callahan et al. 2001). Fearfulness also reached significance ( $r = -.13$ ,  $p < 0.05$ ). None of those three affects remained significant in a linear regression with ego-resiliency as the dependant variable when controlling for depression level (depressed:  $B = -.032$ ,  $p > .05$ ; discouraged:  $B = -.054$ ,  $p > .05$ ; fearfulness:  $B = .00$ ,  $p > .05$ ). We also examined the negative affective reaction level by computing the difference between the quantity of negative affects at the second time measure (after induction of sadness) and the baseline measure (T2-T1). Ego-resiliency was not associated with the negative affective reaction level. This provides support for our first hypothesis, and confirms the results obtained in past studies that ego-resiliency is associated with positive affects on a regular basis, and through the experience of a difficult situation, but not with a lower negative affective reaction (Fredrickson et al., 2003; Tugade & Fredrickson, 2004). Positive affects experienced through a negative situation thus seem to be the hallmark of ego-resiliency. Positive affects at time-2 were also inversely correlated with depression level ( $r = -.20$ ,  $p < .01$ ).

*Hypothesis 2: Ego-resiliency and subjective affective recuperation.*

To test this hypothesis we examined the difference between the affective measures took at time-three, right after the neutral excerpt, and the baseline measures of affect dimensions. Initially, it was hypothesized that ego-resiliency would correlate with a subjective affective recuperation. However, participant's reactions were not normally distributed, presenting an "s" curve around the probability linear line. Performing the anticipated correlations would not have constituted a robust test of our hypothesis in those conditions. Also, results showed that some participants experienced an "over-recuperation" by reporting a lower amount of negative affects at time 3 than at time 1. To clarify the heterogeneity of our results, participants were assigned to three groups. Those who were able to return to their baseline level of negative affect were conceptualized as demonstrating a

subjective affective recuperation (0 to +1 standard deviation of negative affects in T3-T1) while those who were still presenting a large difference between their report at time-three and their report at baseline were conceptualized as having a troubled subjective affective recuperation (more than +1 standard deviation of negative affects in T3-T1). A third group was composed of participants who reported a lower amount of negative affects at time-three than at their baseline measure (T3-T1 of negative affects < 0). Ego-resiliency was positively related with subjective recuperation only in the group conceptualized as having demonstrated a subjective affective recuperation ( $r = .17$ ,  $p < .01$ ). It was also negatively correlated with the group that showed a troubled subjective affective recuperation ( $r = -.16$ ,  $p < .01$ ). Correlation between ego-resiliency and the overly-recuperating group was  $r = -.10$ ,  $p < .06$ . Even though the results are of small amplitude, they confirm our hypothesis that ego-resiliency is associated with a subjective negative affective recuperation. It is interesting to note that affective reaction to a negative sadness induction does not create a uniform effect, as participants tend to react according to different patterns which might reflect individual differences in the processing of affective information. This aspect will be further discussed later.

*Hypothesis 3: Ego-resiliency and Mature Defense Mechanisms.*

It was hypothesized that defense mechanisms would correlate with ego-resiliency. To investigate this relationship, we put to the test the mature defensive level category. Data reveals high correlation between the two ( $r = .52$ ,  $p < 0.01$ ). These results support our hypothesis and provide empirical background to the association of ego-resiliency with mature defense mechanisms.

*Hypothesis 4: Ego-resiliency and Rich Prominent Mental Representations Network.*

To test our extension of the broaden-and-build theory (Fredrickson, 2001), which stipulates that recurrent experiences of positive affects will lead to the building of internal

resources and then to resilience, we examined the correlations between ego-resiliency and rich prominent mental representations networks (RPMRN) related in some way to the theme of loss present in the film excerpt, and at the same time to the emotions experienced through it. As we expected, examination of the participant's content memories associated with the induced sadness episode indicated that they were sometimes far removed from themes of loss, suggesting the use of avoidant maneuvers. In fact, avoidant memories content was correlated with the use of immature defenses ( $r = .23, p < .01$ ). The category "unrelated subject" obtained from content analysis of autobiographical memories then served to control for avoidance. Such a control assured that the measure of RPMRN would be associated with autobiographical memories related in some way to the difficult theme of loss. A residual score was computed by regressing the dummy coding variable of avoidant memories content on RPMRN variable. A correlation confirms that ego-resiliency was associated with a RPMRN related to object loss (residual score) ( $r = .19, p < .01$ ). See Table 2 for a list of all correlations.

*Hypothesis 5a: Mature defense mechanisms, PAT, and RPMRN contribute to the prediction of ego-resiliency.*

In order to test that hypothesis, we conducted a multiple regression analysis and entered ego-resiliency as the dependant variable and mature defenses mechanisms, PAT (PANAS time 1), and RPMRN (residual score) related to the film excerpt as independent variables. It was predicted that each variable would specifically predict ego-resiliency. Results revealed that mature defense mechanisms were a significant predictor of ego-resiliency ( $B = .47, p < .001$ ) as was trait positive affectivity ( $B = .40, p < .001$ ). However, RPMRN failed to reach significance ( $t < 1, ns$ ). Post hoc analyses showed that its predictive variance was absorbed by mature defense mechanisms. Results partly support our hypothesis as it revealed that mature defense mechanisms and trait positive affectivity were specifically and massively



contributing to the prediction of ego-resiliency ( $R^2 = .50$ ). However, RPRMN was not an independent predictor of ego-resiliency.

*Hypothesis 5b: Mature defense mechanisms, PAT, and RPRMN contribute to the prediction of the experience of positive affects through negative situation.*

We hypothesized that mature defense mechanisms and PAT play the role of an internal psychological structure for ego-resiliency (as showed in hypothesis 5a), and that RPRMN permits the initiation of the process of the broaden-and-build theory. All three variables should then specifically predict the experience of positive affects through the negative sad film excerpt. To test this hypothesis a multiple regression analysis was conducted. The level of positive affects experienced through the film excerpt (PANAS time 2) was entered as the dependant variable and PAT, mature defense mechanisms, and RPRMN (residual score) as independent variables. Results revealed without surprise that PAT was a major predictor of the experience of positive affects at time 2 ( $B = .52, p < .001$ ). Even though the relation between those last two variables was strong, RPRMN emerged as a significant predictor of the experience of positive affects at time 2 ( $B = .19, p < .05$ ). Mature defense mechanisms were not significantly related, as post hoc analyses showed that its predictive variance was absorbed by RPRMN. These results suggest that past experiences related to a new situation of sadness might influence the experience of positive affects in that situation, and that this effect appears independently of positive affectivity trait. These two factors contribute largely to the prediction of positive affects experienced through a sad negative induction ( $R^2 = .35$ ).

### *Discussion*

The present study highlights important concepts related to ego-resiliency. Results suggest that ego-resiliency is characterized by the use of mature defense mechanisms, by a high trait positive affectivity, by RPRMN, and by a fast subjective affective recuperation to a

sad induction. It is interesting to note that subjective affective recuperation was difficult to measure with a self-report. This difficulty comes from the fact that affective reactions to the negative sad film excerpt were multiple and were not in concordance with a linear postulate. Statistical transformations were thus necessary in order to permit linear analysis of that variable. Such transformations greatly diminished the power of the subsequent statistical tests. Nevertheless, this statistical problem highlights an important limitation with film induction concerning participant's affective reaction. Recall that statistical analyses demonstrated that the sadness induction was effective for the majority of the participants (t-test being based on differences of means) and that the effect size was adequate. It thus seems that inter-individual differences were masked by averaging all results. Despite this, findings support our hypothesis that ego-resiliency is associated with an appropriate subjective affective recuperation. Former studies showed that ego-resiliency helps to recuperate from affective experiences of anxiety or stress (Block & Block, 1980; Tugade & Fredrickson, 2004), but our study suggests that it might also be true for generally low physiologically arousing emotion such as sadness.

Two major variables seem to play an important role as psychological processes of ego-resiliency. PAT and mature defense mechanisms emerged as strong significant predictors of ego-resiliency. Those results corroborate past studies that argued that ego-resiliency was characterized by a high positive emotionality (Tugade & Fredrickson, 2004; Klohnen, 1996) and by adaptative coping strategies (Folkman, 1997) and mature defenses (Vaillant, 1993; Vaillant, 2000). However, our study demonstrates that both variables specifically predict ego-resiliency. This suggests that ego-resiliency is not only fueled by PAT or an innate component of extraversion, but also by a capacity to transform life emotional material into adaptive outcomes. This might well be an important psychological process involved in the emergence

Results also show that RPMRN is significantly associated with ego-resiliency. Such a finding is encouraging because, even though a small part of the mental representations network related to the film excerpt was investigated, significant results emerged from the data even when controlling for a trait measure (PAT). This suggests that a small part of an important mental representations network (e.g. related to significant others) may generally represent an overall structural functioning as in a fractal organization. This might be the case as every mental representation linked to each other influences one another. Another explanation could be that only prominent mental representations, or chronically activated mental representations of a schema, are determinant of emotional reactions to environmental cues relative to that same schema. For example, Levesque & Pelletier (2003) showed that the motivational quality of only the first two motives spontaneously given are strong predictors of actual behavior, stronger than a global assessment of motivation with a self-report. If it is the case for mental representations of motive, it might also be true for mental representations of autobiographical memories. However, one must be cautious when interpreting these results. As a growing body of empirical studies suggest, one might not be aware of the mental representations that are activated even though a specific behavior is emitted (see Chartrand & Bargh, 2002, for a review). In other words, consciously reported motives or autobiographical memories are not necessarily the only processes shaping behavior or emotional reactions to new environmental cues or situations. Nevertheless, it is noteworthy that RPMRN was a good predictor of positive affects experienced in a negative situation related to past experiences. This finding also constitutes a stringent test of the differential effect of PAT and RPMRN on positive emotional reactions, as PAT was obtained using the same instrument from which the outcome measure of positive affects was derived.

Our results also reveal an interesting pattern. First, mature defense mechanisms seem to moderate the effect of PRMRN in the prediction of ego-resiliency. However, PRMRN

moderates the effect of mature defense mechanisms in the prediction of positive affects reaction. These moderations are true, even when controlling for PAT. Such double moderation is plausible when taking into account the role of defenses. Mature defense mechanisms seem particularly important in protecting the individual against negative events. More specifically, it alters the manner an event is perceived (Bergeret, 1985; Lazarus & Folkman, 1984; Vaillant, 1993). Mature defenses then allow for a less negative view of an event or a positively biased perception (e.g. positive illusions; Taylor et al., 2000). When a new environmental cue activates mental representations of past events, their affective state will lead to a subjective experience of emotion. Defenses are believed to act upon this subjective emotional reaction in order to restrain it. Defenses thus arrive after the emotional reaction. It is then plausible that mature defenses were not involved into the prediction of positive emotional reaction. However, they should play a role in the subjective recuperation of that emotional reaction to baseline level. As a matter of fact, post-hoc analysis showed that mature defenses, even after controlling for RPMRN and PAT, were a significant and specific predictor of positive emotional reaction at time-3, that is after a time of recuperation (neutral film excerpt). It is thus possible that mature defenses might permit more positive and more differentiated representations and therefore, a broader integration into the mental representations networks. Because of their role of restraining emotional reaction and enhancing subjective recuperation after an emotional disturbance, they should directly influence the encoding of the affective state of the mental representations created by the new emotional situation. In other words, the effect of defensive operations might thus be encoded into mental representations. Therefore, subsequent activation of those mental representations will automatically activate at the same time the network including the effects of the defenses (see also Westen & Gabbard, 2002). The appraisal of new situations that are associated with

(see also Westen & Gabbard, 2002). The appraisal of new situations that are associated with RPMRN might in return not necessitate the use of strong defensive mechanisms (e.g. immature defenses).

A post-hoc path analysis helped formulate an interesting model (see figure 2) that might explain underlying processes of ego-resiliency in the prediction of positive affects experience. This model suggests that when examining young adults (undergraduate students), mental structure composed of PAT and mature defense mechanisms (trait characteristics) might facilitate the encoding of RPMRN that will further influence positive emotional reactions to a situation. In line with the broaden-and-build theory, those positive emotional reactions might fuel ego-resiliency in facilitating the development of mature defenses by not requiring strong distorting defenses, and probably also influence the level of PAT. Mature defenses and PAT might thus in return support the encoding of RPMRN. However, such a model is a posteriori and would necessitate being directly tested in a longitudinal study. Further research should investigate this model.

This study also highlights important issues concerning conceptual and theoretical postulates. First, the use of the ego-resiliency concept and measure instead of the broader term resilience appears to be fruitful. Second, this study brings to light evidence that experience of positive affects lie in part on complex psychological processes. Finally, the findings point to the significance of mental representations when faced with a difficult situation as important determinant of the affective reaction. It also provides a useful conceptual framework to the broaden-and-build theory. Our findings appear to indicate that the emotional quality and present organization of past experiences might significantly predict present emotional reaction.

Several issues should be examined in future research centering on ego-resiliency and the underlying processes highlighted in this study. The present research looked at the

Future research is thus needed in order to more fully explore the role of ego-resiliency, PAT, and mature defense mechanisms in a variety of affect contexts. It would also be important to verify if RPMRN related to complex affective situations (affect blends) can predict emotional reaction or if there exists affective mental representations networks (MRN) categorized according to specific emotions as some authors suggest (see Forgas, 1999). It would also be important to test if negative affects encoded into mental representations possess the same predictive value for emotional reaction in new situations, as it was showed for positive affects. Finally, in light of the present findings, it might be important in further studies on coping or on resilience to assess the mental representations networks linked to the studied situation. Assessing mental representations network of a specific situation might highlight the reasons why an individual is resilient in certain domains of his/her life and not in others (Garmezy, 1991). It might also supply an explanation of why situational behavior reflects most of the time general or trait behaviors, but not always. Thus, it might also be interesting in further studies to investigate if our measure of mental representations networks can predict other outcomes in specific situations such as behaviors, attitudes, or motivation.

