



**HAL**  
open science

## La hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle chez l'adulte : une analyse par échantillonnage quotidien

Sarah Le Vigouroux, Bruno Dauvier, Anne Congard, Jean-Luc Kop

### ► To cite this version:

Sarah Le Vigouroux, Bruno Dauvier, Anne Congard, Jean-Luc Kop. La hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle chez l'adulte : une analyse par échantillonnage quotidien. Journées Internationales de Psychologie Différentielle, Jun 2014, Paris, France. hal-01826376

**HAL Id: hal-01826376**

**<https://hal.science/hal-01826376v1>**

Submitted on 3 Jul 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.

# La hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle chez l'adulte : une analyse par échantillonnage quotidien.

Le Vigouroux Sarah<sup>1</sup>, Dauvier Bruno<sup>1</sup>, Congard Anne<sup>1</sup> & Kop Jean-Luc<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Centre PsyCLE, Aix-Marseille Université

<sup>2</sup> Université de Lorraine, Nancy

Correspondance : sarah.le-vigouroux@univ-amu.fr

## Contexte théorique :

Selon la littérature les personnes âgées se sentent plus sereines. Les modèles de la **Sélections Socio-Emotionnelle (SSE)** (Carstensen, 1995) et la **Sélection-Optimisation-Compensation en Régulation Emotionnelle (SOC-ER)** (Urry & Gross, 2010) expose l'idée d'une meilleure utilisation des stratégies de régulation émotionnelle. Selon le SSE les âgés sont plus motivés pour réduire le temps et l'énergie dépensés par des expériences négatives, car ils perçoivent leur temps de vie comme de plus en plus court. Selon le SOC-ER les personnes âgées compensent la diminution de leurs compétences en favorisant et en optimisant certaines stratégies de régulation contenues dans leur répertoire.

## Problématique & Hypothèses :

L'objectif est d'étudier l'évolution avec l'âge des processus de sélection et de l'efficacité des stratégies de régulation émotionnelle. Voici nos hypothèses :

- Avec l'âge les individus privilégieraient les stratégies qui leur semblent plus efficaces.
- Les individus utiliseraient les stratégies dans un ordre particulier.

## Méthode :

Analyse sur 110 participants tout-venants, âgés de 14 à 74 ans (moyenne d'âge de 34 ans et 3 mois, avec un écart-type de 16 ans). Le recueil s'appuie sur un protocole de type "Experience Sampling Methodology" (ESM) : 5 réponses par jour pendant 14 jours via l'utilisation de téléphones portables.

Les affects sont opérationnalisés à partir des 12 secteurs du modèle circulaire de Yik, Russell & Steiger (2011). Les stratégies sont les suivantes : Les stratégies de coping centrées sur le soutien social, le problème et l'évitement ; la réévaluation cognitive et la suppression expressive ; et la rumination. Lors d'un entretien chaque participant doit résumer chaque affect et stratégie, par un item qui lui semble le plus prototypique.

Par la suite les participants étaient sollicités par SMS, afin d'indiquer leur degré d'accord pour chacun des items figurant sur la fiche mémo (voir Figure 1). La réponse était sous forme d'une série de 18 chiffres, sur une échelle de Likert en 5 points.

Figure 1. Exemple d'une fiche mémo d'un participant :

Les émotions : en ce moment je me sens...	Les stratégies : depuis le dernier envoi...
1. Pleine d'entrain	13. J'ai réévalué positivement.
2. Lasse	14. J'ai évité de penser.
3. Enthousiaste	15. J'ai contrôlé/ supprimé mes émotions.
4. Déprimée	16. J'ai recherché du soutien.
5. Gaie	17. J'ai ruminé.
6. Insatisfaite	18. J'ai fait face aux problèmes.
7. Sereine	
8. Contrariée	
9. Relaxée	
10. Inquiète	
11. Passive	
12. Surexcitée	

