

L'interaction des affordances et des vicariances dans le contexte des interventions centrées sur les compétences en régulation émotionnelle :

Comment la personnalité des individus modère la réponse à ces interventions ?

Pavani Jean-Baptiste, Le Vigouroux Sarah,
Congard Anne, & Bruno Dauvier

6^{ème} Atelier Modevaiaa : Le roman de la variabilité, 10 ans déjà !



Les affordances

“The affordances of the environment are what it offers the animal, what it provides or furnishes, either for good or for ill”
(Gibson, 1979, p. 127)

Deux conceptions différentes :

- recouvrant en elles-mêmes l'interaction situation-individu
- **relevant essentiellement de la situation**

Définition appropriée à l'étude des différences interindividuelles et de la variabilité intra-individuelle :

- l'ensemble des possibilités d'action permises par une situation

Gibson, J. J. (1979). *The Ecological Approach to visual Perception*. Boston : Houghton Mifflin Company.

Les affordances des interventions psychologiques

Affordances non-spécifiques :

- « suivables » assidument ou non
- « Obéissables » ou « opposables »
- « quittables »

Affordances spécifiques :

- invitations particulières à utiliser telle ou telle stratégie cognitive ou comportementale

Les vicariances

« Il existe [...] quelques raisons générales, pour le psychologue, de s'intéresser aux situations dans lesquelles ont lieu plusieurs processus d'élaboration de la réponse, processus pouvant se substituer l'un à l'autre (Reuchlin, 1978, cité par Reuchlin, 1999, p. 56)

Définition :

- l'ensemble des possibilités d'action d'un individu

Reuchlin, M. (1999). *Évolution de la Psychologie Différentielle*. Paris : Presses Universitaires de France.

Les vicariances relatives à la personnalité

Exemple du névrosisme : différentes manières de faire face à des menaces potentielles



- Considération de tous les aspects d'une situation
- Focalisation de l'attention sur le moment présent
- Exposition
- Hypervigilance
- Inquiétude & Ruminantion
- Evitement

L'interaction affordances-vicariances pour rendre compte des différences interindividuelles dans la variabilité intra-individuelle

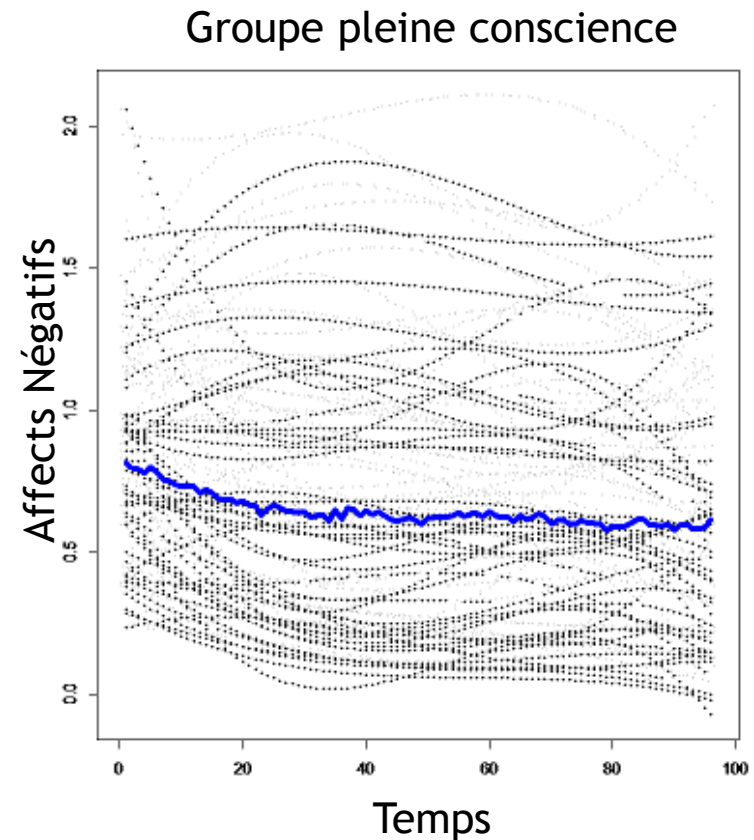
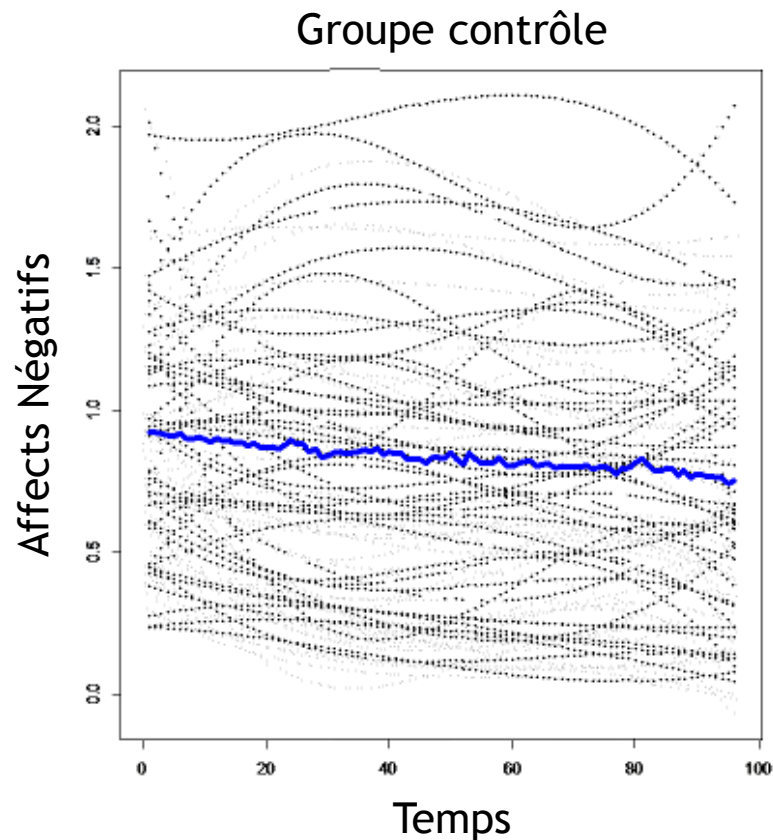
L'interaction affordances-vicariances explique :

