



HAL
open science

L'intérêt du modèle d'interaction aptitude-traitement pour mieux comprendre les processus associés aux traits de personnalité: le cas de la disposition à l'évitement expérientiel

Jean-Baptiste Pavani, Anne Congard, Pascal Antoine

► **To cite this version:**

Jean-Baptiste Pavani, Anne Congard, Pascal Antoine. L'intérêt du modèle d'interaction aptitude-traitement pour mieux comprendre les processus associés aux traits de personnalité: le cas de la disposition à l'évitement expérientiel. 22èmes Journées de Psychologie Différentielle, Jun 2016, Chambéry, France. hal-01713515

HAL Id: hal-01713515

<https://hal.science/hal-01713515>

Submitted on 20 Feb 2018

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

L'intérêt du modèle d'interaction aptitude-traitement pour mieux comprendre les processus associés aux traits de personnalité : le cas de la disposition à l'évitement expérientiel

Jean-Baptiste Pavani, Anne Congard, & Pascal Antoine

Université Aix-Marseille - Centre de Recherche PsyCLÉ (EA 3273)

INTRODUCTION

Le modèle d'interaction aptitude-traitement avancé par Lee J. Cronbach dans un article de référence (1957) souligne que l'effet d'une intervention psychologique peut être modéré par les dispositions des individus qui la suivent. La psychologie clinique s'en est déjà emparée, motivée par l'idée que proposer aux personnes les interventions les plus ajustées à leurs dispositions de personnalité serait un moyen de mieux les accompagner (e.g., Le Corff, 2011). Néanmoins, nous pouvons également nous appuyer sur ce modèle pour des raisons plus fondamentales, et notamment pour accroître notre connaissance des processus associés à tel ou tel trait de personnalité. Cette idée est illustrée dans le présent travail par l'exemple de la disposition à l'évitement expérientiel.

La disposition à l'évitement expérientiel

- la tendance rigide d'une personne à éviter, inhiber ou chercher à éliminer tout
- ressenti interne désagréable (émotions, pensées et sensations corporelles négatives)
- au point de mettre à mal la poursuite de ses objectifs personnels (Hayes et al., 1999)
- corrélation positive avec le névrosisme et négative avec le caractère consciencieux (Latzman & Masuda, 2013)
- facteur de risque considérable aux troubles émotionnels (dépression, troubles anxieux ; Hayes et al., 1999)

1er processus nuisible central supposé :

Utilisation fréquente de stratégies inadaptées pour diminuer ses émotions et pensées négatives, telles que l'évitement, l'inhibition et la suppression expressive (Kashdan et al., 2014)

Deuxième processus nuisible central supposé :

Arrêt de la poursuite de buts personnels pour éviter les désagréments, obstacles et échecs inhérents à une telle poursuite, conduisant en définitive à la réduction considérable du plaisir et du sens éprouvés au quotidien (Kashdan et al., 2006)

S'il s'agit vraiment d'un processus dysfonctionnel central dans la disposition à l'évitement expérientiel, alors une intervention psychologique ciblant précisément ce mécanisme devrait produire davantage de bénéfices chez les personnes présentant des niveaux d'évitement expérientiel élevés comparativement à celles qui en présentent des niveaux faibles.

S'il s'agit vraiment d'un processus dysfonctionnel central dans la disposition à l'évitement expérientiel, alors une intervention psychologique ciblant précisément ce mécanisme devrait produire davantage de bénéfices chez les personnes présentant des niveaux d'évitement expérientiel élevés comparativement à celles qui en présentent des niveaux faibles.

Les interventions de méditation de pleine conscience visent à favoriser l'acceptation sans-jugement de l'ensemble des ressentis qui surviennent moment après moment, même et surtout quand il s'agit de sensations, d'émotions et de pensées négatives (Kabat-Zinn, 1994).

Les interventions de psychologie positive visent à favoriser le vécu d'émotions positives au quotidien, ainsi que l'engagement dans des activités porteuses de sens (Seligman et al., 2006).