Some limitations of the present research need to be underscored. First, the correlational design used in this research does not allow causal inferences. It is therefore not possible to determine if PAT or mature defenses cause ego-resiliency as a construction of a lifetime or if it is only associated with it. Second, the transversal design used in this study limits the generalization of the evidences. It is therefore difficult to interpret the results in terms of a developmental construction, as it could be theoretically proposed following post-hoc analysis. Consequently, researchers should try to replicate the present findings using a longitudinal design. Third, we used a state mood time frame and conceptualized it as a general time frame in order to avoid redundant measures. However, it might be important to replicate our results with an indisputable PAT measure to ensure that our conceptualization

replicate our results with an indisputable PAT measure to ensure that our conceptualization was correct. Finally, the use of the RPMRN measure is preliminary in nature. Although some theoretical contributions support the conceptualization and characteristics that compose the measure, more research is needed to guarantee its validity and fidelity. For example, RPMRN measure might also reflect a reconstruction of past experiences from actual resources into the encountered situation. Future research might need to use this instrument according to different kinds of constructs in order to demonstrate its fruitfulness.

Despite these limitations, the present research offers preliminary information on the determinants of ego-resiliency. The present findings suggest that PAT, mature defenses, and RPMRN might provide an important understanding of the underpinnings of ego-resiliency and of its positive consequences. Additional research around these concepts thus appears promising.

## Footnotes

<sup>1</sup> A situation similar to the one regarding drive theories in the early nineties.

<sup>2</sup> Christianson and Engelberg (1999) do not clearly state what processes might accomplish this. It also seems to contradict flasbulb memories theories which stipulate that high emotional arousal enhances memory of an event. However, recent findings around this concept further suggest that only event memory (actual information about the event) is enhanced by a high emotional arousal while autobiographical memory (e.g. what the person was doing at the moment of the event) declines with high emotional arousal (see Pezdek, 2003).

<sup>3</sup> Reliability ratings were obtained with inter-judges ratings. Training was extremely short (10 minutes), and agreement was very high (kappas of .94). Disagreement was resolved through discussion.



## References

- Agaibi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6, 195-216.
- Affleck, G. & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity : adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64, 899-922.
- American Psychiatric Association (1994) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4th ed). Washington DC: American Psychiatric Association.
- Anderson, S. M., & Saribay, S. A. (2005). The relational self and transference. Evoking motives, self-regulation, and emotions through activation of mental representations of significant others. In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal Cognition*. New York: Guilford Press.
- Anderson, S. M., & Miranda, R. (2000). Transference; How past relationships emerge in the present. *Psychologist*, 13, 608-609.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993) The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 181, 246-256.
- Bargh, J. A., & Ferguson, M. L. (2000). Beyond behaviorism: On the automaticity of higher mental processes. *Psychological Bulletin*, 126, 925-945.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. E., & Erbaugh, J. K. (1962). Reliability of psychiatric diagnosis: II. A study of consistency of clinical judgments and ratings. *American Journal of Psychiatry*, 119, 351-357.
- Bergeret, J. (1985). La personnalité normale et pathologique: Les structures mentales, le caractère, les symptômes. Paris: Dunod.
- Block, J. (2002). *Personality as an affect-processing system : Toward an integrative theory*. Mahwah, NJ : Lawrence and Erlbaum.
- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ *Personality and motivation structure* and ego-resilience : Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361.
- Block, J. & Gjerde, P. (1986). Distinguishing between antisocial behavior and undercontrol. In D. Olweus, J. Block & M. Radke-Yarrow (Eds.), *Development of antisocial behavior and prosocial behavior : Research, theories, and issues*. San Diego, CA : Academic Press.
- Block, J. (1982). Assimilation, accommodation, and the dynamics of development. *Child Development*, 53, 283-295.

- Block, J. H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W.A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect, and social relations* (pp.39-101). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Bond M. (1992). An empirical study of defensive styles: the defense style questionnaire. In: G. E. Vaillant, (Ed.), *Ego mechanisms of defense: a guide for clinicians and researchers* (pp. 127– 58). Washington DC: American Psychiatric Press.
- Bond. M., Gardner. S.T., Christian, J. Sigal. J. J. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.
- Bourque, P., & Beaudette, D. (1982). Étude psychométrique du questionnaire de dépression de Beck auprès d'un échantillon d'étudiants universitaires francophones. *Revue Canadienne des Sciences du comportement*, 14, 211-218.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol 3. Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bretherton, I. (1990). Open communication and internal working models: Their role in the development of attachment relationships. R. A. Thompson (Ed), *Nebraska Symposium on Motivation, Vol. 36: Socioemotional development*, (pp. 57-113). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Callahan, S., Roge, B., Cardenal, M., Cayrou, S. & Sztulman, H. (2001). Le contrôle et la résilience du moi: Traduction des échelles et premiers éléments des études de la fidélité et de la validité. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*. 11, 4, 144-150.
- Carver, C.S. (1998). Resilience and thriving : Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54, 245-266.
- Chartrand, T.L., & Bargh, J.A. (2002). Nonconscious motivations: Their activation, operation, and consequences. In A. Tesser, D. Stapel, & J. Wood (Eds.), *Self and motivation: Emerging psychological perspectives* (pp. 13-41). Washington, D.C.: American Psychological Association Press.
- Christianson, S-A., & Engelberg, E. (1999). Organization of emotional memories. In T. Dalgleish & M. Power (Eds.), *Hanbook of Cognition and Emotion*. New York: Wiley.
- Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*, 5, 497-502.
- Cohler, B. J. (1987). Adversity, resilience, and the study of lives. *N E.J. Anthony & B. Cohler (Eds.), The invulnerable child* (pp. 363-424-424. New York: Guilford.
- Conrad, M. & Hammen, C. (1993). Protective and resource factors in high- and low-risk children: A comparison of children with unipolar, bipolar, medically ill, and normal mothers. *Development and Psychopathology*, 5, 593-607.

- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Trait psychology comes of age. In T. B. Sonderegger (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation: Psychology and aging* (pp. 169-204). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Cramer, P. (1998). Coping and defense mechanisms: what's the difference. *Journal of Personality*, 66, 6, 919-946.
- Cramer, P. & Block, J. (1998). Preschool antecedents of defense mechanism use in young adults: A longitudinal study. *Journal of Personality & Social Psychology*, 74, 1, 159-169.
- Cramer, P., & Blatt, S. J. (1990). Use of TAT to measure changes in defense mechanisms following intensive psychotherapy. *Journal of Personality Assessment*, 54, 236-251.
- Cyrlunik, B. (2001). *Les vilains petits canards*, Paris: Odile Jacob.
- Davidson, R.J. (1999). Neuropsychological perspectives on affective styles and their cognitive consequences. In Dalglish, T., Power, M. (Eds.), *Handbook of Cognitions and emotions*, (pp. 103-123). N-Y, Wiley and Sons.
- Davidson, K. W., MacGregor, M. W., Johnson, E. A., Woody, E. Z., & Chaplin, W. F. (2004). The relation between defense use and adaptive behavior. *Journal of Research in Personality*, 38, 105-129.
- Defife, J.A. & Hilsenroth, M.J. (2005). Clinical utility of the defensive functioning scale in the assessment of depression. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 193, 3, 176-182.
- De Tichey, C. (2001). Surmonter l'adversité : les fondements dynamiques de la résilience. *Cahiers de psychologie clinique*, 16(1), 49-68.
- Diener, E., Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 130-141.
- Drapeau, M., De Roten, Y., Perry, J.C. & Despland, J.N. (2003). A study of stability and change in defense mechanisms during a brief psychodynamic investigation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 191, 8, 496-502.
- Dweck, C. S., & London, B. (2004). The role of mental representation in social development. *Merrill-Palmer Quarterly*, 50, 428-444.
- Epstein, A.W. (1992). Categorization: A Fundamental of Unconscious Mental Activity. *Journal of The American Academy of Psychoanalysis*, 20(1), 91-98.
- Estrada, C.A. Isen, A.M. & Young, M.J. (1997). Positive affect facilitates integration of information and decreases anchoring in reasoning among physicians. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 72, 117-135.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social Science Medicine*, 45, 1207-1221.

- Forgas, J. P. (1999). Network theories and beyond. In Dalglish, T., Power, M. (Eds.), *Handbook of Cognitions and emotions*, (pp. 591-611). N-Y, Wiley and Sons.
- Fredrickson, B.L., & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition and Emotion*, 19, 313-332.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. (2003). What good are positive emotions in crises?: A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365-376.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13, 172-175.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion*, 12, 191-220.
- Fridja, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge and New York: Cambridge University Press.
- Funder, D.C. & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-resilience, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1041-1050.
- Garnezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20, 459-466.
- Garnezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J.E. Stevenson (Ed.), *Recent research in developmental psychopathology* (pp.213-233). New York: Pergamon Press.
- Greeff, A. P., & Ritman, I. N. (2005). Individual characteristics associated with resilience in single-parent families. *Psychological Reports*, 96, 36-42.
- Grunebaum, H., & Cohler, B. J. (1983). Children of parents hospitalized for mental illness: attentional and interaction studies. *Journal of Children in Contemporary Society*, 15, 43-55.
- Haviland, M.G. & Reise, S. P. (1996). A california Q-set alexithymia prototype and its relationships to ego-control and ego-resiliency. *Journal of Psychosomatic Research*, 41, 6, 597-608.
- Honig, A.S. (1986). Stress and coping in children: Part2; Interpersonal family relationships. *Young Children*, 41, 47-59.
- Huey, S. J. & Weisz, J. R. (1997). Ego control, ego resiliency, and the Five-Factor Model as predictors of behavioral and emotional problems in clinic-referred children and adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*. 106, 3, 404-415.

- Isen, A.M. & Daubman, K.A. (1984). The influence of affect on categorization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1206-1217.
- Isen, A.M., Daubman, K.A. & Nowicki, G.P. (1987). Positive affect facilitates creative problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1122-1131.
- Isen, A.M. Rosenzweig, A.S. & Young, M.J. (1991). The influence of positive affect on clinical problem solving. *Medical Decision Making*, 11, 221-227.
- Kahn, B.E. & Isen, A.M. (1993). The influence of positive affect on variety-seeking among safe, enjoyable products. *Journal of Consumer Research*, 20, 257-270.
- Kernberg O.F (1980). *Internal world and external reality*. New York: Jason Aaronson.
- Klohnen, E.C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of Ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.
- Kobak, R.R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence : Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 59, 135-146.
- Kunzmann, U., Stange, A., & Jordan, J. (2005). Positive affectivity and lifestyle in adulthood: Do you do what you feel? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 374-388.
- Lane, R. D., & Pollermann, B. Z. (2002). Complexity of emotion representations. In L. Feldman & P. Salovey (Eds.), *The wisdom of feeling: Psychological processes in emotional intelligence* (pp. 271-293). New York: Guilford.
- Lapierre, A. M., Gaudreau, P. & Blondin, J. P. (1999). Évaluation de l'affectivité positive et négative en contexte sportif: Traduction francophone du PANAS. 23<sup>rd</sup> Annual Conference of the Société Québécoise de Recherche en Psychologie. Quebec, QC.
- Lazarus, R.S. (2003). Does the positive psychology movement have legs? *Psychological Inquiry*, 14, 2, 93-109.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions : A history of changing outlooks. *Annual review of Psychology*, 44, 1-22.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S & Smith, C. A. (1988). Knowledge and appraisal in the cognition Euro motion relationship. *Cognition & Emotion*, 2, 281-300.
- Lazarus, Richard S; Folkman, Susan. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 3, 141-169.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*, New-York, Springer.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw Hill.

- Lévesque, C., & Pelletier, L. G. (2003). On the investigation of primed and chronic autonomous and heteronomous motivational orientations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1570-1584.
- Lonergan, K. (Director) (2000). *You can count on me* [Film]. Paramount Pictures, Hollywood, CA.
- Losel, F., Bliesener, T., & Kofler, (1989). On the concept of invulnerability: Evaluation and first results of the Bielefeld project. In M. Brambring, F. Losel, & H. Skowronek (Eds.), *Children at risk: Assessment, longitudinal research, and intervention* (pp. 186-219). New York: Walter de Gruyter.
- Luthar, S. S. & Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence : A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61, 6-22.
- Main, M. (1990). Cross-cultural studies of attachment organization: Recent studies, changing methodologies, and the concept of conditional strategies. *Human Development*, 33, 48-61.
- Marty, P. (1991). *Mentalisation et psychosomatique*. 1<sup>er</sup> ed., Paris, Les empêcheurs de penser en rond.
- MacGregor, M. W., Davidson, K. W., Barksdale, C., Black, S., & MacLean, D. (2003). Adaptive defense use and resting blood pressure in a population-based sample. *Journal of Psychosomatic Research*, 55, 531-541.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Mental representations of attachment security: Theoretical foundation for a positive social psychology. In M. W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal Cognition*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation , psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* Vol. 35 (pp. 53-152). San Diego, CA: Academic Press.
- Moskowitz, J.T. (2003). Positive affect predicts lower risk of AIDS mortality. *Psychosomatic Medicine*, 65, 620-626.
- Moskowitz, J. T., Folkman, S., Collette, L., & Vittinghoff, E. (1996). Coping and mood during AIDS-related caregiving and bereavement. *Annals of Behavioral Medicine*, 18, 49-57.
- Mrazek, P.J., & Mrazek, D.A. (1987). Resilience in child maltreatment victims: A conceptual exploration. *Child Abuse and Neglect*, 11, 357-366.
- Ostir, G.V, Markides, K.S, Black S.A. & Goodwin, J.S. (2000). Emotional well-being predicts subsequent functional independence and survival. *Journal of American Geriatrics Society*, 48, 473-478.

