

# Programme de doctorat en service social

## Faculté des sciences sociales

SOUTENANCE DE THÈSE

**Monsieur Steve Audet**

Le 13 octobre 2017 à 9h30

Local 2419 (salle du conseil de la Faculté de droit)  
Pavillon Charles-De Koninck  
Université Laval

« Le rôle des stratégies de régulation des affects (SRA) dans les changements personnels tels que perçus par des hommes qui consultent individuellement un professionnel de la relation d'aide »

Membres du jury:

M. Gilles Tremblay	Professeur et directeur de thèse École de service social Université Laval, Québec
M. Daniel Turcotte	Professeur École de service social Université Laval, Québec
M. Jocelyn Lindsay	Professeur École de service social Université Laval, Québec
M. Jean-Martin Deslauriers	Professeur et examinateur externe École de service social Université d'Ottawa, Ottawa

La soutenance sera sous la présidence de Madame Joane Martel, directrice du programme de doctorat et professeure à l'École de service social, Université Laval.

(Résumé de la thèse à la page suivante)

# RÉSUMÉ

## **Le rôle des stratégies de régulation des affects (SRA) dans les changements personnels tels que perçus par des hommes qui consultent individuellement un professionnel de la relation d'aide**

L'objectif de cette thèse est de mieux comprendre le rôle des stratégies de régulation des affects (SRA) dans les changements personnels tels qu'ils sont perçus par des hommes qui consultent individuellement un professionnel de la relation d'aide. Le changement est défini comme un processus dynamique en référence à la théorie générale des systèmes. Les changements sont étudiés sous trois formes, soit les changements dans la situation-problème, dans les affects associés à celle-ci ainsi que dans les SRA utilisées. Une situation-problème comprend l'ensemble des difficultés vécues par un individu. Les affects regroupent notamment les émotions, les contre-émotions et les pseudo-émotions qui sont vues à la fois comme un état et un processus. La régulation affective (RA) est conçue comme un processus continu visant la modulation des affects et l'adaptation. Les SRA sont les moyens utilisés pour moduler les affects vécus en lien avec une situation-problème. L'accent mis sur les hommes qui consultent est motivé par une socialisation différenciée selon le sexe qui influence la perception que les hommes ont des affects et la façon de les réguler.

Trois cadres théoriques sont retenus pour alimenter l'interprétation des données. Le principal cadre théorique est celui de Linehan, Bohus, and Lynch (2007) qui traite de la régulation émotionnelle (RÉ) et du rôle des stratégies de régulation émotionnelle (SRÉ) dans le processus de changement selon une perspective clinique. Le second cadre fait référence à la théorie des émotions de Larivey (2002) qui présente une théorie originale des émotions ainsi qu'un processus émotionnel lié à l'adaptation. Le troisième cadre correspond au modèle transthéorique ou MTT (Prochaska & DiClemente, 1983), lequel propose une vision du processus d'adaptation à une situation-problème. Dans les trois cas, les auteurs identifient des SRÉ qui aident ou nuisent à l'adaptation. Ils proposent également des interventions pour favoriser l'utilisation de SRÉ aidantes.

Les données de cette thèse sont issues des témoignages recueillis auprès de 13 hommes ayant consulté un professionnel de la relation d'aide dans les six derniers mois. Ces hommes ont été rencontrés à deux reprises pour la réalisation d'entrevues semi-structurées. Puis, un résumé écrit de leur témoignage leur a été remis après les deux entrevues en vue de valider la compréhension du chercheur et de rectifier certaines perceptions au besoin. En tout, 13 études de cas ont ainsi pu être réalisées. Les témoignages ont été enregistrés sur bande audio et transcrits. L'ensemble de ce contenu a été codifié à l'aide du logiciel MAXQDA. L'analyse qualitative des données a été réalisée selon les indications de Stake (2006) ainsi que Paillé and Mucchielli (2012). Le consentement écrit à participer à cette étude a été obtenu.

Les résultats exposent, premièrement, les changements perçus par les participants concernant leur situation-problème, leurs affects et leur utilisation des SRA. La plupart des participants rapportent des changements significatifs sur ces trois variables. Selon leur point de vue, à certaines périodes, ces changements ont été négatifs alors qu'à d'autres périodes, ils ont été positifs. Finalement, la plupart des participants évaluent positivement leur évolution sur ces trois variables. En comparant les trajectoires suivies par les participants et le vécu qu'ils y associent, cette analyse a mis en lumière deux processus différents, soit le processus de la situation-problème et le processus affectif. Chaque processus est composé de phases qui représentent le vécu, plus ou moins positif ou négatif, des participants en lien avec leur situation-problème ou leurs affects. La trajectoire des changements qu'ils ont vécus est, selon leurs propos, non linéaire et discontinue en regard de la situation-problème et de l'état affectif.

Deuxièmement, une analyse plus approfondie des résultats visait à comprendre comment ont été réalisés les changements perçus par les participants dans leur situation-problème et leur état affectif. Selon leurs témoignages, c'est la modification de leur utilisation des SRA qui est la clef pour comprendre ces changements. En effet, leurs témoignages indiquent qu'en phase régressive, les participants ont surtout utilisé des SRA non aidantes (répression des émotions, évitement, rumination, etc.) alors qu'en phase progressive, ils ont surtout employé des SRA aidantes (acceptation des émotions, expression positive des émotions, réinterprétation, etc.). Selon les participants interrogés, ce sont la consultation et le soutien social qui ont été les deux éléments les plus aidants dans la transformation positive de leur utilisation des SRA.