METHODE

Participants

119 adultes français tout-venant (71% féminin)
47 dans le groupe suivant une intervention de méditation de pleine conscience (77% féminin)
75 dans le groupe suivant une intervention de psychologie positive (67% féminin)

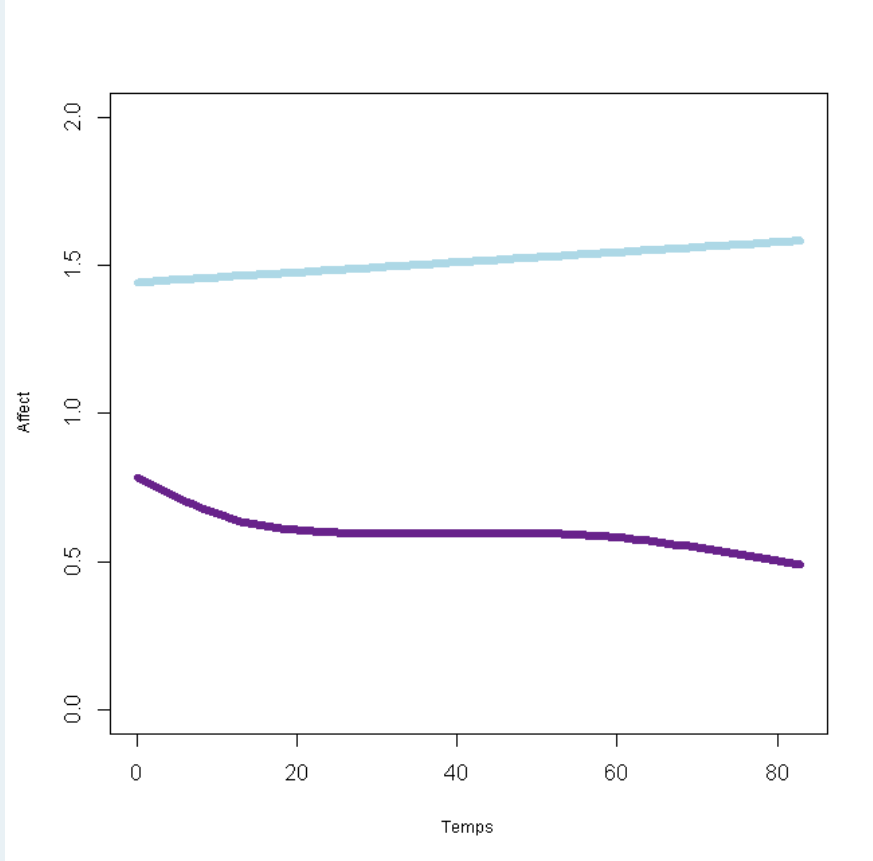
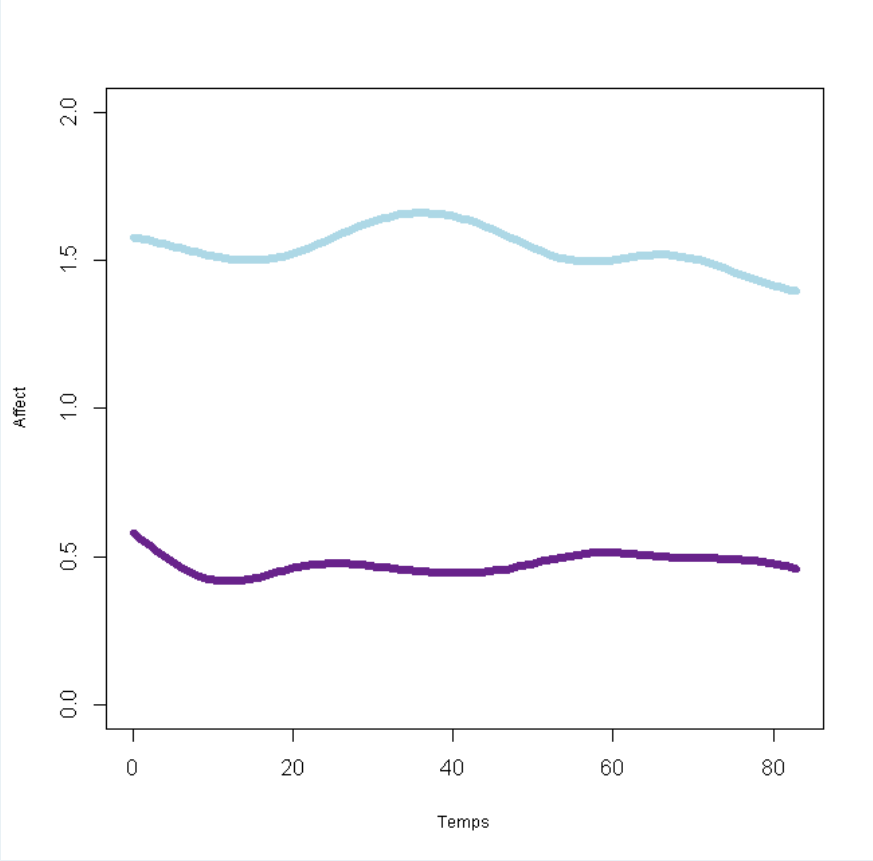