- Perry, C. J. (2001) A Pilot Study of Defenses in Adults with Personality Disorders Entering Psychotherapy. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189, 10, 651-660.
- Perry, C.J. & Hoglend, P. (1998). Convergent and discriminant validity of overall defensive functioning. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186,, 529-535.
- Perry, J. C., & Cooper, S. H. (1989). An empirical study of defense mechanisms: I. Clinical interview and life vignette ratings. *Archives of General Psychiatry*, 46, 444-452.
- Pezdek, K. (2003). Event Memory and Autobiographical Memory for the Events of September 11, 2001. *Applied Cognitive Psychology*, 17, 1033-1045.
- Rauh, H. (1989). The meaning of risk and protective factors in infancy. *European Journal of Psychology of Education*, 21, 33-39.
- Roseman, L., & Smith, C. (2001). Appraisal theory: Overview, assumptions, varieties, controversies. In K. R. Scherer, A. Schorr, and T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research* (pp. 3-19). New York: Oxford University Press.
- Rozanski, A. & Kubzansky, L.D. (2005). Psychologic functioning and physical health: A paradigm of flexibility. *Psychosomatic Medicine*, 67, 547-553.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. In Rolf, J. & al. (Eds), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*, (pp. 181-214). N-Y, Cambridge Press.
- Schaefer, J.A. & Moos, R.A. (1992). Life crises and personal growth. In B.N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 149-170). Westport, CT: Praeger.
- Smith, C., & Ellsworth, P. C. (1987). Patterns of appraisal and emotion related to taking an exam. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 475-488.
- Sroufe, L.A., Carlson, E. & Shulman, S. (1993). Individuals in relationships : Development from infancy through adolescence. In D.C. Funder, R.D. Parke, C. Tomlinson-Keasey & K. Wdaman (Eds.), *Studying lives through time : Approaches to personality and development* (pp. 315-342). Washington, DC : American Psychological Association.
- Seifer, R., & Sameroff, A. J. (1987). Multiple determinants of risk and invulnerability. In E. J. Anthony & B. Cohler (Eds.), *The invulnerable child* (pp.51-69). New York: Guilford Press.
- Sherer, K. R. (1999). Appraisal theories. In T. Dalgleish and M. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 637-663). Chichester: Wiley.
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Reed, G. M., Bower, J. E., Guenewald, T. L. (2000). Psychological resources, positive illusions, and health. *American Psychologist*, 55, 99-109.

- Tennen, H., & Affleck, G. (1999). Finding benefits in adversity. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 279–304). New York: Oxford University Press.
- Trijsburg, W., Bond, M., Drapeau, M., Thygesen, K., & Yves de Roten, (2005). The defense style questionnaire (DSQ-60): Shorter but improved. Keynote presented at the 36th *Annual Meeting of the Society for Psychotherapy Research*. Montreal: June.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Vaillant, G. E., Gerber, P. D. (1996). Natural history of male psychological health: XIII. Who develops high blood pressure and who responds to treatment. *American Journal of Psychiatry*, 153, 24-29.
- Vaillant, G. E. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington, DC, US: American Psychiatric Association.
- Vaillant, G.E, Bond, M., Vaillant, C.O. (1986). An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. *Archive of General Psychiatry*, 43, 786-794.
- Vaillant, G.E. & Drake, R.E. (1985). Maturity of ego defenses in relation to DSM-III axis II personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, 42, 597-601.
- Wolin, S.J., & Wolin, S. (1993). *Bound and Determined: Growing up resilient in a troubled family*. New York: Villard.
- Vaillant, George E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55, 1, 89-98.
- Vaillant, G. E. (1993). *The wisdom of the ego*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vaillant, G.E. (1976). Natural history of male psychological health, Part 5: The relation of choice of ego mechanisms of defense to adult adjustment. *Archives of General Psychiatry*, 33, 535-545.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown.
- Van Aken, M. A. (1992). The development of general competence and domain-specific competencies. *European Journal of Personality*, 6, 267-282
- Watson, D., Gamez, W., & Simms, L. J. (2005). Basic dimensions of temperament and their relation to anxiety and depression: A symptom-based perspective. *Journal of Research in Personality*, 39, 46-66.
- Watson, D. (2000). Positive affectivity: The disposition to experience pleasurable emotional states. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.



- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briffs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). San Diego, CA: Academic Press.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of Positive and Negative Affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 1063-1070.
- Wenders, W. (Director) (1984). *Paris Texas* [Film]. 20th Century Fox, Hollywood, CA.
- Westen, D., & Gabbard, G. O. (2002). Developments in cognitive neuroscience : I. Conflict, compromise, and connectionism. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, *50*, 53-98.
- Werner, E. E. (1989). Vulnerability and resiliency: A longitudinal perspective. In M. Brambring, F. Losel, & H. Skowronek (Eds.), *Children at risk: Assessment, longitudinal research, and intervention* (pp. 157-172). New York: Walter de Gruyter.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, *66*, 297-333.
- Winnicott, D.W. (1971). *Jeu et réalité*. France : Gallimard.

## Tables

Table 1

*Theoretical convergence between ego-resiliency and defense mechanisms*

Ego-resiliency descriptors	Defense mechanisms related to the descriptors
Gratification delay (Block & Kremen, 1996; Funder & Block, 1989).	Suppression*.
Environmental play (Block & Kremen, 1996). Positive environmental exploration (Block, 1982; White, 1959). Positive emotionality (Fredrickson, 2001).	Humor* and sublimation*. Capacity to play, transactional object (Winnicott, 1971).
Inhibition of aggressiveness (Block & Kremen, 1996).	Self-assertion* and the inverse of devaluation of others.
Carefulness in unstructured situation and regulation of impulses (Block & Kremen, 1996).	Inverse of acting out*.
Anticipation of consequences (Block & Kremen, 1996).	Anticipation*.
Adequate interpersonal relationships (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996).	Altruism*, and affiliation*.
Perceptive and insight capacity (Klohnen, 1996).	Self-Observation*.
Tolerable anxiety (Block & Kremen, 1996).	Use of mature defense mechanisms (Cramer, 1998).

*Note.* \* Defense mechanisms definitions are those included in the Diagnostic Structural Manual (DSM-IV; American Psychiatric Association, 1994).

Table 2  
 Means, Standard Deviations, and correlations: Overall studied variables

	Mean	S.D.	E-R	MDM <sup>a</sup>	PAT	RPMRN	SAR	PAR
Ego-resiliency (E-R)	5.39	0.88	--	.52**	.42***	.19**	.17**	.32***
Mature defense mechanisms (MDM) <sup>a</sup>	2.36	1.10		--	.27*	.26**	.20*	.17
Positive affectivity trait (PAT)	2.87	0.71			--	.11	.08	.62***
RPMRN (residual score)	3.48	0.48				--	.21**	.26***
Subjective affective recuperation (SAR)	3.76	0.45					--	.07
Positive affective reaction (PAR)	3.90	0.48						--

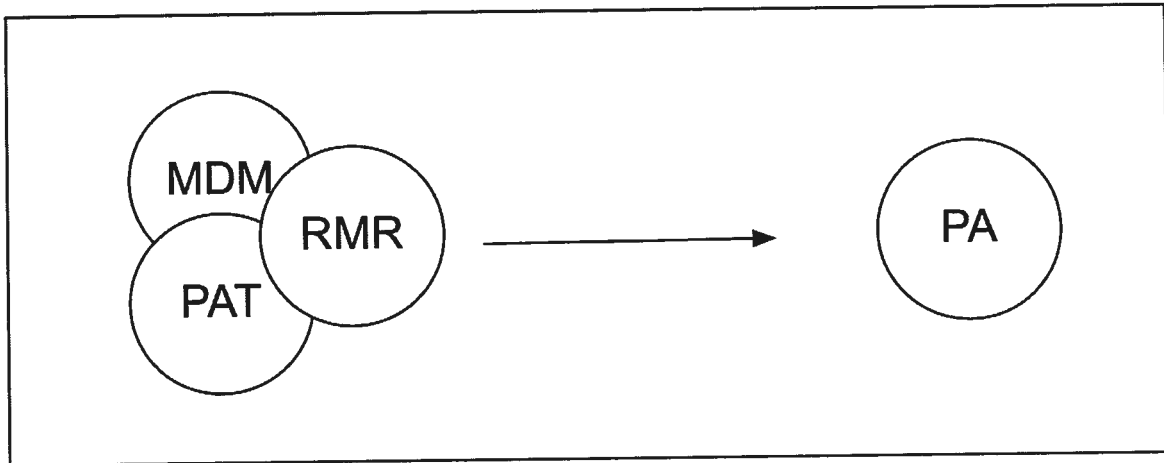
Note.  $n = 285$

<sup>a</sup>  $n = 115$

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

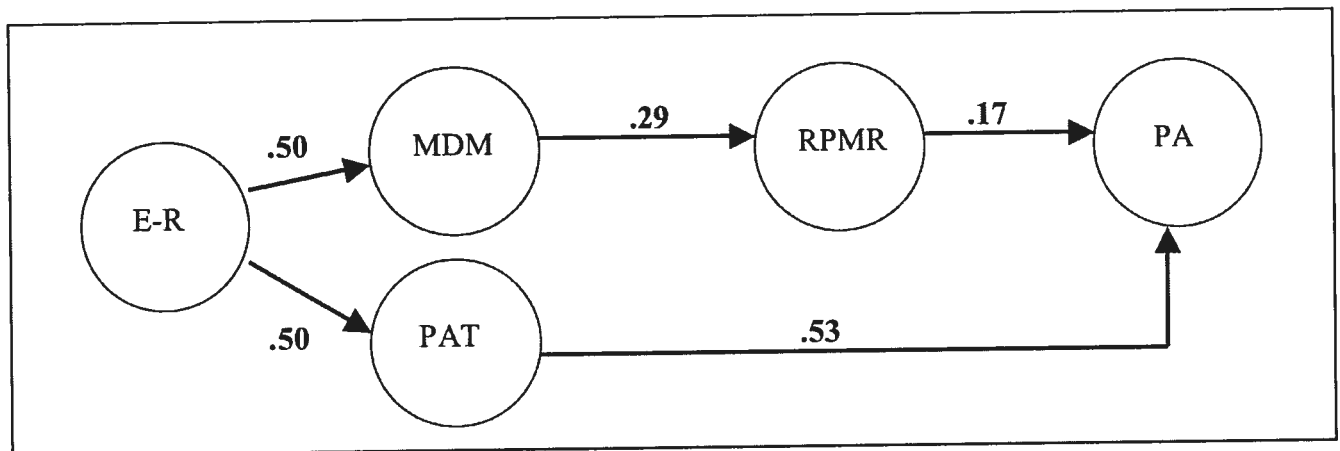
Figures

Figure 1. Schematic model of the underlying processes of Ego-Resiliency



Note. MDM = mature defense mechanisms, PAT = positive affectivity trait, RMR = rich mental representations, PA = positive affects experienced during the negative induction.

Figure 2. Post-hoc path analysis of underlying psychological processes of ego-resiliency leading to an experience of positive affects.



Note. MDM = mature defense mechanisms, PAT = positive affectivity trait, RMR = rich prominent mental representations, PA = positive affects experienced during the negative induction. All Betas are significant at .05.

Discussion et conclusion

La présente étude cherchait à mettre en lumière les processus psychologiques sous-jacents à la résilience du moi (ego-resiliency). Trois caractéristiques majeures ont été mises en évidence : les affects positifs, les mécanismes de défense et les réseaux de représentations internes. Nous revisiterons chacun d'eux en fonction de leur conceptualisation théorique, leur rôle individuel ainsi que leurs interactions dans une perspective constructiviste de la résilience. Mais d'abord, un retour sur la notion théorique de l'ego-résilience s'impose.

Les résultats obtenus dans cette étude suggèrent que le choix de la résilience du moi, dans toute la circonscription théorique et empirique du concept, plutôt que l'utilisation du concept de la résilience tel que proposé par plusieurs auteurs (e.g. Manciaux & Tomkiewicz, 2001; Masten, Best & Garmezy, 1998) est pertinente. En introduction, nous avons souligné les différents problèmes théoriques et conceptuels entourant la notion de résilience, tels que l'apparition de la résilience, les caractéristiques nécessaires à son émergence et la mesure par le bon « outcome » déterminée en fonction de la quantité des différents facteurs de risques et de protections entourant l'individu. Il ressort que, si nous voulons mesurer la résilience empiriquement et/ou la conceptualiser autrement qu'en fonction d'études de cas, nous nous devons de nous distancer d'une mesure comportementale spécifique ou « socio-subjective », d'échantillons composés d'individus survivants et surtout du fantasme d'invincibilité face à la souffrance, donnant ainsi lieu à des concepts flous comme celui d'invulnérabilité humaine (e.g. Anthony, 1974). Nous croyons que la résilience existe à tous les jours et dans tous les individus. Il s'agit tout simplement du moment où un individu fait face à une situation et sans s'y détourner, utilise ses ressources, son passé, ses apprentissages pour la traverser et pour ainsi construire du même coup d'autres ressources et de nouveaux apprentissages qui pourront être réutilisés ultérieurement. L'ego-résilience est donc présente chez les individus qui ont pu utiliser ce processus souvent, à des moments importants ou même critiques, et dont les ressources aujourd'hui continuent de construire leur vie à grands pas. Tous et chacun

possèdent l'ego-résilience, mais à des degrés divers. À l'inverse, nul ne possède aucune résilience.

