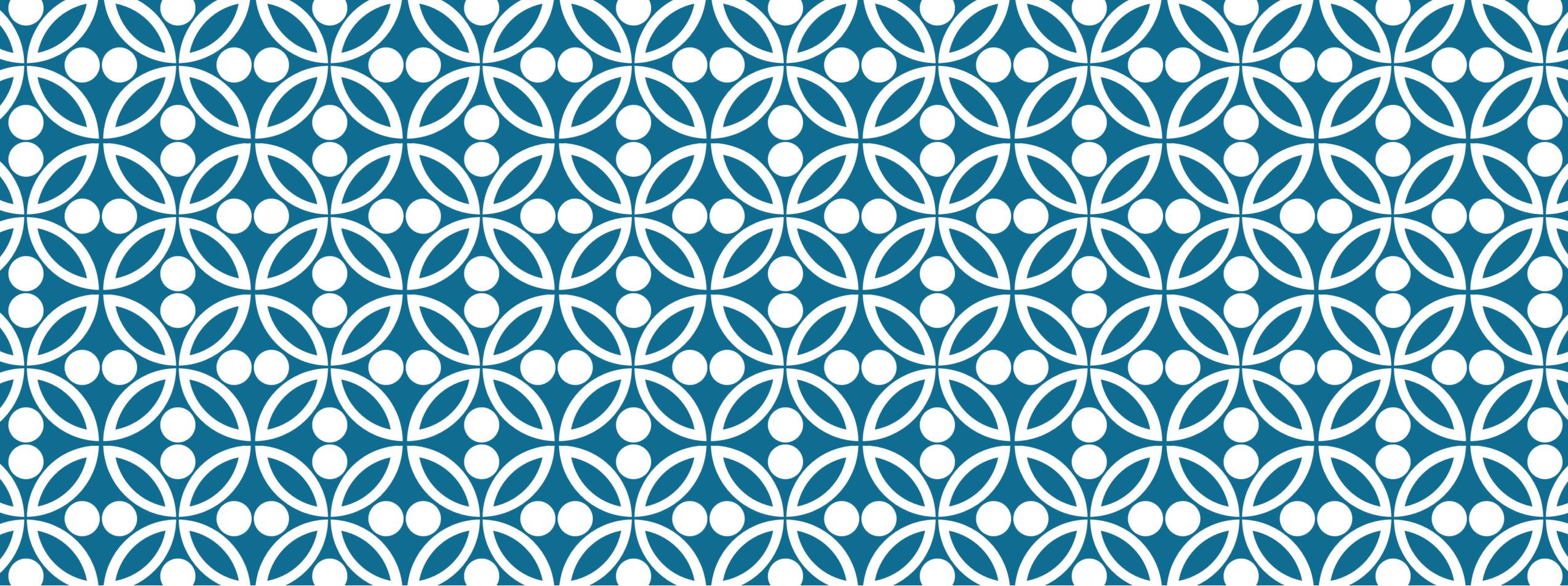


INACTIVITÉ, PROCRASTINATION, APATHIE ET MANQUE D'OBJECTIFS QUOTIDIENS: UN MÊME CONCEPT ?

Aurélie Wagener
Arnaud Carré
Martine Bouvard
Sylvie Blairy





INTRODUCTION



INTRODUCTION

« Engagement dans des activités pur »

Activation
compor-
tementale

Engagement
dans des
activités

↓
procras-
tination

Propension à retarder volontairement une action, limitée à un domaine de vie ou non

