HAL
open science

Evolution de la hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle au cours de l'âge adulte

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

To cite this version:

Sarah Le Vigouroux, Bruno Dauvier, Anne Congard, Jean-Luc Kop. Evolution de la hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle au cours de l'âge adulte. Actes des 21èmes Journées Internationales de Psychologie Différentielle, 2014. hal-01826393

HAL Id: hal-01826393

https://hal.science/hal-01826393v1

Submitted on 29 Jun 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.

Evolution de la hiérarchisation du répertoire des stratégies de régulation émotionnelle au cours de l'âge adulte

Sarah Le Vigouroux ([1]), Bruno Dauvier ([1]), Anne Congard ([1]), & Jean-Luc Kop ([2])

Introduction

Avec l'âge les personnes ressentiraient un bien-être affectif général (caractérisé par un haut niveau d'affects positifs) plus important (Carstensen *et al.*, 2011 ; Gross *et al.*, 1997). Un modèle qui explique cet effet est celui de la sélectivité socioémotionnelle (SST) de Carstensen (Löckenhoff & Carstensen, 2004). Chez les jeunes, les buts convergeraient vers l'accumulation d'informations et de connaissances nouvelles, même lorsque celles-ci sont susceptibles d'engendrer des expériences négatives. Tandis que les personnes âgées deviendraient plus motivées à ressentir du bien-être immédiat, car elles ont une perception du temps de vie future limitée, ce qui entrainerait une plus grande allocation de ressources dans la régulation. Une seconde théorie est également proposée pour comprendre cette meilleure efficacité de la régulation émotionnelle chez les personnes les plus âgées. Il s'agit du modèle de sélection - optimisation - compensation en régulation émotionnelle (SOC-ER; Urry & Gross, 2010). Le SOC-ER explique que les individus sélectionnent et optimisent certaines stratégies de régulation, en tenant compte de leurs propres capacités (sélection), du contexte, de la pratique et des efforts à faire pour atteindre l'objectif fixé. En termes de régulation émotionnelle, l'objectif ciblé par les individus les plus âgés correspondrait à l'augmentation ou la diminution de certains affects (optimisation). Suivant les résultats obtenus, ces individus redoubleraient d'efforts, afin de développer des solutions de contournement ou de demander de l'aide (compensation). Ainsi Urry et Gross (2010) suggèrent que les personnes âgées favorisent et optimisent certaines stratégies de régulation. Ces stratégies seraient alors plus efficaces dans l'augmentation et le maintien des affects positifs et la diminution des affects négatifs (Röcke, Li, & Smith, 2009).

[1] Aix-Marseille Université, Centre PsyCLE, UFR de Psychologie, 29 avenue Robert Schuman, 13 100 Aix-en-Provence, France. Mel : sarah.le-vigouroux@univ-amu.fr

[2] Université de Lorraine, Interpsy, UFR de Psychologie, 23 boulevard Albert 1er, 54 015 Nancy Cedex, France

Notre première hypothèse est qu'avec l'âge le niveau d'utilisation de certaines stratégies va augmenter, illustrant un phénomène de hiérarchisation du répertoire tel que défini par la théorie des processus vicariants de Reuchlin (1973). Un répertoire hiérarchisé est caractérisé par de très hauts niveaux d'évocabilité des stratégies identifiées comme efficaces par les individus et par de très faibles niveaux pour les autres. De plus, il est possible d'utiliser ces stratégies simultanément ou bien successivement, notion renvoyant aux processus vicariants. Notre seconde hypothèse renvoie alors à l'idée que l'expertise en régulation émotionnelle s'accompagne d'une temporalité privilégiée dans l'ordre d'utilisation des stratégies.