- l'évolution des processus utilisés par un individu au cours du temps et à travers différentes situations
- les différences interindividuelles dans cette évolution

L'interaction intervention-personnalité explique :

- la réponse d'un individu à une intervention
- les différences interindividuelles dans cette réponse

Les différences interindividuelles dans la réponse à une même intervention psychologique



L'origine des différences interindividuelles dans la réponse à une même intervention psychologique



« Dans l'ensemble, les textes recensés montrent que les traits de la personnalité ont un rôle à jouer dans plusieurs aspects importants de l'intervention psychologique, soit le choix d'une approche thérapeutique appropriée au client, l'établissement de l'alliance thérapeutique, l'expression du contre-transfert, ainsi que l'engagement et l'adhésion au traitement » (Le Corff, 2011, p. 267).

Le Corff, Y. (2011). Rôle des traits de la personnalité dans l'intervention psychologique. *Revue canadienne de counseling et de psychothérapie*, 45, 262-279.

Les intérêts d'étudier l'interaction intervention-personnalité

- Clinique : individualisation des interventions
- Théorique : meilleure connaissance de l'implication de la personnalité dans l'adaptation à différentes situations

“In both applied work and general scientific work, psychology requires combined, not parallel, labors from our two historic disciplines. In this common labor, they will almost certainly become one, with a common theory, a common method, and common recommendations for social betterment” (Cronbach, 1957, p. 684)

Cronbach, L. J. (1957). The two disciplines of scientific psychology. *American Psychologist*, 12, 671-684.

La compensation des faiblesses

Principe : une intervention est d'autant plus efficace que ses cibles sont les dispositions dysfonctionnelles de la personnalité de l'individu qui la suit

- Intervention → Faiblesse
- Intervention → Force

Exemple : un enseignement très structuré bénéficie davantage aux étudiants qui ont au départ les connaissances les plus limitées (Snow, 1991)

Snow, R. E. (1991). Aptitude-Treatment Interaction as a Framework for Research on Individual Differences in Psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 5-16.

