

Sentiment d'auto-efficacité et adhérence aux croyances liées à l'inquiétude



Marie-France de Lafontaine, M.A. ^{1,2,3}, Audrey Dufour, B.A. ^{1,2,4}, Stéphane Turcotte, M.Sc. ²,
et Guillaume Foldes-Busque, Psy.D., Ph.D. ^{1,2,3}



¹ École de psychologie, Université Laval, Québec, Canada

² Centre de recherche du Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches, Lévis, Canada

³ Centre de recherche de l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ), Québec, Canada

⁴ Centre de recherche universitaire sur les jeunes et les familles (CRUJeF) du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, Québec, Canada



FONDATION
HÔTEL-DIEU DE LÉVIS

INTRODUCTION

Les croyances liées à l'inquiétude sont un facteur de maintien des inquiétudes, car elles soutiennent que s'inquiéter est utile pour plusieurs raisons : se motiver, trouver des solutions aux problèmes, prévenir des événements négatifs, etc. À l'inverse, un bon sentiment d'auto-efficacité (SAE) serait négativement lié aux inquiétudes, c'est-à-dire qu'un haut niveau de SAE serait associé à des inquiétudes moins sévères. Cet effet protecteur pourrait s'expliquer par l'influence du niveau de SAE sur les croyances liées à l'inquiétude.

OBJECTIF

La présente étude vise à déterminer si les individus ayant un haut SAE se distinguent de ceux ayant un faible SAE concernant la force de leurs croyances liées à l'inquiétude.

MÉTHODE

Deux cent soixante-huit adultes (femmes = 81.3%; âge moyen = 29.7, ÉT = 10) ont été contacté grâce à une liste de distribution et ont complété l'Échelle d'auto-efficacité généralisée, le questionnaire Pourquoi s'inquiéter-II (PSI-II), ainsi qu'un questionnaire sociodémographique sur la plateforme REDCap. Le score à l'Échelle d'auto-efficacité généralisée fut dichotomisé par la médiane (mdn = 31) pour répartir les participants dans l'un des deux groupes suivants : SAE faible ou SAE élevée.

RÉSULTATS

Tableau 1. Caractéristiques des participants (n = 268)

Variabes	Valeurs
Âge, moyenne (É-T)	29.7 (10)
Femmes, n (%)	218/268 (81.3)
Étudiants, n (%)	184/267 (68.9)
Célibataires, n (%)	147/266 (55.3)
Formation collégiale, n (%)	261/268 (97.4)
Ethnicité caucasienne, n (%)	229/262 (87.4)
Revenu annuel < 60 000\$, n (%)	138/249 (55.4)
Échelle d'auto-efficacité généralisée	
SAE faible n (%)	131 (48.9)
SAE élevée, n (%)	137 (51.1)
PSI-II, score total moyen (É-T)	48.71 (16.3)
Résolution de problèmes, score moyen (É-T)	11.3 (4.3)
Motivation, score moyen (É-T)	11.1 (4.9)
Prévention des émotions difficiles, score moyen (É-T)	9.5 (4.3)
Prévention des événements négatifs, score moyen (É-T)	7.3 (3.4)
Trait de personnalité positif, score moyen (É-T)	9.5 (3.8)

*n= 264/268

RÉFÉRENCES

Bandura, A. (2007). Auto-efficacité : Le sentiment d'efficacité personnelle (2e éd.). De Boeck.
Ruiz, F. J. (2014). Psychological inflexibility mediates the effects of self-efficacy and anxiety sensitivity on worry. *Span J Psychol*, 17, E3.
<https://doi.org/10.1017/sjp.2014.3>

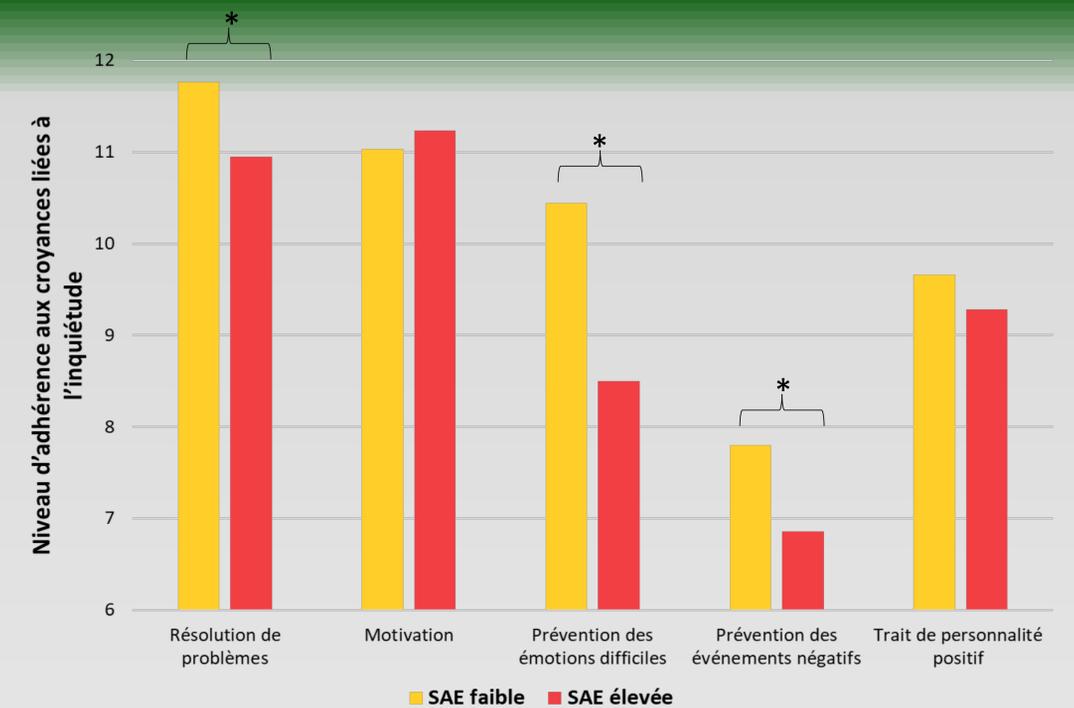


Figure 1. Comparaison de l'adhérence aux croyances liées à l'inquiétude en fonction du niveau de SAE

* p < .05

DISCUSSION

Ces résultats suggèrent que le rôle protecteur du SAE sur les inquiétudes pourrait s'expliquer par une adhérence moins grande à certaines croyances liées à l'inquiétude, notamment que s'inquiéter permettrait de prévenir les émotions difficiles et les événements négatifs, et de résoudre des problèmes. Toutefois, l'adhérence aux croyances que s'inquiéter aurait un effet motivationnel et constituerait une caractéristique positive demeure la même, indépendamment du niveau de SAE. Ainsi, il est possible que ces deux types de croyances ne soient pas impliquées dans le maintien des inquiétudes chez les personnes qui disposent d'un haut niveau de SAE. Dans un contexte de SAE élevée, l'adhérence à ces croyances pourrait plutôt favoriser la mise en place d'objectifs perçus comme atteignables qui vont augmenter le sentiment de compétence à long terme.