

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

IMPACT DE LA POSSIBILITÉ DE RACHAT SUR LA PRISE DE PERSPECTIVE
ET L'ÉTAT ÉMOTIONNEL À LA SUITE DE LA COMMISSION D'UNE
TRANSGRESSION SOCIALE

ESSAI DOCTORAL
PRÉSENTÉ COMME EXIGENCE PARTIELLE DU DOCTORAT EN
PSYCHOLOGIE, PROFIL PROFESSIONNEL, DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC
À MONTRÉAL

PAR
MARIE-ÈVE PERRON

JUIN 2016

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cet essai doctoral se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.07-2011). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

Mes remerciements sincères à Luc Reid, qui m'a laissé une grande liberté et qui m'a encouragée à choisir un sujet proche de mes intérêts. Je remercie également ma famille, la base grâce à laquelle j'ai construit les forces qui m'ont été nécessaires pour réaliser ce doctorat. J'ai une pensée pour mes superviseurs cliniques qui m'ont grandement aidée à apprendre à tolérer toutes les émotions négatives éveillées par les différentes étapes d'un projet d'une telle envergure! Finalement, je remercie surtout Catherine pour les relectures attentives de ce document et surtout parce qu'avec elle, je n'ai eu de cesse de grandir et de voir le champ de mes possibilités s'élargir.

TABLE DES MATIÈRES

REMERCIEMENTS	ii
LISTE DES FIGURES.....	vi
LISTE DES TABLEAUX.....	vii
LISTE DES ABRÉVIATIONS, SIGLES ET ACRONYMES	viii
RÉSUMÉ	ix
CHAPITRE I	
INTRODUCTION ET CONTEXTE THÉORIQUE.....	1
1.1 Introduction.....	1
1.2 Problématique et contexte théorique.....	2
1.3 Culpabilité, honte et prise de perspective	3
1.4 Émotions adaptées et inadaptées et leurs mécanismes de régulation.....	6
1.5 La transgression sociale dans l'effet porte-au-nez	9
1.6 Variables liées à la culpabilité, à la honte, à la TC et à la TH	10
1.7 Variable influençant la régulation émotionnelle : perception de la possibilité de rachat.....	10
1.8 Impact de la perception de la possibilité de rachat sur l'état émotionnel.....	11
1.9 Objectifs et hypothèses	16
CHAPITRE II	
MÉTHODOLOGIE.....	17
2.1 Devis de recherche	17
2.2 Participants.....	18
2.3 Méthode de cueillette des données.....	19
2.3.1 L'Échelle de l'Estime de Soi (ÉES).....	19
2.3.2 Tendance à la culpabilité et à la honte - TOSCA-3	19
2.3.3 Prise de perspective.....	21
2.3.4 Mesure de l'état émotionnel - PANAS	22

2.4 Procédure.....	23
2.4.1 Mesure des variables contrôles (estime de soi, TC, TH) et des variables dépendantes au T1 (perspective et affects).....	23
2.4.2 Induction de la transgression sociale.....	24
2.4.3 Manipulation de la possibilité de rachat.....	25
2.4.4 Mesure des variables dépendantes au T2, intention de rachat et compte-rendu.....	26
CHAPITRE 3	
RÉSULTATS	28
3.1 Analyses préliminaires	28
3.2 Variables contrôles.....	31
3.3 Vérification des hypothèses principales.....	34
3.4 Autres résultats : groupes Racheté et Non-Racheté.....	35
3.5 Analyses corrélationnelles exploratoires entre les affects et la prise de perspective.....	36
3.6 Participants ayant accepté la 1 ^{ère} requête	38
CHAPITRE 4	
DISCUSSION	39
4.1 Affects.....	39
4.2 Prise de perspective.....	43
4.3 Analyses exploratoires des liens entre les affects et la prise de perspective.....	45
4.4 Acceptation de la 1 ^{ère} requête	47
CONCLUSION	48
ANNEXE A	
AFFICHE DE RECRUTEMENT	51
ANNEXE B	
ESTIME DE SOI	52
ANNEXE C	
TOSCA-3	53
ANNEXE D	
TÂCHE DE PRISE DE PERSPECTIVE.....	61

ANNEXE E	
FORME NEUTRE DES SCÉNARIOS DE PRISE DE PERSPECTIVE.....	65
ANNEXE F	
MESURE DES AFFECTS – PANAS ORIGINAL	69
ANNEXE G	
MESURE DES AFFECTS – PANAS MODIFIÉ	70
ANNEXE H	
FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT 1.....	71
ANNEXE I	
1 ^{ère} REQUÊTE POUR TRANSGRESSION	75
ANNEXE J	
COMPTE-RENDU	76
ANNEXE K	
FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT 2.....	78
RÉFÉRENCES.....	82

LISTE DES FIGURES

Figure 2.1	Schéma global de la procédure.....	18
------------	------------------------------------	----

LISTE DES TABLEAUX

Tableau 3.1	Comparaison des deux formes de PANAS sur les 5 affects d'intérêt au T1	29
Tableau 3.2	Corrélations entre les affects fâché(e), hostile et irrité(e) au T1 et T2	29
Tableau 3.3	Corrélations partielles de la TC et de la TH avec la prise de perspective	31
Tableau 3.4	Comparaison des moyennes de TC, TH et estime de soi entre les groupes formés par l'absence ou la présence des affects culpabilité, honte et colère, au T1 et au T2	33
Tableau 3.5	Comparaisons au T1 et T2 du nombre de participants par groupe qui rapportent ou non les affects colère, culpabilité et honte	34
Tableau 3.6	Comparaisons au T1 et T2 du nombre de participants par groupe (Racheté et Non-Racheté) qui rapportent ou non les affects colère, culpabilité et honte.....	35
Tableau 3.7	Corrélations au T1 et T2 entre les affects non dichotomisés et la prise de perspective	37
Tableau 3.8	Corrélations entre les différences d'affects non dichotomisés et la différence de prise de perspective à l'intérieur des groupes Racheté et Non-Racheté	37
Tableau 3.9	Comparaisons des moyennes d'estime de soi, de TC et de TH des sujets ayant refusé ou accepté la 1 ^{ère} requête.....	38

LISTE DES ABRÉVIATIONS, SIGLES ET ACRONYMES

ANOVA	Analyse de variance
DIF	Différence entre le temps 2 et le temps 1
ÉES	Échelle de l'Estime de Soi
ESS	<i>Experiential Shame Scale</i>
ÉT	Écart-type
IRI	<i>Interpersonal Reactivity Index</i>
PANAS	<i>Positive and Negative Affect Schedule</i>
T1	1 ^{er} temps de mesure
T2	2 ^{ème} temps de mesure
TC	Tendance à la culpabilité
TH	Tendance à la honte
TOSCA-3	<i>Test of Self-Conscious-Affect 3</i>

RÉSUMÉ

Les écrits scientifiques démontrent deux réactions émotionnelles principales suite à la commission d'une transgression sociale : la honte (associée à la colère) et la culpabilité. Or, par rapport à la culpabilité, la honte est moins adaptative, car elle est liée à la psychopathologie et à une moindre prise de perspective. Cette étude vise à vérifier si la manipulation de la possibilité de rachat peut influencer favorablement la réaction émotionnelle et la prise de perspective à la suite d'une transgression sociale. Le protocole implique la mesure de trois variables contrôles, soit l'estime de soi, la tendance à la culpabilité (TC) et la tendance à la honte (TH). Pour mesurer ces deux dernières variables, une version québécoise du *Test of Self-Conscious-Affect 3* (TOSCA-3) (Tangney *et al.*, 2000) a été produite et validée.

Un devis de recherche expérimental à deux groupes (groupe AVEC : avec possibilité de rachat et groupe SANS : sans possibilité de rachat) avec mesures répétées (avant et après l'induction de la transgression en laboratoire) a été utilisé. La transgression sociale a été induite par un protocole d'effet porte-au-nez (*door-in-the-face*), la possibilité de rachat offerte au groupe AVEC consistant en une requête prosociale moins exigeante que la première. Afin de mesurer la prise de perspective, deux tâches équivalentes de prise de perspective situationnelle ont été créées, de sorte à pouvoir les utiliser dans un devis de recherche intrasujet. La *Positive and Negative Affect Schedule* (Watson *et al.*, 1988) a été utilisée pour mesurer les affects.

Les hypothèses proposent que comparativement au groupe SANS, le groupe AVEC ressentira plus de culpabilité, moins de honte, moins de colère et performera mieux à une tâche de prise de perspective. Les résultats obtenus ne confirment pas les hypothèses. Toutefois, en comparant les sujets du groupe AVEC ayant décidé de se racheter (groupe Racheté) aux autres participants (groupe Non-Racheté), une différence significative apparaît sur le plan de la prise de perspective. Le groupe Non-Racheté présente ainsi une détérioration de la prise de perspective suite à la transgression, contrairement au groupe Racheté. Ces résultats démontrent donc qu'afin d'éviter la diminution d'une réaction cognitive adaptative comme la prise de perspective, il faut favoriser l'engagement au rachat, et non pas seulement faciliter la perception d'une possibilité de rachat. De plus, des analyses corrélationnelles entre les changements d'affects et le changement de prise de perspective à l'intérieur des groupes Racheté et Non-Racheté enrichissent la compréhension de l'interaction entre la variation des affects et de la prise de perspective.

De plus, ce travail a des implications théoriques intéressantes. D'abord, le haut taux de rachat trouvé par nos participants dans le groupe AVEC (80%) n'était pas associé

à la culpabilité. Ceci remet donc en question la pertinence de faire étroitement correspondre à la culpabilité la volonté de rachat, comme le font les instruments les plus établis pour mesurer la TC (Cohen *et al.*, 2011; Tangney *et al.*, 2000). Finalement, des mesures situationnelles de prise de perspective sont rarement utilisées contrairement à l'*Interpersonal Reactivity Index* (Davis, 1980), une mesure dispositionnelle massivement utilisée. Or, ce travail montre que l'utilisation d'une mesure situationnelle remet en question le lien fort établi entre la prise de perspective et la TC. Cette étude génère donc de nouvelles hypothèses de recherche dans le domaine des émotions morales et de la prise de perspective.

Une introduction générale au chapitre I de ce document permet d'abord de présenter une vue d'ensemble de l'étude. Le contexte théorique est ensuite présenté, de même que les concepts et définitions utiles à l'étude. Le chapitre II présente la méthodologie en détaillant le protocole et les instruments de mesures utilisés. Le chapitre III décrit les principaux résultats obtenus concernant l'impact de la possibilité de rachat sur les réactions cognitives et émotionnelles présentées suite à la commission d'une transgression sociale. Enfin, le chapitre IV établit une discussion générale à l'égard des résultats obtenus et propose des considérations méthodologiques et cliniques. Finalement, la conclusion permet de souligner les éléments clés ainsi que les forces et les limites de l'étude, en plus de proposer quelques pistes de recherches futures.

Mots-clés : prise de perspective, culpabilité, honte, transgression sociale, porte-au-nez

Keywords : perspective taking, guilt, shame, social transgression, door-in-the-face

CHAPITRE I

INTRODUCTION ET CONTEXTE THÉORIQUE

1.1 Introduction

Il existe différentes façons de réagir après avoir commis une transgression sociale, comme de ressentir de la culpabilité, de la honte, ou un mélange des deux émotions (Tangney et Dearing, 2002). Or, la culpabilité semble susciter des réponses cognitives (prise de perspective d'autrui) et comportementales (rachat) plus adaptatives que la honte dans ce type de situation (Baumeister *et al.*, 1994; Tangney et Dearing, 2002). Les réactions associées à la honte sont quant à elles davantage liées à la psychopathologie, et notamment à la dépression (Andrews *et al.*, 2002). Les tendances des individus à réagir avec culpabilité (tendance à la culpabilité (TC)) ou avec honte (tendance à la honte (TH)) peuvent être mesurées à l'aide de questionnaires et sont des prédispositions réactionnelles relativement stables des individus (Tangney et Dearing, 2002). Cette recherche a pour but de déterminer si la manipulation de la possibilité de rachat perçue suite à la commission d'une transgression sociale donnée permettrait de favoriser une réaction de culpabilité (plutôt que de honte) et une meilleure prise de perspective. La présente étude utilise un devis expérimental où les participants sont amenés à commettre une transgression sociale, à la suite de quoi la possibilité de rachat est manipulée afin de vérifier si cette dernière influence la réaction émotionnelle et la prise de perspective, en contrôlant notamment pour la TC et la TH.

1.2 Problématique et contexte théorique

Les transgressions sociales, soit le non-respect d'une norme sociale ou morale, sont fréquentes. Il peut s'agir de mentir, de tricher ou de refuser d'aider son prochain. Ce type de transgression entraîne généralement des émotions morales négatives comme la culpabilité et la honte (Lewis, H. B., 1971), dans des proportions qui dépendent entre autres de prédispositions individuelles relativement stables. En effet, nous pouvons observer chez les individus une tendance à réagir avec l'une, l'autre ou les deux émotions après avoir commis une transgression sociale (Tangney et Dearing, 2002). Or, il semble que les deux trajectoires réactionnelles soient associées à des conséquences différentes, la culpabilité ayant un impact plus adaptatif que la honte dans ces situations. En effet, la prise de perspective d'autrui (Baumeister *et al.*, 1994), la présentation d'excuses (Howell *et al.*, 2012), l'engagement dans un acte charitable (Basil *et al.*, 2008) et la réparation du tort commis (Roseman *et al.*, 1994) sont tous des réactions adaptatives liées à la culpabilité. À l'inverse, la honte est associée à une faible prise de perspective (Yang *et al.*, 2010) qui nuit au maintien et à l'établissement de relations sociales (Baumeister *et al.*, 1994). De plus, comparativement à la culpabilité ou à la TC, la honte ou la TH sont corrélées à un plus haut niveau de problèmes extériorisés (Tangney, Wagner, *et al.*, 1996), à plus de dépression (Andrews *et al.*, 2002; Ashby *et al.*, 2006), à davantage d'anxiété (Crossley et Rockett, 2005; Tangney *et al.*, 1995), à la justification et l'évitement (voir Bybee *et al.*, 1998) ainsi qu'à une estime de soi moindre (Cohen *et al.*, 2011; Tangney *et al.*, 1995; Wolf *et al.*, 2010). De plus, la TH est également corrélée à l'hostilité et l'agressivité (Bennett *et al.*, 2005; Tangney, Wagner, Fletcher, *et al.*, 1992). À ce sujet, une revue récente recense les différentes trajectoires entre une régulation maladaptative de la honte et l'agressivité (Velotti *et al.*, 2014). Ces données mettent en lumière le lien entre la honte et la colère, la colère pouvant en effet survenir pour se défendre de la honte et être exprimée par de l'agressivité, dans une tentative de protection de l'égo ou de l'estime de soi (Harper *et al.*, 2005; Lewis,

H. B., 1987; Nathanson, 1992; Scheff *et al.*, 1989). Il sera d'ailleurs question plus loin des différents mécanismes de régulation de la honte.

En résumé, à la suite d'une transgression sociale, les réactions possibles adaptatives sont la culpabilité, la prise de perspective et le rachat tandis que les réactions moins adaptatives sont la honte et une faible prise de perspective. Cependant, afin de bien comprendre les résultats rapportés ci-haut de même que ceux du présent projet de recherche qui seront présentés ultérieurement, il convient de présenter clairement les définitions de culpabilité, de honte et de prise de perspective.

1.3 Culpabilité, honte et prise de perspective

La culpabilité et la honte ont longtemps semblé un peu indifférenciées jusque dans les dernières décennies où la distinction entre les deux émotions est devenue plus claire, notamment par le travail de Helen B. Lewis (1971). La culpabilité se distingue de la honte par le fait que dans la culpabilité, c'est une action qui est jugée mauvaise, alors que dans la honte, c'est la personne même qui est dévaluée (Lewis, H. B., 1971; Tangney et Dearing, 2002). Il est à noter que ceci diffère d'une autre distinction moins reconnue et établie, soit celle qui se base sur l'exposition publique ou non de la transgression commise (voir Cohen *et al.*, 2011).

La culpabilité peut être définie comme un état émotionnel déplaisant suscité par la considération d'avoir mal agi; la cause prototypique étant d'avoir causé du tort à une autre personne (Baumeister *et al.*, 1994; Hoffman, 2000). La culpabilité est associée à un désir de réparer la situation (Lindsay-Hartz, 1984). Cette définition de la culpabilité correspond à une culpabilité situationnelle basée sur l'empathie (Eisenberg, 2000); c'est-à-dire que la culpabilité survient en réaction à une situation spécifique et que l'empathie est *a priori* nécessaire afin d'être touché et de se sentir coupable du tort causé à l'autre. La honte est aussi un état émotionnel déplaisant qui

peut survenir après avoir commis du tort à un autre. La honte n'amène cependant pas à considérer le sentiment de l'autre, mais entraîne plutôt la conscience et l'attention sur le défaut, l'imperfection du soi (Nathanson, 1992). Tel que déjà rapporté, la honte est associée à l'agressivité, des corrélations positives ayant été obtenues entre la TH et le ressentiment, l'irritabilité, la colère et l'expression indirecte d'hostilité (Tangney, Wagner, Fletcher, *et al.*, 1992). La honte est également associée à un désir de se cacher et de disparaître (Lindsay-Hartz, 1984).

Comme il vient d'être mentionné, l'empathie, qui permet d'imaginer ou de comprendre le tort occasionné, devrait donc être présente afin que la culpabilité puisse être ressentie (Baumeister *et al.*, 1994; Hoffman, 2000). Or, l'empathie peut être définie comme ayant des composantes cognitives et émotionnelles, la composante cognitive correspondant en partie à la prise de perspective (Davis, 1983). Considérant ceci, il n'est donc pas étonnant de voir que la prise de perspective est positivement corrélée à la culpabilité (Yang *et al.*, 2010) et à la TC (Cohen *et al.*, 2011; Howell *et al.*, 2012; Leith et Baumeister, 1998; Wolf *et al.*, 2010). La prise de perspective peut être décrite comme étant la faculté d'adopter spontanément le point de vue d'autrui (Davis, 1983). Non seulement la prise de perspective est corrélée à la culpabilité, mais il semble que la manipulation de la prise de perspective favoriserait l'empathie et augmenterait le sentiment de culpabilité (Basil *et al.*, 2006, 2008; Stanger *et al.*, 2012). Cette manipulation peut, par exemple, être faite en donnant à lire aux participants un texte écrit selon la perspective de l'autre (Basil *et al.*, 2006). La prise de perspective d'autrui peut également être suscitée par des demandes répétitives de type « Imaginez que *vous* êtes..., imaginez que ce soit vous qui ayez à..., imaginez-vous à sa place. » (Basil *et al.*, 2008; Stanger *et al.*, 2012). La manipulation de la prise de perspective influencerait également la culpabilité collective, d'une façon cependant dépendante du degré d'identification au groupe (Zebel *et al.*, 2009).