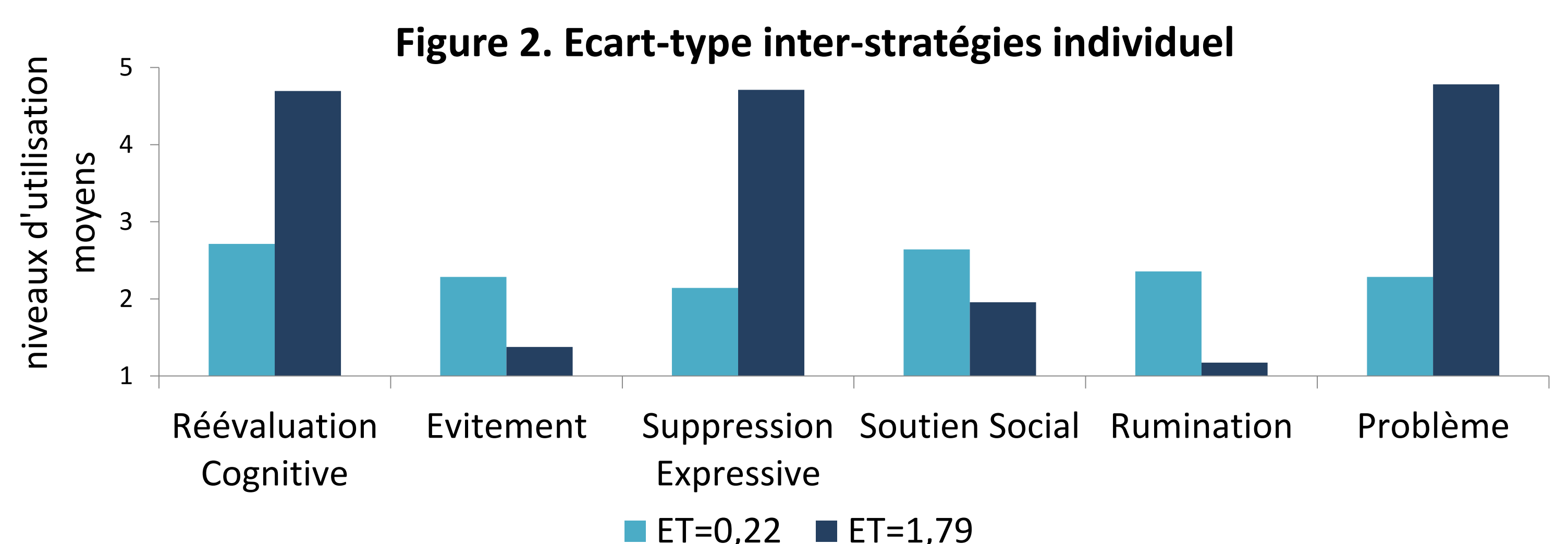
*Veillez répondre selon votre degré d'accord entre 1 pas du tout d'accord et 5 tout à fait d'accord.*

## Résultats :

Tableau 1. Matrice de corrélations entre l'âge, les stratégies et les dimensions affectives (Affectivité Positive, Affectivité Négative, Activation)

	Age	ET-Rep	AP	AN	ACT
Age		<b>0,30**</b>	<b>0,26**</b>	-0,17	0,15
Réévaluation Cognitive	<b>0,21*</b>	<b>0,60**</b>	0,42**	0,23*	0,24*
Evitement	-0,07	0,16	0,14	0,39**	0,03
Suppression Expressive	<b>0,21*</b>	<b>0,47**</b>	0,27**	0,29**	0,18
Soutien Social	-0,04	<b>0,32**</b>	0,28**	0,21*	0,23*
Rumination	-0,12	-0,12	-0,09	0,69**	0,03
Coping Problème	<b>0,24*</b>	<b>0,47**</b>	0,43**	0,15	0,40**
Ecart-type inter-stratégies individuel	<b>0,30*</b>		0,40**	0,44**	0,27**