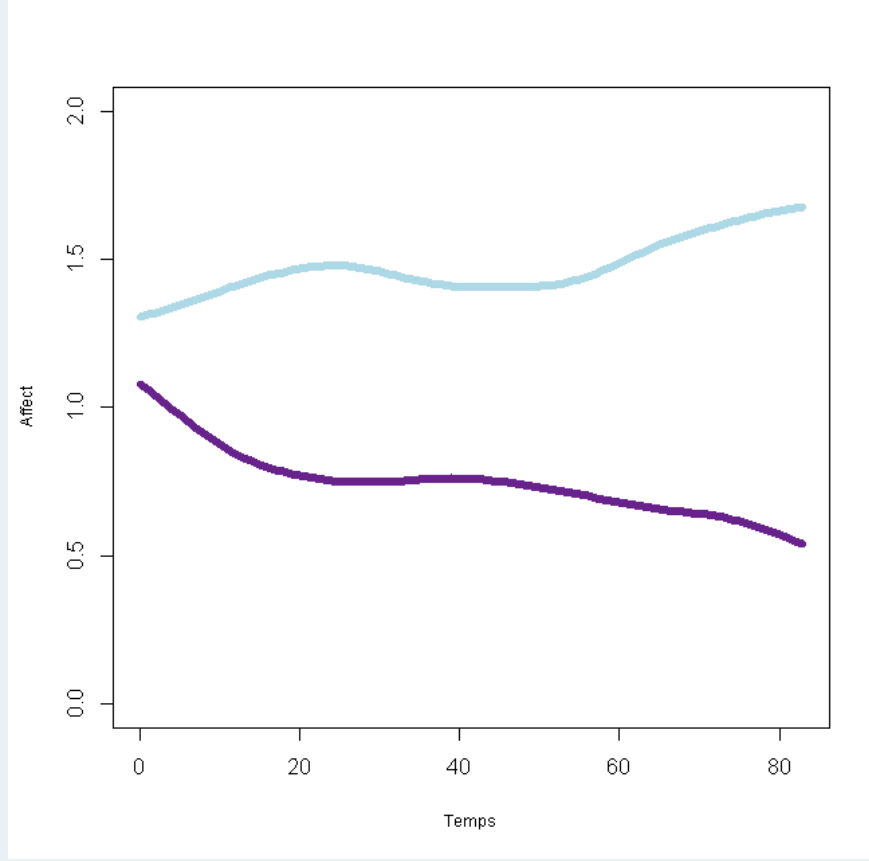
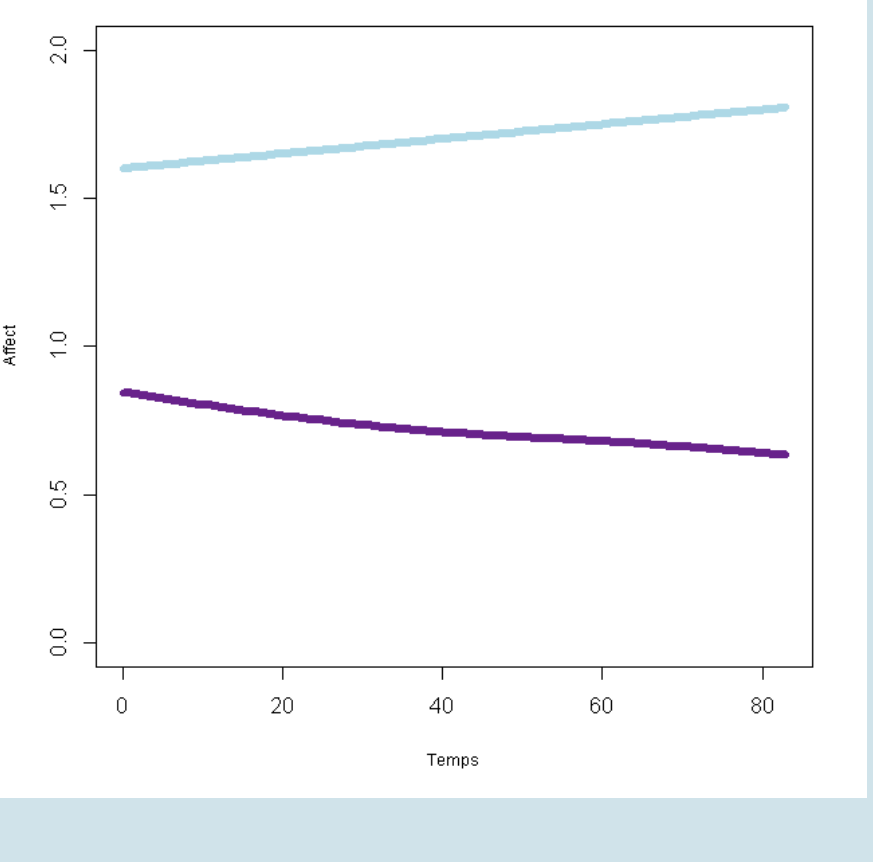
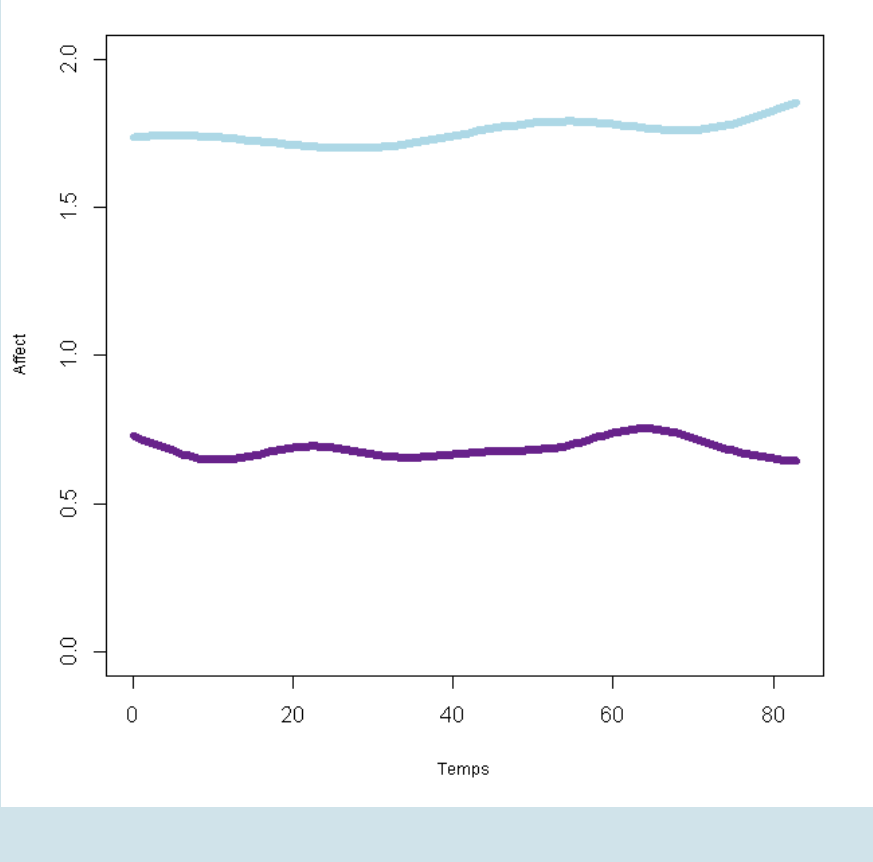
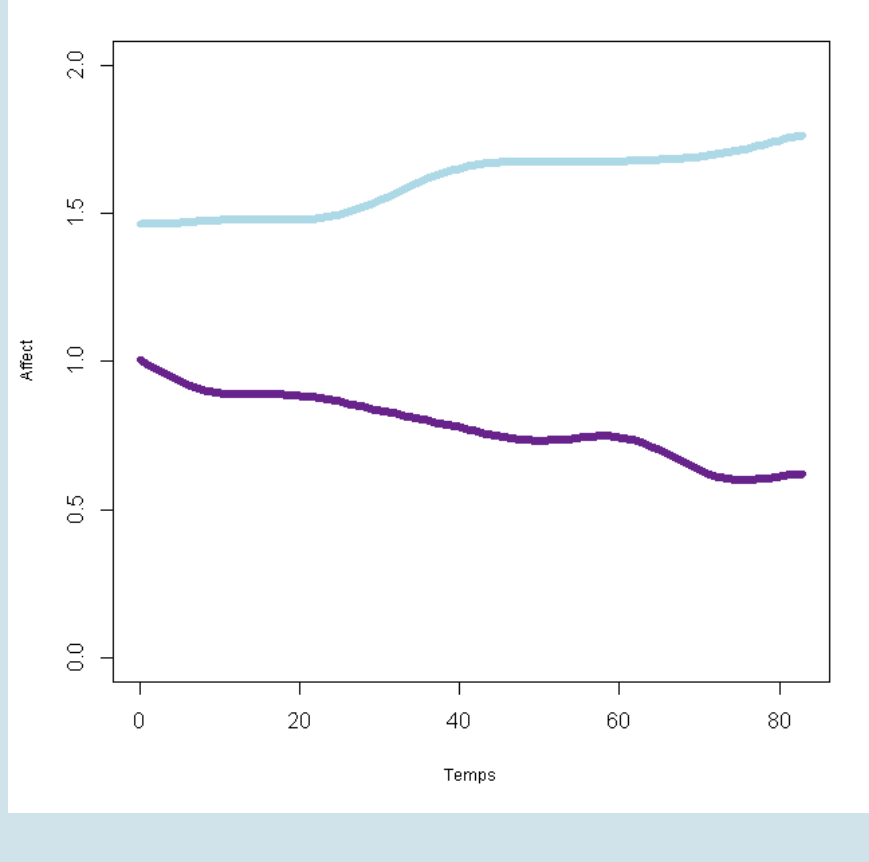
Procédure