Si la prise de perspective en tant que composante de l'empathie est donc nécessaire *a priori* pour ressentir de la culpabilité et peut en favoriser l'émergence, il se pourrait aussi que la culpabilité favorise une meilleure prise de perspective. C'est ce que suggère l'étude de Yang *et al.* (2010). Ces derniers induisaient des états émotionnels différents (neutre, culpabilité, honte) et mesuraient ensuite la prise de perspective situationnelle. Les gens à qui il avait été demandé de se remémorer un moment où ils s'étaient sentis coupable présentaient une plus grande prise de perspective comparativement à ceux qui devaient se remémorer une situation honteuse.

Si l'on revient aux différences entre la culpabilité et la honte, il est important de préciser que ces deux émotions surviennent fréquemment de façon concomitante et que leurs relations opposées (par exemple, avec la prise de perspective) peuvent être masquées dans des expériences où les deux sont présentes en même temps (Tangney, Miller, *et al.*, 1996). Tangney, Wagner et Gramzow (1992) ont ainsi montré l'utilité d'utiliser des corrélations partielles (c'est-à-dire par exemple une corrélation mesurée entre la TC et la prise de perspective qui contrôle pour la corrélation entre la TH et cette même prise de perspective) afin de mieux détecter les liens différents de la TC et de la TH. De cette façon, les associations avantageuses de la TC et celles défavorables de la TH peuvent se démarquer davantage. Ceci étant dit, il ne faut cependant pas perdre de vue que la qualité adaptative de la culpabilité est avancée dans le contexte précis des transgressions sociales plutôt légères. C'est-à-dire que les TC et TH sont mesurées par des questionnaires présentant des scénarios de transgressions sociales qui ne comportent pas de conséquences graves. De plus, les données présentées plus haut ne signifient pas que la honte ne peut pas être adaptative. En effet, la honte comme la culpabilité sont des émotions pénibles qui influencent l'individu à agir conformément à des valeurs et normes morales et sociales. De fait, bien que la honte prédise le désir de se retirer de la situation, elle peut également prédire l'intention de changer (Lickel *et al.*, 2014). Les comportements de retrait pourraient servir à réfléchir sur les changements à apporter

à plus long terme (Lickel *et al.*, 2014). La description détaillée de l'expérience de la honte fournie par Lindsay-Hartz (1984) appuie cette idée que la honte est associée à un manque de pouvoir à modifier la situation (ici, le soi) à court terme. Une hypothèse serait donc que la honte permettrait d'agir conformément aux normes sociales et de mener à des changements à long terme du fonctionnement (Gilbert, 1992).

Le tableau de ces émotions morales se complexifie cependant, d'une part quand on considère qu'on peut générer une honte et une culpabilité qui soient adaptées ou inadaptées, et d'autre part quand on considère les mécanismes de régulation de ces émotions qui peuvent être eux aussi plus ou moins adaptés. Il convient donc de préciser ici ce qu'implique les définitions utilisées en regard des mécanismes de régulation des émotions qui, nous le verrons ultérieurement, sont parfois intégrés aux définitions des émotions.

1.4 Émotions adaptées et inadaptées et leurs mécanismes de régulation

D'abord, une émotion de honte adaptée surviendrait en conséquence soit d'un comportement ou d'une caractéristique du soi susceptible d'amener le rejet par le groupe social, soit par la transgression d'une valeur morale (Rizvi *et al.*, 2011). Une saine régulation d'une honte adaptée implique d'abord de reconnaître la honte, d'accepter humblement ses torts et d'éviter de se retrouver à nouveau hors-norme (Ahmed et Braithwaite, 2006; Linehan, 1993). Par contre, lorsque la honte est régulée en évitant l'introspection et la prise de responsabilité et en extériorisant le blâme sur autrui avec agressivité, ceci permet certes d'éviter de voir la faille douloureuse du soi, mais l'estime de soi n'est protégée qu'à court terme et l'impact positif de la honte est perdu. À ce sujet, Thomaes *et al.* (2011) ont montré avec des adolescents qu'une manipulation expérimentale provoquant de la honte provoquait également de la colère. Ainsi, leur étude montrait que de perdre à un jeu en ligne contre un adversaire

dit « facile à vaincre » provoquait de la honte, mais aussi plus de colère que de perdre de la même façon contre un adversaire sans qu'il n'y ait eu de commentaire sur la facilité à le vaincre. De façon intéressante, un haut niveau de narcissisme (ce qui selon les auteurs motive davantage à protéger l'estime de soi), était associé à une plus grande émergence de colère liée à la honte, ceci étant cependant vrai chez les garçons seulement (Thomaes *et al.*, 2011). La reconnaissance de la honte pourrait être un élément de régulation clé afin d'éviter les réactions agressives selon Ahmed et Braithwaite (2006), qui ont étudié l'association entre la régulation de la honte et le « *bullying* » chez des adolescents.

La honte inadaptée, elle, surviendrait en réaction à des caractéristiques du soi qui ne correspondent pas à des normes ou exigences *personnelles*, différentes des normes sociales. Par exemple, avoir honte d'avoir besoin d'aide ou d'être imparfait. Or, ces éléments sont inévitables, donc il est impossible de réguler cette honte en évitant d'être hors-norme à nouveau. Par contre, il reste possible dans ces cas d'utiliser les mécanismes de régulation moins adaptés tels qu'extérioriser le blâme sur autrui, ceci afin d'éviter d'être confronté à voir que le soi est inférieur aux attentes trop élevées.

Le point à retenir est que la définition commune de la honte est associée à ses mécanismes de régulation les moins avantageux à long terme alors que c'est l'inverse pour la culpabilité. En effet, alors que la définition de la honte est associée à l'agressivité et au désir de fuir sa responsabilité, la définition de la culpabilité inclut la tendance à se racheter, qui est un moyen de régulation sain. De fait, comme pour la honte, il existe aussi une culpabilité inadaptée ainsi que des mécanismes de régulation désavantageux. Par exemple, quelques études démontrent que la culpabilité est positivement corrélée à diverses pathologies (Jones et Kugler, 1993; Kubany *et al.*, 1996; Quiles et Bybee, 1997). Or, ces données sont trouvées avec des protocoles qui mesurent aussi la culpabilité inadaptée et/ou chronique. La culpabilité inadaptée est générée, par exemple, par une attribution biaisée de la responsabilité où l'individu se

sent coupable d'un tort dont il n'est pas responsable. Le terme culpabilité chronique réfère quant à lui à une culpabilité qui n'est pas gérée par le rachat, mais par la rumination et le désir de se punir (jusqu'à expier la faute commise) (Ferguson et Stegge, 1998). Ceci n'est pas étonnant puisque le développement d'une conscience morale et l'émergence de la culpabilité peuvent être compris comme découlant de l'intériorisation des règles et des interdits (Emde *et al.*, 1987), dont la transgression est plus ou moins associée aux punitions selon le système d'éducation. Par ailleurs, comme le mentionne aussi Eisenberg (2000), il est probable qu'une culpabilité chronique affecte négativement la perception de soi, s'apparentant ainsi au sentiment de honte. En conclusion, il est donc clair que pour la culpabilité comme la honte, certains mécanismes de régulation sont meilleurs que d'autres. L'avantage de la culpabilité sur la honte qui est mis de l'avant ici devient évident lorsque l'on travaille avec une définition de la culpabilité bien régulée (liée au rachat) et qu'on exclut la culpabilité inadaptée et celle moins bien régulée (chronique). La question à savoir pourquoi nous définissons la culpabilité avec un mécanisme de régulation plutôt adapté et la honte avec des mécanismes de régulation plutôt inadaptés est intéressante, mais elle dépasse le cadre de ce travail. Ces considérations sont toutefois importantes afin de bien comprendre les recherches sur la honte et la culpabilité en fonction des définitions et méthodes de mesure employées. En gardant en tête ces précisions sur les définitions généralement utilisées, les écrits scientifiques démontrent l'avantage de la culpabilité sur la honte, dans le cas des transgressions sociales courantes. Il s'agit dès lors de tenter de comprendre comment faire pour favoriser la culpabilité dans ce contexte où certains tendent plutôt à se sentir honteux. Or, il semble que les facteurs influençant les réactions manifestées après une transgression sociale ne soient pas très bien connus. Il serait intéressant de chercher quelles variables pourraient être manipulées afin d'orienter les réactions des individus vers celles leur étant les plus bénéfiques. Le reste de ce chapitre amènera l'idée que la **perception de la possibilité de rachat** serait une variable qui pourrait avoir cet effet.

1.5 La transgression sociale dans l'effet porte-au-nez

Les recherches sur les transgressions sociales utilisent des mises en situation comme la lecture de scénarios de transgression ou le rappel d'une transgression commise. Il est en effet complexe de faire commettre en laboratoire une même transgression pour tous. Cependant, le type de transgressions sociales dont il est question dans ce travail (par ex : refuser d'aider quelqu'un dans le besoin, briser par accident le bien d'autrui, etc.) a déjà été induit en laboratoire dans des recherches étudiant l'effet porte-au-nez (« *door-in-the-face* »). La technique porte-au-nez consiste à effectuer une requête prosociale tellement exigeante qu'un refus est attendu, mais ce refus favorise l'acceptation subséquente d'une seconde requête moins exigeante (Millar, 2002; O'Keefe et Figgé, 1999). Or, lorsqu'il s'agit de requêtes prosociales, le refus de la première requête devient une transgression sociale. En effet, le refus de collaborer constitue pour la plupart des participants une transgression de la norme sociale consistant à aider son prochain et les « bonnes causes ». Dans le cas des requêtes prosociales, l'effet porte-au-nez s'expliquerait par la culpabilité provoquée par le refus de la 1^{ère} requête. Il a ainsi été montré que des participants acceptaient la seconde requête afin de se racheter, dans l'espoir que cela diminue leur culpabilité (O'Keefe et Figgé, 1999). En se basant sur les écrits scientifiques sur l'impact des transgressions sociales, on peut présumer que certains sujets ressentent de la honte, mais seule la culpabilité a été mesurée par ces études sur l'effet porte-au-nez (Millar, 2002; O'Keefe et Figgé, 1999). Un protocole d'effet porte-au-nez comme celui de Millar (2002) fournit un protocole d'induction de transgression (présenter la première requête) et de manipulation de la possibilité de rachat (effectuer ou non la deuxième requête) fort intéressant.

1.6 Variables liées à la culpabilité, à la honte, à la TC et à la TH

Tel que mentionné auparavant, suite à une transgression sociale provoquée par un protocole porte-au-nez, il serait intéressant de déterminer sur quelles variables il serait possible d'agir afin de favoriser une réaction de culpabilité plutôt qu'une réaction de honte à laquelle on pourrait également s'attendre (particulièrement chez ceux ayant une grande TH). Des liens entre certaines variables (sexe et estime de soi) et les émotions de culpabilité et de honte sont déjà connus. Ainsi, une méta-analyse rapporte que les femmes auraient plus tendance que les hommes à ressentir de la culpabilité et de la honte (Else-Quest *et al.*, 2012). De plus, les gens possédant une moins bonne estime de soi seraient moins motivés à rétablir leur humeur (Heimpel *et al.*, 2002; Smith et Petty, 1995) et auraient une plus grande TH (Cohen *et al.*, 2011). La TH et la TC constituent la mesure de cette variabilité interindividuelle observée, à laquelle sont donc corrélés le sexe et l'estime. Les variables situationnelles sur lesquelles il serait possible d'avoir une influence sont quant à elles moins connues.

1.7 Variable influençant la régulation émotionnelle : perception de la possibilité de rachat

Déjà, entre la culpabilité et la honte se trouve une différence au niveau du sentiment de contrôle *perçu*, donc influençable. Or, ce sentiment de contrôle ou d'efficacité est au cœur d'importantes théories de régulation (Ajzen, 1991; Bandura, 1991; Lazarus, 1991). Par exemple, selon Lazarus (1991), la régulation émotionnelle peut prendre deux voies. La première voie serait centrée sur la résolution du problème (une catégorie dans laquelle entrerait l'action de se racheter ou de réparer ses torts). La deuxième voie consisterait plutôt en des stratégies cognitives, par exemple la modification du sens donné à une situation, le déni ou l'évitement, afin de vivre avec la situation telle qu'elle est (Lazarus, 1991). Or, le choix de la réponse à une émotion dépendrait d'une évaluation de différents facteurs dont notamment le sentiment

d'efficacité à agir, celui-ci favorisant une réponse centrée sur la résolution de problème (Lazarus, 1991). Selon cette théorie, le sentiment d'efficacité à agir influence les réactions cognitives, comportementales et même émotionnelles face à une émotion. En effet, il est commun de voir émerger des méta-émotions dans une situation émotionnelle, un exemple déjà mentionné plus haut étant de ressentir de la colère lorsque l'on se sent honteux.

Certaines recherches, cohérentes avec ces théories, appuient l'idée que le sentiment d'efficacité est lié aux émotions morales. Par exemple, Baldwin *et al.* (2006) révèlent l'existence d'une corrélation négative entre le sentiment d'auto-efficacité et la TH. Ceci pourrait soutenir l'importance du sentiment d'auto-efficacité dans la détermination de la réponse à une transgression. Cependant, une corrélation positive entre la TC et le sentiment d'auto-efficacité aurait pu être attendue, ce qui n'a toutefois pas été observé dans cette étude (Baldwin *et al.*, 2006). Il faut toutefois noter que le concept d'auto-efficacité est global, l'instrument utilisé dans l'étude précédemment mentionnée, soit celui de Sherer *et al.* (1982), mesurant l'auto-efficacité générale et sociale. L'étude d'un sentiment d'efficacité davantage spécifique à la situation révélerait probablement des liens plus forts. Dans une situation de transgression sociale, la perception de la possibilité de rachat constituerait selon nous un dérivé spécifique à la situation d'un sentiment d'efficacité à agir.

1.8 Impact de la perception de la possibilité de rachat sur l'état émotionnel

Il pourrait ainsi être attendu que la perception de la possibilité de rachat ou son inverse, l'impuissance, puisse être lié aux émotions de culpabilité et de honte. Dans le cas de la transgression sociale, la perception de contrôle ou d'efficacité à agir (à se racheter) favoriserait le rachat plutôt que les stratégies cognitives (ex : déni de sa responsabilité). À l'inverse, il serait possible que le sentiment d'impuissance à se

racheter puisse favoriser l'évaluation de la transgression comme résultant d'un défaut du soi (plutôt que d'une action fautive possible de racheter) entraînant ainsi la honte et les stratégies cognitives qui y sont souvent liées. En effet, tel que déjà mentionné, le sentiment d'impuissance semble faire partie de la description même de la honte (Lindsay-Hartz, 1984). L'hypothèse avancée ici implique une relation causale : que le sentiment d'impuissance favorise l'émergence de la honte (ou encore l'émergence des réactions qui y sont liées) au détriment de la culpabilité. C'est une hypothèse suggérée théoriquement par divers auteurs. Par exemple, Ferguson et Stegge (1998) soutiennent que l'impuissance peut entraîner le détachement et la rumination, et que le ressenti peut être une honte ou une culpabilité qu'ils disent non adaptative (qui correspondrait à la culpabilité chronique). Tangney et Dearing (2002) émettent également l'hypothèse que la culpabilité non adaptative puisse survenir à la suite de transgressions ayant des conséquences irréversibles, mais seulement chez les gens ne percevant pas de possibilité de se racheter autre que d'annuler les conséquences négatives de la faute. C'est-à-dire qu'il faut comprendre que le rachat peut se faire auprès d'une autre personne que l'individu lésé par la transgression et peut prendre des formes très diverses, pourvu que celui qui a commis la transgression en perçoive la possibilité et la trouve acceptable, une évaluation qui peut donc varier selon les individus. De plus, selon Staub (1996), les réactions cognitives permettant un détachement seraient utilisées à la suite d'une transgression sociale afin d'éviter la souffrance qu'amène le sentiment d'impuissance. Il n'est cependant pas précisé si cette souffrance est en partie composée de honte.

En plus des écrits théoriques qui appuient l'hypothèse de causalité entre le sentiment d'efficacité à se racheter (ou l'impuissance) et la culpabilité (ou la honte), certains résultats expérimentaux vont également en ce sens. Par exemple, la culpabilité anticipatoire, c'est-à-dire la culpabilité que l'on projette de ressentir conséquemment à une action future imaginée, a notamment été étudiée dans le domaine de la publicité afin de mieux comprendre comment cette émotion pouvait être utilisée pour

persuader les gens à agir charitablement (Bagozzi et Moore, 1994; Basil *et al.*, 2006, 2008). Ainsi, une de ces études a utilisé la culpabilité anticipatoire pour convaincre les gens d'effectuer des dons, le fait de refuser de donner constituant une transgression de la norme sociale invitant à aider son prochain (Basil *et al.*, 2008). Les résultats montrent que les participants chez qui on avait induit un sentiment d'efficacité spécifique à cette situation (en mettant l'accent sur le fait que leur petit don allait faire une grande différence) ressentaient une plus grande culpabilité et effectuaient plus de dons (Basil *et al.*, 2008). Dans le domaine de la psychologie, Berndsen et McGarty (2010) ont quant à eux manipulé la perception de la difficulté à réparer une transgression historique commise et ont ensuite mesuré la culpabilité, qui dans ce cas était la culpabilité collective. La culpabilité collective est celle ressentie pour des torts causés par des membres d'un groupe auquel on s'identifie (Doosje *et al.*, 1998) et elle activerait également la motivation à se racheter (Doosje *et al.*, 1998; Imhoff *et al.*, 2012). Dans leur étude, Berndsen et McGarty (2010) demandaient aux participants de lire un texte décrivant les fautes commises par leur collectivité sur un groupe et ils manipulaient la difficulté à se racheter en proposant des rachats plus ou moins exigeants. Leurs résultats sont cohérents avec l'idée que le sentiment d'efficacité à se racheter pourrait modifier les réactions émotionnelles à une même transgression. En effet, une faible difficulté perçue à effectuer une réparation (donc une perception de possibilité de rachat élevée) avait pour conséquence d'augmenter la culpabilité ressentie ainsi que le soutien aux actions réparatrices proposées envers le groupe historiquement brimé. Puisque la culpabilité était moins forte lorsque la réparation semblait difficile (plus faible possibilité de rachat perçue), il se pourrait que les participants aient plutôt présenté des réactions comme le déni, l'extériorisation du blâme et la colère (réactions qui sont souvent présentes avec la honte (Tangney et Dearing, 2002)), ce qui amène le questionnement à savoir si ces participants n'auraient pas plutôt ressenti de la honte. Une autre étude faite avec la culpabilité collective montre un impact de la difficulté à effectuer une réparation sur la culpabilité (Schmitt *et al.*, 2008), avec une relation cependant non linéaire. Pour

leur étude, Schmitt *et al.* (2008) demandaient à des étudiants masculins de lire un texte sur la problématique des agressions perpétrées par des hommes sur des femmes, sur leur campus. Les participants étaient divisés en trois groupes et se voyaient ensuite proposer une de trois actions plus ou moins exigeantes à entreprendre (possibilités plus ou moins grandes de rachat) pour sensibiliser la population à cette problématique. Cette étude montre qu'une difficulté moyenne à réparer entraîne plus de culpabilité qu'une difficulté très grande. Autrement dit, la possibilité de rachat était liée à une plus grande culpabilité, en accord avec les résultats de Berndsen et McGarty (2010). Cependant, la difficulté moyenne à réparer entraînait également plus de culpabilité qu'une difficulté très petite à réparer. Les auteurs de cette étude rejettent l'hypothèse que la difficulté de réparation modifie l'évaluation faite de la sévérité du tort commis. Contrairement à Schmitt *et al.* (2008), nous croyons qu'il se pourrait qu'une réparation demandée qui soit très facile modifie bel et bien l'évaluation de la gravité du tort commis à la baisse, diminuant ainsi la culpabilité ressentie. Dans le cas où la difficulté de rachat est très grande, nous croyons que cela pourrait aussi modifier l'évaluation de la sévérité des torts commis (à la hausse cette fois), mais aussi que devant le grand effort demandé pour le rachat, l'individu tendrait alors à se dégager de cette culpabilité par diverses stratégies (p.ex. détachement, déni, extériorisation du blâme sur autrui). Ceci pourrait être d'autant plus facile dans les cas de culpabilité collective. Nous n'avons cependant pas d'information sur les émotions, outre la culpabilité, qui auraient pu être ressenties par les sujets des études de Basil *et al.* (2008), de Berndsen et McGarty (2010) ainsi que de Schmitt *et al.* (2008). De plus, les deux dernières études concernaient la culpabilité collective et non individuelle. Néanmoins, ces résultats suggèrent que la perception de la possibilité de rachat spécifique à la situation pourrait influencer la réaction émotionnelle au plan individuel.