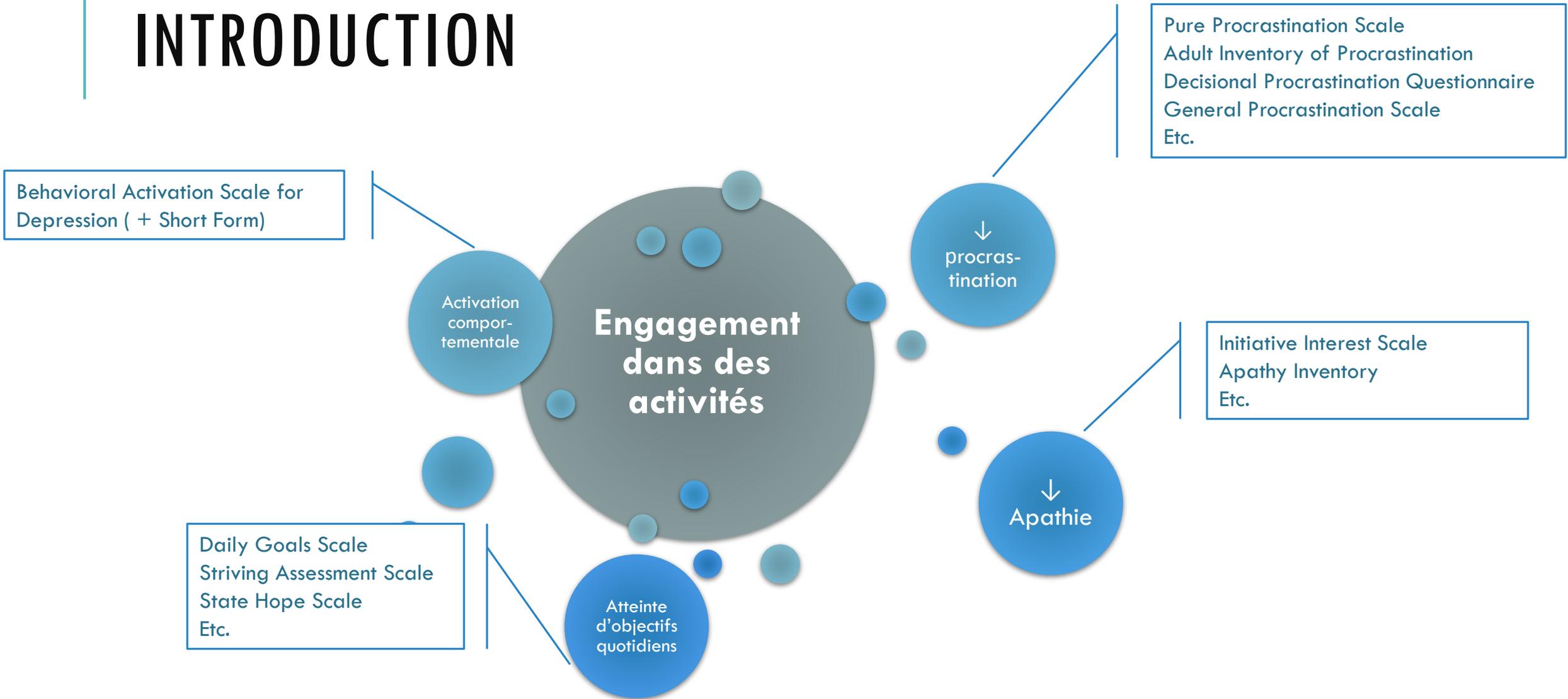
↓
apathie

Propension à ne pas avoir de comportements orientés vers un but: perte d'initiative, perte d'intérêt et émoussement affectif

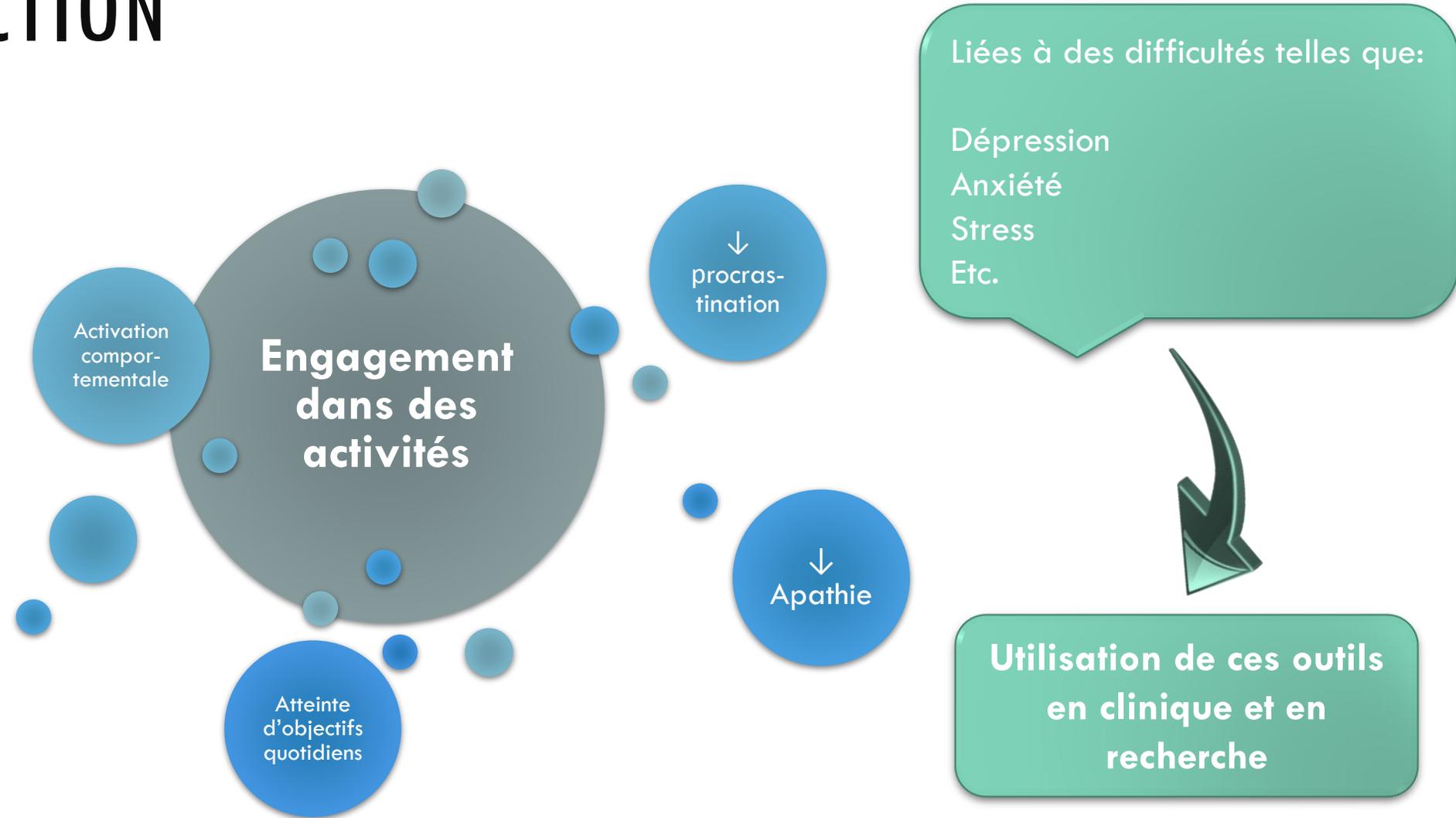
Propension à prévoir et atteindre des objectifs quotidiens, même petits