Procédure se déroulant en 2 étapes
1. Remplissage de la validation française de l'Acceptance and Action Questionnaire-II, mesure de la disposition à l'évitement expérientiel
2. Suivi d'une phase ESM consistant en 2 brèves évaluations quotidiennes par jour pendant 48 jours consécutifs, soit
- 3 jours de pré-test (avant le début du programme)
- 6 semaines de programmes
- 3 jours de post-test (après la fin du programme)

Variables dépendantes / à expliquer

Vécu d'émotions positives et négatives tout au long de l'intervention

RESULTATS

	Population	Évitement expérientiel faible (1,5 ET en-dessous de M)	Évitement expérientiel élevé (1,5 ET au-dessus de M)
Intervention de pleine conscience	 <p>Augmentation linéaire des affects positifs (en bleu clair) Diminution non-linéaire des affects négatifs (en violet)</p>	 <p>Diminution non-linéaire des affects positifs et négatifs</p>	 <p>Augmentation non-linéaire des affects positifs Diminution non-linéaire des affects négatifs</p>
Intervention de psychologie positive	 <p>Augmentation linéaire des affects positifs Diminution non-linéaire des affects négatifs</p>	 <p>Augmentation légère et non-linéaire des affects positifs Diminution légère et non-linéaire des affects négatifs</p>	 <p>Augmentation non-linéaire plus importante des affects positifs Diminution non-linéaire plus importante des affects négatifs</p>

DISCUSSION

Le modèle d'interaction aptitude-traitement (Cronbach, 1957) semble utile pour mieux connaître les processus psychologiques associés à tel ou tel trait de personnalité.

Si les individus présentant les plus fortes dispositions à l'évitement expérientiel bénéficient davantage d'une intervention de pleine conscience que les individus qui en présentent les dispositions les plus faibles, c'est probablement que l'utilisation des stratégies inadaptées d'évitement et de suppression des émotions négatives sont un processus central dans cette disposition.

Idem, s'ils bénéficient davantage d'une intervention de psychologie positive que les individus présentant les plus faibles dispositions à l'évitement expérientiel, c'est probablement que la réduction du plaisir et du sens éprouvés au quotidien sont un processus central dans ce trait.