Ainsi, il semble que la possibilité de se racheter à la suite d'une transgression influence non seulement si le rachat est effectué, mais également l'intensité de la culpabilité, sans que l'on sache si d'autres émotions sont présentes et comment elles seraient elles aussi influencées. En percevant le rachat difficilement possible ou impossible, il se pourrait qu'une transgression affecte plus facilement l'évaluation du soi en entier et entraîne ainsi de la honte plutôt que de la culpabilité, ce qui serait en accord avec les idées exprimées par Eisenberg (2000). Tangney, Wagner, *et al.* (1996) affirment que lors du ressenti de honte, puisque c'est le soi en entier qui est en défaut, le rachat n'est pas considéré comme étant possible. Or, il reste à investiguer si la relation inverse est aussi vraie, c'est-à-dire si de percevoir une difficulté à se racheter n'entraîne pas une réaction émotionnelle de honte plutôt que de culpabilité. C'est une question à laquelle cette recherche veut tenter de répondre. Si tel était le cas, ceci aurait des implications cliniques intéressantes, puisque l'orientation vers l'exploration et la concrétisation des possibilités de rachat permettrait alors de favoriser la compréhension des transgressions commises comme résultant d'*actions* mauvaises plutôt que d'un *soi* mauvais, ce qui favoriserait le ressenti de la culpabilité plutôt que de la honte. Il existe bien entendu des transgressions dont les conséquences sont irréversibles, mais il semble logique de s'attendre à ce que le fait de souligner ou d'explorer des possibilités créatives de rachat avec des individus souffrant de la faute commise favoriserait une meilleure adaptation. Dans cette recherche, la colère est mesurée puisqu'elle peut survenir pour se défendre de la honte (Lewis, H. B., 1987; Nathanson, 1992). Par ailleurs, si les corrélations entre la prise de perspective et les émotions de honte et de culpabilité sont établies, il n'en est pas de même avec le reste des émotions. Ainsi, notre étude explorera aussi l'existence de lien entre la prise de perspective et les émotions pouvant survenir dans le contexte de cette recherche.

1.9 Objectifs et hypothèses

Considérant les résultats obtenus avec la culpabilité anticipatoire et collective, cette étude a pour objectif de déterminer si, au plan individuel, la manipulation de la possibilité de rachat perçue pourrait influencer le ressenti émotionnel des participants à la suite d'une transgression sociale. La honte et la culpabilité pouvant survenir à la suite d'une même transgression, et la honte étant associée à plus de psychopathologie que la culpabilité, il serait en effet intéressant de connaître l'impact de la possibilité de rachat perçue sur ces émotions. De plus, notre étude veut vérifier si le fait d'offrir une possibilité de rachat à des individus ayant commis une transgression sociale permet de favoriser chez eux l'émergence d'une réaction cognitive adaptative comme la prise de perspective. Nos deux principales hypothèses sont que les participants ayant la possibilité de se racheter : 1) ressentiront plus de culpabilité, moins de honte et moins de colère et 2) performeront mieux à une tâche de prise de perspective comparativement à ceux n'ayant pas la possibilité de se racheter.

CHAPITRE II

MÉTHODOLOGIE

2.1 Devis de recherche

Cette étude utilise un devis de recherche expérimental (transgression sociale provoquée en laboratoire basée sur la technique porte-au-nez) à deux groupes (avec ou sans possibilité de rachat) et à mesures répétées (avant et après la transgression). À notre connaissance, un devis de recherche expérimental permettant d'étudier la réaction des sujets à une même transgression n'a jamais été utilisé dans des études voulant mesurer l'impact de la possibilité de se racheter sur la nature et l'intensité de la réponse émotionnelle. La figure 2.1 permet d'avoir une vue d'ensemble de la procédure. Les sujets répondent aussi à des questionnaires mesurant l'estime de soi et les TC et TH, afin de contrôler pour ces variables, puisque ce sont des variables théoriquement liées à certaines variables dépendantes de l'étude. Une plus grande estime de soi ayant été liée à une plus grande motivation à réguler l'humeur, il est donc attendu que l'estime de soi puisse être liée aux réactions émotionnelles présentées à la suite de la commission d'une transgression sociale.

Les deux groupes sont comparés sur la variation de quatre variables dépendantes (culpabilité, honte, colère et prise de perspective) entre le 1^{er} temps de mesure (T1) et le 2^{ème} (T2). Finalement, à titre exploratoire, les liens entre la modification des affects et la modification de la prise de perspective sont analysés.

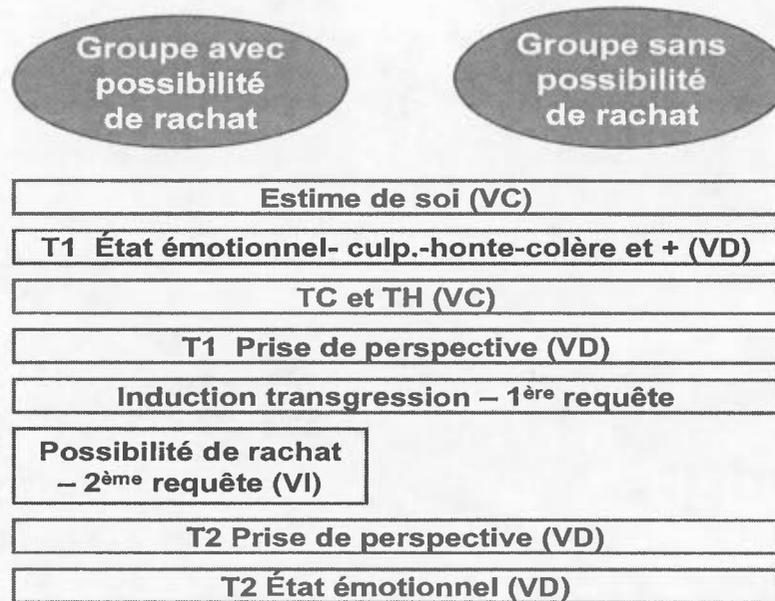


Figure 2.1: schéma global de la procédure

VC : variable contrôle
 VI : variable indépendante
 VD : variable dépendante

2.2 Participants

Une taille d'effet moyenne de la manipulation de la possibilité de rachat sur les variables dépendantes est attendue, ce qui exige un échantillon de 40 participants, considérant une puissance de 0,8 et un alpha de 0,05, lorsque l'on utilise une analyse de variance à mesures répétées. Un total de 53 universitaires adultes francophones, 38 femmes et 15 hommes de 28,7 ans en moyenne, a été recruté en apposant des affiches à l'Université du Québec à Montréal (voir Annexe A). Une compensation de 10 \$ était offerte pour l'ensemble de l'expérience, d'une durée de 30 à 45 minutes. Au cours de l'expérimentation, 13 participants ont accepté la 1^{ère} requête. L'exclusion de ces 13 participants laisse un échantillon de 28 femmes et 12 hommes de 28,4 ans

d'âge moyen. Une population étudiante universitaire est choisie, car elle est similaire aux populations utilisées pour valider les instruments de mesure utilisés ainsi qu'aux populations avec lesquelles les résultats des études ayant inspiré cette recherche ont été obtenus.

2.3 Méthode de cueillette des données

2.3.1 L'Échelle de l'Estime de Soi (ÉES)

L'Échelle de l'Estime de soi (Vallières et Vallerand, 1990) (voir Annexe B) est la version canadienne-française du questionnaire « *Rosenberg Self-Esteem scale* » (Rosenberg, 1965). Elle consiste en 10 items à répondre sur une échelle de type Likert. Cette mesure a été validée sur une population québécoise étudiante de niveau collégial. Les alphas de Cronbach trouvés sur 3 études successives sont de 0,70; 0,89 et 0,90, similaires à ce qui a été obtenu (0,83 et 0,88) pour les deux passations du test dans une 4^{ème} étude voulant vérifier la fidélité test-retest (Vallières et Vallerand, 1990). L'indice de corrélation test-retest de 0,84, pour un délai de trois semaines, est satisfaisant (Vallières et Vallerand, 1990). Le score à ce test est obtenu en additionnant toutes les valeurs choisies sur l'échelle de Likert, en prenant d'abord soin de recoder les items inversés (items 3, 5, 8, 9 et 10).

2.3.2 Tendance à la culpabilité et à la honte - TOSCA-3

Le TOSCA-3 (Tangney *et al.*, 2000) est une mesure constituée de scénarios de la vie quotidienne pour lesquels le participant doit indiquer dans quelle mesure il réagit selon 4 ou 5 choix présentés (version brève ou longue). Chaque choix représente une réaction caractéristique d'une tendance, et deux des cinq tendances sont la culpabilité et la honte, les trois autres étant le détachement, l'extériorisation du blâme sur autrui et la fierté. Le TOSCA-3 est le test le plus largement utilisé afin de mesurer ces

tendances. De plus, il utilise les définitions de culpabilité et de honte qui nous semblent être les plus cohérentes et appropriées, laissant de côté le concept controversé de culpabilité non adaptative ou chronique étant donné son chevauchement avec la honte (Tangney et Dearing, 2002). Il existe une version brève du TOSCA-3, qui consiste à ne pas utiliser les 5 items positifs du questionnaire, laissant ainsi tomber la sous-échelle de fierté. Les corrélations entre les sous-échelles de culpabilité (0,93) et de honte (0,94) des versions longue et brève sont très élevées, ce qui permet d'utiliser la version courte avec confiance. Les coefficients de cohérence interne pour ce test sont acceptables, surtout considérant le fait que ce test est basé sur des scénarios, entraînant inévitablement une variabilité (Tangney et Dearing, 2002). Les alphas de Cronbach mesurés dans 3 études pour la sous-échelle de honte se retrouvent entre 0,76 et 0,88 et sont entre 0,70 et 0,83 pour la sous-échelle de culpabilité (Tangney et Dearing, 2002). Nugier *et al.* (2012) ont récemment développé et validé une version française du TOSCA-3. Cependant, certaines lacunes dans la traduction et des différences entre le français de France et celui du Québec nous ont amené à effectuer une traduction québécoise.

Une double traduction de la version courte (temps de passation de 10 minutes) du questionnaire a donc été effectuée. Le questionnaire, présenté à l'Annexe C, a d'abord fait l'objet d'une validation auprès de 112 participants (86 femmes et 26 hommes, âge moyen de 28,8 ans) avant d'être utilisé pour la présente étude. Parmi ce nombre, un sous-groupe de 53 sujets (45 femmes et 8 hommes, âge moyen de 21,9 ans) a effectué le test à deux reprises, à trois semaines d'intervalle, afin de mesurer la fidélité test-retest. Les alphas de Cronbach obtenus pour les sous-échelles de honte et de culpabilité sont de 0,72 et 0,71 respectivement, inférieurs à ceux la version originale, mais qui restent cependant acceptables. Les coefficients de corrélation test-retest sont de 0,81 et 0,80 pour les sous-échelles de honte et de culpabilité, respectivement. Les alphas de Cronbach obtenus dans notre validation pour les deux autres sous-échelles sont plus bas (détachement = 0,63 et externalisation = 0,69),

comme c'est également le cas pour la version originale (Tangney et Dearing, 2002). Les coefficients obtenus pour la fidélité test-retest des sous-échelles de détachement et d'externalisation sont 0,66 et 0,82, respectivement. La cotation du TOSCA-3 est présentée dans l'Annexe C.

2.3.3 Prise de perspective

La prise de perspective des sujets est mesurée à l'aide de scénarios inspirés de ceux développés par Keysar (1994) en utilisant une procédure modifiée, adaptée de Galinsky *et al.* (2006). Les sujets lisent chaque scénario et ont comme instruction de prédire si un personnage recevant un message ambigu l'interprétera comme étant sarcastique ou sincère (voir Annexe D). Pour chaque scénario, les sujets ont une information privilégiée, c'est-à-dire inconnue du personnage recevant le message. Cette information privilégiée clarifie au bénéfice du participant l'intention sarcastique de l'auteur du message, autrement ambiguë. Dans un tel type de tâche, les sujets peuvent avoir tendance à utiliser cette information privilégiée plutôt que d'en faire abstraction comme l'exige le fait de prendre la perspective du personnage recevant le message, qui lui ignore cette information. Plus les participants utilisent l'information privilégiée, plus cela indique une capacité réduite à prendre la perspective d'autrui (Keysar, 1994). Ce type de tâche a été repris et modifié dans plusieurs études testant l'influence de diverses variables sur la capacité à prendre la perspective d'autrui (Galinsky *et al.*, 2006; Todd et Galinsky, 2012; Todd *et al.*, 2011; Yang *et al.*, 2010). La prise de perspective est mesurée de cette façon avant et après la transgression sociale, ce qui prend en tout environ 5-10 minutes. Afin d'augmenter la fiabilité de la mesure de la prise de perspective, 3 scénarios sont utilisés à chaque temps de mesure. Le score obtenu pour chaque scénario est simplement la valeur choisie par le sujet sur une échelle qui va de 1 = *très sarcastique* à 9 = *très sincère*. Les scores des 3 scénarios de chaque ensemble sont additionnés pour constituer le score final de prise de perspective. À l'intérieur de chacun des deux groupes expérimentaux (AVEC et

SANS), la moitié des sujets répond d'abord à l'ensemble 1 (scénarios 1, 2 et 3) et l'autre moitié à l'ensemble 2 (scénarios A, B et C). Afin de s'assurer de l'équivalence des 2 ensembles de scénarios, ceux-ci ont été préalablement testés auprès de 81 participants. Les scénarios ont été testés par 41 participants sous une forme « neutre » qui omettait l'information privilégiée (voir Annexe E), et par 40 autres participants sous la forme « privilégiée », soit la forme utilisée dans l'étude (Annexe D). L'utilisation de formes neutres, inspirée des travaux de Gerrig *et al.* (2000), donnait l'opportunité de s'assurer que l'information privilégiée puisse avoir un impact, ou autrement dit, cela permettait d'éviter un effet plafond. Par exemple, il aurait été impossible de voir une variation de la capacité à faire abstraction de l'information privilégiée si la formulation du scénario neutre était interprétée comme étant aussi sarcastique que la version avec information privilégiée. Les résultats obtenus lors de la pré-expérimentation montrent que les scores totaux (qui peuvent varier de 3 à 27) des deux ensembles de scénarios sont équivalents sous leurs formes privilégiées (17,8 et 17,7 respectivement) ainsi que sous leurs formes neutres (22,4 pour les deux).

2.3.4 Mesure de l'état émotionnel - PANAS

La version francophone (Gaudreau *et al.*, 2006) de la *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) (Watson *et al.*, 1988) est utilisée afin de mesurer la nature et l'intensité des émotions ressenties par les participants (Annexe F). Les sujets ont pour instructions d'indiquer dans quelle mesure ils ressentent 20 affects présentement, sur une échelle allant de 1 = *très peu ou pas du tout* à 5 = *énormément*. Les émotions de honte et de culpabilité s'y retrouvent telles quelles tandis que 3 adjectifs émotionnels (irrité(e), fâché(e) et hostile) sont apparentés à la colère. Les scores obtenus pour chaque émotion correspondent directement aux valeurs choisies sur les échelles de Likert. Les participants répondent à cette tâche à deux reprises, soit avant et après la transgression sociale, ce qui prend environ 5 minutes au total. Une forme de PANAS avec un ordre modifié des 20 émotions listées a été créée pour diminuer le

rappel des réponses choisies à la première passation (voir Annexe G). L'ordre de passation de la PANAS originale ou modifiée est contrebalancé pour chaque sous-groupe de participants.

2.4 Procédure

2.4.1 Mesure des variables contrôles (estime de soi, TC, TH) et des variables dépendantes au T1 (perspective et affects)

L'expérimentatrice procède discrètement par pige à l'assignation aléatoire des participants au début de la rencontre à l'un des 8 sous-groupes formés par la combinaison de 3 facteurs mentionnés (avec/sans possibilité de rachat, 2 ordres possibles pour la prise de perspective et 2 ordres possibles pour le PANAS). L'expérimentatrice présente d'abord le formulaire de consentement (Annexe H) qui dupe le participant en expliquant que l'étude ne consiste qu'en la validation de plusieurs instruments. L'expérimentatrice donne ensuite les instructions pour l'ensemble des questionnaires et tâches. Elle insiste alors sur le fait que pour standardiser le processus de validation, le sujet et elle-même limiteront le plus possible leurs échanges une fois les instructions données. Cette procédure sert notamment de moyen pour interrompre les justifications que pourraient vouloir exprimer les participants suite à la manipulation expérimentale. Ceci est important puisque les justifications pourraient diminuer l'intensité des émotions induites par l'expérimentation en modifiant l'évaluation de la situation (Lazarus, 1991). De limiter l'utilisation des stratégies cognitives permet donc d'éviter de perdre l'impact recherché de la manipulation.

En premier lieu, les participants répondent dans l'ordre à l'ÉES, à une forme de PANAS, au TOSCA-3 et à un des deux ensembles de scénarios pour la prise de perspective. L'expérimentatrice annonce ensuite qu'une pause de quelques minutes est nécessaire afin de respecter le délai entre la première et la deuxième passation du

questionnaire pour lequel la fidélité test-retest doit être mesurée, toujours de sorte à standardiser le plus possible le processus de validation des instruments de mesure. L'expérimentatrice effectue ensuite l'induction de la transgression sociale.