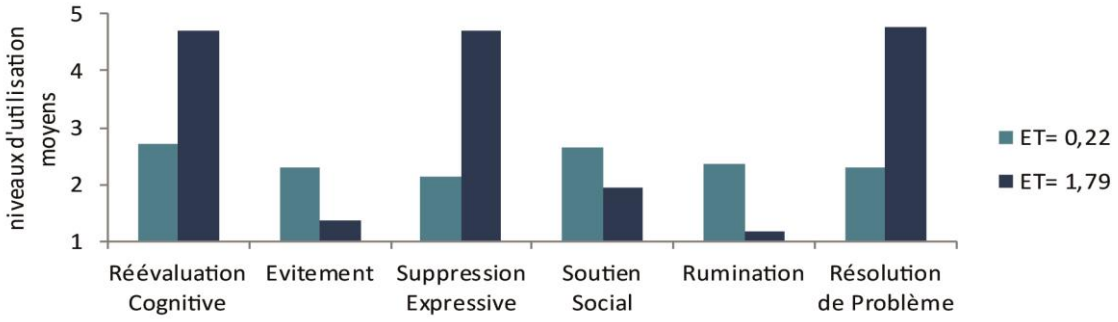
Méthode

Nous avons interrogé 110 adultes tout-venants (dont 65 femmes), âgés de 14 à 74 ans (μ=34 ans et 3 mois ; σ=16 ans). Ils ont été contactés par réseau dans différentes régions de France.

Dans cette étude les affects interrogés sont opérationnalisés à partir des 12 secteurs du modèle circomplexe des affects de l'équipe de Russell (Yik, Russell, & Steiger, 2011). Concernant la régulation, nous nous sommes focalisés sur 6 stratégies : la résolution de problème, la recherche de soutien social, l'évitement, la réévaluation cognitive, la suppression expressive et la rumination (Bruchon-Schweitzer & Boujut, 2014 ; Gross & Thompson, 2007 ; Luminet, 2013). Le protocole utilisé pour le recueil de données correspond à un sondage quotidien de type experience sampling method (ESM). Les données sont recueillies sur une période de 14 jours, avec 5 observations par jour, toutes les 3 heures, à partir d'une heure choisie par chaque participant. Cette procédure est devenue la norme dans ce domaine (Wilt, Funkhouser, & Revelle, 2011), car elle permet de prendre en compte la nature dynamique des affects et de leurs régulation. Lors d'un entretien préalable, chaque participant devait résumer les 18 définitions des items proposées par l'expérimentateur par une formulation courte qui lui semble la plus prototypique. Par la suite les participants étaient sollicités par SMS, afin d'indiquer leur degré d'accord pour chacun des items renvoyant aux 12 affects et aux 6 stratégies. La réponse était renvoyée par SMS, sous forme d'une série de 18 chiffres, correspondant à chaque fois à leur positionnement sur une échelle de Likert en 5 points (de 1 « pas du tout d'accord » à 5 « tout à fait d'accord »). Nous avons par la suite réalisé une ACP sur les 12 affects, permettant de résumer les affects en trois composantes : Affectivité Positive, Affectivité Négative et Activation.

Résultats

Figure 1. Deux exemples individuels d'écart-type inter-stratégies



A partir des données reçues, nous avons calculé un indicateur de la hiérarchisation du répertoire. Il s'agit de l'écart-type intra-individuel des 6 moyennes d'utilisation des stratégies de régulation. Plus cet écart-type est grand, plus il illustre un répertoire

hiérarchisé avec des stratégies privilégiées et d'autres ignorées (exemple Figure 1). Nos résultats (Tableau 1) font apparaître un groupe de stratégies privilégié avec l'âge, dont la réévaluation cognitive et la résolution de problème. L'âge est également corrélé positivement aux affects positifs. Concernant l'indicateur de hiérarchisation du répertoire, il est corrélé positivement à l'âge, aux affects positifs, ainsi qu'à l'utilisation de quatre stratégies de régulation émotionnelles : la suppression expressive, le soutien social, la réévaluation cognitive et la résolution de problème. Ces résultats suggèrent qu'un répertoire hiérarchisé pourrait être un indicateur d'une régulation efficace.

Tableau 2. Matrice de corrélation entre l'âge, les stratégies et les composantes affectives (Affectivité Positive, Affectivité Négative, Activation)

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

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

De plus, cette étude interroge l'idée d'un ordre privilégié d'utilisation des stratégies, optimisant leur efficacité. Nous avons utilisé la causalité de Granger qui détermine si une variable temporelle peut prédire (en partie) une autre variable. Pour cela, nous avons réalisé des modèles linéaires généralisés à effets mixtes (GLMM) sur les données à T_0 et à T_1, afin de pouvoir les comparer et questionner les liens entre deux stratégies utilisées sur deux temps décalés. Ainsi il s'agit de déterminer, via les critères d'informations bayésiens (BIC), si le modèle 2 ($StratégieA_{T1} \sim StratégieA_{T0} + StratégieB_{T0} + (1|Sujet)$) est meilleur que le modèle 1 qui est plus simple ($StratégieA_{T1} \sim StratégieA_{T0} + (1|Sujet)$).