La définition initiale du mot résilience provient de la métallurgie et caractérise un matériau capable de reprendre sa forme ou sa position originale après avoir été tordu, étiré ou compressé (American Heritage Dictionary, 1978). Toutefois, dès l'entrée en scène de ce concept métaphorique en psychologie, les chercheurs et les cliniciens lui ont attribué l'idée conjoncturelle d'une émergence par le traumatisme; la résilience ferait son apparition suite à un traumatisme et serait le résultat de l'avoir traversé sans séquelle psychologique importante (Manciaux & Tomkiewicz, 2001). Selon cette définition, le traumatisme en soi donnerait ainsi lieu à de meilleures ressources psychologiques (e.g. Schaefer & Moos, 1992). Cette acquisition de ressources psychologiques ou carrément de résilience ne fait pas partie de la métaphore métallurgique. En effet, le matériau n'acquiert pas sa capacité de résilience à être tordu ou étiré. Évidemment, il ne s'agit pas non plus de rester le plus près possible de la définition originale comme telle. Cependant le principe de base, celui de la structure initiale du matériau dans la résilience métallurgique, a été évacué lors de son transfert conceptuel au domaine de la psychologie. C'est bien davantage cette structure qui donne la capacité au matériau d'être plié ou tordu que l'effet de torsion du matériau en tant que tel. Par extension à la résilience psychologique, c'est la structure mentale de l'individu qui lui permet d'affronter diverses difficultés. Nous en venons donc au paradoxe conceptuel que pour que la résilience soit présente après le traumatisme, la résilience se doit d'être présente avant le traumatisme. Toutefois, la psychologie humaine ne fonctionne certes pas sur les mêmes lois que la physique et il est pertinent de croire que le traumatisme puisse avoir un effet rebond positif chez la personne puisque ce traumatisme s'inscrit dans une psyché et que cette inscription peut être plus tard utilisée comme ressource pour faire face à d'autres contextes. Ainsi, la structure avant le traumatisme et le rebond sont essentiels dans l'analyse de la résilience. De

plus, le rebond contribue à la structure pour qu'ensuite cette structure favorise à nouveau un autre rebond. La théorie de l'élargissement-construction de Fredrickson (2001) associée aux théories des représentations mentales nous permet de mieux conceptualiser ce rebond. En effet, on en comprend davantage l'idée de construction par le traumatisme soulevée dans la majorité des écrits sur la résilience. Cependant, nous croyons que le traumatisme n'est pas nécessaire pour initier une construction. Toute expérience émotionnelle pourrait jouer le rôle de rebond ou de construction.

Accepter le postulat d'une construction contextuelle de la résilience plutôt que celui d'une émergence autocratique et générale de celle-ci permet aussi de la conceptualiser en des termes de fonctionnement psychologique qualitatif plutôt que de l'identifier par des comportements spécifiques, facilitant ainsi la mise en évidence des processus psychologiques qui lui sont sous-jacents. Si la mesure que nous avons utilisée, la résilience du moi, met l'accent sur des comportements (ex : « Il ne m'ennuie pas de prendre un chemin différent »), elle est différente de la mesure de la résilience par des critères de fonctionnement social (ex. la réussite scolaire). Tout d'abord, elle met l'accent sur une résilience générale ou une résilience-trait, mais sans la conceptualiser comme totale (mesure linéaire). Sa mesure est davantage axée sur des comportements quasi banaux qui sont le reflet d'une résilience, d'une flexibilité mentale ou de processus internes adaptatifs plutôt que « la résilience » en soi. Finalement, elle n'exclut pas le fait qu'une résilience puisse exister dans certains contextes, sans qu'il y ait de résilience générale. Elle peut donc être conceptualisée hiérarchiquement; au niveau global en termes de trait et au niveau spécifique en termes de situations. Notre théorie, prise dans son sens large, suppose ainsi que la résilience situationnelle par les affects positifs et l'activation de mécanismes de défense matures donne lieu à une construction qui se traduit par un enrichissement des réseaux de représentations spécifiques et qui par leur réactivation,



par la répétition et par associations-construction, peut mener à des réseaux de représentations généralement riches et à une résilience-trait.

### *Les affects positifs*

Les affects positifs n'ont eu que peu de place dans les écrits scientifiques quant à leur rôle dans la régulation des comportements et des émotions (Fredrickson, 2001). En effet, dans la plupart des taxonomies des émotions (e.g. Ekman, 1992; Izard, 1977; Tomkins, 1982), on y présente une émotion positive pour trois ou quatre émotions négatives (Fredrickson, 1998). Leur rôle n'a presque pas été étudié jusqu'à récemment. Les émotions négatives, de par leur aspect plus perturbateur, telles l'angoisse (Freud, 1926) ou la peur (James, 1890) ont davantage intéressé les scientifiques des débuts de la psychologie. Une raison pour laquelle les affects positifs ont été peu étudiés est qu'il existe une certaine pression scientifique en regard de l'étude des affects négatifs. En effet, la recherche plus souvent qu'autrement se base sur les études précédentes. Ces dernières depuis les débuts de la psychologie ont porté bien davantage sur les affects négatifs. Les paradigmes psychologiques sont en soi confinés à expliquer les pathologies (e.g. dépression) ou les difficultés quotidiennes (e.g. stress-illness) par les émotions négatives. En revanche, les affects positifs ne sont reliés qu'à peu de problèmes de santé mentale et lorsqu'ils le sont, il n'est pas clair si les affects positifs en soi en sont la cause (e.g. dépression bipolaire ou manie). Toutefois, cette situation semble changer depuis l'avènement de la psychologie positive qui souligne l'importance de mettre l'emphase sur le bien-être et les affects positifs (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Ce n'est que récemment que certaines théories de la psychologie sociale, de la psychologie positive et de la psychologie clinique ont mis l'accent sur de possibles rôles élaborés des affects positifs (e.g. Fredrickson & Joiner, 2002; Silk, Shaw, Forbes, Lane & Kovacs, 2006). Les taxonomies des émotions les considèrent souvent comme ayant un rôle diffus ou imprécis. Fredrickson (1998) suggère que leur rôle est beaucoup plus ciblé. Selon

elle, ils jouent un double rôle. Le premier est celui de diminuer l'effet (subjectif et physiologique) des affects négatifs (Fredrickson & Levenson, 1998b; Fredrickson et al., 2000b) ou de l'excitation psychique causée par les affects négatifs. Selon toute logique, il est effectivement difficile de sourire à pleines dents lorsque nous sommes sous l'effet de la colère ou de se sentir amusés lorsque quelqu'un est en train de nous mépriser. Cependant, cette théorie n'implique pas que les affects négatifs ne peuvent coexister avec les affects positifs. Dans la précédente étude, nous avons démontré que la résilience était caractérisée par un plus haut niveau auto-rapporté d'affects positifs en situation de tristesse, mais pas à un niveau d'affects négatifs moins élevé. Ces résultats ont également été répétés dans d'autres études (e.g. Tugade & Fredrickson, 2004). Le rôle des affects positifs semble donc davantage se rapprocher de celui de régulateur émotionnel, en diminuant l'impact subjectif et physiologique des affects négatifs après coup, sans nécessairement empêcher l'émergence de ces derniers. Selon cette perspective, nous pourrions penser que les affects positifs facilitent la régulation des matériaux psychiques, favorisant ainsi les possibilités d'élaboration mentale ou de mentalisation.

Le modèle du désamorçage de Fredrickson et ses collègues (1998b/2000b) propose donc que les affects positifs jouent le rôle de régulateur émotionnel, un rôle qui les rapproche étrangement de celui des mécanismes de défense. Si l'on souhaite poursuivre selon cette juxtaposition, nous pourrions faire l'hypothèse que cette régulation émotionnelle par les affects positifs et les défenses favorise la mentalisation ou l'intégration des représentations mentales dans les couches du préconscient (Marty, 1991). Cependant, ce rapprochement fait certainement apparaître le problème empirique et même théorique de l'opérationnalisation respective de ces concepts. Toutefois, ce problème n'est certes pas sans issue. En effet, nous avons tenté d'esquisser dans l'article précédant un modèle théorique et empirique a posteriori de ce problème. Nous avons postulé que si le rôle des affects positifs semblait se rapprocher

de celui des mécanismes de défense, il serait possible que les affects positifs découlent en partie du rôle des mécanismes de défense et des réseaux de représentations mentales.

Cependant, les affects positifs n'ont pas qu'un simple rôle conséquent. S'ils sont en partie une conséquence des mécanismes de défense matures et de réseaux riches, ils possèdent leur propre rôle à jouer. Cette séquence d'entraînement de rôles est logique si l'on considère par métaphore le fonctionnement des neurotransmetteurs et des hormones. Par exemple, au niveau sexuel chez l'homme, l'hypophyse va activer l'hypothalamus qui va déclencher la production des gonadotropines qui nourrissent les gonades (testicules), favorisant ainsi la fabrication de spermatozoïdes et la sécrétion d'androgène, hormone à la base du désir sexuel. Tout ce cycle aura alors le rôle bien connu de favoriser l'émergence de la vie. Bien que chaque étape soit la conséquence de sa précédente, les produits conséquents en viennent à adopter un rôle bien différent de l'organe ou de l'hormone ayant engagé son déclenchement. Dans le cas qui nous intéresse, les affects positifs émergeant en partie des mécanismes de défense et des réseaux riches prennent alors un rôle actif en facilitant l'intériorisation de nouvelles représentations mentales selon des qualités positives, favorisant ainsi leur intégration à un réseau existant. Il est également pertinent de croire que la mentalisation des affects négatifs puisse être facilitée par les affects positifs contenus dans la ou les représentations associées.

C'est ce à quoi nous nous rattachons quant au deuxième rôle majeur des affects positifs identifié par Fredrickson (2001) : l'élargissement-construction. Elle propose ainsi que les affects positifs ont un rôle qui n'est pas qu'une simple conséquence de l'action. Leur rôle actif serait celui de construire des ressources internes (RM) et ce, sur divers plans. Dans le cas qui nous intéresse, nous avons axé notre analyse sur le plan des ressources psychologiques. Cependant, il est possible que le procédé et le traitement intrapsychique que nous avons identifié puisse être applicable aux autres plans (physiques, intellectuels, sociales, etc.).

*Les mécanismes de défense*

Nous avons débuté l'article qui compose ce mémoire avec la notion de mécanismes de défense, tentant de la différencier de la notion de coping. La recherche empirique incluant les mécanismes de défense est difficile, surtout lorsqu'il s'agit de leur attribuer une place dans un modèle orienté ou un modèle causal. Dans le cas des stratégies de coping, leur rôle s'applique à la situation ou à l'événement et leur émergence a été considérée comme indépendante de toute structure mentale. Certains auteurs vont proposer de façon plus globale que des personnes utilisent des stratégies de coping non-adaptatives en général (e.g. Lazarus & Folkman, 1984). Cependant, une des pierres angulaires du traitement psychologique, notamment des perspectives cognitives comportementales, vise à renverser cette situation en apprenant à ces personnes à remplacer leurs stratégies de coping par d'autres plus adaptatives. Nous retrouvons ici l'idée du coping situationnel qui stipule que dans une situation précise, il est possible de changer les agissements d'une personne par conditionnement ou éducation contextuelle (e.g. Franken, Hendriks, Haffmans, and Van der Meer, 2001). Toutefois, nous sommes d'avis que si les stratégies de coping utilisées sont plutôt structurales, c'est-à-dire utilisées de façon générale, s'appliquant par exemple à toute situation stressante, le changement par éducation ou par apprentissage risque d'être fort pénible sinon impossible. Nous retrouvons davantage cette idée de fonctionnement défensif général dans la notion de mécanisme de défense. À l'inverse du coping, les théories sur les défenses ne stipulent pas que ces mécanismes sont exclusivement situationnels. Toutefois, il est vrai que les mécanismes de défense surgissent souvent face à une situation. On en convient malgré tout qu'ils découlent d'une structure défensive plus générale. Il est cependant difficile de situer le rôle des défenses dans un modèle empirique. En effet, doit-on les ranger au niveau de la structure de la personnalité comme variable prédictive de la qualité de la régulation émotionnelle et de l'organisation mentale ou comme agissant dans la situation et jouant un rôle actif dans la régulation émotionnelle et la perception représentationnelle de la situation?

Empiriquement, le rôle du coping est clair : il est situationnel. Théoriquement, il agit sur l'état émotionnel de la personne lorsqu'elle fait face à une situation difficile. Mais cet impact a-t-il lieu avant, pendant ou après la réaction émotionnelle? Cette question n'est pas simple. La littérature sur le coping semble indiquer que le coping va influencer la perception de la situation et ainsi donner lieu à une réaction émotionnelle modérée (e.g. Lazarus & Folkman, 1984). Les résultats obtenus dans notre étude permettent de fournir certains éléments de réponse à cette question et d'ouvrir un débat théorique intéressant. Il semble que les mécanismes de défense, conceptualisés en termes de structure, soient complètement médiés par la richesse des réseaux de représentations spécifiques à une situation triste relative à la perte, ce qui leur donne davantage un rôle structural. La réaction affective face à la situation semble donc être déterminée en bonne partie par la qualité des réseaux de représentations. Toutefois, si nous appliquons le même modèle avec comme variable dépendante le niveau affectif positif suite à un certain temps de récupération subséquent à la situation de tristesse, les affects positifs vécus à ce moment ne sont plus significativement prédits par les réseaux de représentations, mais plutôt par les mécanismes de défense matures. Cet effet est encore plus fort dans la prédiction des affects négatifs au moment de la récupération (diminution des affects négatifs), alors qu'aucun effet des mécanismes de défense sur la réaction affective négative face à la situation de tristesse ne pouvait être noté. Ces résultats, bien qu'a posteriori, semblent indiquer que le travail des mécanismes de défense entre en jeu après la réaction émotionnelle, en vue de contenir les excitations psychiques produites par la situation de tristesse. Le rôle de régulation semble ici double. Dans un premier lieu, les affects positifs, directement vécus dans la situation et étant influencés en partie par la qualité du réseau de représentations mentales associé à la situation vont favoriser une régulation émotionnelle et une perception plus positive de cette situation. En deuxième instance, l'utilisation de mécanismes de défense matures après coup va favoriser une

régulation émotionnelle et une perception de la situation plus positive et moins négative (ou le fait de favoriser une régulation émotionnelle et une perception plus positive diminue l'effet des affects négatifs). De façon intéressante, nous avons constaté que l'utilisation de mécanismes de défense matures demeure significative dans la prédiction de l'expérience d'affects positifs après un temps de récupération, même après avoir contrôlé pour le trait d'affectivité positive (mesure temps 1) et la réaction affective positive immédiatement après la situation de tristesse (mesure temps 2), indiquant que les défenses matures jouent un rôle spécifique dans la réaction affective positive suite à un temps de récupération. Ce test est extrêmement sévère étant donné que les mesures d'affects positifs aux trois moments mentionnés sont effectuées par le même instrument (PANAS) et à l'intérieur d'une dizaine de minutes environ. Mentionnons également que cet effet est également vrai en ce qui concerne les affects négatifs (rôle spécifique des défenses matures quant à la diminution des affects négatifs après un temps de récupération).