2.4.2 Induction de la transgression sociale

L'induction de la transgression par l'expérimentatrice est fondamentale pour la recherche et elle a été pratiquée à l'aide de jeux de rôle lui permettant d'être constante dans la façon de le faire. Durant la pause, l'expérimentatrice effectue la grande requête prosociale. La requête est similaire à celle utilisée par Millar (2002) dans la condition « *high guilt* » de leur expérience. L'expérimentatrice annonce qu'elle profite de la pause pour voir si le sujet souhaiterait participer à une autre expérience, menée par une collègue qui a un très bon projet de recherche mais qui a de la difficulté à recruter ses volontaires pour mener à bien son étude. L'expérimentatrice le présente ainsi :

« Ah, c'est vrai, il nous reste quelques minutes avant de recommencer l'expérience, mais je vais en profiter pour vous parler de quelque chose : je le fais pendant la pause pour ne pas vous retenir plus longtemps. Je voulais voir si vous seriez intéressé à participer à une autre étude, celle d'une collègue que j'essaie d'aider avec son recrutement. J'en parle à tous mes participants parce qu'elle a vraiment un bon projet de recherche. Je vous donne ceci, qui résume l'étude. L'expérimentatrice tend alors au participant une feuille résumant le projet (voir Annexe I) et elle possède avec elle une enveloppe contenant un journal alimentaire vierge pour 90 jours de même qu'une série de questionnaires. Suite à la lecture : « Seriez-vous prêt à être volontaire pour faire ça? Comment ça fonctionne, c'est que si vous acceptez, je vous laisse déjà tous les documents nécessaires qui sont ici dans cette enveloppe ». Suite au refus, l'expérimentatrice dit : « C'est dommage parce que c'est vraiment un bon projet et on a besoin de ces données-là. » À ce moment, il est important que l'expérimentatrice ne

donne pas l'occasion au participant de s'excuser ou de se justifier. Elle enchaîne plutôt rapidement en offrant ou non la possibilité de rachat.

2.4.3 Manipulation de la possibilité de rachat

La manipulation est effectuée de façon identique à ce qui a été fait dans la condition *high reduction guilt* de l'étude de Millar (2002). Cela permet donc aux participants d'anticiper une grande réduction de leur culpabilité dans le cas où ils accepteraient la seconde requête, prosociale, beaucoup moins exigeante, et présentée comme étant tout aussi aidante que la première. Par contre, on évite dans la mesure du possible de leur donner l'occasion d'accepter ou de refuser immédiatement cette seconde requête, puisque c'est l'impact de la *possibilité de rachat* et non pas de la décision de se racheter ou non qui se veut la variable à l'étude.

Ce qui fait suite à « *C'est dommage parce que c'est un bon projet et on a besoin de ces données-là...* » est : « *... c'est un gros projet et il y a d'autres études. Je sais que son collègue, lui, recrute pour une autre étude, mais beaucoup moins exigeante celle-là. En réalité, si vous participiez à cette étude-là, ça amènerait une contribution au projet qui serait tout aussi importante. Pour celle-là, il y a aussi un journal alimentaire à remplir, mais pour 4 jours « typiques » seulement et il y a des questionnaires différents. Il y a plus de critères par contre pour pouvoir participer et j'essaie de me souvenir du critère de l'âge... vous avez quel âge déjà? Ok, vous avez x ans, donc vous pourriez participer à celle-là pour contribuer. Enfin, je pourrais vous en parler plus après parce qu'il faut vraiment reprendre notre expérience, je vois que c'est l'heure. »*

Pour les participants des deux groupes qui tentent de poursuivre la discussion, l'expérimentatrice rappelle simplement qu'ils pourront parler à la fin de l'expérience, mais qu'ils doivent pour l'instant limiter leurs échanges pour la poursuite de l'étude.

Il est à noter que plusieurs participants font à ce moment fi du rappel au silence pour immédiatement assurer qu'ils vont accepter la deuxième requête, même s'ils n'ont pas tous les détails.

Dans le cas où le participant accepte la 1^{ère} requête et ne commet donc pas la transgression, il est exclu de l'expérience. Dans l'étude de Millar (2002), 3 participants sur 125 avaient accepté la 1^{ère} requête. Cependant, dans notre étude, la 1^{ère} requête est acceptée dans une proportion beaucoup plus élevée, menant au recrutement de 13 sujets additionnels.

2.4.4 Mesure des variables dépendantes au T2, intention de rachat et compte-rendu

Suite à la transgression, les participants complètent le deuxième ensemble de scénarios pour mesurer leur prise de perspective et effectuent ensuite la deuxième passation du PANAS (questionnaire sur leur état émotionnel). Finalement, pour le groupe avec possibilité de rachat, l'expérimentatrice donne les détails pour la deuxième requête en précisant que le temps de passation des questionnaires associés à la recherche est de 30 minutes. Elle prend ensuite note de l'acceptation ou du refus des participants face à la deuxième requête, ce qui constitue la mesure de l'intention de rachat. Dans l'étude de Millar (2002), le lien entre la culpabilité et l'intention de rachat était similaire à celui entre la culpabilité et le rachat effectif, du moins dans la condition « *high-guilt and high-reduction guilt* » sur laquelle est basée notre expérience. Pour cette raison, il ne semble donc pas nécessaire de laisser les participants ayant accepté la seconde requête repartir avec la tâche de tenir note de leur alimentation pendant quatre jours. Les participants des deux groupes se voient plutôt demander par l'expérimentatrice s'ils ont deviné le but de l'étude, après quoi les véritables objectifs de la recherche leur sont expliqués. Une modification au protocole a été effectuée en cours de collecte de données. À partir de la moitié de

l'expérimentation environ, après avoir mentionné que la 1^{ère} requête était fausse, les sujets (24) sont questionnés de sorte à explorer qualitativement l'impact émotionnel d'avoir refusé la 1^{ère} requête. L'expérimentatrice demande « *Ça vous a fait quoi de refuser de participer à la grande étude?* ». Si les réponses sont vagues (par ex : « *Je me suis senti mal* »), des questions d'exploration sont posées : « *Mal comment? Si vous aviez à mettre des mots d'émotions là-dessus?* ». Le compte-rendu est ensuite complété et les sujets ont alors l'occasion de discuter de tout inconfort ressenti (voir un exemple du compte-rendu en Annexe J). Un deuxième formulaire de consentement expliquant les véritables buts de l'étude leur est ensuite présenté afin d'obtenir leur consentement au maintien de leur participation (Annexe K).

CHAPITRE 3

RÉSULTATS

3.1 Analyses préliminaires

Avant de vérifier les hypothèses de recherche, quelques analyses ont été effectuées sur les instruments de mesure utilisés. La cohérence interne pour le TOSCA-3 et pour l'ÉES sur notre échantillon a été mesurée. Les alphas de Cronbach pour les sous-échelles de culpabilité, honte, détachement et extériorisation sur autrui du TOSCA-3 sont respectivement : 0,65; 0,82; 0,68 et 0,71, ce qui reste en général acceptable et similaire à ce qui a été obtenu pour la validation de notre instrument. La cohérence de la sous-échelle de culpabilité est cependant plus basse que celle de la version originale (entre 0,70 et 0,83). L'alpha de Cronbach pour l'ÉES (0,82) est quant à lui très satisfaisant.

Des tests t de Student ont été effectués pour comparer les deux ensembles de mesure de prise de perspective au T1. L'ensemble 1 (M= 17,30 ÉT= 4,71) ne diffère pas significativement de l'ensemble 2 (M= 18,05 ÉT= 4,56) : $t(38) = 0,51$ n.s.). Des tests t ont également été utilisés pour comparer les deux formes de PANAS sur les 5 affects d'intérêt (*coupable*, *irrité(e)*, *fâché(e)*, *hostile*, *honteux(se)*). Le Tableau 3.1 rapporte l'ensemble des résultats, tous non significatifs, montrant l'équivalence des deux formes de PANAS.

Tableau 3.1 Comparaison des deux formes de PANAS sur les 5 affects d'intérêt au T1

Affects	Moyenne PANAS original (ÉT)	Moyenne PANAS modifié (ÉT)	t
Fâché(e)	1,20 (0,52)	1,45 (0,69)	1,30
Coupable	1,30 (0,73)	1,60 (0,94)	1,13
Hostile	1,10 (0,31)	1,50 (0,89)	1,90
Irrité(e)	1,75 (1,12)	2,00 (1,08)	0,72
Honteux (se)	1,35 (0,81)	1,55 (0,95)	0,72

ÉT : écart-type

t = valeur du test t; tous les résultats sont non-significatifs

Dans le PANAS, trois adjectifs émotionnels sont dans le registre de la colère : *irrité(e)*, *fâché(e)* et *hostile*. Afin de vérifier que les analyses peuvent être faites sur ces variables en les combinant, leurs corrélations entre elles ont été mesurées, au T1 et T2. Les corrélations sont jugées suffisamment élevées (Tableau 3.2) pour justifier l'addition du score des trois variables afin d'obtenir le score d'une variable appelée *colère*.

Tableau 3.2 Corrélations entre les affects fâché(e), hostile et irrité(e) au T1 et T2

	Fâché(e)	Hostile
Hostile	0.40**/ 0,40**	
Irrité(e)	0.40**/ 0,63**	0.18/ 0,18

Corrélation des 2 affects au T1/ corrélation des 2 affects au T2

** p <0,01

Cependant, l'examen des réponses obtenues au PANAS pour l'ensemble des sujets démontre une distribution qui présente un effet plancher sur les 5 affects d'intérêts (*coupable*, *irrité(e)*, *fâché(e)*, *hostile*, *honteux(se)*) avec plus de 50% des réponses = à 1 (peu ou pas du tout). En fait, sauf pour *irrité(e)* au T1, toutes les proportions de réponses « 1 » de ces 5 affects, au T1 et T2, sont entre 70 et 81%. Les affects *crainitif(ve)* et *effrayé(e)* présentent également cette distribution avec un effet

plancher aux deux temps, alors que les variables *nerveux(se)* et *angoissé(e)* présentent cette faible distribution davantage au T2. En conséquence, pour ces variables avec plus de 50% des réponses = 1, des scores dichotomiques ont été créés, où 1 est recodé comme 0 = *absent* et où 2, 3, 4 et 5 sont recodés comme 1 = *présent*. La variable *colère* (score possible entre 3 et 15) a également dû être dichotomisée, de sorte qu'un score de 3 est recodé comme 0 = *absent* et les autres scores sont recodés comme 1 = *présent*. Pour tous les affects non dichotomisés, des scores de différence ont été créés (score affect T2 – score affect T1). Ces scores, appelés DIF-affect, représentent donc la modification de l'intensité des affects entre les deux temps de mesure.

Étant donné la dichotomisation de certains scores d'affects, l'équivalence des deux formes de PANAS au T1 a été reconfirmée par des tests de khi-carré pour les variables *colère* ($\chi^2(1, N = 40) = 1,62$ n.s.), *honte* ($\chi^2 = (1, N = 40) = 0,53$ n.s.) et *culpabilité* ($\chi^2 = (1, N = 40) = 1,13$ n.s.).

Pour les 24 sujets qui se sont vus demander quelle avait été la conséquence émotionnelle du refus d'accepter la 1^{ère} requête, la concordance entre les réponses données au PANAS et les réponses qualitatives a été analysée. L'analyse a été faite seulement sur les sujets du groupe SANS, car la décision de se racheter ou non pour les sujets du groupe AVEC pouvait modifier leur réaction émotionnelle à la transgression sociale. Dans le groupe SANS, ce sont 12 sujets à qui les questions d'exploration de l'impact émotionnel ont été posées. Sur ces 12 sujets, 8 personnes ont exprimé des ressentis (*culpabilité*, sentiment d'être « *cheap* » (considérée comme de la honte), *se juger soi-même*, *indifférence*) de façon qualitative qui contredisent ce qu'ils ont rapporté dans le PANAS au T2. Pour 3 des 4 autres participants, la concordance était difficilement analysable : 1'un a indiqué être déçu de ne pouvoir aider, un autre a indiqué être gêné (la déception et la gêne ne sont pas mesurés par le PANAS) et un troisième a dit avoir inventé une excuse pour refuser la 1^{ère} requête afin de « ne pas faire de peine ». Seulement 1 personne sur les 12 participants a

rapporté une émotion (culpabilité) qui concorde avec le PANAS. Il est à préciser que parmi les huit personnes pour qui les émotions ne concordaient pas, deux ont gardé une réponse vague (« Je me suis sentie mal »). Pour ces deux participants, il y a incohérence entre la réponse qualitative et le PANAS du fait que le total des affects négatifs n'a pas augmenté et a au contraire diminué entre le T1 et le T2.

3.2 Variables contrôles

Afin de justifier l'utilisation des variables contrôles prévues (TC, TH et estime de soi), différentes analyses ont été faites pour confirmer les liens théoriquement attendus. Des analyses corrélationnelles ont été effectuées entre les variables contrôles devant être liées à la prise de perspective, soit la TC et la TH. Les corrélations avec la variable DIF-perspective ont également été mesurées. Rappelons que puisque la TC et la TH entretiennent théoriquement des liens opposés avec la prise de perspective et qu'elles sont corrélées positivement ($r(38) = 0,34, p < 0,05$), des corrélations partielles ont été effectuées : c'est-à-dire que les corrélations entre la TH et la perspective contrôlent pour la TC et vice-versa. Le Tableau 3.3 présente les résultats de ces analyses. Ces derniers ne justifient pas l'utilisation de la TC et la TH comme variables à contrôler pour les analyses concernant la prise de perspective.

Tableau 3.3 Corrélations partielles de la TC et de la TH avec la prise de perspective

	Perspective T1	Perspective T2	DIF perspective
TC (-TH)	0,00	-0,08	-0,07
TH (-TC)	-0,15	0,02	0,12

TC(-TH) : corrélations partielles qui contrôlent pour la TH

TH(-TC) : corrélations partielles qui contrôlent pour la TC

Toutes les corrélations sont non-significatives

Des tests t ont été utilisés afin de vérifier les liens entre les variables contrôles et les variables dépendantes dichotomisées (malgré le fait que les variables contrôles ne pourront être utilisées dans la comparaison des groupes sur les variables dichotomisées). Les résultats des tests t, rapportés dans le Tableau 3.4, permettent toutefois d'avoir une idée des liens existants ou non entre les variables contrôles et les variables dépendantes. Ces résultats n'appuieraient que l'utilisation de l'estime de soi comme variable contrôle dans les analyses concernant la colère et la culpabilité. Il est à noter que la TC et la TH ne semblent pas associées à la culpabilité et à la honte, respectivement.

Tableau 3.4 Comparaison des moyennes de TC, TH et estime de soi entre les groupes formés par l'absence ou la présence des affects culpabilité, honte et colère, au T1 et au T2

Affects et temps de mesure	Score d'affect	TH (ÉT)	t	TC (ÉT)	t	Estime de soi (ÉT)	t
colère	T1	0 N=18	29,22 (7,24)	[diagonal lines]	[diagonal lines]	34,28 (3,20)	2,86**
		1 N=22	30,14 (9,96)			30,64 (4,56)	
	T2	0 N=24	31,08 (8,43)	[diagonal lines]	[diagonal lines]	32,88 (4,27)	1,07
		1 N=16	27,69 (9,08)			31,38 (4,49)	
honte	T1	0 N=30	29,30 (8,56)	[diagonal lines]	[diagonal lines]	32,77 (4,13)	1,24
		1 N=10	31,00 (9,63)			30,80 (4,94)	
	T2	0 N=32	29,38 (8,30)	[diagonal lines]	[diagonal lines]	32,75 (4,09)	1,39
		1 N=8	31,12 (10,88)			30,38 (5,18)	
culpabilité	T1	0 N=29	[diagonal lines]	45,03 (5,08)	0,02	33,17 (3,63)	2,22*
		1 N=11	[diagonal lines]	45,00 (5,53)		29,91 (5,38)	
	T2	0 N=27	[diagonal lines]	45,19 (5,10)	0,28	33,00 (3,70)	1,54
		1 N=13	[diagonal lines]	44,69 (5,61)		30,77 (5,34)	

Score d'affect : 0 = absent et 1 = présent

N = Nombre de participants parmi les groupes formés par l'absence ou la présence d'affect

*p < 0,05 **p < 0,01

[diagonal lines] : lien non attendu

3.3 Vérification des hypothèses principales

Les deux principales hypothèses sont que les participants ayant la possibilité de se racheter (groupe AVEC) : 1) ressentent plus de culpabilité, moins de honte et moins de colère et 2) performant mieux à une tâche de prise de perspective comparativement à ceux n'ayant pas la possibilité de se racheter (groupe SANS).

Pour vérifier ces hypothèses, la dichotomisation des affects de culpabilité, de honte et de colère ne permet pas d'effectuer des analyses de covariance à mesures répétées et ne permet malheureusement pas de profiter du devis intrasujet. Pour ces variables, des tests de khi-carré ont été réalisés afin de vérifier si le nombre de sujets rapportant ces affects diffère selon le groupe AVEC ou SANS. Les résultats sont rapportés dans le Tableau 3.5, où l'on peut voir que les groupes sont extrêmement similaires, voire identiques.

Tableau 3.5 Comparaisons au T1 et T2 du nombre de participants par groupe qui rapportent ou non les affects colère, culpabilité et honte

Score d'affect	Temps 1			Temps 2		
	AVEC	SANS	χ^2	AVEC	SANS	χ^2
colère	0	9	9	12	12	0
	1	11	11	8	8	
culpabilité	0	16	13	14	13	0,11
	1	4	7	6	7	
honte	0	15	15	16	16	0
	1	5	5	4	4	

Score d'affect : 0 = absent et 1 = présent

χ^2 : valeur de khi-carré; toutes les valeurs sont non-significatives

Pour la vérification de la deuxième hypothèse principale, une analyse de variance (ANOVA) à mesures répétées 2(groupe) x 2(mesure) a été effectuée pour comparer les deux groupes sur le changement de prise de perspective entre le T1 et le T2. Cette analyse démontre l'absence d'une différence significative ($F(1,38) = 2,78$ n.s.).

3.4 Autres résultats : groupes Racheté et Non-Racheté

Lors de l'expérimentation, il n'a pas été possible d'empêcher les sujets du groupe AVEC de prendre leur décision concernant le rachat avant la mesure des variables dépendantes au T2. Le rappel au silence n'évitait pas qu'ils annoncent leur décision dès la proposition de rachat faite. De plus, rien ne les empêchait de prendre la décision immédiatement même s'ils la communiquaient plus tard. Pour cette raison, bien que les hypothèses aient été vérifiées sur les deux groupes prévus au départ, il nous semblait également pertinent de considérer 2 autres groupes, soit le groupe des 16 sujets ayant accepté la deuxième requête (groupe Racheté) et le groupe de 24 sujets qui ne se sont pas rachetés (groupe Non Racheté). Le groupe Non-Racheté est donc composé des 20 sujets du groupe SANS auxquels s'ajoutent les 4 sujets du groupe AVEC qui n'ont pas accepté la proposition de rachat.

