

Les programmes de maîtrise de la colère : une évaluation

Pas plus tard qu'en 1987, même si des programmes de maîtrise de la colère fondés sur le modèle cognitiviste avaient été mis à l'épreuve au sein de populations criminelles, les comptes rendus de recherche sur le sujet demeuraient rares, tout autant que le sont aujourd'hui les programmes de maîtrise de la colère conçus spécifiquement pour le milieu carcéral. Et, quoiqu'ils soient de plus en plus recherchés, il est rare qu'ils fassent l'objet d'évaluations.

Désireuses d'endiguer la violence dans les prisons, les autorités correctionnelles mettent sur pied des programmes de maîtrise de la colère. D'aucuns espèrent que ces programmes auront un effet cumulatif et régleront le problème de la violence chez les délinquants libérés. Dès lors, les programmes de maîtrise de la colère auraient des conséquences non seulement au niveau de l'administration carcérale, mais aussi sur l'ensemble de la société. L'étude de l'efficacité de ces programmes est d'autant plus pressante que ceux-ci se répandent dans les prisons sans le bénéfice des évaluations afférentes⁽²⁾.

Dans l'étude dont il est question ici, les chercheurs se sont fondés sur divers déterminants cognitifs, traits de personnalité et comportements pour évaluer l'incidence d'un programme de maîtrise de la colère suivi par des délinquants de sexe masculin sous juridiction fédérale. La théorie de l'agression telle qu'elle se présente aujourd'hui On distingue à l'heure actuelle trois principaux courants de pensée sur l'agression : l'un se préoccupe de la personnalité l'autre des facteurs conjoncturels et le dernier, des déterminants cognitifs. Quoi qu'il en soit, l'agression est rarement perçue comme le produit d'un seul déterminant; elle est plutôt prise comme l'aboutissement d'une série d'échanges complexes entre individus, échanges dans lesquels les circonstances, les convictions et les émotions ainsi que la personnalité jouent un rôle critique⁽³⁾.

Même s'il n'existe pas comme tel un type de personnalité qui soit caractéristique d'une nature agressive⁽⁴⁾, certains traits de personnalité se retrouvent constamment chez les agressifs; c'est le cas de l'hostilité, de la colère, de la méfiance⁽⁵⁾, de l'impulsivité, du retrait social et du déni des émotions hostiles⁽⁶⁾.

Les circonstances du milieu qui risquent de susciter un comportement violent ou qui rendent possible un tel comportement sont dites «facteurs conjoncturels»⁽⁷⁾; c'est le cas, par exemple, lorsque les relations conjugales sont de style prédateur⁽⁸⁾. Le stress⁽⁹⁾, la déshumanisation de la victime ou le rejet de la responsabilité⁽¹⁰⁾ et l'anonymat de l'agresseur⁽¹¹⁾ sont aussi des facteurs conjoncturels.

La cognition détermine la conduite qu'adopte un individu dans une situation donnée compte tenu des éléments de la situation qui lui sont implicites. Les convictions personnelles, les attentes, le dialogue intérieur et les valeurs influent sur l'irascibilité. C'est pour cette raison que le modèle cognitiviste peut servir à apprendre aux sujets comment se servir de ces outils internes pour maîtriser leur tendance à s'emporter⁽¹²⁾.

L'évaluation rapportée ici a porté sur un programme de maîtrise de la colère de 10 semaines⁽¹³⁾ créé à l'intention de détenus violents qui avaient tendance à donner libre cours à leur colère en s'en prenant aux

gens ou aux objets qui les entouraient. Le programme était en deux parties: dans un premier temps, les participants devaient remplir un cahier de travail, tenir un journal de leurs accès de colère et voir un conseiller. La seconde partie du programme s'amorçait au bout de quatre semaines. Dès lors, les participants suivaient, pendant six semaines, une formation intensive en thérapie de relaxation, en maîtrise du stress, en résolution de conflits et en thérapie cognitive (examen des défauts de réflexion, des croyances irrationnelles et du dialogue intérieur). Méthode de recherche En tout, 55 détenus de sexe masculin incarcérés dans des établissements correctionnels fédéraux ont participé à cette étude (28 dans le groupe d'étude et 27 dans le groupe témoin). Le programme s'est déroulé à six reprises dans trois différents établissements fédéraux, sous la direction de quatre différents thérapeutes.