Bien que nous n'ayons pas utilisé de mesure de coping situationnel en soi, il se dessine un certain « ordre » de régulation émotionnelle pouvant possiblement être appliqué aux notions de coping (voir figure 1). D'abord, la réaction affective positive à une situation semble être déterminée en majeure partie par la richesse et la qualité des réseaux de représentations mentales associés à la situation spécifique et comme nous l'avons vu dans l'article précédant par les traits d'affectivité. Signalons toutefois au passage qu'il est possible que la mesure de ces traits ait puisé une certaine source de variance prédictive dans la qualité des réseaux de représentations globaux ou dans la richesse générale du préconscient. Cependant, cet aspect déborde du cadre de la présente discussion. Plus la réaction affective sera positive plus l'élaboration intrapsychique de cette situation et des représentations mentales qui en émergeront sera facilitée. Puis, entre en jeu les mécanismes de défense ou le coping dans le post-traitement de la réaction affective et dans la construction ou la perception

des représentations mentales de cette situation. Les mécanismes de défense chercheront à parfaire à leur tour une intégration mentale facilitée de ces nouveaux matériaux psychiques. Il en résulte que la ou les représentations mentales de cette nouvelle situation seront intériorisées ou intégrées en fonction de l'effet du ou des mécanismes de défense utilisés et de la réaction émotionnelle sur laquelle ils ont agi. Théoriquement donc, plus les mécanismes de défense sont matures ou plus les stratégies de coping sont adaptives, plus les représentations mentales traitées devraient être riches et s'intégrer selon des qualités positives dans les réseaux.

L'effet d'une nouvelle intégration ou de nouveaux liens par rapport aux représentations déjà contenues dans le préconscient risque d'avoir un impact bienfaiteur sur ces réseaux pouvant ainsi faciliter une certaine symbolisation ou perlaboration entre les représentations, nouvelles ou anciennes. Évidemment, ce ne sont là que des suppositions théoriques. Ils ne tiennent pas compte de certains détails fondamentaux et complexes, notamment en ce qui a trait à la mentalisation et à la symbolisation. Toutefois, nous croyons offrir quelques pistes de réflexions et pistes de recherches empiriques intéressantes. La recherche nécessite bien souvent d'opérationnaliser certains concepts plus grossièrement que ce que les perspectives théoriques nous suggèrent.

### *Les représentations mentales*

Nous avons débuté la discussion sur les affects positifs en mentionnant que la recherche théorique et empirique avait mis de côté l'étude du rôle des affects positifs. Ceci est particulièrement vrai en ce qui concerne la théorie des représentations mentales. En effet, les perspectives de la psychodynamique et celles des cognitions sociales ont davantage mis de l'avant le contenu des représentations et les affects négatifs leur étant associés. Pour Freud (1915), le quantum d'affect associé à la représentation ne vient que qualifier la représentation comme chargée d'angoisse ou non. Cette charge peut être déplacée sur d'autres représentations ou être isolée de sa représentation. Freud soutenait que ces mécanismes

s'activaient afin de préserver l'individu de l'angoisse qui pouvait survenir advenant le fait que ces représentations surgissent dans le conscient. Si cette conceptualisation se rapproche de la nôtre quant à l'encodage de l'effet de la défense dans la représentation et de la réduction en termes de liens du réseau de représentations associées aux représentations angoissantes afin de limiter leur activation par des stimuli environnementaux ou psychiques inadéquats, rien n'est élaboré quant au rôle essentiel des affects positifs dans la représentation. Il en est de même pour les théories sur les représentations mentales des cognitions sociales. Bien que de nombreuses études démontrent aujourd'hui que des représentations mentales peuvent être activées par des stimuli environnementaux et ce, même au-delà du champ de la conscience (voir Chartrand & Bargh, 2002), le rôle de l'affect par rapport à la représentation semble être restreint au rôle d'activer le contenu de représentations mentales (e.g. humeur mystérieuse; voir Chartrand, & Kay, 2006). C'est donc une des plus importantes contributions de notre étude que celle de tenter une certaine intégration des affects positifs à l'organisation des représentations mentales et à la régulation émotionnelle des événements de vie. Toutefois, nous n'en sommes qu'aux premiers balbutiements théoriques de cette intégration.

La mesure des réseaux de représentations mentales n'est pas non plus sans problème. Sa circonscription est difficile et plusieurs choses peuvent l'entraver. Entre autres, nous avons conceptualisé la défense comme pouvant faire partie de la représentation, comme si son effet sur l'affect associé à la représentation lui était rattaché. Considérons maintenant le fait qu'une défense d'évitement soit associée à une représentation ou à un réseau restreint de représentations. Les stimuli extérieurs (dans le cas qui nous intéresse, un film induisant un thème de perte objectale) qui activeraient des représentations caractérisées par de telles défenses, activeraient du même coup la défense d'évitement, donnant ainsi lieu à une censure et empêchant ces représentations de surgir à la conscience. Cet évitement pourrait mener à un déplacement de l'attention sur des représentations plus légères ou plus positives, faisant alors



émerger ce type de représentations à la conscience en remplacement des représentations anxiogènes sur lesquelles les défenses d'évitement avaient été appliquées. Cependant, ce rapport conscient de représentations de qualité positive ne relève pas d'une association étroite de représentations positives à des représentations plus douloureuses relatives à des thèmes de perte objectale. Il s'agit plutôt d'une association défensive, clivée, ou d'une association « anti auto-théorisante » du moi ne permettant pas d'ajouter un sens réel à la représentation douloureuse, mais existant dans le but d'éviter la représentation de son contenu et de son/ses affect(s). D'autre part, on pourrait aussi dire que le seul sens qui est donné à la représentation douloureuse par ce type d'association défensive est celui de fuir la représentation douloureuse. Il est donc permis de croire que la mesure par le seul critère d'une association d'une représentation positive à une représentation douloureuse n'est pas un gage de sens réel et donc d'un enrichissement du réseau de représentations impliqué. Empiriquement, le contenu ou la portée du sens de l'association ne peut pas être évacué dans la mesure d'associations de représentations de qualité positive. Nous avons tenté de contourner ce problème en contrôlant statistiquement pour l'évitement au niveau du contenu des souvenirs autobiographiques rapportés en premier lieu, ou en d'autres mots, en contrôlant pour les défenses d'évitement associées aux représentations douloureuses relatives à la perte objectale. Cependant, ce contrôle se base sur le principe conceptuel que la ou les représentations émergeant à la conscience, lorsque activées par un stimuli relatant la perte objectale, se doivent d'être des représentations en partie douloureuses également et thématiquement rapprochées. Malgré les erreurs de mesure pouvant survenir par l'utilisation d'un tel contrôle, il nous amène toutefois à une notion théorique importante : l'exigence d'avoir, par association entre une représentation douloureuse et une autre représentation, une certaine constance de contenu et une certaine constance affective. Ceci concerne peut-être l'origine même du rôle des réseaux de représentations, soit la recherche de la psyché à diluer l'affect. Par son

association à d'autres représentations, l'affect douloureux contenu dans une représentation permet d'être également qualifié ou teinté par les affects contenus dans ces autres représentations du moment que celles-ci ont été associées à la représentation douloureuse par des éléments multiples et significatifs. Plus les éléments ayant servis à l'association de la représentation douloureuse aux autres représentations sont significatifs et importants, plus l'affect contenu dans la représentation douloureuse pourra se « diluer » selon diverses voies. Dans le cas d'une représentation douloureuse esquivée par une défense d'évitement, l'association de la représentation douloureuse aux autres représentations reposera sur une base d'éléments peu ou pas significatifs ou importants, peu impliqués affectivement. L'affect contenu dans la représentation douloureuse ne pourra alors se diluer, car les éléments fondamentaux la composant demeurent non-associés ou non-symbolisés. L'association d'éléments fondamentaux et significatifs contenus dans une représentation douloureuse, c'est-à-dire, ceux étant les plus impliqués affectivement, risquent fortement toutefois d'être associés à des représentations contenant des éléments et des affects difficiles également. L'association d'éléments fondamentaux affectivement impliqués d'une représentation douloureuse à d'autres éléments très similaires dans une autre représentation risque fort probablement d'être des éléments investis affectivement et selon un ordre affectif semblable également. Une association adéquate cependant serait de lier la représentation douloureuse à d'autres représentations moins impliquées affectivement et/ou dont l'encodage contient une partie d'affects positifs. Cette représentation associée pourrait alors favoriser la dilution de l'affect difficile à travers cette représentation associée qui n'est pas aussi saturée d'affect et dont l'affect positif pourrait jouer le rôle de désamorcer l'intensité de l'affect négatif, favorisant ainsi d'autres associations. D'une certaine façon, on pourrait en comprendre que plus le nombre de liens est élevé autour d'une représentation douloureuse, plus l'affect pourra se diluer dans d'autres représentations. Cependant, dans le cas d'une association d'une

représentation douloureuse à une autre tout aussi douloureuse et tout aussi saturée d'affects de même valence (et/ou du même ordre affectif : colère, peur, etc.), cette représentation associée ne pourra jouer le rôle de tempérer la première. Bien qu'il y ait une certaine symbolisation sur des éléments fondamentaux de la représentation douloureuse originale à d'autres représentations, il ne se produit qu'un élargissement de la représentation douloureuse à un réseau de représentations douloureuses, malgré tout accessible, mais saturé d'affects négatifs et donc laborieux à contenir. Le nombre de liens ou d'associations ne semble donc pas l'unique critère nécessaire à une symbolisation tempérante. Encore faut-il que l'affect se « dilue », soit par l'association à des représentations moins chargées d'affect, chargées d'un autre ordre affectif et/ou contenant en partie des affects positifs pouvant désamorcer la charge des affects négatifs. Finalement, pour qu'il y ait dilution de l'affect négatif, il se peut que l'association ait à reposer sur des éléments fondamentaux ou centraux à la représentation douloureuse, ceux investis d'affects, et non ceux périphériques à la représentation douloureuse. Par exemple, dans l'étude effectuée, certains participants ont rapporté des souvenirs autobiographiques en fonction de leurs représentations activées par le film induisant la tristesse et un thème de perte objectale : sur des éléments fondamentaux (mort d'un proche, accident de voiture, perte d'un ami) ou sur des éléments périphériques (élaboration sur la marque du camion provoquant l'accident, élaboration sur les messes ennuyeuses du dimanche). Par analyse subséquente, seuls les éléments fondamentaux contenus dans les souvenirs autobiographiques, les liens en partie positifs faits à partir des souvenirs rapportés et un nombre restreint de liens saturés d'affects négatifs étaient associés à la résilience et aux mécanismes de défense matures. À l'inverse, un grand nombre de liens négatifs et de souvenirs autobiographiques négatifs étaient davantage reliés à la dépression et à l'utilisation de défenses immatures.

*Un modèle dynamique constructiviste hiérarchique*

L'étude présentée dans ce mémoire ne permet certes pas de soutenir tout ce modèle théorique. Par contre, les résultats suggèrent que la résilience semble être sous-tendue par des processus psychologiques dynamiques et multiples. Les RPMRN semblent être directement associés à la réaction affective positive face à une situation difficile et il semble que les mécanismes de défense n'aient pas d'impact direct sur cette réaction affective. C'est ce qui semble se produire au niveau spécifique. Par contre, au niveau plus général, la résilience semble être fortement déterminée par une utilisation de défenses matures et par une affectivité positive générale. Selon nous, et à l'image de la théorie de l'élargissement-construction (broaden-and-build theory : Fredrickson, 2001), ce sont les processus qui entrent en jeu au niveau spécifique, que nous avons décrits plus haut dans la discussion, qui construisent petit à petit les processus plus généraux tels que les mécanismes de défense et la résilience psychologique (ainsi que le trait d'affectivité positive?). Sans oublier que ces processus psychologiques au niveau spécifique sont constamment modulés par les processus généraux. C'est selon nous cette dynamique constructiviste qui constitue au niveau plus spécifique la résilience dans un contexte précis et qui, lorsqu'elle émerge dans plusieurs contextes, forme une résilience plus générale. Cette étude a donc permis d'initier les premiers efforts théoriques et empiriques vers une démonstration empirique globale de ce modèle. Rappelons également que ces perspectives théoriques ne sont pas étrangères à certaines théories psychanalytiques. Notamment, Klein et Riviere (1953) soutenaient que l'enfant passe de la phase schizoparanoïde à la phase dépressive et que le passage de l'un à l'autre est permis par l'intégration du bon objet et du mauvais objet (bon sein, mauvais sein) en une représentation combinée. Cette intégration s'accompagnant également d'une maturation des mécanismes de défense utilisés de même que par une individuation, une tolérance à la séparation. La mise en place de mécanismes de défense plus matures s'opère du moment que la réalité externe ou l'objet est perçu tant en fonction de ces caractéristiques positives que

négatives. C'est donc l'intégration des représentations internes positives et négatives qui favorise l'émergence de défenses plus matures, et du même coup, d'une flexibilité mentale ou d'une résilience. Empiriquement, certaines études démontrent l'importance chez l'enfant de réguler ses émotions par des affects positifs comme élément protecteur face à une mère frustrante ou déprimée (e.g. Silks et al., 2006). De la même façon, Winnicott (1971) soutenait que la flexibilité psychologique était permise par le jeu, ne pouvant s'opérer que dans un espace transitionnel. Dans ce dessein, la mère devait permettre cet espace en étant suffisamment bonne, sans être parfaite ou mauvaise. C'est, nous croyons, uniquement dans cette transitionnalité que peut exister la construction pouvant mener à la résilience.