Atteinte
d'objectifs
quotidiens

INTRODUCTION



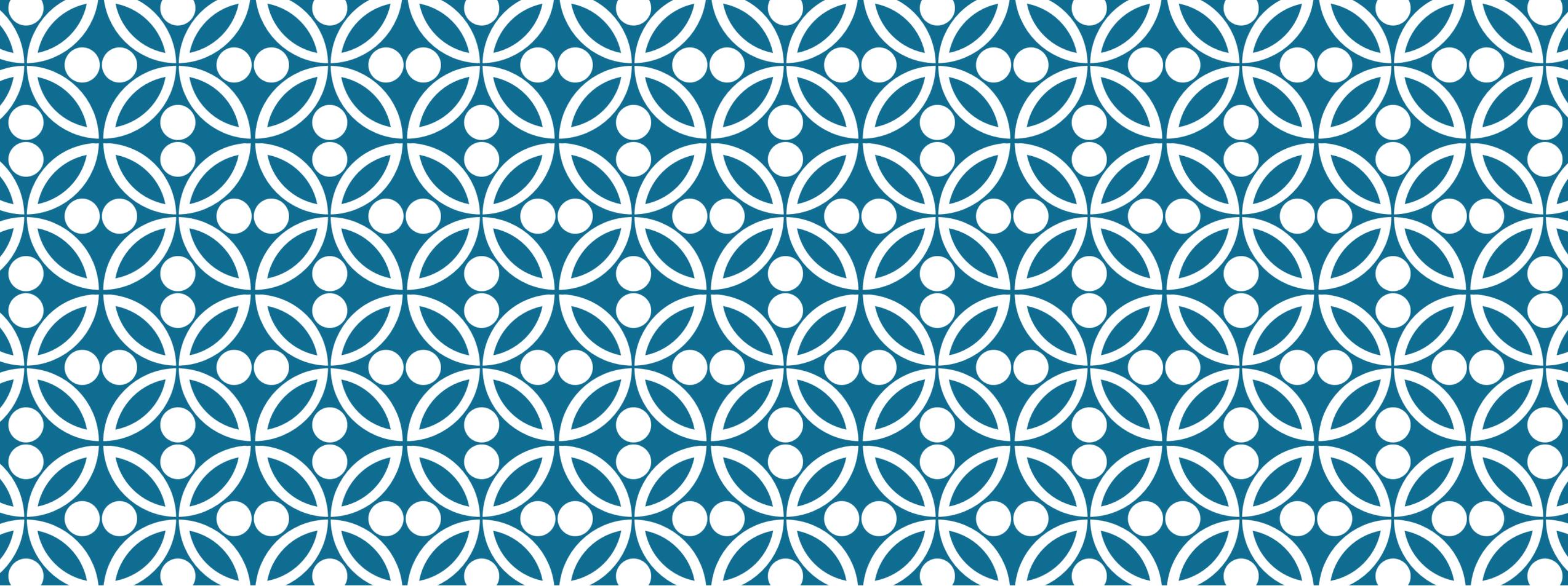
INTRODUCTION



INTRODUCTION

OBJECTIF

Mener une étude exploratoire évaluant si ces différents concepts se regroupent en une seule et même dimension



MÉTHODOLOGIE



MÉTHODOLOGIE

- Participants :

≥ 18 ans

Bonne compréhension et utilisation du Français

Enquête en ligne

→ N = 1820 (1589 femmes)

→ Âge : M = 24,59 (E-T = 9,35) [18 – 76]

MÉTHODOLOGIE

• Évaluations:

Activation comportementale	Procrastination	Apathie (Initiative-Intérêt)	Atteinte d'objectifs quotidiens
Behavioral Activation for Depression Scale – Short Form BADS-SF	Pure Procrastination Scale PPS	Initiative-Interest Scale IIS	Daily Goals Scale GDS
VA : Manos, Kanter & Luo (2011)	VA : Steel (2010)	VA : /	VA : Asgari & Ricciardelli (2013)
VF : Wagener, Van der Linden & Blairy (2015)	VF : My Lien Rebetez, Rochat, Gay & Van der Linden (2014)	VF : Esposito, Rochat, Lekeu, Charnallet, Juillerat Van der Linden & Van der Linden (2013)	VF : Wagener, Van der Linden & Blairy (in prep)
9 items	11 items	10 items	13 items
1 score total 2 sous-scores ○ Activation comportementale ○ Évitement comportemental	1 score total	1 score total	1 score total

MÉTHODOLOGIE

- Behavioral Activation for Depression Scale – Short Form (**BADS-SF**)

9 items

	Pas du tout 0	1	Un peu 2	3	Beaucoup 4	5	Complètement 6
1. Il y a eu des choses que je devais faire que je n'ai pas faites*.							
2. Je suis content(e) de la quantité et du genre de choses que j'ai accomplies.							
3. Je me suis livré(e) à de nombreuses activités différentes.							
4. J'ai pris de bonnes décisions quant au genre d'activités et/ou de situations dans lesquelles je me suis engagé(e).							
5. J'ai été une personne active et j'ai accompli les objectifs que je m'étais fixés.							
Etc...							