Deux résultats étaient escomptés d'une part, que les représentations intellectuelles et le comportement des détenus ayant suivi le programme de maîtrise de la colère fondé sur le modèle cognitiviste seraient moins violents que ceux d'un groupe témoin soumis à un contrôle pendant une durée égale; d'autre part, que le programme d'intervention réduirait considérablement les degrés de personnalité pathologique chez les individus du groupe d'étude tandis que ces degrés demeureraient inchangés chez le groupe témoin pendant la même période.

Le milieu carcéral pose des problèmes uniques pour le thérapeute et l'évaluateur de programme. Certaines attentes propres au milieu et la rigidité des systèmes d'administration carcérale peuvent restreindre l'efficacité d'un programme ou en fausser les résultats. C'est pourquoi dans le cas présent les chercheurs se sont fondés sur de nombreuses variables pour évaluer l'efficacité du programme. Six échelles ont été employées pour contrôler des variables de personnalité, de cognition, de circonstances et de comportement.

L'inventaire des traits de personnalité de base (BPI)⁽¹⁴⁾, l'échelle de colère State-Trait (S-TAS)⁽¹⁵⁾ et l'inventaire d'hostilité Buss-Durkee (B-DHI)⁽¹⁶⁾ ont servi au contrôle des variables de personnalité.

Pour contrôler les déterminants cognitifs, on retint cinq échelles dérivées du B-DHI et la partie sur la colère du S-TAS.

La convenance sociale des réactions a été contrôlée avec l'échelle de convenance sociale Marlowe-Crowne⁽¹⁷⁾ et la formule E de recherche sur la personnalité⁽¹⁸⁾.

La fiche du détenu, prévue par l'évaluateur de programme, a servi à réunir des données démographiques et conjoncturelles en fonction de la nature de l'infraction, ainsi qu'à consigner certains renseignements tirés des dossiers des détenus (particulièrement au sujet des sanctions disciplinaires) pendant les deux mois qui ont précédé le programme et pendant les deux mois qui l'ont suivi.

L'efficacité du programme a donc été mesurée en fonction de 28 variables. Les tests ont été administrés aux deux groupes aux mêmes moments, c'est-à-dire avant le programme et immédiatement à la fin de celui-ci. Résultats Dans le cas de pratiquement toutes les variables contrôlées, les résultats du groupe d'étude étaient très différents après le programme. Toutefois, un changement témoigne de l'efficacité du programme que s'il ne s'est pas également produit dans le groupe témoin. Une étude du degré et de la nature des changements survenus dans les deux groupes a révélé que le programme est efficace à certains

points de vue très précis. De toutes les variables contrôlées, le BPI et le B-DHI ont été les plus révélateurs, de même d'ailleurs que le nombre de fois où un détenu s'était verbalement attaqué à un employé.

Les scores obtenus par le groupe d'étude aux tests BPI de contrôle de l'impulsivité, de la dépression et des difficultés dans les rapports avec les autres étaient considérablement plus bas à l'issue du programme, à l'instar des scores obtenus à l'échelle d'attaque B-DHI. La baisse des scores obtenus au test de contrôle de l'impulsivité est signe que le sujet, à l'issue du programme, est moins susceptible d'adopter des comportements risqués, de faire preuve d'imprudence, d'agir sous le coup de l'impulsion ou de sombrer facilement dans l'ennui. La baisse des scores obtenus au test de contrôle de la dépression révèle un optimisme nouveau, une énergie nouvelle et une hausse de l'estime de soi. La baisse des scores obtenus au test de contrôle des difficultés dans les rapports avec les autres indique qu'après le programme, le sujet est moins frustré, plus prêt à coopérer et qu'il oppose une moindre résistance à l'autorité (discipline, règlements ou critique). Les scores obtenus après le programme au test d'attaque B-DHI sont signe que le sujet risque moins de s'attaquer physiquement à autrui.