#### *Limites et recherches futures*

Nous avons déjà discuté en profondeur des limites inhérentes à notre étude dans l'article central à ce mémoire. Toutefois, certains commentaires d'ordre général semblent pertinents à ce point. Ce mémoire a permis de relever plusieurs concepts importants relatifs à la résilience. Nous avons ainsi remis en question une vaste littérature sur la résilience en essayant de la traduire par une combinaison de diverses théories contemporaines. Nous croyons ainsi avoir permis une certaine remise en question d'idées trop rapidement reçues concernant la résilience, tout en redonnant un nouveau souffle à ce construit. Notamment, l'étude de la résilience par les affects positifs semble présentement prendre son essor dans la littérature scientifique. Nous croyons contribuer de façon importante à cet essor par des éléments nouveaux et espérons que de plus amples recherches soient poursuivies selon cette voie. Il serait en effet intéressant de tenter une certaine intégration de la définition traditionnelle de la résilience en fonction de notre conceptualisation théorique. Ainsi, il serait important d'évaluer la qualité des réseaux de représentations des personnes ayant traversé des traumatismes graves sans séquelle psychologique tout en les comparant aux personnes qui en ont été psychologiquement atteintes. La mise en place d'un programme d'intervention en

fonction du modèle que nous avons proposé, dans le dessein de le tester empiriquement, nous semble également une avenue de recherche prometteuse. Toutefois, plus d'études seront nécessaires avant de parvenir à cette étape.

Notre conceptualisation de la théorie de l'élargissement-construction par les réseaux de représentations apporte certainement un éclairage nouveau sur cette théorie contemporaine, tout en permettant d'ouvrir de nombreuses pistes empiriques. Évidemment, la mesure des réseaux de représentations n'en est qu'à ses premiers tâtonnements. Plus de recherches seront nécessaires sur cette perspective avant de pouvoir la considérer comme une contribution intéressante. La méthodologie concernant leur acquisition soulève également certains questionnements. Par exemple, dans notre étude, nous avons présenté un film triste et demandé par la suite aux participants de rapporter deux souvenirs autobiographiques en lien avec le film. Ainsi, il est possible que le film en soi ait influencé leurs réponses ou les ait mis dans un état d'esprit quelconque et qu'ils ne reflètent pas directement leurs représentations mentales en tant que tels, mais plutôt leurs représentations mentales teintées par l'effet du film. Des recherches expérimentales seraient donc fondamentales afin de démontrer la pertinence de la mesure et l'importance des affects positifs dans la représentation mentale ainsi que sur les conséquences positives pouvant en découler. De telles études sont présentement en cours dans notre laboratoire. Des études longitudinales permettraient également de tester le modèle constructiviste que nous avons proposé en discussion afin de parvenir à un modèle théorique plus substantif comportant moins de présomption, en plus de l'insérer dans une perspective développementale.

Finalement, il serait intéressant de tester le modèle que nous avons présenté, mais en remplaçant les concepts de résilience du moi et d'affects positifs par ceux de dépression et d'affects négatifs. Il serait captivant d'obtenir des résultats similaires en fonction du modèle que nous avons suggéré, mais inverses (relations négatives). Ceci permettrait de penser une

certaine intégration des processus menant tant à la résilience qu'à la dépression. Comme quoi la pathologie n'emprunte pas des chemins si différents de la santé mentale (Freud, 1917).

### *Conclusion*

Nos résultats suggèrent qu'une réaction affective en partie positive face à un événement induisant de la tristesse est une composante de la résilience psychologique. L'expérience d'affects positifs semble avoir deux sources, soit celle d'un trait d'affectivité positive général et ceux contenus dans les réseaux de représentations mentales activées par l'événement. La résilience semble également être sous-tendue par deux processus structuraux, les mécanismes de défense matures et le trait d'affectivité positive. Nous croyons que la conceptualisation théorique proposée dans ce mémoire ainsi que les résultats préliminaires obtenus constituent une base importante vers une meilleure compréhension de la résilience et une intégration du rôle des affects positifs à l'étude de la santé mentale. De plus amples recherches concernant les notions de résilience, d'affects positifs, de réseaux de représentations mentales et de mécanismes de défense nous apparaissent digne d'intérêt.

## Références

- Abe, J.A.A. & Izard, C.E. (1999). The developmental functions of emotions : An analysis in terms of differential emotions theory. *Cognition and Emotion*, 13, 523-549.
- Affleck, G. & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity : adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64, 899-922.
- Anaut, M. (2003). La résilience : Surmonter les traumatismes. Paris, Nathan.
- Anthony, E.J. (1974). The syndrome of the psychologically invulnerable child. In E.J. Anthony & C. Koupernik (Eds.), *Children at psychiatric risk* (pp.19-37). New York : Wiley.
- Aspinwall, L.G. & Taylor, S.E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, 121, 417-436.
- Austenfeld, J.L. & Stanton, A.L (2004). Coping through emotional approach : A ew look at emotion, coping, and health-related outcomes. *Journal of personality*, 72, 1336- 1363.
- Beardslee, W.R. (1989). The role of self-understanding in resilient individuals : The development of a perspective. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 266-277.
- Beasley, M., Thompson, T. & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*, 34, 77-95.
- Benard, B. (1991). *Fostering resiliency in kids: Protective factors in the family, school, and community*. Northwest Regional Educational Laboratory, Portland, OR. 1-27.
- Bergeret, J. (1985). La personnalité normale et pathologique: Les structures mentales, le caractère, les symptômes. Paris: Dunod.
- Bessoles, P. (2001). Processus originaires et facteurs de résilience. *Synapse*, 172, 21-25.
- Bideau, J., Houdé, O. & Pedinielli, J-L. (1999). L'homme en développement. 7<sup>e</sup> ed., Paris, PUF.
- Block, J. H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W.A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect, and social relations* (pp.39-101). Hillsdale, Nj : Erlbaum.
- Block, J. & Gjerde, P. (1986). Distinguishing between antisocial behavior and undercontrol. In D. Olweus, J. Block & M. Radke-Yarrow (Eds.), *Development of antisocial behavior and prosocial behavior : Research, theories, and issues*. San Diego, CA : Academic Press.



- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ *Personality and motivation structure* and ego-resilience : Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361.
- Block, J. (2002). *Personality as an affect-processing system : Toward an integrative theory*. Mahwah, NJ : Lawrence and Erlbaum.
- Block, J. (1982). Assimilation, accommodation, and the dynamics of development. *Child Development*, 53, 283-295.
- Bond M. (1992). An empirical study of defensive styles: the defense style questionnaire. In: G. E. Vaillant, (Ed.), *Ego mechanisms of defense: a guide for clinicians and researchers* (pp. 127– 58). Washington DC: American Psychiatric Press.
- Bond. M., Gardner. S.T., Christian, J. Sigal. J. J. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base : Parent-child attachment and healthy human development*. New York : Basic Books.
- Bourguignon, O. (2000). Facteurs psychologiques contribuant à la capacité d'affronter des traumatismes chez l'enfant. *Devenir*, 12, 77-92.
- Brooks, R.B. (1994). Children at risk : Fostering resilience and hope. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64, 4, 545-553.
- Callahan, S., Roge, B., Cardenal, M., Cayrou, S. & Sztulman, H. (2001). Le contrôle et la résilience du moi: Traduction des échelles et premiers éléments des études de la fidélité et de la validité. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*. 11(4), 144-150.
- Carver, C.S. (1998). Resilience and thriving : Issues, models, and linkages. *Journal of Social Issues*, 54, 245-266.
- Cattell, R. B. (1957). *Personality and motivation structure and measurement*. Yonkers, NY : World Book Company.
- Chartrand, T.L., & Kay, A. (2006). *Mystery moods and perplexing performance: Consequences of succeeding and failing at a nonconscious goal*. Manuscript under revision.
- Cohen, L., Burt, C. & Bjorck, J. (1987). Life stress and adjustment : Effects of life events experienced by young adolescents and their parents. *Developmental Psychology*, 23, 583-592.
- Compas, B.E. & Wagner, B.M. (1985). Reciprocal relationships of life events and daily hassles with psychological symptoms : A prospective study. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association, Los Angeles.

- Costa, P.T. Jr., Somerfield, M.R. & McCrae, R.R. (1996). Personality and coping: A reconceptualization. In M. Zeidner & N.S. Endler (Eds.), *Handbook of coping* (pp. 44-61). New York: Wiley.
- Coyne, J.C. & Racioppo, M. W. (2000). Never the twain shall meet? Closing the gap between coping research and clinical intervention research. *American Psychologist*, 55, 655-664.
- Cowen, E.L., Work, W.C., Wyman, P.A., Parker, G.R., Wannon, M. & Gribble, P.A. (1992). Test comparisons among stress-affected, stress-resilient, and nonclassified fourth through sixth grade urban children. *Journal of Community Psychology*, 20, 3, 200-214.
- Cramer, P. (1987). The development of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 55, 597-614.
- Cramer, P. & Gaull, R. (1988). The effects of success and failure on children's use of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 56, 729-742.
- Cramer, P. (1991). *The developmental of defense mechanisms: Theory, research, and assessment*. New York: Springer-Verlag.
- Cramer, P. (1998). Coping and defense mechanisms: what's the difference. *Journal of Personality*, 66, 6, 919-946.
- Cramer, P. & Block, J. (1998). Preschool antecedents of defense mechanism use in young adults: A longitudinal study. *Journal of Personality & Social Psychology*, 74, 159-169.
- Cupa, D. (2000). *L'attachement*. Paris: EDK.
- Cyrułnik, B. (2001). *Les vilains petits canards*, Paris: Odile Jacob.
- Cyrułnik, Boris. (1999) *Un merveilleux malheur*, Paris: Odile Jacob.
- Danner D.D., Snowdon D.A., Friesen W.V. (2001). Positive emotions in early life and longevity: findings from the nun study. *Journal of Personality and Social Psychology* 80, 804-813.
- Defife, J.A. & Hilsenroth, M.J. (2005). Clinical utility of the defensive functioning scale in the assessment of depression. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 193, 176-182.
- De Tichey, C. (2001). Surmonter l'adversité : les fondements dynamiques de la résilience. *Cahiers de psychologie clinique*, 16(1), 49-68.
- Drapeau, M., De Roten, Y., Perry, J.C. & Despland, J.N. (2003). A study of stability and change in defense mechanisms during a brief psychodynamic investigation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 191,, 496-502.

- Egeland, B. R., Carlson, E. & Sroufe, L.A. (1993). Resilience as process. *Development and Psychopathology*, 2,, 193-212.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169-200.
- Estrada, C.A. Isen, A.M. & Young, M.J. (1997). Positive affect facilitates integration of information and decreases anchoring in reasoning among physicians. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 72, 117-135.
- Eysenck, H.J. (1970). *The structure of human personality*. London : Methuen.
- Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. *Social Science Medicine*, 45, 1207-1221.
- Folkman, S. & Moskowitz, J.T. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55, 647-654.
- Fonagy, P. (2001). *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., Steele, P., Steele, H. & Target, M. (1994). The theory and practice of résilience. *Journal of Child Psychiatry*, 35, 2, 231-257.
- Franken, H.A., Hendriks, V.M., Haffmans, P.M.J., & Van der Meer, C.W. (2001). Coping style of substance abuse patients: Effects of anxiety and mood disorders on coping change. *Journal of Clinical Psychology*, 57, 299-306.
- Fredrickson, B.L., & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition and Emotion*, 19, 313-332.
- Fredrickson, B.L. (2003). Positive emotions and upward spirals in organizational settings. In Cameron, K., Dutton, J. & Quinn, R. (Eds.), *Positive Organizational Scholarship*.
- Fredrickson, B.L. (2003). Progress on the Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions. Conférence à la Positive Organizational Scholarship, Michigan, septembre.
- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. (2003). What good are positive emotions in crises?: A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365-376.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, 13, 172-175.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist*, 56, 3, 218-226.
- Fredrickson, B. L. (2000a). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention and Treatment*. 3, art. 7.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2000b). The undoing

- effect of positive emotions. *Motivation and Emotion*, 24, 237-258.
- Fredrickson, B. L. (1998a). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300– 319.
- Fredrickson, B. L., & Levenson, R. W. (1998b). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition and Emotion*, 12, 191–220.
- Freud, S. (1926/1965). *Inhibition, symptôme et angoisse*. Paris: Presse Universitaire de France.
- Freud, S. (1917/1952). Deuil et mélancolie. In *Métapsychologie*. Paris: Gallimard.
- Freud, S. (1915/1952). Le refoulement. In *Métapsychologie*. Paris: Gallimard.
- Freud, A. (1946/1967). Le moi et les mécanismes de défense. 4e ed. France: Presse universitaire.
- Frijda, N.H. (1986). *The emotions*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Fua, D. (2002). La résilience, à quel prix? , *Pratiques Psychologiques*, 1, 75-83.
- Funder, D.C. & Block, J. (1989). The role of ego-control, ego-résilience, and IQ in delay of gratification in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1041-1050.
- Garnezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 56, 127-136.
- Garnezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J.E. Stevenson (Ed.), *Recent research in developmental psychopathology* (pp.213-233). New York: Pergamon Press.
- Garnezy, N., Masten, A.S. & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children : A building block for developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 97-111.
- Gersten, J.C., Langner, T.S., Eisenberg J.S. & Simch-Fagan, O, (1977). An evaluation of the etiological role of stressful life-change events in psychological disorders. *Journal of Health and Social Behavior*, 18, 228-244.
- Hann, N.A. (1977). *Coping and defending*. New York: Academic Press.
- Hann, N.A. (1969). Tripartite model of ego functioning values and clinical research applications. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 148, 14-30.
- Hauser, S. T., Vieyra, M.B., Jacobson, A.M. & Wertlieb, D. (1985). Vulnerability and resilience in adolescence: views from the family. *Journal of Early Adolescence*, 5, 1, 81-100.