La capitalisation sur les forces

Principe : une intervention est d'autant plus efficace que les stratégies thérapeutiques qu'elle invite à utiliser, pour modifier les dispositions de la personnalité de l'individu qu'elle cible, ont une mise en œuvre facilitée par d'autres dispositions de sa personnalité

- Intervention — Force → Faiblesse
- Intervention — Faiblesse → Faiblesse

Exemple : un enseignement peu structuré bénéficie davantage aux étudiants qui ont au départ l'anxiété la plus basse (Snow, 1991)

Snow, R. E. (1991). Aptitude-Treatment Interaction as a Framework for Research on Individual Differences in Psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 5-16.

Les interventions centrées sur les compétences en régulation émotionnelle

Intérêt : association entre les compétences en régulation émotionnelle et le bien-être, la santé et la réussite professionnelle (Mikolajczak & Desseilles, 2012)

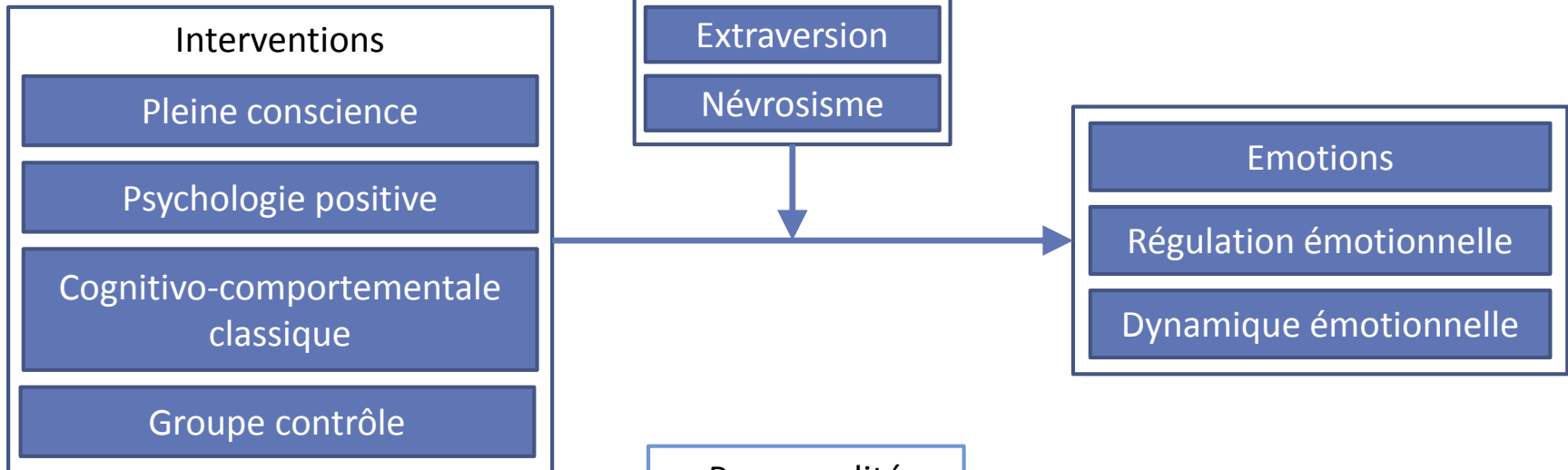
Types d'intervention dont les effets sont les plus considérables :

- intervention cognitivo-comportementale classique
- intervention de psychologie positive
- intervention de méditation de pleine conscience

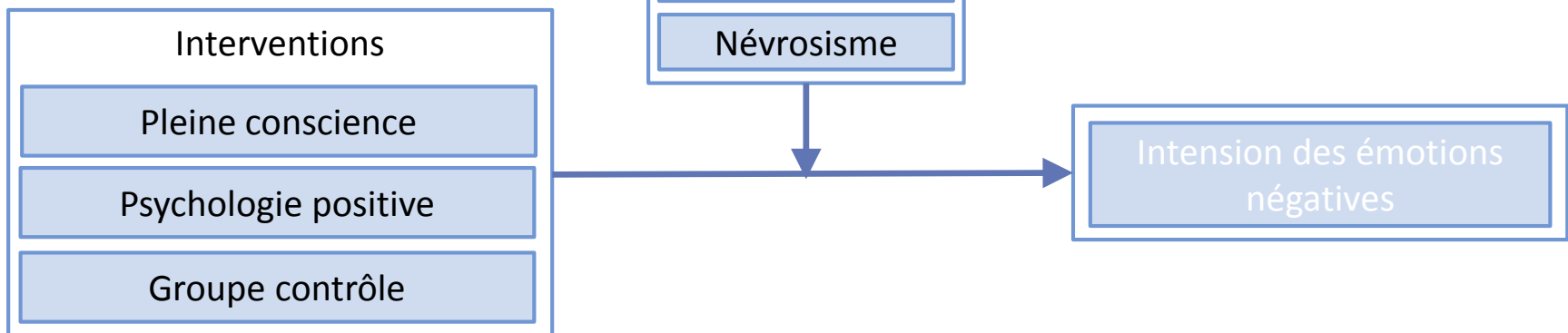
Mikolajczak, M., & Desseilles, M. (2012). *Traité de régulation émotionnelle*. Louvain : De Boeck.