D'après les dossiers d'infraction des établissements, les sujets du groupe d'étude étaient beaucoup moins portés à attaquer verbalement le personnel après le programme; le nombre de ces attaques est passé de huit avant le traitement à une seule après. Commentaire Les résultats des tests effectués concordent avec les deux résultats escomptés qui ont été mentionnés ci-dessus. Le programme de maîtrise de la colère a effectivement provoqué de très nets changements chez ceux qui l'ont suivi. L'efficacité de programmes de ce genre peut être mesurée de deux façons : d'une part, ceux qui les suivent apprennent comment résoudre de façon non hostile des conflits qui nuisent à leurs rapports avec leur entourage. D'autre part, les participants apprennent à dominer leur irascibilité et à prendre consciemment la maîtrise des processus de réflexion qui stimulent leur colère.

Du point de vue de l'établissement, le déclin du nombre d'attaques verbales à l'endroit du personnel par des sujets du groupe d'étude après le traitement est d'autant plus encourageant que l'attaque verbale précède souvent la violence physique. De surcroît, les sujets du groupe d'étude ont déclaré après le programme qu'ils se sentaient généralement moins enclins à frapper autrui.

La baisse des scores obtenus aux tests de contrôle de la dépression, des difficultés dans les rapports avec les autres et de l'impulsivité indique qu'après avoir suivi le programme, les sujets sont moins portés à se sentir embêtés par les personnes en position d'autorité ou à entrer en conflit avec elles. D'après les déclarations des participants, ceux-ci étaient plus contents d'eux-mêmes et plus à l'aise dans leurs rapports avec les autres à l'issue du programme. Dans l'ensemble, ils envisageaient l'avenir avec plus d'optimisme.

Il est bon de constater que les scores obtenus ne variaient pas selon le groupe ou le thérapeute responsable, fait qui témoigne de la force réelle du programme qui transcende la personnalité du thérapeute ou l'endroit où se déroule le programme.

Après avoir suivi le programme, les sujets du groupe d'étude ont obtenu de meilleurs scores à pratiquement tous les tests de contrôle de la colère et de l'hostilité. Toutefois, les contrôles auxquels a été

soumis le groupe témoin ont donné des résultats comparables, quoique moins marqués, ce qui laisse supposer que les améliorations constatées étaient peut-être dues à d'autres facteurs. Selon toute vraisemblance, avec un échantillon plus nombreux, les différences entre le groupe d'étude et le groupe témoin seraient plus nettes et les changements plus subtils dus au traitement ressortiraient davantage.

Les résultats obtenus sont encourageants et justifient l'approfondissement des recherches. Il y a lieu de se pencher sur l'efficacité des divers éléments du programme, ainsi que sur la durée et la structure de celui-ci. Pour qu'il soit possible d'évaluer la permanence des acquis du programme, le suivi doit aller au-delà des deux mois inclus dans cette étude. Il serait intéressant d'évaluer l'utilité de séances d'appoint aux fins d'évaluation du programme, tout en tenant particulièrement compte de la diversité des groupes représentés en prison et des programmes offerts.

Même si certains des changements sont survenus dans les deux groupes, il est intéressant que le groupe d'étude ait obtenu des scores plus bas à tous les tests de contrôle de l'agression, de l'hostilité et de la colère. D'emblée, les résultats de cette évaluation justifient que davantage d'attention soit accordée aux programmes de maîtrise de la colère fondés sur le modèle cognitiviste.

(1) L'auteur tient à remercier M. Richard MacLennan de l'université de Regina de son aide en sa qualité de conseiller de thèse.