MÉTHODOLOGIE

- Pure Procrastination Scale (**PPS**)

11 items

	Très rarement ou pas du tout 1	Rarement 2	Parfois 3	Souvent 4	Très souvent ou toujours 5
1. Je reporte les décisions jusqu'à ce qu'il soit trop tard.					
2. Même après avoir pris une décision, je repousse le moment où je vais l'appliquer.					
3. Je perds beaucoup de temps sur des futilités avant d'arriver aux décisions finales.					
4. A l'approche d'une échéance importante, je perd souvent du temps en faisant d'autres choses.					
5. Je me rends compte que même les travaux qui n'exigent quasiment rien d'autre que de s'asseoir et de les faire sont rarement effectués avant plusieurs jours.					
Etc...					

MÉTHODOLOGIE

- Initiative-Interest Scale (IIS)

10 items

	Oui	Plutôt oui	Plutôt non	Non
1. Je fais des efforts pour terminer les tâches que j'ai commencées.				
2. J'ai de nombreux centres d'intérêt.				
3. Je vais jusqu'au bout des choses que j'entreprends.				
4. Je suis une personne active qui prend des initiatives.				
5. Beaucoup de choses éveillent ma curiosité.				
Etc...				

MÉTHODOLOGIE

- Daily Goals Scale (**DGS**)

13 items

	Totalement en désaccord	Plutôt en désaccord	Neutre	Plutôt en accord	Totalement en désaccord
1. Je considère chaque jour comme une série de petits objectifs personnels à atteindre.					
2. Je parviens très bien à concentrer mes efforts sur l'atteinte d'un objectif.					
3. Parfois, je me fixe de petits objectifs pour le jour suivant.					
4. Je m'efforce au mieux de ne pas laisser de petits objectifs à moitié atteints.					
5. Je constate à quel point le fait d'atteindre de plus petits objectifs me permet d'aller vers des objectifs plus ambitieux.					
Etc...					

MÉTHODOLOGIE

- Traitements statistiques:

Analyses en clusters

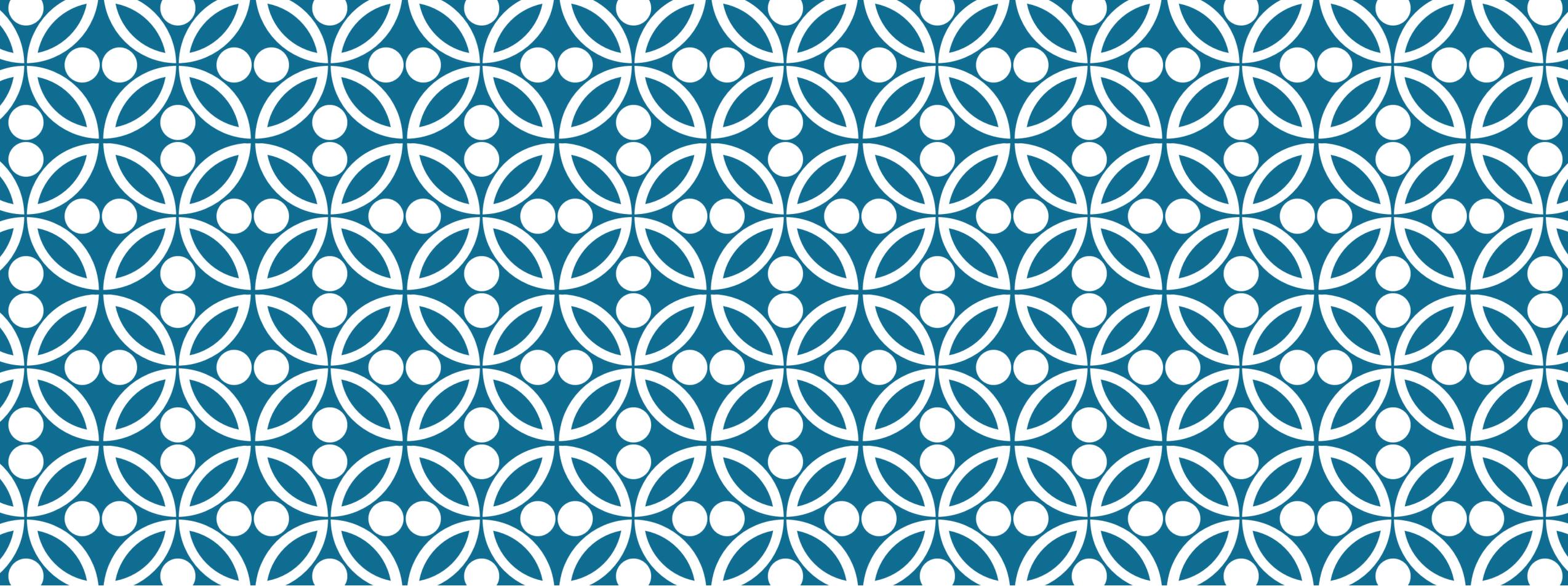
1. Analyse hiérarchique

2. Analyse non-hiérarchique : moyennes K

└ Réalisées sur l'ensemble des items des quatre échelles

[Variables centrées – réduites : métrique identique]

[Scores parfois inversés – Uniformisation vers « Engagement dans des activités »]