L'interaction intervention-personnalité dans le projet de thèse

A l'issue du projet :



Exemple d'aujourd'hui :



Méthode

Procédure

Première étape : Durée : 45 minutes à 1 heure

- Réponse à une batterie de questionnaires sur internet portant sur :
 - informations sociodémographiques basiques
 - personnalité

Deuxième étape : Durée : 32 jours consécutifs

Groupe contrôle

Réponse à 2 petits questionnaires
biquotidiens portant sur :

- le vécu émotionnel immédiat
- les stratégies de régulation émotionnelle utilisées depuis le dernier questionnaire

Groupe intervention

Réponse à 2 petits questionnaires
biquotidiens portant sur :

- le vécu émotionnel immédiat
- les stratégies de régulation émotionnelle utilisées depuis le dernier questionnaire

Suivi d'une activité quotidienne de 10 à 20
minutes sauf :

- 3 jours initiaux
- les week-ends
- 3 jours finaux

Méthode

Participants

Critères d'inclusion :

- tout-venant (sans diagnostic d'un trouble psychologique possédant de fortes implications émotionnelles)
- âgés d'entre 18 et 65 ans

Effectif :

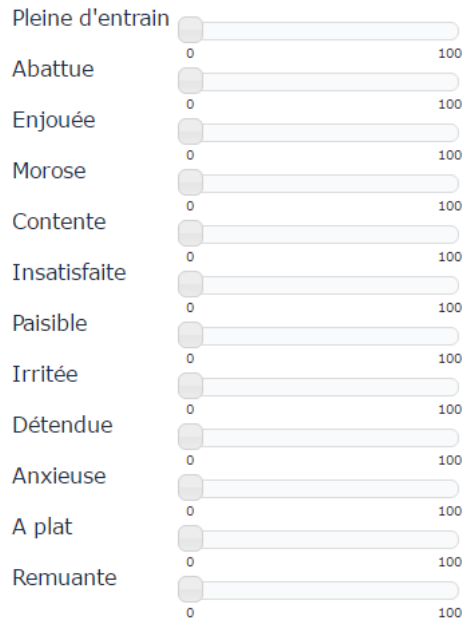
- 84 pour le groupe contrôle
- 76 pour le groupe de méditation de pleine conscience
- 69 pour le groupe de psychologie positive

Méthode

Mesures

Dans l'immédiat, je me sens :

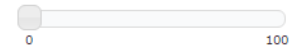
Veillez faire glisser le curseur pour donner votre réponse.



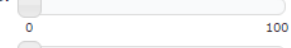
Depuis la dernière évaluation :

Veillez faire glisser le curseur pour donner votre réponse.

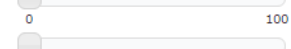
J'ai regardé sous un autre angle une chose qui me paraissait négative.



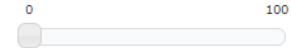
J'ai accepté de ressentir les émotions que je ressentais, sans chercher à y changer quelque chose.



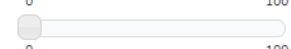
J'ai fait en sorte d'éviter de penser à des choses négatives.



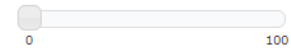
J'ai fait en sorte d'être plus sensible aux petits bonheurs de la vie que d'habitude.



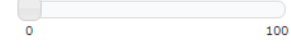
J'ai évité un lieu ou une situation concrète qui m'aurait déclenché des émotions négatives.