Les analyses servant à vérifier les hypothèses décrites dans la section précédente ont été refaites avec les groupes Racheté et Non-Racheté. Les tests de khi-carré ont été répétés pour les affects dichotomisés. Les résultats sont rapportés dans le Tableau 3.6 et montrent l'absence de différence significative entre les groupes.

Tableau 3.6 Comparaisons au T1 et T2 du nombre de participants par groupe (Racheté et Non-Racheté) qui rapportent ou non les affects colère, culpabilité et honte

Score d'affect		Temps 1			Temps 2		
		Racheté	Non-Racheté	χ^2	Racheté	Non-Racheté	χ^2
colère	0	7	11	0,17	9	15	0,16
	1	9	13		7	9	
culpabilité	0	13	16	1,24	11	16	0,02
	1	3	8		5	8	
honte	0	12	18	0	13	19	0,03
	1	4	6		3	5	

Score d'affect : 0 = absent et 1 = présent

χ^2 : valeur de khi-carré; toutes les valeurs sont non-significatives

Afin de comparer les deux groupes sur le changement de prise de perspective dans le temps, une ANOVA à mesures répétées 2(groupe) x 2(mesure) a été effectuée. Cette analyse montre que les groupes présentent des changements de prise de perspective significativement différents ($F(1,38) = 7,13$ $p = 0,01$, $\eta^2 = 16\%$). Des tests t à échantillons appariés montrent que le groupe Non-Racheté présente une diminution de prise de perspective significative suite à la transgression sociale ($M=18,46$ $ÉT=3,99$ au T1 et $M= 14,87$ $ÉT = 6,50$ au T2; $t(23) = 2,82$ $p = 0,01$), alors que l'augmentation de la prise de perspective du groupe racheté est quant à elle non significative ($M= 16,50$; $ÉT = 5,29$ au T1 et $M= 18,44$; $ÉT = 4,60$ au T2; $t(23) = 1,16$, n.s.).

3.5 Analyses corrélationnelles exploratoires entre les affects et la prise de perspective

Tel que prévu par notre dernier objectif d'exploration des liens entre divers affects mesurés par le PANAS et la prise de perspective, des analyses corrélationnelles ont été effectuées entre ces éléments. Seuls les affects positifs et l'affect *agité(e)* ont été utilisés, puisque la dichotomisation des 9 autres affects négatifs ne permettait pas d'effectuer ces analyses. Aucun lien significatif n'a été trouvé (voir Tableau 3.7).

Ensuite, afin de mieux lier la variation de prise de perspective à la variation des affects, des analyses corrélationnelles ont été faites à l'intérieur des groupes Racheté et Non Racheté entre la différence de prise de perspective et la différence des 11 affects non dichotomisés. Pour le groupe Non Racheté, le changement de la prise de perspective est positivement corrélé au changement de la majorité des affects positifs (voir Tableau 3.8), une diminution de ces affects étant donc liée à une diminution de la prise de perspective. Pour le groupe Racheté, la différence de prise de perspective est positivement corrélée à la différence de l'affect *déterminé(e)* seulement (Tableau 3.8).

Tableau 3.7 Corrélations au T1 et T2 entre les affects non dichotomisés et la prise de perspective

Affect	T1	T2
Intéressé(e)	-0,01	-0,10
Excité(e)	0,05	0,02
Fort(e)	0,09	-0,04
Enthousiaste	0,02	-0,03
Fier(e)	-0,03	-0,06
Alerte	0,10	0,02
Inspiré(e)	0,07	-0,09
Déterminé(e)	0,12	-0,01
Agité(e)	0,10	-0,07
Attentif(ve)	0,13	-0,14
Actif(ve)	-0,09	-0,13

Toutes les corrélations sont non-significatives

Tableau 3.8 Corrélations entre les différences d'affects non dichotomisés et la différence de prise de perspective à l'intérieur des groupes Racheté et Non-Racheté

	DIF perspective Racheté	DIF perspective Non-Racheté
DIF Intéressé(e)	-0,44	-0,13
DIF Excité(e)	-0,42	0,56**
DIF Fort(e)	-0,13	0,33
DIF Enthousiaste	-0,05	0,51*
DIF Fier(e)	-0,05	0,49*
DIF Alerte	-0,07	0,45*
DIF Inspiré(e)	0,20	0,28
DIF Déterminé(e)	0,66**	0,45*
DIF Agité(e)	0,36	-0,26
DIF Attentif(ve)	0,38	0,42*
DIF Actif(ve)	-0,11	0,45*

* p<0,05 ** p<0,01

3.6 Participants ayant accepté la 1^{ère} requête

Finalement, étant donné le nombre élevé de sujets ayant accepté la 1^{ère} requête (13), des tests t ont été effectués afin de voir si ces sujets acceptant une grande requête prosociale avait une plus grande estime de soi, une plus grande TC et/ou une TH moins élevée. Aucune différence significative n'a été détectée (voir Tableau 3.9). De plus, afin de vérifier si les 13 sujets ayant accepté la 1^{ère} requête avaient une plus grande culpabilité au T1 que les 40 sujets l'ayant refusé, un test de khi-carré a été effectué. Ce test indique que les deux groupes ne sont pas différents sur la culpabilité rapportée au T1: $\chi^2(1, N = 53) = 0,02$, n.s.

Tableau 3.9 Comparaisons des moyennes d'estime de soi, de TC et de TH des sujets ayant refusé ou accepté la 1^{ère} requête

	Moyenne (ÉT) refus 1 ^{ère} requête N= 40	Moyenne (ÉT) acceptation 1 ^{ère} requête N=13	t
Estime de soi	32,28 (4,36)	31,08 (4,79)	0,84
TC	45,02 (5,14)	45,92 (5,71)	0,53
TH	29,72 (8,74)	31,85 (9,05)	0,75

t: valeur du test t; toutes les valeurs sont non-significatives

CHAPITRE 4

DISCUSSION

Dans ce chapitre, les résultats concernant les affects seront d'abord discutés. À cette fin, divers points seront considérés : la sensibilité d'une mesure des affects auto-rapportée comme le PANAS, l'évitement expérientiel, l'efficacité de notre manipulation de type porte-au-nez et la diversité des affects qu'elle peut susciter, ainsi que la valeur prédictive de la TC et de la TH mesurées par le TOSCA-3. Ensuite, les résultats concernant la prise de perspective seront discutés. Ceci amènera à analyser plus en détail le lien bien établi entre la TC et la prise de perspective. L'impact de la possibilité de rachat sera également comparé à l'impact de la décision de se racheter. S'ensuivra alors la discussion des analyses exploratoires entre le changement de prise de perspective et le changement des affects, en tenant compte du contexte particulier de la manipulation. Finalement, l'absence de différence entre les participants acceptant ou refusant la 1^{ère} requête sera brièvement considérée.

4.1 Affects

Contrairement à ce qui était attendu, il n'y a pas de différence entre les groupes AVEC et SANS au niveau de la culpabilité, de la honte et de la colère. Il n'y a pas de différence non plus entre les groupes Racheté et Non Racheté. Cela pourrait signifier que l'hypothèse n'est pas confirmée. Par ailleurs, ces résultats pourraient aussi indiquer que la manipulation de la transgression n'a pas induit les émotions attendues. En effet, peu de culpabilité a été rapportée suite à la transgression. Ceci est étonnant en regard des niveaux de culpabilité rapportés par Millar (2002). Cependant, la façon de mesurer la culpabilité dans cette dernière étude a pu biaiser à la hausse l'intensité de cette émotion. En effet, la mesure questionnait spécifiquement la

culpabilité et non d'autres émotions. De plus l'impression des participants que c'était « mal » de refuser était quantifiée et rapportée à la mesure de culpabilité (Millar, 2002). À ce sujet, il est aussi intéressant de constater que dans notre recherche, certaines réponses spontanées aux questions qualitatives sur les émotions rapportaient des affects non mesurés par le PANAS. Par exemple, quelques sujets ont rapporté de la gêne et de la déception. Nous discuterons plus loin de l'affirmation qu'il y a bel et bien eu un effet porte-au-nez dans notre recherche, mais nos résultats pourraient indiquer que la réalisation de cet effet avec une requête prosociale est certes expliquée par des affects négatifs, mais sans que cela ne soit limité à la culpabilité.

La représentativité de l'état affectif des sujets par le PANAS est également à questionner. Quelques considérations laissent effectivement à penser que le PANAS mesure mal plusieurs affects négatifs. Premièrement, le PANAS nécessite que les gens soient conscients de leurs émotions. Or, les gens tendent fréquemment à éviter les expériences émotionnelles négatives, d'où la centration dans les approches psychothérapeutiques sur l'émergence, la conscientisation et l'acceptation du vécu expérientiel (p. ex. : Greenberg *et al.*, 1998; Hayes *et al.*, 1999; Linehan, 1993). Si l'évitement expérientiel est lié à de multiples troubles psychologiques (Hayes *et al.*, 1996), cela ne signifie pas qu'il n'est pas présent dans une population non recrutée dans un cadre clinique, telle que celle ayant participé à la présente étude. Au contraire, Hayes *et al.* (1996) présentent d'intéressantes explications sur l'omniprésence du phénomène. Deuxièmement, la honte pourrait spécifiquement avoir été sous-rapportée. En effet, les attitudes face aux émotions négatives et à leur expression varient selon les émotions spécifiques (Harmon-Jones *et al.*, 2011). Or, plusieurs auteurs soutiennent qu'une grande partie de la honte est non reconnue (« *bypassed shame* ») et se manifeste davantage par les symptômes et réactions qu'elle provoque comme la colère (Lewis, H. B., 1987; Lewis, M., 1992; Nathanson, 1987). La colère a donc été incluse dans les variables dépendantes pour cette raison, mais il est possible que la difficulté à conscientiser les affects négatifs en général ait

nui à sa mesure. En fait, c'est cette difficulté à rapporter de la honte qui aurait motivé la création de mesures comportementales de honte, c'est-à-dire des questionnaires sur les tendances d'action, p. ex. « I want to sink into the floor and disappear » (voir Tangney et Dearing (2002) pour une recension des différentes mesures existantes). La réussite de la duperie dans le protocole intrasujet semblait cependant problématique avec l'utilisation de ces mesures. Il n'est donc pas simple de trancher la question de l'efficacité de la manipulation à induire les affects négatifs attendus. Toutefois, la non-concordance entre les réponses données à l'oral et celles récoltées par le PANAS pour 8 des 12 sujets du groupe SANS est une information précieuse. L'information qualitative recueillie ne permet malheureusement pas de nous donner une représentation complète de l'intensité réellement ressentie d'une gamme étendue d'affects. Si ces informations qualitatives sont trop partielles pour comparer la façon dont les deux groupes ont été affectés, elles démontrent toutefois hors de tout doute que les participants de la présente recherche ont effectivement été affectés par la manipulation, sans que cela ne soit rapporté dans le PANAS.

Si l'on s'attarde maintenant plus spécifiquement à la culpabilité, il est étonnant que si peu ait été rapportée alors que le taux d'acceptation de la seconde requête parmi le groupe avec rachat est élevé (80%). La comparaison de ce taux avec ceux trouvés dans l'étude de Millar (2002) suggère fortement qu'il y a bien eu un effet porte-à-nez dans notre recherche. Or, il est démontré que cet effet réalisé avec des requêtes prosociales s'explique par la volonté des participants de diminuer leur culpabilité en acceptant la deuxième requête (O'Keefe et Figgé, 1999). Ceci porterait donc à croire que la transgression a provoqué de la culpabilité bien que ce ne soit pas rapporté dans le PANAS. Toutefois, comme précédemment mentionné, il est possible que la transgression ait provoqué divers affects négatifs, autre que la culpabilité, qui aient eux aussi motivé les participants à se racheter. L'acceptation de la 2^{ème} requête pourrait donc être une régulation comportementale que l'on pourrait associer à

diverses émotions, et non pas seulement à la culpabilité. Cette idée sera davantage élaborée plus loin.

Il est aussi étonnant qu'il y ait eu si peu de culpabilité et honte rapportées alors que les participants présentent des TC et des TH spécifiquement mesurées par des scénarios de transgressions sociales similaires à la manipulation. Les niveaux de TC et TH de notre étude ne sont pas particulièrement faibles mais au contraire très similaires à ceux trouvés dans un échantillon universitaire canadien (Howell *et al.*, 2012) et dans des échantillons américains (Tangney et Dearing, 2002). Non seulement il y a eu peu de honte et culpabilité rapportées, mais il ne semble pas du tout y avoir de lien entre celles-ci et les tendances à la honte ou à la culpabilité. On devrait cependant à tout le moins s'attendre à ce que ceux qui se rachètent après une transgression sociale aient une plus grande TC que ceux refusant un rachat (puisque le rachat est considéré comme une mesure comportementale de la TC dans le TOSCA-3). Le nombre de sujets dans le groupe AVEC est cependant trop petit pour que l'on puisse comparer la TC de ceux qui se sont rachetés (N= 16) vs ceux qui ont refusé le rachat (N= 4).

Il est cependant fort intéressant de constater que la prédiction de la culpabilité et de honte par la TC et la TH ne devrait pas être tenue pour acquise. En effet, ces liens ne sont pas clairement établis, peu d'études utilisant à la fois des mesures de tendance et des mesures d'émotions dans le moment présent comme le PANAS. À ce sujet, une étude de Rüsçh *et al.* (2007) montre une corrélation non significative entre la TH et la *Experiential Shame Scale* (ESS). La ESS est une mesure de honte « opaque », c'est-à-dire qui exclut le terme « honte » et tente de masquer l'objet de la mesure (Turner, 1998). Il faut cependant préciser que la honte était mesurée dans un contexte où une transgression n'avait pas été provoquée (Rüsçh *et al.*, 2007). Mesurée dans un contexte où la honte est possible (après réception des résultats d'un examen par une cohorte étudiante), même une mesure de honte opaque comme la ESS ne corrèle pas

autant qu'attendu avec une mesure de honte transparente similaire à celle du PANAS (qui demande simplement de rapporter l'intensité de honte ressentie) (Turner, 2014). En effet, l'auteure explique que parmi les gens rapportant de la honte dans l'ESS, peu en rapportent également dans l'autre mesure, ce qui indique que la corrélation significative est davantage due à l'absence de honte rapportée dans les deux mesures (Turner, 2014). En regard du peu d'études analysant les liens entre la TC et la culpabilité de même qu'entre la TH et la honte, on peut se demander si la TC et la TH prédisent bien les affects proprement dits ou si elles ne prédisent pas plutôt des mécanismes de régulation émotionnelle (rachat et évitement) relativement indépendants des émotions ressenties. Le rachat pourrait être par exemple être un moyen de régulation de divers affects (par exemple la gêne et la déception rapportées qualitativement dans la présente recherche), et non pas simplement de la culpabilité.

4.2 Prise de perspective

Selon les écrits existants, la prise de perspective devrait être reliée à la TC et il était donc prévu d'utiliser la TC comme variable contrôle dans les analyses concernant la prise de perspective. En effet, plusieurs études ont démontré des corrélations partielles (en contrôlant pour la TH) significatives entre la TC et la prise de perspective, corrélations toutes supérieures à 0,27 (Cohen *et al.*, 2011; Howell *et al.*, 2012; Leith et Baumeister, 1998; Wolf *et al.*, 2010). Cependant, la corrélation partielle de la TC avec la prise de perspective dans notre étude est faible, voire nulle. Il est toutefois intéressant de constater que les études susmentionnées utilisaient toutes la même mesure de prise de perspective, soit la sous-échelle *perspective taking* de l'*Interpersonal Reactivity Index* (IRI) (Davis, 1980). L'IRI est un questionnaire auto-rapporté où les gens indiquent dans quelle mesure ils perçoivent considérer le point de vue d'autrui. C'est donc une mesure de prise de perspective dispositionnelle dans laquelle on peut trouver certains éléments de similarité avec les items servant à mesurer la TC par le TOSCA-3. La mesure de prise de perspective

situationnelle utilisée dans notre recherche n'est quant à elle pas soumise aux possibles biais de perception positifs des répondants. Elle donne au contraire une indication réelle de leur capacité à prendre la perspective d'autrui, à un moment précis. Nos résultats montrent donc qu'une grande TC n'est pas gage d'une meilleure prise de perspective.

Une de nos hypothèses principales était que le groupe AVEC allait performer davantage que le groupe SANS à la tâche de prise de perspective. Les deux groupes ne diffèrent cependant pas de façon statistiquement significative à ce niveau. Cependant, les groupes Racheté et Non Racheté diffèrent eux significativement, le groupe Non-Racheté montrant une diminution de la prise de perspective dans le temps, contrairement au groupe Racheté. Il était cependant attendu que le changement de prise de perspective soit lié au changement de culpabilité et de honte provoqué par la manipulation étant donné les résultats obtenus par Yang *et al.* (2010). Or, peu de changement dans ces émotions a été observé, celles-ci étant généralement rapportées comme étant absentes (pour environ 80 % des participants), restreignant ainsi les analyses possibles. Pourtant, la diminution de prise de perspective significative entre les deux temps de mesure du groupe Non-Racheté suggère qu'une modification de l'état émotionnel a interféré avec la capacité de prise de perspective des sujets. En effet, le devis expérimental intrasujet de la présente recherche écarte plusieurs facteurs influençant la capacité de prise de perspective des sujets et augmente donc grandement la confiance dans le fait que la différence observée soit liée à la manipulation. Dans cette optique, l'exploration des liens entre les autres affects et la prise de perspective pourrait éclairer davantage le changement de perspective qui a eu lieu, et il en sera question plus loin.

S'il reste pertinent d'étudier l'impact de la possibilité de rachat, cette variable est confondue dans notre expérience avec la décision de se racheter ou non. Le fait qu'il y ait une différence de prise de perspective significative entre les groupes Racheté et

Non-Racheté sans qu'il n'y en ait entre les groupes AVEC et SANS pourrait suggérer que la possibilité de rachat n'influence pas la prise de perspective indépendamment de la décision de se racheter. Ceci impliquerait qu'il ne faille donc pas simplement explorer les possibilités de rachat suite à une transgression sociale, mais également favoriser l'intention de le concrétiser. On pourrait aussi présumer d'un impact sur la prise de perspective d'autant plus grand si une offre de rachat est refusée. Cependant, le nombre de participants n'est pas suffisamment élevé dans cette recherche pour comparer les sujets ayant refusé le rachat et ceux n'ayant pas eu la possibilité de se racheter.