RÉSULTATS

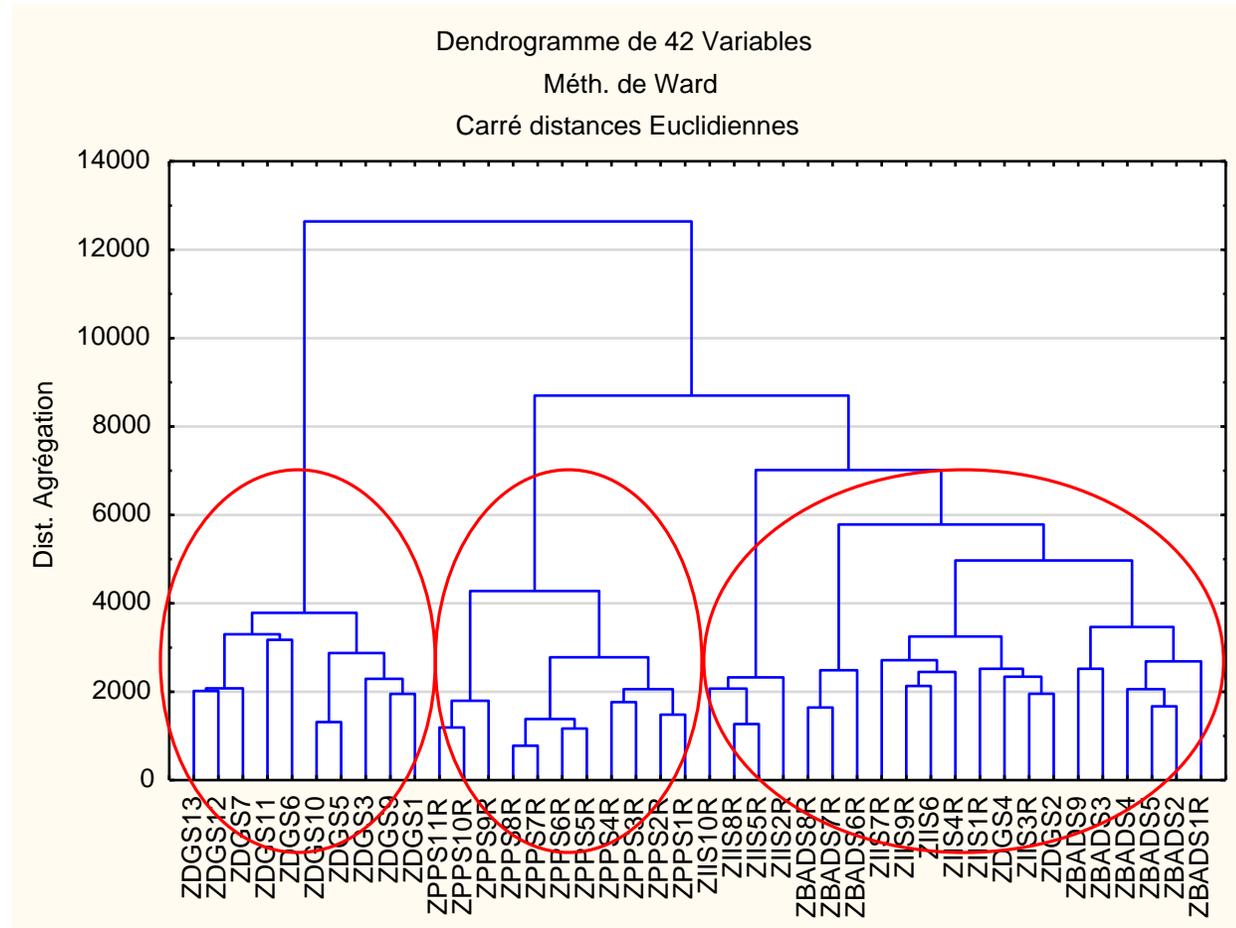


RÉSULTATS — ANALYSE DESCRIPTIVE

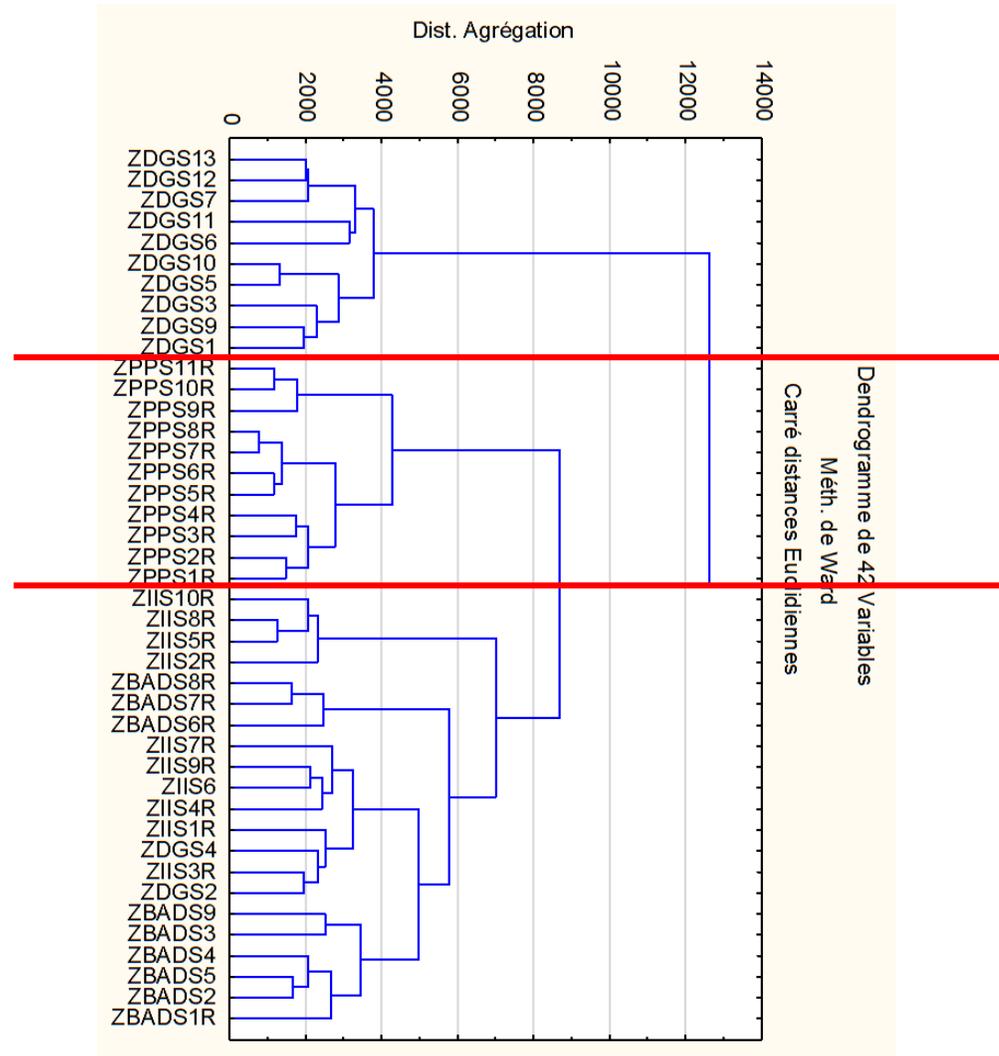
		N (%)
Pays	Belgique	1026 (56,37)
	France	725 (39,84)
	Autre	61 (3,35)
	Manquant	8 (0,44)
Niveau d'études	Aucun	4 (0,22)
	Primaire	7 (0,38)
	Sec. Inf./Collège	59 (3,24)
	Sec. Sup./Lycée	817 (44,89)
	Sup. TC	464 (25,49)
	Sup. TL	417 (22,91)
	Doctorat	22 (1,21)
	Autre	28 (1,54)
	Manquant	2 (0,11)