J'ai agi concrètement pour changer une situation qui me déplaisait.



J'ai caché mes émotions aux autres.



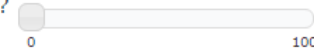
J'ai ruminé des choses déplaisantes du passé.



Pensez à l'évènement le plus positif qui vous est arrivé depuis la dernière évaluation :

Veillez faire glisser le curseur pour donner votre réponse.

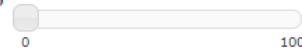
À quel point était-il intense ?



Pensez à l'évènement le plus négatif qui vous est arrivé depuis la dernière évaluation :

Veillez faire glisser le curseur pour donner votre réponse.

À quel point était-il intense ?



Méthode

Analyses des données

Utilisation de Modèles Additifs Généralisés à effet Mixte (ou GAMM)

- GAM VS régression : considérer la non-linéarité potentielle des effets
- GAMM VS GAM : considérer la nature hiérarchique des données (plusieurs réponses données par plusieurs participants)

```
gamm(Emotions_négatives ~ s(Temps, Nevrosisme,  
Extraversion, by = Groupe), random = list(Sujet = ~1))
```

Wood, S. N. (2013). mgcv: Mixed GAM Computation Vehicle with GCV/AIC/REML smoothness estimation and GAMMs by REML/PQL. Retrieved from <http://CRAN.R-project.org/>

Les interventions de méditation de pleine conscience

Principe : Les états émotionnels vécus comme insatisfaisants, souvent des émotions négatives, sont causés par :

- la rumination d'évènements passés ou à venir
- l'évitement excessif de tout ressenti désagréable

Réponse en invitation à :

- focaliser son attention sur le moment présent
- observer sans réagir, et accueillir avec curiosité et bienveillance, toutes les sensations, pensées et émotions qui surviennent moment après moment

(Baer, 2003)

Baer, R. A. (2003). Mindfulness training as a clinical intervention: A conceptual and empirical review. *Clinical Psychology Science and Practice*, 10, 125-143.

Pleine conscience et compensation des faiblesses : le névrosisme

Trait qui recouvre précisément les différences interindividuelles dans la rumination et l'évitement expérientiel (Larsen & Augustine, 2008)

Hypothèse :

- Davantage d'efficacité chez les individus à haut VS bas niveau de névrosisme

Larsen, R. J., & Augustine, A. A. (2008). Basic personality dispositions related to approach and avoidance. Dans A. J. Elliot (Dir.), *Handbook of approach and avoidance motivation* (p. 282-310). New York, NY: Psychology Press.

Pleine conscience et capitalisation sur les forces : l'extraversion

Trait qui recouvre les différences interindividuelles dans plusieurs dispositions susceptibles d'influer sur le suivi d'une intervention :

- l'intensité, la fréquence et la durée du ressenti d'émotions positives
- l'intensité de la réaction émotionnelle à un événement positif
- l'orientation de l'attention vers les opportunités et chances potentielles

(Larsen & Augustine, 2008)

Hypothèse :

- Davantage d'efficacité chez les individus extravertis VS introvertis

Les interventions de psychologie positive

Principe :

- Les états émotionnels vécus comme insatisfaisants se caractérisent au moins autant par le vécu de peu d'émotions positives que par le vécu de beaucoup d'émotions négatives

Réponse :

- Invitation à mettre en œuvre des stratégies cognitives et comportementales favorables au déclenchement et à la persistance des ressentis d'émotions positives

(Seligman, Rashid, & Parks, 2006)

Seligman, M. E. P., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61, 774-788.

Psychologie positive, compensation des faiblesses et capitalisation sur les forces

Hypothèse basée sur le mécanisme de compensation des faiblesses :