Tableau 3. BIC (Béta) des GLMM

	Modèles simples	Réévaluation Cognitive $_{T0}$	Suppression Expressive $_{T0}$	Soutien Social $_{T0}$	Résolution de Problème $_{T0}$
Réévaluation Cognitive T1	14317,71 (0,21)		14303,90 (0,07)	14332,70 (0,01)	14299,12 (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)	15322,17 (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)	

Les résultats (tableau 2) montrent que l'utilisation d'une stratégie est très liée à son niveau d'utilisation au temps précédent. Il semble également que les stratégies qui sont privilégiées avec l'avancée en âge, car perçues comme plus étant plus efficaces dans la régulation affective, soient utilisées dans un certain ordre temporel. En effet, les comparaisons des modèles suggèrent que la résolution de problème et la suppression expressive précèdent la réévaluation cognitive, qui elle-même précède la recherche de soutien social (Figure 2). Cependant, contrairement à ce que nous attendions, cette temporalité dans l'utilisation ne semble pas être une caractéristique de l'acquisition d'une

expertise dans la régulation affective. En effet, l'ajout de l'âge dans les modèles, ne permet pas un meilleur ajustement.

Figure 2. Succession temporelle dans l'utilisation des stratégies de régulation

Conclusion

L'augmentation des affects positifs avec l'avancée en âge peut se traduire par une expertise dans la sélection des stratégies de régulation émotionnelle, qui se manifeste notamment par une hierarchisation du répertoire. Plus précisément il s'agit d'une utilisation plus intensive de certaine stratégies identifiées comme efficaces, alors que d'autres sont au contraire de moins en moins utilisées. Cependant cette expertise ne s'exprime pas par une influence sur la temporalité dans l'utilisation des stratégies. En effet, bien qu'il semble exister une certaine succession temporelle dans le recours aux stratégies, cet ordre ne change pas, ni ne s'accentue, avec l'avancée en âge.

Bibliographie

Bruchon-Schweitzer, M., & Boujut, E. (2014). *Psychologie de la santé* (2ème éditi.). Paris: Dunod.

Carstensen, L. L., Turan, B., Scheibe, S., Ram, N., Ersner-Hershfield, H., Samanez-Larkin, G. R., … Nesselroade, J. R. (2011). Emotional experience improves with age: Evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychology and Aging*, *26*(1), 21–33.

Charles, S. T., & Pasupathi, M. (2003). Age-related patterns of variability in self-descriptions: Implications for everyday affective experience. *Psychology and Aging*, *18*(3), 524–536.

Gross, J. J., Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Tsai, J., Götestam Skorpen, C., & Hsu, A. Y. C. (1997). Emotion and aging: Experience, expression, and control. *Psychology and Aging*, *12*(4), 590–599.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation : Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (Guilford., pp. 3–17). New York.

Löckenhoff, C. E., & Carstensen, L. L. (2004). Socioemotional selectivity theory, aging, and health: The increasingly delicate balance between regulating emotions and making tough choices. *Journal of Personality*, *72*(6), 1395–1424.

Luminet, O. (2013). *Psychologie des émotions*. Bruxelles: De Boeck.

Reuchlin, M. (1973). Formalisation et réalisation dans la pensée naturelle : Une hypothèse. *Journal de Psychologie Normale et Pathologique*, *4*, 389–408.

Röcke, C., Li, S.-C., & Smith, J. (2009). Intraindividual variability in positive and negative affect over 45 days: Do older adults fluctuate less than young adults? *Psychology and Aging*, *24*(4), 863–878.

Urry, H. L., & Gross, J. J. (2010). Emotion regulation in older age. *Current Directions in Psychological Science*, *19*(6), 352–357.

Wilt, J., Funkhouser, K., & Revelle, W. (2011). The dynamic relationships of affective synchrony to perceptions of situations. *Journal of Research in Personality*, *45*(3), 309–321.

Yik, M. S. M., Russell, J. A., & Steiger, J. H. (2011). A 12-point circumplex structure of core affect. *Emotion*, *11*(4), 705–731.