		N (%)
Statut socio-professionnel	Etudiant	1298 (71,32)
	Travailleur	346 (19,01)
	Non-travailleur	169 (9,29)
	Manquant	7 (0,38)

RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS



RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS



RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS

- **Cluster 1 : 10 items – « Atteinte d'objectifs quotidiens »**
- Uniquement composé d'items du DGS

1. Je considère chaque jour comme une série de petits objectifs personnels à atteindre.

3. Parfois, je me fixe de petits objectifs pour le jour suivant.

5. Je constate à quel point le fait d'atteindre de plus petits objectifs me permet d'aller vers des objectifs plus ambitieux.

6. Pour moi, chaque jour me permet de mener à bien de petits projets, comme regarder la télévision, prendre une douche, bien manger, parler avec un ami, etc.

7. Parfois, le soir, je pense aux petits objectifs que j'ai atteints en cours de journée.

9. Je m'encourage à continuer de poursuivre de petits objectifs chaque jour.

10. C'est l'atteinte de petits objectifs qui m'encourage à essayer d'atteindre des objectifs plus ambitieux.

11. Quand je n'ai pas le moral, je m'efforce tout de même d'atteindre de très petits objectifs.

12. Parfois, le matin, je passe en revue les petits objectifs que j'ai atteints la veille.

13. Parfois, je me remonte le moral en pensant aux petits objectifs que j'ai atteints.

RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS

- **Cluster 2 : 11 items – « Procrastination (↓) »**
- Uniquement composé d'items du PPS

1. Je reporte les décisions jusqu'à ce qu'il soit trop tard*.

2. Même après avoir pris une décision, je repousse le moment où je vais l'appliquer*.

3. Je perds beaucoup de temps sur des futilités avant d'arriver aux décisions finales*.

4. À l'approche d'une échéance importante, je perds souvent du temps en faisant d'autres choses*.

5. Je me rends compte que même les travaux qui n'exigent quasiment rien d'autre que de s'asseoir et de les faire sont rarement effectués avant plusieurs jours.*