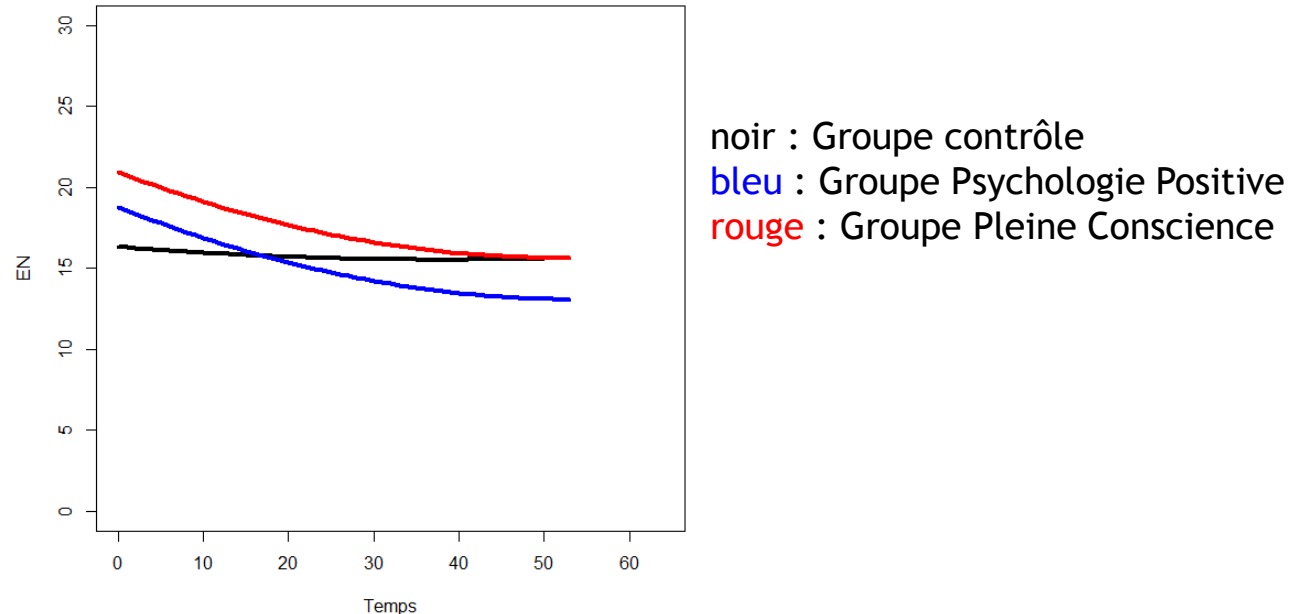
- Davantage d'efficacité chez les individus introvertis VS extravertis

Hypothèse basée sur le mécanisme de capitalisation sur les forces :

- Davantage d'efficacité chez les individus à bas VS haut niveau de névrosisme

Résultats

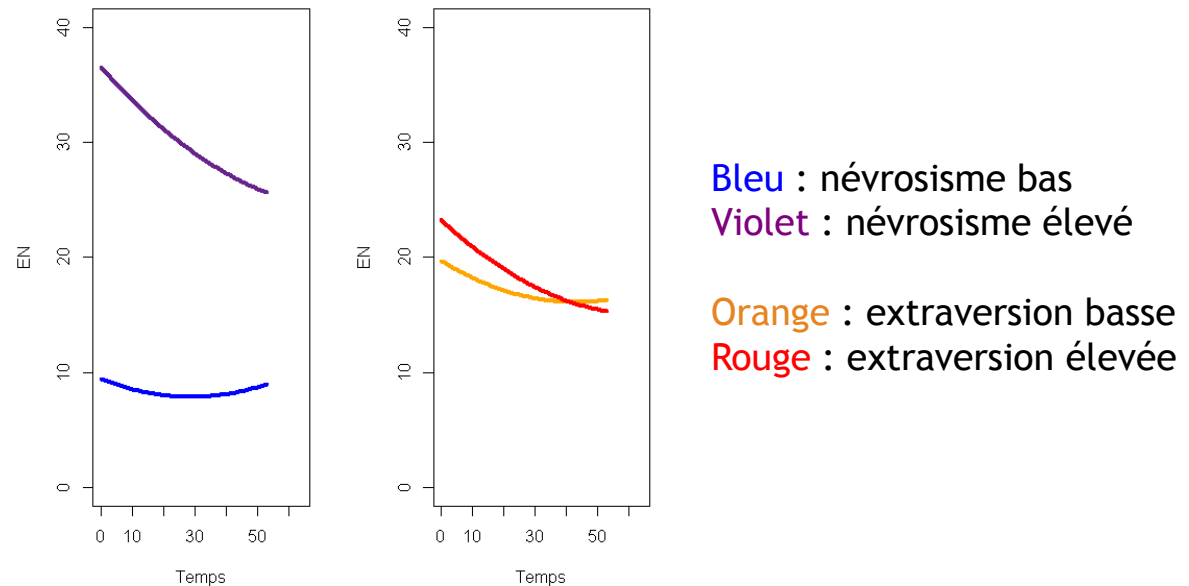
Test de l'hypothèse que le suivi des interventions produirait, en moyenne, une diminution de l'intensité des émotions négatives vécues