(2) Blackburn (R.), « *Patterns of Personality Deviation Among Violent Offenders: Replication and Extension of an Empirical Taxonomy* », *British Journal of Criminology*, n° 26, 1986, p. 254-269.

(3) Mischel (W.), *Introduction to Personality*, 4e édition, New York, Holt, Rinehart and Winston, 1986.

(4) Bush (J.M.), « *Criminality and Psychopathology: Treatment of the Guilty* », *Federal Probation*, n° 47, 1983, p. 44-49. Voir aussi Heller (M.S.) et Ehrlich (S.M.), « *Actuarial Variables in 9,600 Violent and Non-violent Offenders Referred to in a Court Psychiatric Clinic* », *The American Journal of Social Psychiatry*, n° 3, 1984, p. 30-36.

(5) Blackburn, « *Patterns of Personality Deviation Among Violent Offenders* ».

(6) Mischel, *Introduction to Personality*.

(7) Toch (H.), « *True to You My Darling, in My Fashion: The Notion of Contingent Consistency* », dans Campbell (A.) et Gibbs (J.) (éd.), *Violent Transactions*, Oxford (Angleterre), Basil Blackwell, 1986.

(8) Goldstein (J.), *Aggression and Crimes of Violence*, New York, Oxford University Press, 1975. Voir aussi Tavris (C.), *Anger: The Misunderstood Emotion*, New York, Simon and Schuster, 1982. Et voir Meichenbaum (D.), *Coping with Stress*, Toronto, John Wiley and Sons Canada, 1983.

(9) Bandura (A.), Underwood (B.) et Fromson (M.E.), « *Disinhibition of Aggression Through Diffusion of Responsibility and Dehumanization of Victims* », *Journal of Research in Personality*, n° 9, 1975, p. 253-269.

(10) Geen (R. G.) et Donnerstein (EL) (éd.), *Aggression: Theoretical and Empirical Reviews*, vol 2, New York, Academic Press, 1983.

(11) Beck (A. T.), *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*, New York, New American Library, 1976. Voir aussi Ellis (A.), *Anger - How to Live With and Without It*, Secaucus (New Jersey), Citadel Press, 1977. Voir aussi Novaco (R. W.), *Anger Control*, Toronto, Lexington Books, 1975. Et voir Meichenbaum (D.) et Turk (D.), « *Stress; Coping and Disease: A Cognitive Behavioral Perspective* », dans Neufeld (R. W.J.) (éd.), *Psychological Stress and Psychopathology*, New York, McGraw-Hill, 1982.

- (12) Cullen (M.), *Cage Your Rage: An Inmate's Guide to Anger Control*, College Park (Maryland), American Correctional Association, 1992.
- (13) Stermac (L.E.), « *Anger Control Treatment for Forensic Patients* », *Journal of Interpersonal Violence*, n° 1, 1987, p. 446-457.
- (14) Jackson (D.N.), *Basic Personality Inventory Manual*, London, (Ontario), Sigma Assessment Systems, 1989.
- (15) Spielberger (C.D.), Jacobs (G.), Russell (S.) et Crane (R.S.), « *Assessment of Anger: The State-Trait Anger Scale* », dans Butcher (J.N.) et Spielberger (C.D.) (éd.), *Advances in Personality Assessment*, vol 2, Hillsdale (New Jersey), Lawrence Erlbaum, 1983.
- (16) Buss (A.H.) et Durkee (A.), « *An Inventory for Assessing Different Kinds of Hostility* », *Journal of Consulting Psychology*, n° 21, 1957, p. 343-349.
- (17) Crowne (D.P.) et Marlowe (D.), « *A New Scale of Social Desirability Independent of Psychopathology* », *Journal of Consulting Psychology*, n° 24, 1960, p. 349-354.
- (18) Jackson (D.N.), *Personality Research Form Manual*, Port Huron (Michigan), Research Psychologists Press, 1984.