6. Je me retrouve souvent à effectuer des tâches que j'avais eu l'intention de faire plusieurs jours auparavant*.

7. Je me dis sans cesse « Je le ferai demain »*.

8. Je remets généralement à plus tard le début d'un travail que je dois faire*.

9. Je me retrouve souvent à manquer de temps*.

10. Je n'arrive pas à faire les choses à temps*.

11. Je ne suis pas très bon(ne) pour respecter les délais*.

RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS

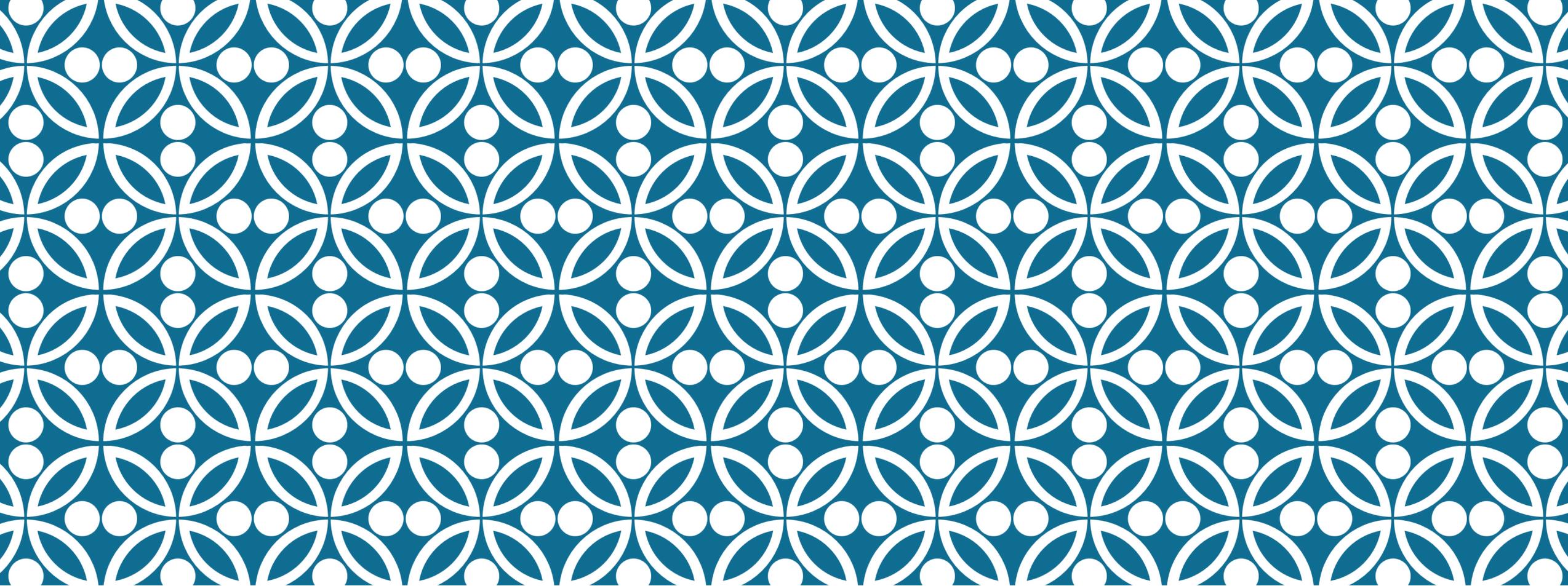
- **Cluster 3 : 21 items – « Activation comportementale ‘pure’ et intérêts »**
- BADS-SF – DGS – IIS

BADS-SF	1. Il y a eu des choses que je devais faire que je n'ai pas faites*.
	2. Je suis content(e) de la quantité et du genre de choses que j'ai accomplies.
	3. Je me suis livré(e) à de nombreuses activités différentes.
	4. J'ai pris de bonnes décisions quant au genre d'activités et/ou de situations dans lesquelles je me suis engagé(e).
	5. J'ai été une personne active et j'ai accompli les objectifs que je m'étais fixés.
	6. La plupart des choses que j'ai faites avaient pour objectif d'échapper à quelque chose de désagréable ou à l'éviter*.
	7. J'ai passé beaucoup de temps à ressasser mes problèmes*.
	8. Je me suis livré(e) à des activités pour oublier que je ne me sentais pas bien*.
	9. J'ai fait des choses qui étaient agréables.
DGS	2. Je parviens très bien à concentrer mes efforts sur l'atteinte d'un objectif.
	4. Je m'efforce au mieux de ne pas laisser de petits objectifs à moitié atteints.

RÉSULTATS — ANALYSE EN CLUSTERS

- **Cluster 3 : 21 items – « Activation comportementale ‘pure’ et intérêts »**
- BADS-SF – DGS – ISS

ISS	1. Je fais des efforts pour terminer les tâches que j'ai commencées*.
	2. J'ai de nombreux centres d'intérêt*.
	3. Je vais jusqu'au bout des choses que j'entreprends*.
	4. Je suis une personne active qui prend des initiatives*.
	5. Beaucoup de choses éveillent ma curiosité*.
	6. J'abandonne facilement si quelque chose me pose des difficultés.
	7. Lorsque je dois faire face à quelque chose d'important, je commence à le faire spontanément (sans que l'on me le demande)*.
	8. Je m'intéresse à plein de choses différentes*.
	9. Si quelque chose me pose des difficultés, je m'efforce de trouver d'autres solutions*.
	10. Je suis toujours prêt à apprendre de nouvelles choses et à enrichir mes connaissances*.



DISCUSSION



DISCUSSION

OBJECTIF

Mener une étude exploratoire évaluant si ces différents concepts se regroupent en une seule et même dimension

DISCUSSION

➤ Intérêt de conceptualiser « *l'engagement dans des activités* » comme multidimensionnel

// diversité des échelles existantes

MAIS

➤ Intérêt de sous-dimensions *TRANSVERSALES* aux quatre échelles utilisées (BADS-SF, PPS, IIS, DGS)

// « Activation comportementale 'pure' et intérêts »