4.3 Analyses exploratoires des liens entre les affects et la prise de perspective

Aucun lien n'a été trouvé entre les affects et la prise de perspective mesurés au même temps. Rappelons cependant que les liens avec la majorité des affects négatifs n'ont pu être mesurés. Les liens entre le changement de perspective entre le temps 1 et 2 et le changement des affects ont été évalués à l'intérieur des groupes Racheté et Non-Racheté. Aucune hypothèse spécifique n'avait été formulée pour ces analyses exploratoires. Pour les sujets du groupe Non Racheté, une diminution de la majorité des affects positifs (fier(e), excité(e), enthousiaste, déterminé(e), attentif(ve), actif(ve) et alerte) est corrélée à une diminution de la prise de perspective. Que le changement du niveau d'attention et de vigilance (affect *alerte*) soit positivement lié à une tâche cognitive n'est pas étonnant. Par contre, on remarque que c'est la variation de pratiquement tous les affects positifs qui est liée à la variation de la prise de perspective dans le groupe Non-Racheté, contre seul l'affect *déterminé(e)* dans le groupe Racheté. Peu d'études se sont intéressées aux liens entre les émotions positives et la prise de perspective. Une seule étude recensée nous semble pertinente à considérer, mais ces résultats semblent à première vue contradictoires aux nôtres. Ainsi, il a été montré que la performance à une tâche de théorie de l'esprit (tâche similaire à celle de la présente recherche) est différente si une humeur triste ou

joyeuse est induite (Converse *et al.*, 2008). Selon cette étude, la prise de perspective serait moindre lorsque l'humeur serait joyeuse plutôt que triste (Converse *et al.*, 2008). Contrairement à notre protocole, la recherche de Converse *et al.* (2008) manipulait directement l'intensité de la joie ou de la tristesse, alors que la présente étude visait à manipuler les émotions de culpabilité et de honte. Il est possible que l'impact des affects positifs soit plus général (toutes faisant varier la prise de perspective dans le même sens), alors qu'il y ait des impacts spécifiques et d'intensités différentes pour certains affects négatifs. La tristesse pourrait ainsi avoir un impact négatif sur la prise de perspective plus grand que les affects positifs. Il est aussi possible que pour le groupe Non-Racheté, la diminution des affects positifs soit la façon dont est exprimée une augmentation non rapportée d'un affect négatif spécifiquement nuisible pour la prise de perspective (par exemple la honte).

Maintenant pour le groupe Racheté, la variation de la prise de perspective est positivement corrélée à la différence de l'affect *déterminé(e)* seulement. Pour ces 16 personnes qui venaient tout juste de prendre un engagement, il est possible que le changement de détermination ait été directement en lien avec cette décision. Or, une grande détermination à se racheter irait logiquement avec une culpabilité plus grande provoquée par la transgression sociale (Berndsen et McGarty, 2010; Schmitt *et al.*, 2008), culpabilité à laquelle les écrits scientifiques associe une meilleure prise de perspective (Yang *et al.*, 2010). Il faut toutefois prendre en considération que les sujets ont pu répondre au PANAS en liant ces affects à différents contextes autres que celui du moment présent, pouvant ainsi influencer les liens trouvés. Par exemple, les participants ont pu se sentir déterminés par rapport à diverse choses : « se racheter », « terminer au plus vite cette recherche ennuyante », « bien étudier le soir même pour un examen important », etc. Il en va de même pour tous les affects, le PANAS ne contrôlant pas à quoi sont liés les affects sentis dans le moment présent. C'est donc dire que pour diverses personnes rapportant la même intensité d'un affect, leurs états d'esprit peuvent être fort différents et ceci pourrait éventuellement agir différemment

sur leur prise de perspective, confondant les liens entre ces variables. Ces résultats sont donc exploratoires et d'autres études sont nécessaires afin de mieux comprendre l'interaction entre les affects et la prise de perspective.

4.4 Acceptation de la 1^{ère} requête

Dans cette étude, 25% des participants recrutés ont accepté la 1^{ère} requête, contrairement à 2% dans l'étude de Millar (2002). La plus grande proportion de gens acceptant la 1^{ère} requête dans notre étude pourrait peut-être s'expliquer par une plus grande sensibilisation et/ou de plus grandes exigences envers soi quant à l'alimentation. En effet, les raisons les plus fréquemment invoquées parmi les gens ayant accepté la requête (pour 7 femmes et 1 homme) étaient liées à des préoccupations par rapport à l'alimentation. Les raisons données mentionnaient un intérêt personnel pour la nutrition, le désir de surveiller son alimentation et le désir d'utiliser le journal comme un outil motivationnel pour modifier ses habitudes alimentaires. Plus rarement (3 femmes et 1 homme), les raisons étaient : vouloir aider et/ou vouloir faire avancer la recherche et/ou agir en accord avec ses valeurs. Un homme n'a pas précisé ses motivations à accepter. L'hétérogénéité des motivations poussant à accepter la 1^{ère} requête pourrait expliquer pourquoi on ne trouve pas de différence entre ces 13 sujets et les 40 autres.

CONCLUSION

Ce travail visait à vérifier si la manipulation de la possibilité de rachat pouvait influencer la réaction émotionnelle et la prise de perspective à la suite d'une transgression sociale. Un devis de recherche expérimental à deux groupes (avec ou sans possibilité de rachat) avec mesures répétées (avant et après l'induction de la transgression en laboratoire) a été utilisé. Nos hypothèses étaient que comparativement au groupe SANS (sans possibilité de rachat), le groupe AVEC (avec possibilité de rachat) ressentirait plus de culpabilité, moins de honte, moins de colère et performerait mieux à la tâche de prise de perspective. Si nos hypothèses principales n'ont pas été confirmées, le travail effectué a permis l'avancement des connaissances sur plusieurs aspects.

La méthodologie employée a premièrement nécessité la réalisation et la validation d'une traduction québécoise d'un instrument très utilisé, le TOSCA-3. De plus, des scénarios de prise de perspective ont été créés de sorte à établir deux ensembles de 3 scénarios équivalents. Ceci était nécessaire étant donné l'absence d'instruments mesurant la prise de perspective qu'il soit possible d'utiliser dans un devis intrasujet. C'est donc un ajout fort intéressant aux outils de recherche sur la prise de perspective, de surcroît facile à administrer. À l'aide de cette tâche, notre recherche montre que le lien établi entre la TC et la prise de perspective pourrait être dépendant du type de mesure utilisée et qu'il doit donc être nuancé. Ainsi, cette étude suggère que l'utilisation de tâches de prise de perspective diverses est nécessaire afin d'enrichir notre compréhension du lien existant entre la prise de perspective et la TC.

La mesure des TC et TH de façon concomitante avec une mesure des affects comme le PANAS a également permis de mettre à jour des résultats intéressants. En effet, aucun lien n'a été observé entre la TC et la culpabilité, ou entre la TH et la honte. Ce travail alimente donc un questionnement sur l'association étroite souvent trouvée

entre certains mécanismes de régulation et certaines émotions. Plusieurs chercheurs mesurent par exemple la tendance au rachat et prétendent mesurer ainsi une tendance à la culpabilité (Cohen *et al.*, 2011; Tangney *et al.*, 2000). Nos résultats suggèrent au contraire que le rachat peut être employé suite à des réactions émotionnelles diverses. De plus, les résultats des analyses exploratoires sur les liens entre le changement des affects et le changement de la prise de perspective enrichissent également les connaissances sur ce sujet.

Évidemment, les conclusions tirées de nos analyses sur les affects restent affaiblies par la représentativité partielle de l'état émotionnel par le PANAS. La mesure des émotions est connue pour être complexe (Allen et Coan, 2007) et notre recherche argue pour la création de mesures émotionnelles sensibles et représentatives qui soient plus faciles à administrer. Une mesure auto-rapportée aurait ainsi avantage à être modifiée de sorte à favoriser la prise de conscience de l'état émotionnel. Par exemple, cela pourrait être fait en allouant un certain temps pour chaque affect (pour inciter les sujets à prendre le pouls de leurs émotions de façon plus approfondie) et en accompagnant le sujet avec des instructions permettant la pleine conscience (par ex. : « Fermez les yeux, portez votre attention sur vos émotions »). À défaut d'avoir un instrument réellement représentatif, la combinaison de plusieurs méthodes (par ex. : des questionnaires auto-rapportés transparent et opaque ainsi qu'une mesure qualitative) pourrait être la meilleure alternative.

Afin d'étudier les réactions à une transgression sociale, un protocole d'effet porte-à-nez déjà employé (Millar, 2002) a été recréé, de sorte à faire commettre la même transgression à tous les sujets. Cette standardisation de l'induction diminue la variabilité expérimentale et nous semble un avantage important par rapport aux recherches demandant aux sujets de se rappeler un événement passé (par ex.: Yang *et al.*, 2010). Si l'objectif était d'étudier l'impact de la possibilité de rachat, le protocole utilisé n'a cependant pas pu séparer franchement la possibilité de rachat de la décision

de se racheter. L'analyse des données selon les groupes Racheté et Non Racheté a toutefois généré des résultats intéressants. Le fait qu'il y ait une différence de prise de perspective significative entre les groupes Racheté et Non-Racheté sans qu'il n'y en ait entre les groupes AVEC et SANS suggère en effet que la possibilité de rachat n'influence pas la prise de perspective indépendamment de la décision de se racheter. L'impact du rachat sur la prise de perspective est donc significatif. Au-delà des implications théoriques, ce travail amène donc une considération clinique quant à la régulation suite à la commission d'une transgression sociale. En effet, ces résultats démontrent qu'afin d'éviter la diminution d'une réaction cognitive adaptative comme la prise de perspective, il faut favoriser l'engagement à se racheter, et non pas seulement faciliter la perception d'une possibilité de rachat.

ANNEXE B

ESTIME DE SOI

L'Échelle de l'estime de soi (ÉES)

Pour chacune des caractéristiques ou descriptions suivantes, indiquez à quel point chacune est vraie pour vous en encerclant le chiffre approprié.

	Tout à fait en désaccord	Plutôt en désaccord	Plutôt en accord	Tout à fait en accord
	1	2	3	4
1. Je pense que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre.	1	2	3	4
2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités.	1	2	3	4
3. Tout bien considéré, je suis porté(e) à me considérer comme un(e) raté(e).	1	2	3	4
4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens.	1	2	3	4
5. Je sens peu de raisons d'être fier(e) de moi.	1	2	3	4
6. J'ai une attitude positive vis-à-vis moi-même.	1	2	3	4
7. Dans l'ensemble, je suis satisfait(e) de moi.	1	2	3	4
8. J'aimerais avoir plus de respect pour moi-même.	1	2	3	4
9. Parfois, je me sens vraiment inutile.	1	2	3	4
10. Il m'arrive de penser que je suis un(e) bon(ne) à rien.	1	2	3	4

3. *Au travail, vous attendez à la dernière minute pour planifier un projet, et cela tourne mal.*

a) Vous vous sentiriez
incompétent(e).

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous penseriez : « Il n'y a jamais
assez d'heures dans une journée ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous sentiriez que vous méritez
d'être réprimandé(e) pour avoir mal
géré le projet.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous penseriez : « Ce qui est fait
est fait ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

4. *Vous faites une erreur au travail et apprenez qu'un de vos collègues a été blâmé pour cette erreur.*

a) Vous penseriez que la compagnie
n'appréciait pas ce collègue.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous penseriez : « La vie est
tellement injuste ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous garderiez le silence et
éviteriez ce collègue.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous seriez triste et vous auriez
hâte de corriger la situation.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

7. Vous sortez d'un examen en pensant avoir très bien réussi. Vous apprenez ensuite que vous n'avez pas bien réussi.

a) Vous penseriez : « Bah, c'est juste un examen ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous penseriez : « Le professeur ne m'aime pas ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous penseriez : « J'aurais dû plus étudier ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous vous sentiriez stupide.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

8. Alors que vous êtes avec un groupe d'amis, vous vous moquez d'un ami qui est absent.

a) Vous penseriez : « C'était juste pour rire, ce n'était pas méchant ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous vous sentiriez petit(e), voire méprisable.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous penseriez que cet ami aurait peut-être dû être là pour se défendre.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous vous excuseriez et parleriez des bons côtés de cette personne.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

9. *Vous faites une grosse erreur sur un important projet au travail. Des gens dépendaient de vous et votre patron vous critique.*

a) Vous pensez que votre patron aurait dû être plus clair à propos de ce qu'il attendait de vous.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous sentiriez l'envie de vous cacher.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous penseriez : « J'aurais dû reconnaître le problème et faire un meilleur travail ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous penseriez : « Bon, personne n'est parfait ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

10. *Vous vous occupez du chien de votre ami pendant qu'il est en vacances, et le chien se sauve.*

a) Vous penseriez : « Je suis irresponsable et incompetent(e) ».

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

b) Vous penseriez que votre ami ne doit pas très bien s'occuper de son chien sinon il ne se serait pas sauvé.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

c) Vous jureriez de faire plus attention la prochaine fois.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

d) Vous penseriez que votre ami n'aurait qu'à s'acheter un nouveau chien.

1----2----3----4----5
très peu probable très probable

Cotation

TOSCA-3-Honte: S1a (Scénario 1 réponse a), S2b, S3a, S4c, S5a, S6b, S7d, S8b, S9b, S10a, S11c

TOSCA-3-Culpabilité: S1c, S2a, S3c, S4d, S5d, S6d, S7c, S8d, S9c, S10c, S11b

TOSCA-3-Externalisation: S1d, S2c, S3b, S4a, S5b, S6a, S7b, S8c, S9a, S10b, S11d

TOSCA-3-Détachement: S1b, S2d, S3d, S4b, S5c, S6c, S7a, S8a, S9d, S10d, S11a

L'addition des valeurs choisies sur l'échelle de Likert pour chaque proposition faisant partie d'une sous-échelle (tel qu'indiqué ci-haut) permet d'obtenir le score de la sous-échelle.

ANNEXE D

TÂCHE DE PRISE DE PERSPECTIVE

Ensemble 1

1) Anne est étudiante à l'université en deuxième année de baccalauréat. Elle vient de terminer son choix de cours et sait qu'elle aura le professeur Gauthier pour un de ses cours obligatoires, puisque c'est le seul professeur qui peut donner ce cours. Curieuse de connaître sa réputation, elle envoie un message sur facebook afin d'avoir des avis sur lui : « Comment est Monsieur Gauthier? Est-ce que c'est un bon professeur? » Son ami Luc, qui est en troisième année, sait qu'Anne ne pourra échapper à ce professeur. En pensant à la torture que c'était de suivre le cours du professeur Gauthier, il lui répond : « Ah oui, tu vas voir comme il est bon professeur! ».

Comment croyez-vous qu'Anne interprétera la réponse de Luc? Veuillez encrer le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1 2 3 4 5 6 7 8 9

très sarcastique

très sincère

2) Peu de temps après le début de sa carrière professionnelle, Véronique reçoit une promotion. Contente d'avoir plus de moyens financiers, elle souhaite s'offrir une sortie culturelle. Elle demande des suggestions à Sarah, une nouvelle collègue. Celle-ci lui répond : « J'ai justement été voir une nouvelle pièce de théâtre hier soir. Il n'y pas encore eu de critique étant donné que c'est une petite production, mais j'ai vraiment trouvé la pièce incroyable. Tu me diras si tu as aimé toi aussi ». Le soir même, Véronique va voir la pièce et elle n'en revient pas d'avoir payé pour une pièce jouée par autant de mauvais comédiens et avec une mise en scène et un décor qui étaient à son avis absolument ridicules. Le lendemain matin, elle envoie un courriel à Sarah : « Tu voulais savoir comment j'ai aimé la pièce? Et bien c'était incroyable! »

Ensemble 2

A) Stéphanie et Mélissa, deux amies, décident d'habiter ensemble. Quelques mois après leur déménagement, Stéphanie part en vacances pour deux semaines. Mélissa décide de tenter de la surprendre agréablement en changeant la décoration. Elle achète du nouveau mobilier et plusieurs plantes et donne un nouveau style à leur salon, dont elle est très satisfaite. Quand Stéphanie revient de vacances, Mélissa est absente. Stéphanie regarde son nouveau salon longuement et trouve le tout complètement démodé et vieillot. Elle ne comprend pas comment son amie peut aimer un tel style. Elle envoie tout de suite un message texte à Mélissa : «Honnêtement, je n'aurais jamais pensé que notre salon pourrait avoir l'air de ça! ».

Comment croyez-vous que Mélissa interprétera le message texte de Stéphanie? Veuillez encercler le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1 2 3 4 5 6 7 8 9

très sarcastique

très sincère

B) Alors que Sébastien se demande où aller manger pour sa pause du dîner, son amie Linda lui suggère de se rendre à l'ouverture du restaurant du Chef Robert. Elle lui dit : « J'irais avec toi si je pouvais. C'est un chef réputé dans le village d'où viennent mes grands-parents. J'ai entendu dire qu'il a décidé d'ouvrir une place en ville tellement ses affaires vont bien ». Sébastien décide de suivre le conseil de Linda. Il ressort du restaurant déçu et fâché : il n'y avait rien d'original au menu et son plat était inutilement gras et sans saveur. Après son heure de lunch, il envoie un message texte à Linda : « Miam! J'aime vraiment les chefs cuisiniers de village! ».

ANNEXE E

FORME NEUTRE DES SCÉNARIOS DE PRISE DE PERSPECTIVE

Ensemble 1 neutre

1) Anne est étudiante à l'université en deuxième année de baccalauréat. Elle vient de terminer son choix de cours et sait qu'elle aura le professeur Gauthier pour un de ses cours obligatoires, puisque c'est le seul professeur qui peut donner ce cours. Curieuse de connaître sa réputation, elle envoie un message sur facebook afin d'avoir des avis sur lui : « Comment est Monsieur Gauthier? Est-ce que c'est un bon professeur? » Son ami Luc qui est en troisième année lui répond : « Ah oui, tu vas voir comme il est bon professeur! ».

Comment croyez-vous qu'Anne interprétera la réponse de Luc? Veuillez encercler le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1 2 3 4 5 6 7 8 9

très sarcastique

très sincère

2) Peu de temps après le début de sa carrière professionnelle, Véronique reçoit une promotion. Contente d'avoir plus de moyens financiers, elle souhaite s'offrir une sortie culturelle. Elle demande des suggestions à Sarah, une nouvelle collègue. Celle-ci lui répond : « J'ai justement été voir une nouvelle pièce de théâtre hier soir. Il n'y pas encore eu de critique étant donné que c'est une petite production, mais j'ai vraiment trouvé la pièce incroyable. Tu me diras si tu as aimé toi aussi ». Le soir même, Véronique va voir la pièce. Le lendemain matin, elle envoie un courriel à Sarah : « Tu voulais savoir comment j'ai aimé la pièce? Et bien c'était incroyable! »

Comment croyez-vous que Sarah interprétera le courriel de Véronique? Veuillez encercler le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1 2 3 4 5 6 7 8 9

très sarcastique

très sincère

3) Alors que Lucie cherche à louer un chalet pour ses vacances, François, un de ses amis, lui suggère fortement un chalet qu'il a déjà loué en lui disant qu'elle n'en reviendra pas de l'excellent rapport qualité-prix. Lucie suit sa suggestion. Lorsqu'elle arrive au chalet en question au début de ses vacances, elle texte immédiatement son ami : « Tu avais raison François, je n'en reviens effectivement pas! »

Comment croyez-vous que François interprétera le message de Lucie? Veuillez encercler le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1 2 3 4 5 6 7 8 9

très sarcastique

très sincère

Ensemble 2 neutre

A) Stéphanie et Mélissa, deux amies, décident d'habiter ensemble. Quelques mois après leur déménagement, Stéphanie part en vacances pour deux semaines. Mélissa décide de tenter de la surprendre agréablement en changeant la décoration. Elle achète du nouveau mobilier et plusieurs plantes et donne un nouveau style à leur salon, dont elle est très satisfaite. Quand Stéphanie revient de vacances, Mélissa est absente. Stéphanie envoie tout de suite un message texte à Mélissa : « Honnêtement, je n'aurais jamais pensé que notre salon pourrait avoir l'air de ça! ».