- Haviland, M.G. & Reise, S. P. (1996). A california Q-set alexithymia prototype and its relationships to ego-control and ego-resiliency. *Journal of Psychosomatic Research*, 41, 6, 597-608.
- Herrenkohl, E.C., Herrenkohl, R.C. & Egolf, B. (1994). Resilient early school-age children from maltreating homes: Outcomes in late adolescence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64, 2, 301-309.
- Hilsenroth, M.J., Callahan, K.L. & Eudell, E.M. (2003). Further reliability, convergent and discriminant validity of overall defensive functioning. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 191, 11, 730-737.
- Hoglend, P. & Perry, J.C. (1998). Defensive functioning predicts improvement in major depressive episodes. *Journal of Nervous and Mental Diseases*, 186, 4, 238-243.
- Huey, S. J. & Weisz, J. R. (1997). Ego control, ego resiliency, and the Five-Factor Model as predictors of behavioral and emotional problems in clinic-referred children and adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*. 106, 3, 404-415.
- Isen, A. M. (2000). Positive affect and decision making. In M. Lewis & J.M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 417-435). New York: Guilford Press.
- Isen, A.M. & Daubman, K.A. (1984). The influence of affect on categorization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1206-1217.
- Isen, A.M., Daubman, K.A. & Nowicki, G.P. (1987). Positive affect facilitates creative problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1122-1131.
- Isen, A.M. Rosenzweig, A.S. & Young, M.J. (1991). The influence of positive affect on clinical problem solving. *Medical Decision Making*. 11, 221-227.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. New York: Plenum Press.
- James, W. (1890/1950). *The principles of psychology*. New York: Holt.
- Kadner, K. D. (1989). Résilience responding to adversity. *Journal of Psychosocial Nursing*, 27, 7, 20-25.
- Kaplan, H.B. (1999). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. In M. Glantz & J. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Plenum Press.
- Kernberg O.F (1980). *Internal world and external reality*. New York: Jason Aaronson.
- Kessler, R.C. (1983). Methodological issues in the study of psychosocial stress. In H.B. Kaplan (Ed.), *Psychosocial stress : Trends in theroy and research*. New York : Academic Press.
- Kahn, B.E. & Isen, A.M. (1993). The influence of positive affect on variety-seeking among safe, enjoyable products. *Journal of Consumer Research*, 20, 257-270.

- Klein, M. & Riviere, J. (1953). *Love, Hate, and Reparation. Psycho-Analytical Epitomes No. 2*, London: Hogarth Press.
- Klohn, E.C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of Ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1067-1079.
- Kobak, R.R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence : Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 59, 135-146.
- Kohn, P.M. (1996). On coping adaptively with daily hassles. In M Zeidner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp.181-201). New York: Willey.
- Lazarus, R.S. (2003). Does the positive psychology movement have legs? *Psychological Inquiry*, 14, 2, 93-109.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*, New-York, Springer.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions : A history of changing outlooks. *Annual review of Psychology*, 44, 1-22.
- Lazarus, Richard S; Folkman, Susan. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 3, 141-169.
- Lazarus, R.S., DeLongis, A., Folkman, S. & Gruen, R. (1985). Stress and adaptational outcomes : The problem of confounded measures. *American Psychologist*, 40, 770-779.
- Lazarus, Richard S. (1984). Puzzles in the study of daily hassles. *Journal of Behavioral Medicine*, 7, 4, 375-389.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lecompte, J. (2002). Qu'est-ce que la résilience? *Pratiques psychologiques*, 1, 7-14.
- Leedham, B., Meyerowitz, B. E., Muirhead, J., Frist, W.H. (1995). Positive expectations predict health after heart transplantation. *Health Psychology*, 14, 74-79.
- Lemay, M. (1998). Résister : rôle des déterminants affectifs et familiaux. In Cyrulnik, B. & al. (Eds), *Ces enfants qui tiennent le coup*, (pp. 27-44). Revigny-sur-Ornain, Hommes et Perspectives.
- Lighezzolo, J. & De Tichey, C. (2004). *La résilience : se reconstruire après le traumatisme*. France : In press.
- Loewenstein, R.M. (1967). Defensive organization and autonomous ego functions. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15, 795-809.

- Luthar, S. S. & Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence : A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61, 1, 6-22.
- Luthar, S.S. (1993). Annotation: Methodological and conceptual issues in research on childhood resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 34, 4, 441-453.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D. & Becker, B. (2000). The construct of resilience. *Child development*, 71, 3, 543-562.
- Manciaux, M. & Tomkiewicz, T. (2001). La résilience : résister et se construire. Cahier médico-sociaux, Genève.
- Marty, P. (1991). Mentalisation et psychosomatique. 1<sup>er</sup> ed., Paris, Les empêcheurs de penser en rond.
- Marty, P. (1990). La Psychosomatique de l'adulte. 1<sup>er</sup> ed., Paris : PUF.
- Masten, A., Best, K. & Garmezy, N. (1998). Résilience and Development. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1995). Competence, résilience, and psychopathology. In D. Cicchetti & D.J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology vol. 2 : Risk, disorder and adaptation*. (pp. 715-752). New York : John Wiley & Sons.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary Magic : résilience processes in development, *American Psychologist*, 56, 3, 227-238.
- Masterpasqua, F. (1989). A competence paradigm for psychological practice. *American Psychologist*, 44, 1366-1371.
- Mednick, S.A. & Schulsinger, F. (1968). Some premorbid characteristics related to breakdown in children with schizophrenic mothers. In D. Rosenthal & S.S. Kety (Eds.), *The transmission of schizophrenia*. Elmsford, NY : Pergamon Press.
- Moskowitz, J.T. (2003). Positive affect predicts lower risk of AIDS mortality. *Psychosomatic Medicine*, 65, 620-626.
- Moskowitz, J. T., Folkman, S., Collette, L., & Vittinghoff, E. (1996). Coping and mood during AIDS-related caregiving and bereavement. *Annals of Behavioral Medicine*, 18, 49-57.
- O'Brien, T'B. & DeLongis, A. (1996). The interactional context of problem-, emotion-, and relationships-focused coping: The role of the Big Five personality factors. *Journal of Personality*, 64, 775-814.
- Ostir, G.V, Markides, K.S, Black S.A. & Goodwin, J.S. (2000). Emotional well-being predicts subsequent functional independence and survival. *Journal of American Geriatry Society*, 48, 473-478.

- Parker, J.D. & Endler, N.S. (1996). Coping and defense : A historical review. In M. Zeidner & N.S. Endler (Eds.), *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp.3-23). New York: Wiley.
- Parrott, W.G. (2002). The Functional Utility of Negative Emotions. In L. Feldman Barrett & P. Salovey (Eds.), *The wisdom of feeling: Psychological processes in emotional intelligence* (pp. 341-359). New York: Guilford.
- Perry, C.J. & Hoglend, P. (1998). Convergent and discriminant validity of overall defensive functioning. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186, 9, 529-535.
- Perry, C. J. (2001) A Pilot Study of Defenses in Adults with Personality Disorders Entering Psychotherapy. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 189, 10, 651-660.
- Radke-Yarrow, M. & Brown, E. (1993). Resilience and vulnerability in children of multiple-risk families. *Development and Psychopathology*, 5, 4, 581-592.
- Roger, D. & Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and Individual Differences*, 10, 845-853,
- Ruff, C. (1997). Optimal aging and resilience. *On Wisconsin* (p.19). Madison, WI : University of Wisconsin.
- Rutter, M. (1982). Epidemiological-longitudinal approaches to the study of development. In W.A. Collins (Ed.), *The concept of development, Minnesota symposia on child psychology* (Vol. 15). Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum.
- Rutter, M. & Quinton, D. (1984). Long-term follow-up of women institutionalized in childhood : Factors promoting good functioning in adult life. *British Journal of Developmental Psychology*, 18, 225-234.
- Rutter, M. (1990). Psychosocial resilience and protective mechanisms. In Rolf, J. & al. (Eds), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*, (pp. 181-214). N-Y, Cambridge Press.
- Rutter, M. (1993). Resilience: Some conceptual considerations. *Journal of Adolescent Health*, 14, 8, 626-631.
- Rozanski, A. & Kubzansky, L.D. (2005). Psychologic functioning and physical health: A paradigm of flexibility. *Psychosomatic Medicine*, 67, 547-553.
- Sandler, I.M. & Block, M. (1979). Life stress and maladaptation of children. *American Journal of Community Psychology*, 7, 425-439.
- Sanford, N., Webster, H. & Friedman, M. (1957). Impulse expression as a variable of personality. *Psychological Monographs*, 71, 1-21.
- Schaefer, J.A. & Moos, R.A. (1992). Life crises and personal growth. In B.N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 149-170). Westport, CT: Praeger.



- Scheier, M. F., Matthews, K. A., Owens, J. F., Magovern, G. J., Sr., Lefebvre, R. C., Abbott, R. A., & Carver, C. S. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery : The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1024-1040.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmialyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction, *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.
- Silk, J. S., Shaw, D. S., Forbes, E. E., Lane, T. L., & Kovacs, M. (2006). Maternal depression and child internalizing: The moderating role of child emotion regulation. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35, 116-126.
- Smadja, C. (2001). Étude sur la dépression essentielle. In C. Smadja (Ed.), *La vie opératoire: Études psyhanalytiques*. Paris: PUF.
- Sroufe, L.A., Carlson, E. & Shulman, S. (1993). Individuals in relationships : Development from infancy through adolescence. In D.C. Funder, R.D. Parke, C. Tomlinson-Keasey & K. Wdaman (Eds.), *Studying lives through time : Approaches to personality and development* (pp. 315-342). Washington, DC : American Psychological Association.
- Suh, E., Diner, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Suls, J., David, J.P. & Harvey, J.H. (1996). Personality and coping: Three generations of research. *Journal of Personality*, 64, 711-736.
- Taylor, G.J., Bagby, R.M. & Parker, J.D.A. (1991). The alexithymia construct: a potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics*, 32, 153-164.
- Taylor, S.E. (1983). Adjustment to Threatening Life Events: A Theory of Cognitive Adaptation. *American Psychologist*, 38, 1161-1173.
- Teasdale, J. D., & Green, H. A. C. (2004). Ruminative self-focus and autobiographical memory. *Personality and Individual Differences*, 36, 1933-1943.
- Tennen, H., & Affleck, G. (1999). Finding benefits in adversity. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 279-304). New York: Oxford University Press.
- Tomkins, S. S. (1982). Affect theory. In P. Ekman (Ed.), *Emotions in the human face* (2nd ed., pp. 353-395). New York: Cambridge University Press.

- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304.
- Tugade, M.M. & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.
- Tugade, M.M. & Fredrickson, B.L. (2002). Positive emotions and emotional intelligence. In L. Feldman Barrett & P. Salovey (Eds.). *The Wisdom of Feelings* (pp. 319 – 340). New York: Guilford.
- Trijsburg, W., Bond, M., Drapeau, M., Thygesen, K & Yves de Roten, (2005). *The defense style questionnaire (DSQ-60) : Shorter but improved*. Keynote presented at the 36th Annual Meeting of the Society for Psychotherapy Research, Montreal, June.
- Vaillant, G.E. (1976). Natural history of male psychological health, Part 5: The relation of choice of ego mechanisms of defense to adult adjustment. *Archives of General Psychiatry*, 33, 535-545.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little, Brown.
- Vaillant, G.E. & Drake, R.E. (1985). Maturity of ego defenses in relation to DSM-III axis II personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, 42, 597-601.
- Vaillant, G.E, Bond, M., Vaillant, C.O. (1986). An empirically validated hierarchy of defense mechanisms. *Archive of General Psychiatry*, 43, 786-794.
- Vaillant, George E. & Davis, J. T. (2000). Social/emotional intelligence and midlife resilience in schoolboys with low tested intelligence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70, 215-222.
- Vaillant, G. E. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington, DC, US: American Psychiatric Association.
- Vaillant, G. E. (1995). Repression in college men followed for half a century. In *Repression and dissociation: Implications for personality theory, psychopathology, and health*. (pp. 259-273). Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
- Vaillant, G. E. (1993). *The wisdom of the ego*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vaillant, George E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55, 89-98.
- Wagnild, G. & Young, H. Y. (1991). Another look at hardiness. *Image : Journal of Nursing Scholarship*, 23, 257-259.
- Watson, D., Clark, L.A, Tellegen, A. (1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect : The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

- Watson, D. & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the Five-Facotr Model. *Journal of Personality*, 64, 737-774.
- Werner, E.E., & Smith, R.S. (1982). *Vulnerable but invincible : A study of resilient children and youth*. New-York : McGraw-Hill.
- Werner, E. & Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca: Cornell.
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.
- Werner, E.E. (1995). Resilience in development. *Journal of the American Psychological Society*, 4, 81-84.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.
- Winnicott, D.W. (1971). *Jeu et réalité*. France : Gallimard.
- Winnicott, D.W. (1960). Ego distortion in terms of true and false self. In (1965) *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*. London: Hogarth.
- Wolin, S.J., & Wolin, S. (1993). *Bound and Determined: Growing up resilient in a troubled family*. New York: Villard.
- Wyman, P.A., Cowen, E.L., Work, W. & Kerley, J.H. (1993). The role of children's future expectations in self-esteem functioning and adjustment to life stress: A prospective study of urban at-risk children. *Development and Psychopathology*, 5, 649-661.
- Zigler, E. & Trickett, P.K. (1978). IQ, social competence, and evaluation of early childhood intervention programs. *American Psychologist*, 33, 789-798.
- Zuckerman, M., Kuhlman, D. M., Joireman, J.P.T. & Kraft, M. (1994). A comparison of three structural models for personality : The Big Three, the Big Five, and the Alternative Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 757-768.