\*:p<0,05 - \*\*:p<0,01



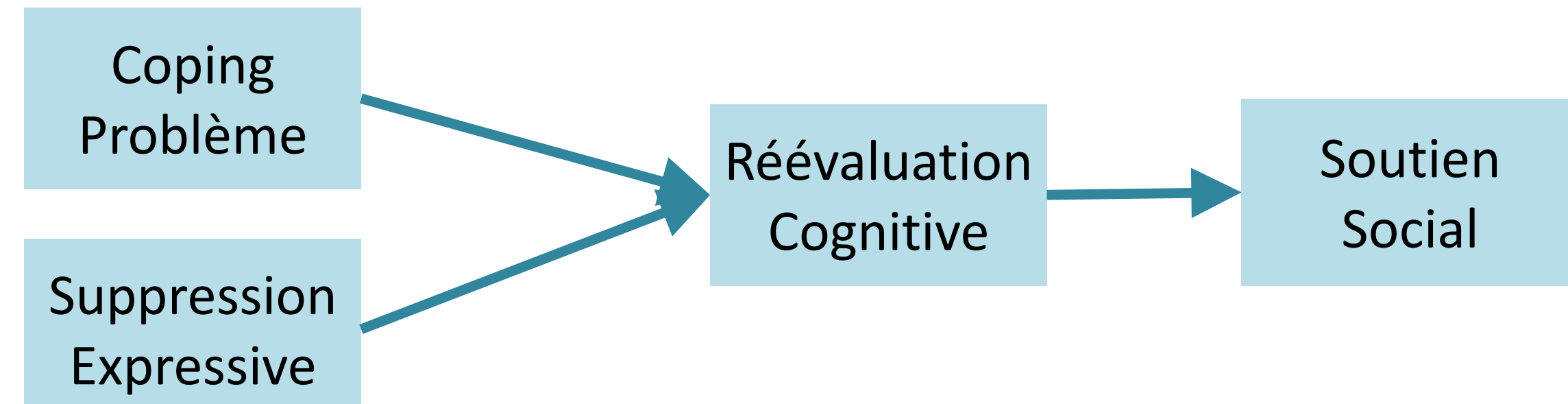
L'écart-type inter-stratégies individuel correspond à l'écart-type des moyennes individuelles des niveaux moyens d'utilisation de chaque stratégie, pour chacun des participants. S'il est grand il correspond à un répertoire hiérarchisé (voir Figure 2. en bleu foncé).

Pour la deuxième hypothèse, nous avons utilisé la méthode de la **causalité de Granger** qui détermine si une variable temporelle peut prédire (en partie) une autre variable : principe de causalité prédictive, sur les stratégies privilégiées. Il s'agit de **comparer les BIC** de GLM-M sur les données à T0 et T1 selon les modèles suivants : (voir Tableau 2)  $StratégieA_{(T1)} \sim StrategieA_{(T0)} + StrategieB_{(T0)}$  est mieux que  $StrategieA_{(T1)} \sim StrategieA_{(T0)}$

Tableau 2. : BIC (Bêta) des GLM-M

	Modèles simples	Réévaluation Cognitive T0	Suppression Expressive T0	Soutien Social T0	Coping Problème T0
Réévaluation Cognitive T1	14317,71 (0,21)		<b>14303,90</b> (0,07)	14332,70 (0,01)	<b>14299,12</b> (0,07)
Suppression Expressive T1	13847,33 (0,21)	13855,88 (0,03)		13862,28 (0,01)	13848,98 (0,04)
Soutien Social T1	15328,52 (0,20)	<b>15322,17</b> (0,06)	15342,22 (0,02)		15334,48 (0,04)
Coping Problème T1	14514,24 (0,21)	14524,96 (0,03)	14523,97 (0,03)	14529,16 (-0,01)	

Figure 3. Causalité de Granger sur les stratégies:



- L'utilisation d'une stratégie est très liée à son niveau d'utilisation au temps précédent.
- Un certain ordre d'utilisation apparaît (Figure 3.)
- Les interactions âge\*stratégie (ainsi qu'avec l'écart-type inter-stratégique individuel) à T1 ne sont pas significatives.

## Conclusion :

- Avec l'âge, les participants ont tendance à privilégier le coping centré sur le problème, la réévaluation cognitive et la suppression expressive.
- L'écart-type inter-stratégique interindividuel opérationnalise la hiérarchisation du répertoire : indicateur d'une expertise en régulation émotionnelle lié à l'âge.
- La hiérarchisation du répertoire est liée à une plus grande utilisation du coping centré sur le problème, de la réévaluation cognitive, de la suppression expressive et du soutien social.
- Les stratégies dites efficaces sont utilisées selon une certaine temporalité : Le coping problème et la suppression expressive précèdent légèrement la réévaluation cognitive, qui elle-même précède le soutien social.
- Cet ordre d'utilisation ne semble pas sujet à l'influence de l'avancée en âge ou de notre indicateur d'expertise.