Comment croyez-vous que Mélissa interprétera le message texte de Stéphanie? Veuillez encrer le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle suivante, qui va de très sarcastique (1) à très sincère (9) :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
très sarcastique									très sincère

B) Alors que Sébastien se demande où aller manger pour sa pause du dîner, son amie Linda lui suggère de se rendre à l'ouverture du restaurant du Chef Robert. Elle lui dit : « J'irais avec toi si je pouvais. C'est un chef réputé dans le village d'où viennent mes grands-parents. J'ai entendu dire qu'il a décidé d'ouvrir une place en ville tellement ses affaires vont bien ». Sébastien décide de suivre le conseil de Linda. Après son heure de lunch, il envoie un message texte à Linda : « Miam! J'aime vraiment les chefs cuisiniers de village! ».

ANNEXE F

MESURE DES AFFECTS – PANAS ORIGINAL

Positive and Negative Affect Schedule—French-Canadian Version PANAS

Items

Ce questionnaire contient des adjectifs qui décrivent des sentiments et des émotions. Lis chacun de ces adjectifs. Pour chacun de ces adjectifs, tu dois indiquer à quel point il *décrit comment tu te sens présentement*. Pour ce faire, tu dois utiliser le choix de réponses suivant:

1. Très peu ou pas du tout
2. Peu
3. Modérément
4. Beaucoup
5. Énormément

N'oublie pas, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Nous voulons savoir comment **TU** te sens présentement.

	Très peu ou pas du tout	Peu	Modérément	Beaucoup	Énormément
1. Intéressé(e)	1	2	3	4	5
2. Angoissé(e)	1	2	3	4	5
3. Excité(e)	1	2	3	4	5
4. Fâché(e)	1	2	3	4	5
5. Fort(e)	1	2	3	4	5
6. Coupable	1	2	3	4	5
7. Effrayé(e)	1	2	3	4	5
8. Hostile	1	2	3	4	5
9. Enthousiaste	1	2	3	4	5
10. Fier(e)	1	2	3	4	5
11. Irrité(e)	1	2	3	4	5
12. Alert(e)	1	2	3	4	5
13. Honteux(se)	1	2	3	4	5
14. Inspiré(e)	1	2	3	4	5
15. Nerveux(se)	1	2	3	4	5
16. Déterminé(e)	1	2	3	4	5
17. Attentif(ve)	1	2	3	4	5
18. Agité(e)	1	2	3	4	5
19. Actif(ve)	1	2	3	4	5
20. Craintif(ve)	1	2	3	4	5

ANNEXE G

MESURE DES AFFECTS - PANAS MODIFIÉ

Positive and Negative Affect Schedule – French Canadian Version PANAS

Items

Ce questionnaire contient des adjectifs qui décrivent des sentiments et des émotions. Lis chacun de ces adjectifs. Pour chacun de ces adjectifs, tu dois indiquer à quel point il décrit *comment tu te sens présentement*. Pour ce faire, tu dois utiliser le choix de réponses suivant :

1. Très peu ou pas du tout
2. Peu
3. Modérément
4. Beaucoup
5. Énormément

N'oublie pas, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Nous voulons savoir **comment tu te sens présentement**.

	Très peu ou pas du tout	Peu	Modérément	Beaucoup	Énormément
1. Déterminé(e)	1	2	3	4	5
2. Hostile	1	2	3	4	5
3. Fier(e)	1	2	3	4	5
4. Coupable	1	2	3	4	5
5. Attentif(ve)	1	2	3	4	5
6. Actif(ve)	1	2	3	4	5
7. Honteux(se)	1	2	3	4	5
8. Effrayé(e)	1	2	3	4	5
9. Enthousiaste	1	2	3	4	5
10. Excité(e)	1	2	3	4	5
11. Agité(e)	1	2	3	4	5
12. Alert(e)	1	2	3	4	5
13. Irrité(e)	1	2	3	4	5
14. Fort(e)	1	2	3	4	5
15. Angoissé(e)	1	2	3	4	5
16. Intéressé(e)	1	2	3	4	5
17. Craintif(ve)	1	2	3	4	5
18. Fâchée(e)	1	2	3	4	5
19. Inspiré(e)	1	2	3	4	5
20. Nerveux(se)	1	2	3	4	5

ANNEXE H

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT 1



FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Validation de questionnaires et tâches : TOSCA-3 (tendances à la culpabilité et à la honte), ÉES (Échelle de l'Estime de soi), PANAS (état émotionnel), tâches de compréhension de lecture.

IDENTIFICATION

Chercheur responsable du projet : Luc Reid, Ph.D.

Département, centre ou institut : Université du Québec à Montréal
Département de psychologie

Adresse postale : Université du Québec à Montréal
Département de psychologie
Casier postal 8888
Succursale Centre-Ville,
Montréal, Québec, H3C 3P8

Adresse courriel : reid.luc@uqam.ca

Co-chercheure :
Marie-Ève Perron, étudiante au doctorat en psychologie, Université du Québec à Montréal

BUT GÉNÉRAL DU PROJET

Vous êtes invité(e) à prendre part à ce projet visant à valider 3 questionnaires et une tâche de compréhension de lecture, dont la durée totale est d'environ 45 minutes. Plusieurs questionnaires étant élaborés en langue anglaise, il devient impératif de traduire ces outils de recherche afin de vérifier si les conclusions obtenues avec d'autres populations s'appliquent également à la population francophone. La première étape est donc de s'assurer de la bonne qualité des questionnaires et tâches traduits et/ou adaptés.

TÂCHES DEMANDÉES AU PARTICIPANT

Votre participation consiste à répondre à 3 questionnaires ainsi qu'à une tâche de compréhension de lecture, qui vous seront tous expliqués dès le début de la période d'expérimentation. Suite aux explications, vous aurez à compléter les questionnaires l'un après l'autre et en silence. Le fait de ne pas parler avec l'expérimentateur permettra de standardiser la procédure de validation des questionnaires. Un des questionnaires devra être rempli deux fois, à un intervalle de temps préétabli. Il y aura donc une courte pause de durée variable (généralement 5 minutes) permettant de respecter ce délai. Cette pause sera également utilisée afin de séparer en deux la tâche de compréhension de lecture.

Les questionnaires sont brièvement décrits ci-dessous :

1- TOSCA-3. Ce test est utilisé afin de mesurer les tendances réactionnelles à certaines situations.

2- ÉES. Ce test a pour objectif de mesurer l'estime de soi.

3- Compréhension de lecture. Tâche classique : vous aurez à lire 6 scénarios et à répondre à une question en encerclant une des réponses proposées.

4- PANAS. Ce questionnaire a pour objectif d'évaluer votre état émotionnel actuel en vous demandant d'évaluer à quelle intensité vous ressentez diverses émotions.

AVANTAGES et RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances en permettant le déroulement de plusieurs recherches subséquentes. Il n'y a pas de risque important associé à votre participation à cette rencontre. Vous devez cependant prendre conscience que les questionnaires pourraient mettre en lumière certains aspects de votre fonctionnement, ce qui pourrait vous faire vivre certaines émotions négatives, mais qui pourrait aussi constituer des pistes de réflexion personnelles intéressantes. Rappelez-vous que vous demeurez libre de mettre fin à l'expérience à tout moment, sans avoir à vous justifier. Une ressource d'aide appropriée pourra vous être proposée si vous souhaitez discuter de votre situation ou de tout inconfort ressenti.

ANONYMAT ET CONFIDENTIALITÉ

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'expérience sont confidentiels et que seuls les membres de l'équipe de recherche y auront accès. Votre formulaire de consentement sera conservé séparément sous clé au laboratoire du chercheur

responsable pour la durée totale du projet. Il sera détruit au maximum 5 ans après les dernières publications.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que l'équipe de recherche puisse utiliser aux fins de la présente recherche (articles, mémoires, thèses, conférences et communications scientifiques) les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de votre part.

COMPENSATION FINANCIÈRE

Il est entendu que vous recevrez au terme de l'expérience une somme de 10 \$ à titre de compensation pour le temps que vous aurez accordé au projet.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Pour des questions additionnelles sur le projet, sur votre participation et sur vos droits en tant que participant de recherche, vous pouvez communiquer avec :

Luc Reid, Ph.D., chercheur principal
Numéro de téléphone : 514-987-3000 poste 3798
Adresse courriel : reid.luc@uqam.ca

Le Comité institutionnel d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'UQAM a approuvé le projet de recherche auquel vous allez participer. Pour des informations concernant les responsabilités de l'équipe de recherche au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains ou pour formuler une plainte, vous pouvez contacter la présidence du CIÉR, par l'intermédiaire de son secrétariat au numéro (514) 987-3000 # 7753 ou par courriel à CIEREH@UQAM.CA

REMERCIEMENTS

Votre collaboration est importante à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier. Si vous souhaitez obtenir un résumé écrit des principaux résultats de cette recherche, veuillez ajouter vos coordonnées ci-dessous.

SIGNATURES

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le chercheur a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner.

Signature du participant :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Je déclare avoir expliqué le but, la nature, les avantages, les risques du projet et avoir répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées.

Signature du chercheur responsable du projet

ou de son, sa délégué(e) :

Date :

MARIE-ÈVE PERRON

perron.marie-eve.5@courrier.uqam.ca

Un exemplaire du formulaire d'information et de consentement signé doit être remis au participant.

ANNEXE I

1^{ÈRE} REQUÊTE POUR TRANSGRESSION

ÉTUDE DE L'IMPACT DE L'ALIMENTATION SUR LA SANTÉ DES CANADIENS

Nous recrutons présentement des volontaires pour participer à une étude faisant partie d'un projet de recherche essentiel visant à mieux comprendre les liens entre l'alimentation et la santé mentale. L'objectif est d'obtenir des données crédibles qui serviront à identifier et à appuyer les changements de législation pertinents à effectuer dans l'industrie agroalimentaire, dont les pratiques ont changé rapidement dans les dernières décennies sans que des études approfondies aient été mises en place pour évaluer l'impact sur la santé des Canadiens.

La participation est bénévole, sans compensation financière, mais votre contribution est cruciale afin de parvenir à des conclusions appuyées scientifiquement. Si vous acceptez de participer, vous aurez un journal alimentaire à remplir pour les 90 jours suivants qu'il faudra retourner sur rendez-vous au recruteur vous ayant approché. Vous aurez également à fournir des données générales (âge, statut socio-économique, état civil, etc.) et à remplir une série de questionnaires pour évaluer différents aspects : activité physique, anxiété, dépression, affirmation de soi, satisfaction sexuelle, estime de soi sociale, perfectionnisme et sentiment de contrôle.

Les volontaires recherchés doivent être âgés de plus de 18 ans et résider au Canada.
Merci de nous aider à protéger la santé et la qualité de vie des Canadiens!

Catherine Deschamps, chercheure principale
Candidate au doctorat en psychologie de la santé communautaire

ANNEXE J

COMPTE-RENDU

« Maintenant que l'étude est terminée, je voudrais savoir si vous avez soupçonné que le but de l'étude était différent que ce que je vous ai dit au départ?

En fait, l'étude n'avait pas pour but de valider des questionnaires et une tâche comme on vous l'a expliqué. L'étude portait plutôt sur les réactions à une transgression sociale. On avait deux groupes de participants, un groupe avec possibilité de rachat et un groupe sans possibilité de rachat. Vous, vous faisiez partie du groupe _____. L'étude sur l'alimentation, c'était faux. En réalité, c'était une demande très exigeante et on s'attendait à ce qu'elle soit refusée. Ce refus de participer constitue ce qu'on appelle une transgression sociale. Ensuite, si vous étiez dans le groupe avec possibilité de rachat, ce qui était (ou n'était pas) votre cas, on vous offrait la possibilité de vous racheter en participant à une plus petite étude, fausse elle aussi.

Ce qu'on voulait voir avec notre projet, c'était l'influence de donner une possibilité de rachat aux gens sur 1) leur réaction émotionnelle : c'est pour ça que vous avez rempli le questionnaire sur votre état émotionnel deux fois et 2) sur la prise de perspective. La prise de perspective, on l'a mesurée par ce qu'on a appelé la tâche de compréhension de lecture. Les questionnaires sur l'estime de soi et sur la tendance à la culpabilité et à la honte étaient eux, des mesures contrôles.

L'idée en arrière de ça, c'est que suite à une transgression sociale, la réaction de culpabilité serait plus avantageuse pour le bien-être de l'individu que la réaction de honte. Ultimement, les connaissances acquises avec ce projet pourraient être utiles pour des professionnels, comme des éducateurs ou des psychologues par exemple, pour aider les clients à réagir d'une façon plus avantageuse pour leur propre bien-être après qu'ils aient commis une transgression sociale.

Qu'est-ce que ça vous fait d'apprendre maintenant que le but de l'étude était différent de ce qu'on vous a dit?

Avez-vous des questions? Est-ce que c'est clair pour vous, l'explication que je vous ai donnée?

Si jamais vous voulez qu'on retire vos données de l'étude, sachez que c'est possible aussi, sans que vous n'ayez à vous justifier.

Si jamais vous aviez d'autres questions, ou si vous ressentiez plus tard un inconfort par rapport à l'étude dont vous voudriez parler, vous avez sur votre copie du formulaire de consentement mes coordonnées, celles du chercheur principal, et celle du comité éthique qui a approuvé la recherche. N'hésitez aucunement à communiquer avec moi pour toute question ou malaise que vous pourriez avoir plus tard. On va prendre le temps nécessaire pour regarder ça avec vous ou pour répondre à vos questions. Si vous n'avez pas indiqué sur le formulaire de consentement que vous vouliez obtenir par écrit les résultats de la recherche mais que maintenant vous le souhaitez, vous pouvez ajouter vos coordonnées au formulaire de consentement maintenant.

Maintenant, j'ai la demande peut-être la plus importante à vous faire, et c'est de ne rien divulguer de cette étude-ci aux gens qui fréquentent l'UQÀM ou à toute autre personne susceptible d'être en contact avec des futurs participants. Ça serait vraiment malheureux que certaines personnes apprennent le but de l'étude et participent tout de même, ça gâcherait vraiment toute l'étude. Est-ce que vous comprenez l'importance de ne rien dire à des futurs sujets potentiels pour nous? Acceptez-vous de garder le silence sur le processus utilisé et les véritables objectifs de l'étude?

Je vous remercie beaucoup pour votre participation, pour le précieux temps que vous nous avez accordé. »

ANNEXE K

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT 2



FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT

Impact de la possibilité de rachat sur les réactions émotionnelles et la prise de perspective à la suite de la commission d'une transgression sociale.
Questionnaires et tâches : TOSCA-3 (tendances à la culpabilité et à la honte), ÉES (Échelle de l'Estime de soi), PANAS (état émotionnel), scénarios de mesure de la prise de perspective.

IDENTIFICATION

Chercheur responsable du projet : Luc Reid, Ph.D.

Département, centre ou institut : Université du Québec à Montréal
Département de psychologie

Adresse postale : Université du Québec à Montréal
Département de psychologie
Casier postal 8888
Succursale Centre-Ville,
Montréal, Québec, H3C 3P8

Adresse courriel : reid.luc@uqam.ca

Co-chercheure :
Marie-Ève Perron, étudiante au doctorat en psychologie, Université du Québec à Montréal

BUT GÉNÉRAL DU PROJET

Cette étude vise à étudier l'impact de la perception de la possibilité de rachat suite à la commission d'une transgression sociale. Certaines réactions, comme la culpabilité, la prise de perspective d'autrui et le rachat sont considérées comme étant plus adaptatives (plus favorables). À l'inverse, réagir avec honte et colère pourrait être

moins adaptatif pour l'individu. Plus précisément, cette recherche veut étudier si le fait de percevoir une possibilité de rachat influence la prise de perspective spontanée d'autrui ainsi que les émotions ressenties.

TÂCHES DEMANDÉES AU PARTICIPANT

Votre participation consistait à répondre à 3 questionnaires ainsi qu'à une tâche visant à mesurer la prise de perspective spontanée.

Les questionnaires sont brièvement décrits ci-dessous :

- 1- TOSCA-3. Ce test est utilisé afin de mesurer les tendances réactionnelles à certaines situations, dont les tendances à la culpabilité et à la honte.
- 2- ÉES. Ce test a pour objectif de mesurer l'estime de soi.
- 3- Scénarios de prise de perspective. Vous aviez à lire 6 scénarios et à répondre à une question en encerclant une des réponses proposées.
- 4- PANAS. Ce questionnaire a pour objectif d'évaluer votre état émotionnel actuel en vous demandant d'évaluer à quelle intensité vous ressentez diverses émotions.

AVANTAGES et RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances en permettant de déterminer si la mise en saillance (rendre évident) la possibilité de rachat pourrait favoriser l'émergence de réactions dites adaptatives (culpabilité et prise de perspective d'autrui) suite à la commission d'une transgression sociale. Il n'y avait pas de risque important associé à votre participation à cette rencontre. Vous devez cependant prendre conscience que cette recherche pourrait mettre en lumière certains aspects de votre fonctionnement, ce qui pourrait vous faire vivre certaines émotions négatives, mais qui pourrait aussi constituer des pistes de réflexion personnelles intéressantes.

ANONYMAT ET CONFIDENTIALITÉ

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'expérience sont confidentiels et que seuls les membres de l'équipe de recherche y auront accès. Vos formulaires de consentement seront conservés séparément sous clé au laboratoire du chercheur responsable pour la durée totale du projet. Ils seront détruits au maximum 5 ans après les dernières publications.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que l'équipe de recherche puisse utiliser aux fins de la présente recherche (articles, thèses, conférences et communications scientifiques) les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement.