## Tableaux

Tableau 1

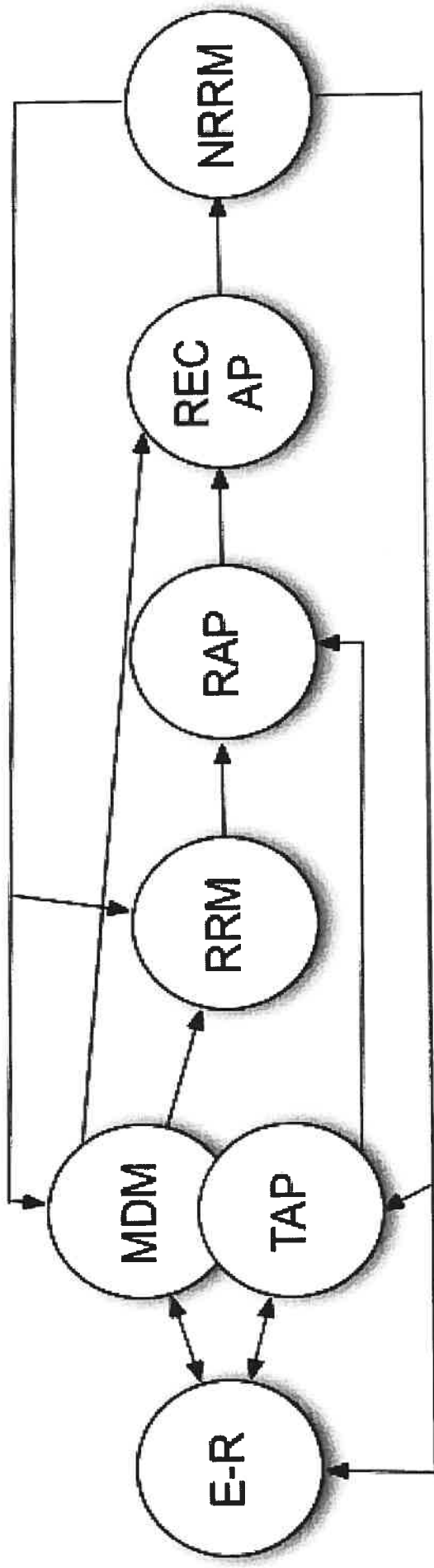
*Recoupement théorique des construits de résilience du moi et de mécanismes de défense.*

<b>Descripteurs de la résilience du moi</b>	<b>Mécanismes de défense reflétant ce descripteur</b>
Délais de gratification (Block & Kremen, 1996; Funder & Block, 1989)	Répression*
Expérience de jeu de l'environnement (Block & Kremen, 1996); Exploration positive et vitale de l'environnement (Block, 1982; White, 1959). Émotivité positive (Tugade & Fredrickson, 2004)	Humour* et sublimation* Capacité de jouer, de mettre un espace transitionnel (Winnicott, 1971)
Inhibition de l'agressivité (Block & Kremen, 1996)	Affirmation de soi* et inversement corrélé à la dévalorisation de l'autre
Prudence dans les situations non-structurées et Régulation et modération des impulsions (Block & Kremen, 1996)	Inversement corrélé à l'acting out*, un mécanisme de défense immature (conceptualisé comme l'utilisation de drogue dure : Block & al., 1988)
Action expérimentale (Freud), prévoir les conséquences (Block & Kremen, 1996)	Anticipation*
Relation interpersonnelle adéquate (Block & Kremen, 1996; Klohnen, 1996)	Altruisme*, affiliation*
Perceptif et capacité d'insight (Klohnen, 1996)	Capacité à s'observer*
Anxiété tolérable (Block & Kremen, 1996)	Mouvement vers une maturité globale des mécanismes de défense (Cramer, 1998)

*Note.* \* Selon la définition du mécanisme de défense incluse dans le DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994)

Figures

Figure 1. Modèle constructiviste et hiérarchique hypothétique de la résilience du moi par les mécanismes de défense et les affects positifs contenus et s'intégrant aux représentations mentales.



Note. E-R = Ego-résilience, MDM = Mécanismes de défense matures, TAP = Trait d'affectivité positive, RRM = Réseau de représentations mentales, RAP = récupération affective positive, REC AP = Nouvelle(s) représentation(s) mentale(s).

Appendices

Appendice A

Formulaire de consentement

## FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Je, (nom en lettres moulées) \_\_\_\_\_,

accepte de participer à une recherche portant sur la résilience. Son objectif principal est de mieux comprendre les émotions et les processus psychologiques qui y sont impliqués. Je comprends que :

- 1- Ma participation est volontaire.
- 2- Je peux mettre fin à cette participation en tout temps, sans obligation de ma part.
- 3- Je ne suis pas payé(e) pour ma participation.
- 4- Je devrai compléter quelques questionnaires ce qui prendra environ **25 à 30 minutes**. Je devrai également me prêter au visionnement de deux extraits de film. L'expérimentation durera entre **1 heure et 1h30**.
- 5- Ma participation sera parfaitement confidentielle, c'est-à-dire qu'aucune personne en contact avec le matériel de recherche ne pourra m'identifier parce que :
  - Mon nom ne figurera pas sur les questionnaires puisqu'il sera remplacé par un code ;
  - Le contenu de certains questionnaires sera modifié afin de rendre impossible l'identification d'une personne;
  - seules les personnes directement associées à la recherche auront accès au matériel ;
  - Le matériel des questionnaires sera tenu sous clé ;
- 6- Il est possible qu'une portion de mes réponses ainsi que les résultats de la recherche soient éventuellement publiés sous une forme assurant mon anonymat.
- 7- Cette recherche est réalisée sous la direction du Docteur Serge Lecours, psychologue et professeur adjoint au Département de Psychologie de l'Université de Montréal. Je peux également contacter Frédérick Philippe, pour toutes questions supplémentaires concernant ma participation à l'adresse de courriel suivante : \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Signature du participant

\_\_\_\_\_  
Date

Frédérick Philippe  
Étudiant au M.Sc. Psychologie  
Université de Montréal

Serge Lecours, Ph. D.  
Professeur adjoint en Psychologie  
Université de Montréal



Appendice B

Instruments de mesure

## Questionnaire sur l'évaluation des réseaux de représentations internes (QERRI)

Philippe & Lecours (2006)

### Description et cotation

Le QERRI est un questionnaire évaluant la richesse des réseaux de représentations mentales associés à un élément de la mémoire autobiographique. Le QERRI se base sur le Positive and Negative Affects Schedule (PANAS; Watson & Clark, 1988) comme mesure des affects contenus dans les souvenirs autobiographiques. La richesse générale des réseaux se calcule par la moyenne 1) des scores Z des affects positifs contenus dans les deux souvenirs rapportés, 2) l'inverse des scores Z des affects négatifs contenus dans les deux souvenirs rapportés, 3) le score Z du nombre de liens positifs des deux souvenirs et 4) l'inverse des scores Z des liens négatifs des deux souvenirs.

## Questionnaire sur l'évaluation des représentations internes

- 1- Essayez de vous remettre le plus possible dans l'état dans lequel vous étiez lors du visionnement de l'extrait de film présenté.
- 2- En vous basant sur vos **expériences personnelles**, réfléchissez à ce à quoi l'extrait présenté vous fait penser, à quels **souvenirs personnels** vous pouvez l'associer. Ce peut-être un événement, un objet, une personne, un moment spécifique, etc.
- 3- Il n'est pas nécessaire que le lien soit apparent avec l'extrait. L'important est que le lien soit significatif pour vous.
- 4- Donnez un nom à chacun des souvenirs **différents** qui vous viennent à l'esprit et inscrivez-les sur les lignes ici-bas. Essayez d'écrire le plus de souvenirs possibles. Il n'est pas nécessaire de remplir toutes les lignes. Écrivez ce qui vous vient à l'esprit.

Souvenir #1 \_\_\_\_\_

Souvenir #2 \_\_\_\_\_

Souvenir #3 \_\_\_\_\_

Souvenir #4 \_\_\_\_\_

Souvenir #5 \_\_\_\_\_

Souvenir #6 \_\_\_\_\_

Souvenir #7 \_\_\_\_\_

Souvenir #8 \_\_\_\_\_

Souvenir #9 \_\_\_\_\_

Souvenir #10 \_\_\_\_\_



En vous remettant dans l'état dans lequel vous étiez lorsque vous avez vécu ce que vous venez de décrire (souvenir #1), remplissez le questionnaire suivant :

Ce questionnaire contient 24 adjectifs qui décrivent des sentiments et des émotions. Lisez attentivement chacun de ces 24 adjectifs. Pour chacun des 24 adjectifs, vous devez indiquer à quel point il décrit comment vous vous êtes senti(e) **au moment où vous avez vécu l'événement qui compose le souvenir que vous venez de raconter**. Pour ce faire, vous devez utiliser le choix de réponses suivant (encerclez) :

1. Très peu ou pas du tout
2. Peu
3. Modérément
4. Beaucoup
5. Énormément

	Très peu ou pas du tout	Peu	Modérément	Beaucoup	Énormément
1. Intéressé(e)	1	2	3	4	5
2. Angoissé(e)	1	2	3	4	5
3. Excité(e)	1	2	3	4	5
4. Fâché(e)	1	2	3	4	5
5. Fort(e)	1	2	3	4	5
6. Coupable	1	2	3	4	5
7. Effrayé(e)	1	2	3	4	5
8. Déprimé(e)	1	2	3	4	5
9. Enthousiaste	1	2	3	4	5
10. Fier(e)	1	2	3	4	5
11. Irrité(e)	1	2	3	4	5
12. Alert(e)	1	2	3	4	5
13. Honteux(se)	1	2	3	4	5
14. Inspiré(e)	1	2	3	4	5
15. Nerveux(se)	1	2	3	4	5
16. Abattu(e)	1	2	3	4	5
17. Attentif(ve)	1	2	3	4	5
18. Agité(e)	1	2	3	4	5
19. Actif(ve)	1	2	3	4	5
20. Craintif(ve)	1	2	3	4	5
21. Triste	1	2	3	4	5
22. Déterminé(e)	1	2	3	4	5
23. Hostile	1	2	3	4	5
24. Découragé(e)	1	2	3	4	5

Toujours **en rapport au souvenir #1** que vous venez de raconter :

- 1- En vous basant sur vos **expériences personnelles**, réfléchissez à ce à quoi ce **souvenir #1** que vous avez décrit vous fait penser; à quels **AUTRES souvenirs personnels** vous pouvez l'associer. Faites un **lien**. Ce peut-être un événement, un objet, une personne, un moment spécifique, un élément, etc.
- 2- Il n'est pas nécessaire que le lien soit apparent avec votre souvenir #1. L'important est que le lien soit significatif pour vous.
- 3- Essayez de faire le plus de liens possibles avec votre souvenir #1. Vous n'aurez pas à décrire ces liens en détails, mais vous aurez à **identifier, selon vous, l'émotion principale** qui accompagnait le contenu de ce lien et de **donner l'intensité de cette émotion** (1 étant pas du tout intense et 10 extrêmement intense). Encerclez le (+) si l'émotion accompagnatrice est globalement positive ou encerclez le (-) si l'émotion accompagnatrice est globalement négative.
- 4- Donnez un nom à chacun des **liens différents** qui vous viennent à l'esprit et inscrivez-les sur les lignes ici-bas. Il n'est pas nécessaire de remplir toutes les lignes.

Nom donné au lien	Émotion accompagnatrice	Intensité
Lien #1 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #2 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #3 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #4 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #5 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #6 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #7 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #8 _____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



En vous remettant dans l'état dans lequel vous étiez lorsque vous avez vécu ce que vous venez de décrire (souvenir #2), remplissez le questionnaire suivant :

Ce questionnaire contient 24 adjectifs qui décrivent des sentiments et des émotions. Lisez attentivement chacun de ces 24 adjectifs. Pour chacun des 24 adjectifs, vous devez indiquer à quel point il décrit comment vous vous êtes senti(e) **au moment où vous avez vécu l'événement qui compose le souvenir que vous venez de raconter**. Pour ce faire, vous devez utiliser le choix de réponses suivant (encerclez) :

1. Très peu ou pas du tout
2. Peu
3. Modérément
4. Beaucoup
5. Énormément

	Très peu ou pas du tout	Peu	Modérément	Beaucoup	Énormément
1. Intéressé(e)	1	2	3	4	5
2. Angoissé(e)	1	2	3	4	5
3. Excité(e)	1	2	3	4	5
4. Fâché(e)	1	2	3	4	5
5. Fort(e)	1	2	3	4	5
6. Coupable	1	2	3	4	5
7. Effrayé(e)	1	2	3	4	5
8. Déprimé(e)	1	2	3	4	5
9. Enthousiaste	1	2	3	4	5
10. Fier(e)	1	2	3	4	5
11. Irrité(e)	1	2	3	4	5
12. Alert(e)	1	2	3	4	5
13. Honteux(se)	1	2	3	4	5
14. Inspiré(e)	1	2	3	4	5
15. Nerveux(se)	1	2	3	4	5
16. Abattu(e)	1	2	3	4	5
17. Attentif(ve)	1	2	3	4	5
18. Agité(e)	1	2	3	4	5
19. Actif(ve)	1	2	3	4	5
20. Craintif(ve)	1	2	3	4	5
21. Triste	1	2	3	4	5
22. Déterminé(e)	1	2	3	4	5
23. Hostile	1	2	3	4	5
24. Découragé(e)	1	2	3	4	5



Toujours **en rapport au souvenir #2** que vous venez de raconter :

- 1- En vous basant sur vos **expériences personnelles**, réfléchissez à ce à quoi ce **souvenir #2** que vous avez décrit vous fait penser; à quels **AUTRES souvenirs personnels** vous pouvez l'associer. Faites un **lien**. Ce peut-être un événement, un objet, une personne, un moment spécifique, un élément, etc.
- 2- Il n'est pas nécessaire que le lien soit apparent avec votre souvenir #2. L'important est que le lien soit significatif pour vous.
- 3- Essayez de faire le plus de liens possibles avec votre souvenir #2. Vous n'aurez pas à décrire ces liens en détails, mais vous aurez à **identifier, selon vous, l'émotion principale** qui accompagnait le contenu de ce lien et de **donner l'intensité de cette émotion** (1 étant pas du tout intense et 10 extrêmement intense). Encerclez le (+) si l'émotion accompagnatrice est globalement positive ou encerclez le (-) si l'émotion accompagnatrice est globalement négative.
- 4- Donnez un nom à chacun des **liens différents** qui vous viennent à l'esprit et inscrivez-les sur les lignes ici-bas. Il n'est pas nécessaire de remplir toutes les lignes.

	<b>Nom donné au lien</b>	<b>Émotion accompagnatrice</b>	<b>Intensité</b>
Lien #1	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #2	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #3	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #4	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #5	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #6	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #7	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Lien #8	_____	_____ + / -	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10