- Figure 1. *Évolution des émotions négatives au cours du temps en fonction du groupe.*

Résultats

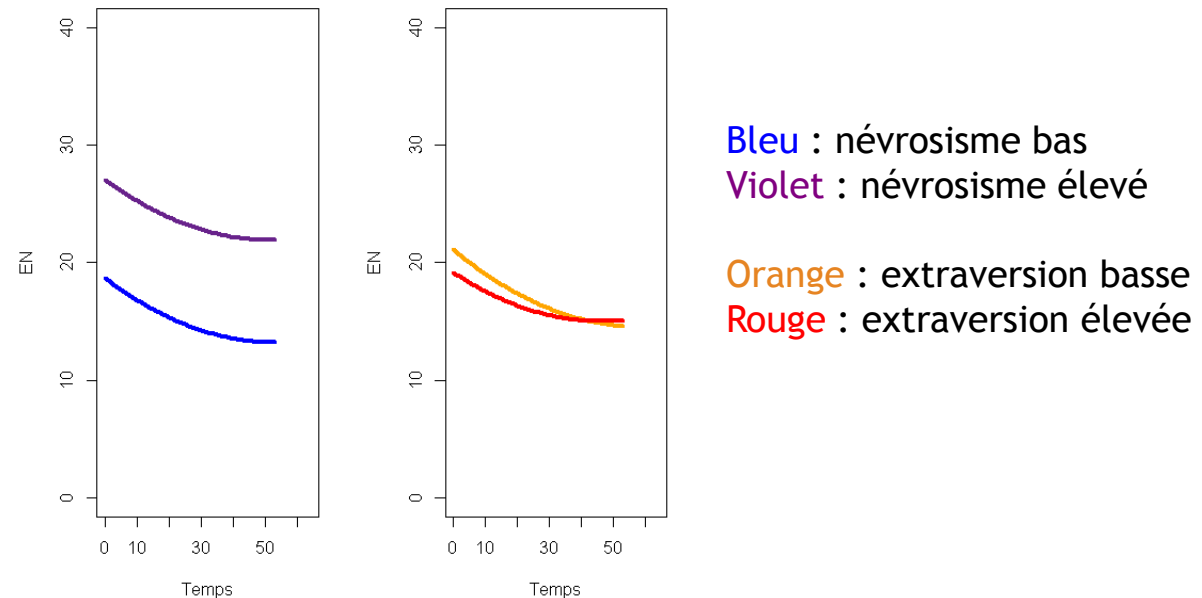
Test de l'hypothèse que l'effet du suivi de l'intervention de méditation de pleine conscience serait modéré par le névrosisme et l'extraversion



- Figure 2. *Évolution des émotions négatives au cours du suivi de l'intervention de pleine conscience en fonction du névrosisme (à gauche) et de l'extraversion (à droite).*

Résultats

Test de l'hypothèse que l'effet du suivi de l'intervention de psychologie positive serait modéré par le névrosisme et l'extraversion



- Figure 3. *Évolution des émotions négatives au cours du suivi de l'intervention de psychologie positive en fonction du névrosisme (à gauche) et de l'extraversion (à droite).*

Discussion

Implications :

- théorique = meilleure connaissance de l'implication de la personnalité dans l'adaptation à des situations
- clinique = individualisation des interventions basées sur des preuves

Limites :

- “Once we attend to interactions, we enter a hall of mirrors that extends to infinity” (Cronbach, 1975, p. 119)
- Cronbach, L. J. (1975). Beyond the two disciplines of scientific psychology. *American Psychologist*, 30, 116-127.

Merci de votre attention

A decorative graphic consisting of a solid dark red horizontal bar that spans the width of the slide. Below this bar, on the right side, there are several horizontal lines of varying lengths and colors, including dark red, light red, and white, creating a layered, stepped effect.