COMPENSATION FINANCIÈRE

Il est entendu que vous recevrez au terme de l'expérience une somme de 10 \$ à titre de compensation pour le temps que vous aurez accordé au projet.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Pour des questions additionnelles sur le projet, sur votre participation et sur vos droits en tant que participant de recherche, vous pouvez communiquer avec :

Luc Reid, Ph.D., chercheur principal
Numéro de téléphone : 514-987-3000 poste 3798
Adresse courriel : reid.luc@uqam.ca

Le Comité institutionnel d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'UQAM a approuvé le projet de recherche auquel vous allez participer. Pour des informations concernant les responsabilités de l'équipe de recherche au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains ou pour formuler une plainte, vous pouvez contacter la présidence du CIÉR, par l'intermédiaire de son secrétariat au numéro (514) 987-3000 # 7753 ou par courriel à CIEREH@UQAM.CA

REMERCIEMENTS

Votre collaboration est importante à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier. Si vous souhaitez obtenir un résumé écrit des principaux résultats de cette recherche, veuillez ajouter vos coordonnées ci-dessous.

SIGNATURES

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à maintenir ma participation à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que le

chercheur a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Si suite à ces explications, je désire me retirer de l'étude, je peux simplement cocher la case suivante :

Je préfère me retirer de l'étude

Signature du participant :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Je déclare avoir expliqué le but, la nature, les avantages, les risques du projet et avoir répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées.

Signature du chercheur responsable du projet
ou de son, sa délégué(e) :

Date :

MARIE-ÈVE PERRON
perron.marie-eve.5@courrier.uqam.ca

Un exemplaire du formulaire d'information et de consentement signé doit être remis au participant.

RÉFÉRENCES

- Ahmed, E. et Braithwaite, V. (2006). Forgiveness, Reconciliation, and Shame: Three Key Variables in Reducing School Bullying. *Journal of Social Issues*, 62(2), 347-370. doi: 10.1111/j.1540-4560.2006.00454.x
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-t
- Allen, J.J.B. et Coan, J.A. (2007). *Handbook of emotion elicitation and assessment*. New York, NY, US : Oxford University Press.
- Andrews, B., Qian, M. et Valentine, J.D. (2002). Predicting depressive symptoms with a new measure of shame: The Experience of Shame Scale. *British Journal of Clinical Psychology*, 41(1), 29-42. doi: 10.1348/014466502163778
- Ashby, J.S., Rice, K.G. et Martin, J.L. (2006). Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling & Development*, 84(2), 148-156. doi: 10.1002/j.1556-6678.2006.tb00390.x
- Bagozzi, R.P. et Moore, D.J. (1994). Public service advertisements: Emotions and empathy guide prosocial behavior. *Journal of Marketing*, 58(1), 56-70. doi: 10.2307/1252251
- Baldwin, K.M., Baldwin, J.R. et Ewald, T. (2006). The Relationship among Shame, Guilt, and Self-Efficacy. *American Journal of Psychotherapy*, 60(1), 1-21.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248-287. doi: 10.1016/0749-5978(91)90022-1
- Basil, D.Z., Ridgway, N.M. et Basil, M.D. (2006). Guilt Appeals: The Mediating Effect of Responsibility. *Psychology & Marketing*, 23(12), 1035-1054. doi: 10.1002/mar.20145
- Basil, D.Z., Ridgway, N.M. et Basil, M.D. (2008). Guilt and giving: A process model of empathy and efficacy. *Psychology & Marketing*, 25(1), 1-23. doi: 10.1002/mar.20200

- Baumeister, R.F., Stillwell, A.M. et Heatherton, T.F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115(2), 243-267. doi: 10.1037/0033-2909.115.2.243
- Bennett, D.S., Sullivan, M.W. et Lewis, M. (2005). Young Children's Adjustment as a Function of Maltreatment, Shame, and Anger. *Child Maltreatment*, 10(4), 311-323. doi: 10.1177/1077559505278619
- Berndsen, M. et McGarty, C. (2010). The impact of magnitude of harm and perceived difficulty of making reparations on group-based guilt and reparation towards victims of historical harm. *European Journal of Social Psychology*, 40(3), 500-513.
- Bybee, J., Merisca, R. et Velasco, R. (1998). The development of reactions of guilt-producing events. Dans *Guilt and children* (p. 185-213). San Diego, CA, US : Academic Press.
- Chao, Y.-H., Cheng, Y.-Y. et Chiou, W.-B. (2011). The psychological consequence of experiencing shame: Self-sufficiency and mood-repair. *Motivation and Emotion*, 35(2), 202-210. doi: 10.1007/s11031-011-9208-y
- Clore, G.L. et Huntsinger, J.R. (2007). How emotions inform judgment and regulate thought. *Trends in Cognitive Sciences*, 11(9), 393-399. doi: 10.1016/j.tics.2007.08.005
- Cohen, T.R., Wolf, S.T., Panter, A.T. et Insko, C.A. (2011). Introducing the GASP scale: A new measure of guilt and shame proneness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(5), 947-966. doi: 10.1037/a0022641
- Converse, B.A., Lin, S., Keysar, B. et Epley, N. (2008). In the mood to get over yourself: Mood affects theory-of-mind use. *Emotion*, 8(5), 725-730. doi: 10.1037/a0013283
- Crossley, D. et Rockett, K. (2005). The experience of shame in older psychiatric patients: A preliminary enquiry. *Aging & Mental Health*, 9(4), 368-373. doi: 10.1080/13607860500131252
- Davis, M.H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Davis, M.H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126. doi: 10.1037/0022-3514.44.1.113

- Doosje, B., Branscombe, N.R., Spears, R. et Manstead, A.S.R. (1998). Guilty by association: When one's group has a negative history. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 872-886. doi: 10.1037/0022-3514.75.4.872
- Eisenberg, N. (2000). Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology*, 51, 665-697. doi: 10.1146/annurev.psych.51.1.665
- Else-Quest, N.M., Higgins, A., Allison, C. et Morton, L.C. (2012). Gender differences in self-conscious emotional experience: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138(5), 947-981. doi: 10.1037/a0027930
- Emde, R.N., Johnson, W.F. et Easterbrooks, M.A. (1987). The do's and don'ts of early moral development: Psychoanalytic tradition and current research. Dans Lamb, J. K. S. (dir.), *The emergence of morality in young children* (p. 245-276). Chicago, IL, US : University of Chicago Press.
- Ferguson, T.J. et Stegge, H. (1998). Measuring guilt in children: A rose by any other name still has thorns. Dans *Guilt and children* (p. 19-74). San Diego, CA, US : Academic Press.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E.L. et Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York, NY, US : Other Press.
- Galinsky, A.D., Magee, J.C., Inesi, M.E. et Gruenfeld, D.H. (2006). Power and Perspectives Not Taken. *Psychological Science*, 17(12), 1068-1074. doi: 10.1111/j.1467-9280.2006.01824.x
- Gaudreau, P., Sanchez, X. et Blondin, J.-P. (2006). Positive and negative affective states in a performance-related setting: Testing the factorial structure of the panas across two samples of french-canadian participants. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(4), 240-249. doi: 10.1027/1015-5759.22.4.240
- Gerrig, R.J., Ohaeri, J.O. et Brennan, S.E. (2000). Illusory transparency revisited. *Discourse Processes*, 29(2), 137-159. doi: 10.1207/S15326950dp2902_3
- Gilbert, P. (1992). *Depression: The evolution of powerlessness*. New York, NY, US : Guilford Press.
- Greenberg, L.S., Watson, J.C. et Lietaer, G. (1998). *Handbook of experiential psychotherapy*. New York, NY, US : Guilford Press.

- Harmon-Jones, E., Harmon-Jones, C., Amodio, D.M. et Gable, P.A. (2011). Attitudes toward emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1332-1350. doi: 10.1037/a0024951
- Harper, F.W.K., Austin, A.G., Cercone, J.J. et Arias, I. (2005). The Role of Shame, Anger, and Affect Regulation in Men's Perpetration of Psychological Abuse in Dating Relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 20(12), 1648-1662. doi: 10.1177/0886260505278717
- Hayes, S.C., Strosahl, K.D. et Wilson, K.G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. New York, NY, US : Guilford Press.
- Hayes, S.C., Wilson, K.G., Gifford, E.V., Follette, V.M. et Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168. doi: 10.1037/0022-006X.64.6.1152
- Heimpel, S.A., Wood, J.V., Marshall, M.A. et Brown, J.D. (2002). Do people with low self-esteem really want to feel better? Self-esteem differences in motivation to repair negative moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 128-147. doi: 10.1037/0022-3514.82.1.128
- Hoffman, M.L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. New York, NY, US : Cambridge University Press.
- Howell, A.J., Turowski, J.B. et Buro, K. (2012). Guilt, empathy, and apology. *Personality and Individual Differences*, 53(7), 917-922. doi: 10.1016/j.paid.2012.06.021
- Imhoff, R., Bilewicz, M. et Erb, H.P. (2012). Collective regret versus collective guilt: Different emotional reactions to historical atrocities. *European Journal of Social Psychology*, 42(6), 729-742. doi: 10.1002/ejsp.1886
- Jones, W.H. et Kugler, K. (1993). Interpersonal correlates of the Guilt Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 61(2), 246-258. doi: 10.1207/s15327752jpa6102_6
- Keysar, B. (1994). The illusory transparency of intention: Linguistic perspective taking in text. *Cognitive Psychology*, 26(2), 165-208. doi: 10.1006/cogp.1994.1006

- Kubany, E.S., Haynes, S.N., Abueg, F.R., Manke, F.P., Brennan, J.M. et Stahura, C. (1996). Development and validation of the Trauma-Related Guilt Inventory (TRGI). *Psychological Assessment*, 8(4), 428-444. doi: 10.1037/1040-3590.8.4.428
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York, NY, US : Oxford University Press.
- Leith, K.P. et Baumeister, R.F. (1998). Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: Guilt-prone people are better at perspective taking. *Journal of Personality*, 66(1), 1-37. doi: 10.1111/1467-6494.00001
- Lewis, H.B. (1971). SHAME AND GUILT IN NEUROSIS. *Psychoanalytic Review*, 58(3), 419. *Periodicals Archive Online*. Récupéré de <http://search.proquest.com/docview/1310161519?accountid=14719>
http://openurl.uquebec.ca:9003/uqam?url_ver=Z39.88-2004&rft_val_fmt=info:ofi/fmt:kev:mtx:journal&genre=article&sid=ProQ:ProQ%3Aapao&atitle=SHAME+AND+GUILT+IN+NEUROSIS&title=Psychoanalytic+Review&issn=00332836&date=1971-10-01&volume=58&issue=3&spage=419&au=Lewis%2C+Helen+B&isbn=&jtitle=Psychoanalytic+Review&bttitle=&rft_id=info:eric/
- Lewis, H.B. (1987). Shame and the narcissistic personality. Dans *The many faces of shame* (p. 93-132). New York, NY, US : Guilford Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. New York, NY, US : Free Press.
- Lickel, B., Kushlev, K., Savalei, V., Matta, S. et Schmader, T. (2014). Shame and the motivation to change the self. *Emotion*, 14(6), 1049-1061. doi: 10.1037/a0038235
- Lindsay-Hartz, J. (1984). Contrasting experiences of shame and guilt. *American Behavioral Scientist*, 27(6), 689-704. doi: 10.1177/000276484027006003
- Linehan, M.M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York, NY, US : Guilford Press.
- Millar, M. (2002). Effects of a guilt induction and guilt reduction on door in the face. *Communication Research*, 29(6), 666-680. doi: 10.1177/009365002237831
- Morris, W.N. et Reilly, N.P. (1987). Toward the self-regulation of mood: Theory and research. *Motivation and Emotion*, 11(3), 215-249. doi: 10.1007/bf01001412

- Nathanson, D.L. (1987). A timetable for shame. Dans *The many faces of shame* (p. 1-63). New York, NY, US : Guilford Press.
- Nathanson, D.L. (1992). *Shame and pride affect, sex, and the birth of the self*. New York : New York W. W. Norton.
- Nugier, A., Gil, S. et Chekroun, P. (2012). Validation française du test des émotions réflexives (French-TOSCA-3) : une mesure des tendances émotionnelles de honte et de culpabilité. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 62(1), 19-27. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.erap.2011.09.004> Récupéré de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1162908811000466>
- O'Keefe, D.J. et Figgé, M. (1999). Guilt and expected guilt in the door-in-the-face technique. *Communication Monographs*, 66(4), 312-324. doi: 10.1080/03637759909376482
- Quiles, Z.N. et Bybee, J. (1997). Chronic and predispositional guilt: Relations to mental health, prosocial behavior and religiosity. *Journal of Personality Assessment*, 69(1), 104-126. doi: 10.1207/s15327752jpa6901_6
- Raghunathan, R. et Pham, M.T. (1999). All negative moods are not equal: Motivational influences of anxiety and sadness on decision making. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 79(1), 56-77. doi: 10.1006/obhd.1999.2838
- Rizvi, S.L., Brown, M.Z., Bohus, M. et Linehan, M.M. (2011). The role of shame in the development and treatment of borderline personality disorder. Dans Tangney, R. L. D. J. P. (dir.), *Shame in the therapy hour* (p. 237-260). Washington, DC, US : American Psychological Association.
- Roseman, I.J., Wiest, C. et Swartz, T.S. (1994). Phenomenology, behaviors, and goals differentiate discrete emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(2), 206-221. doi: 10.1037/0022-3514.67.2.206
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, N.J., : Princeton University Press.
- Rüsch, N., Corrigan, P.W., Bohus, M., Jacob, G.A., Brueck, R. et Lieb, K. (2007). Measuring shame and guilt by self-report questionnaires: A validation study. *Psychiatry Research*, 150(3), 313-325. doi: 10.1016/j.psychres.2006.04.018

- Scheff, T.J., Retzinger, S.M. et Ryan, M.T. (1989). Crime, violence, and self-esteem: Review and proposals. Dans Mecca, A. M., Smelser, N. J. et Vasconcellos, J. (dir.), *The social importance of self-esteem* (p. 165-199). Berkeley, CA : University of California Press.
- Schmitt, M.T., Miller, D.A., Branscombe, N.R. et Brehm, J.W. (2008). The difficulty of making reparations affects the intensity of collective guilt. *Group Processes & Intergroup Relations*, 11(3), 267-279. doi: 10.1177/1368430208090642
- Schore, A.N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. New York, NY, US : W W Norton & Co.
- Schwarz, N. (1990). Feelings as information: Informational and motivational functions of affective states. Dans Sorrentino, E. T. H. R. M. (dir.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior, Vol. 2* (p. 527-561). New York, NY, US : Guilford Press.
- Sherer, M., Maddux, J.E., Mercandante, B., Prentice-dunn, S., Jacobs, B. et Rogers, R.W. (1982). The Self-efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51(2), 663-671. doi: 10.2466/pr0.1982.51.2.663
- Smith, S.M. et Petty, R.E. (1995). Personality moderators of mood congruency effects on cognition: The role of self-esteem and negative mood regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(6), 1092-1107. doi: 10.1037/0022-3514.68.6.1092
- Stanger, N., Kavussanu, M. et Ring, C. (2012). Put yourself in their boots: Effects of empathy on emotion and aggression. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34(2), 208-222.
- Staub, E. (1996). Responsibility, helping, aggression, and evil: Comment. *Psychological Inquiry*, 7(3), 252-254. doi: 10.1207/s15327965pli0703_11
- Tangney, J.P., Burggraf, S.A. et Wagner, P.E. (1995). Shame-proneness, guilt-proneness, and psychological symptoms. Dans Fischer, J. P. T. K. W. (dir.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (p. 343-367). New York, NY, US : Guilford Press.
- Tangney, J.P., Dearing, R., Wagner, P. et Gramzow, R. (2000). *The Test of Self-Conscious-Affect 3 (TOSCA-3)*. Fairfax, VA.

- Tangney, J.P. et Dearing, R.L. (2002). *Shame and guilt*. New York, NY, US : Guilford Press.
- Tangney, J.P., Miller, R.S., Flicker, L. et Barlow, D.H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1256-1269. doi: 10.1037/0022-3514.70.6.1256
- Tangney, J.P., Wagner, P., Fletcher, C. et Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(4), 669-675. doi: 10.1037/0022-3514.62.4.669
- Tangney, J.P., Wagner, P. et Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(3), 469-478. doi: 10.1037/0021-843x.101.3.469
- Tangney, J.P., Wagner, P.E., Hill-Barlow, D., Marschall, D.E. et Gramzow, R. (1996). Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 797-809. doi: 10.1037/0022-3514.70.4.797
- Thomaes, S., Stegge, H., Olthof, T., Bushman, B.J. et Nezlek, J.B. (2011). Turning shame inside-out: "humiliated fury" in young adolescents. *Emotion*, 11(4), 786-793. doi: 10.1037/a0023403
- Todd, A.R. et Galinsky, A.D. (2012). The reciprocal link between multiculturalism and perspective-taking: How ideological and self-regulatory approaches to managing diversity reinforce each other. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(6), 1394-1398. doi: 10.1016/j.jesp.2012.07.007
- Todd, A.R., Hanks, K., Galinsky, A.D. et Mussweiler, T. (2011). When focusing on differences leads to similar perspectives. *Psychological Science*, 22(1), 134-141. doi: 10.1177/0956797610392929
- Tracy, J.L. et Robins, R.W. (2007). The psychological structure of pride: A tale of two facets. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 506-525. doi: 10.1037/0022-3514.92.3.506
- Turner, J.E. (1998). *An investigation of shame reactions, motivation, and achievement in a difficult college course*. ProQuest Information & Learning, US. 59.

- Turner, J.E. (2014). Researching state shame with the Experiential Shame Scale. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 148(5), 577-601. doi: 10.1080/00223980.2013.818927
- Vallières, E.F. et Vallerand, R.J. (1990). Traduction et validation canadienne-française de l'Échelle de l'Estime de Soi de Rosenberg. [French-Canadian translation and validation of Rosenberg's Self-Esteem Scale.]. *International Journal of Psychology*, 25(3), 305-316. doi: 10.1080/00207599008247865
- Velotti, P., Elison, J. et Garofalo, C. (2014). Shame and aggression: Different trajectories and implications. *Aggression and Violent Behavior*, 19(4), 454-461. doi: 10.1016/j.avb.2014.04.011
- Watson, D., Clark, L.A. et Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *54*, 1063-1070. doi: 10.1037/0022-3514.54.6.1063
- Wolf, S.T., Cohen, T.R., Panter, A.T. et Insko, C.A. (2010). Shame proneness and guilt proneness: Toward the further understanding of reactions to public and private transgressions. *Self and Identity*, 9(4), 337-362. doi: 10.1080/15298860903106843
- Yang, M.-L., Yang, C.-C. et Chiou, W.-B. (2010). When guilt leads to other orientation and shame leads to egocentric self-focus: Effects of differential priming of negative affects on perspective taking. *Social Behavior and Personality*, 38(5), 605-614. doi: 10.2224/sbp.2010.38.5.605
- Zebel, S., Doosje, B. et Spears, R. (2009). How perspective-taking helps and hinders group-based guilt as a function of group identification. *Group Processes & Intergroup Relations*, 12(1), 61-78. doi: 10.1177/1368430208098777