DISCUSSION

Engagement dans des
activités

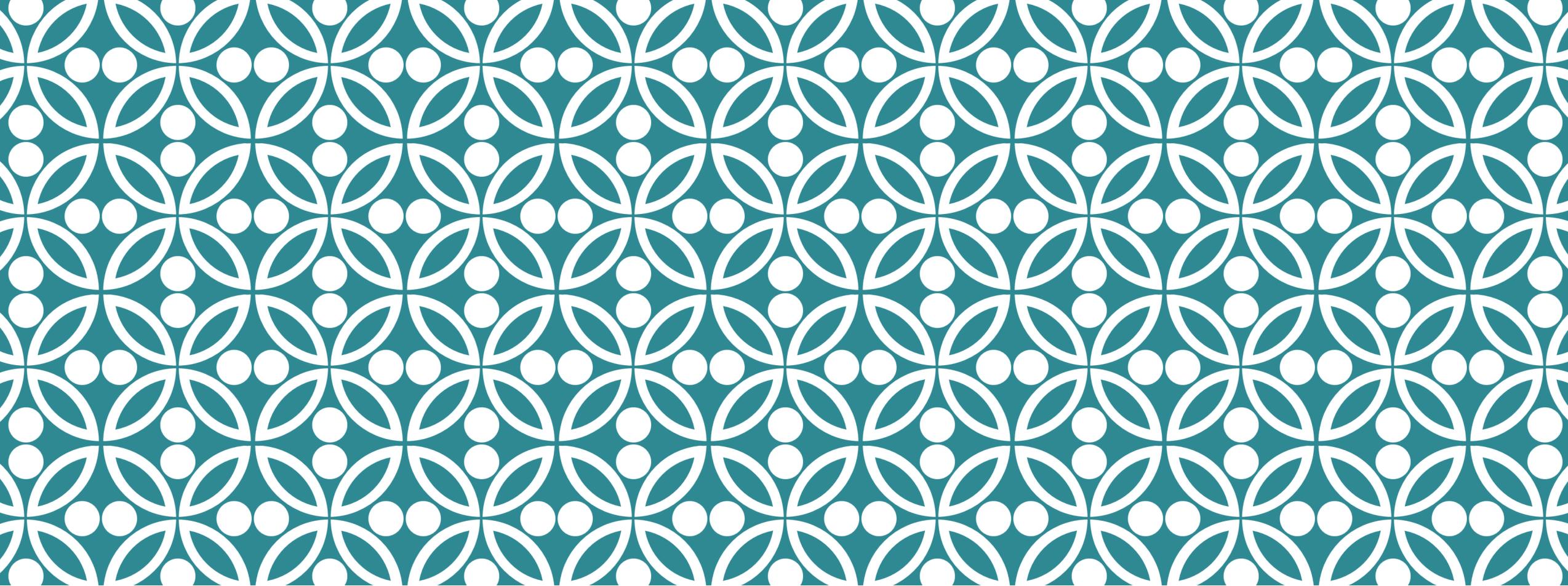
Cluster 1 « Atteinte d'objectifs
quotidiens »

Cluster 2
« Procrastination (↓) »

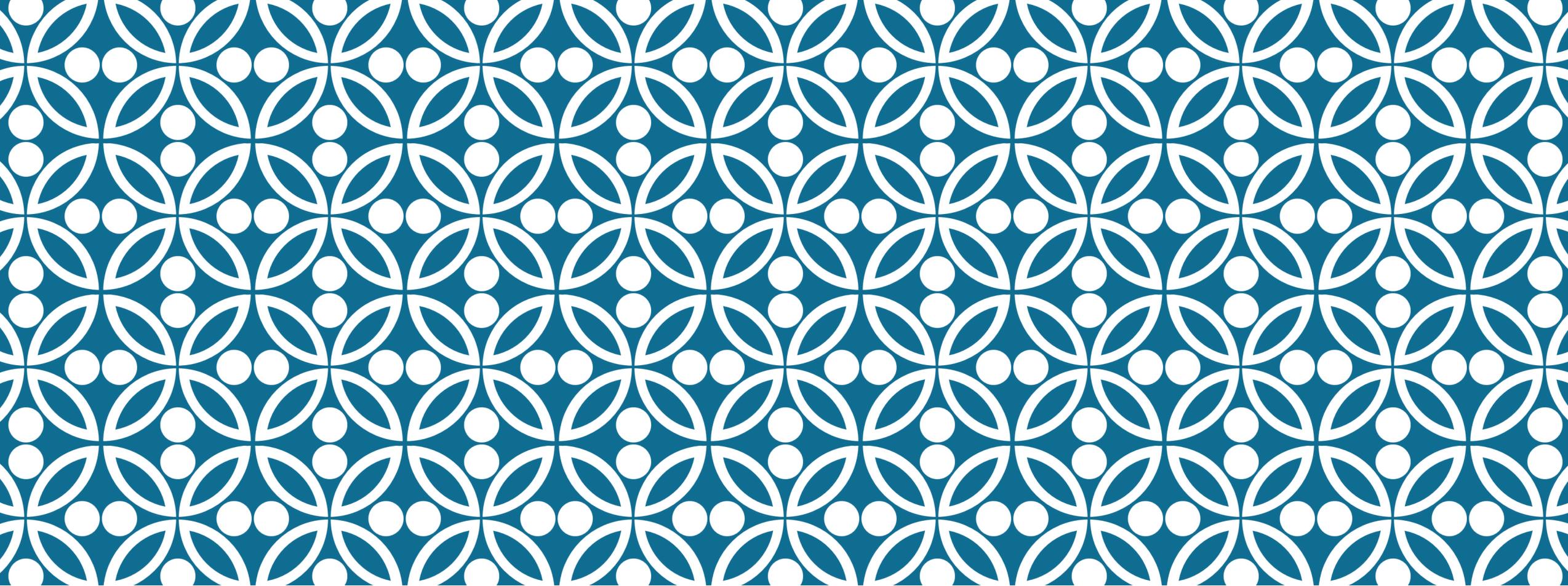
Cluster 3
« Activation
comportementale
'pure' et intérêts »

Quels liens avec les systèmes
motivationnels ?

→ 2^{ème} étude



**ENGAGEMENT DANS DES ACTIVITÉS :
QUELS LIENS AVEC LES SYSTÈMES
MOTIVATIONNELS ?**

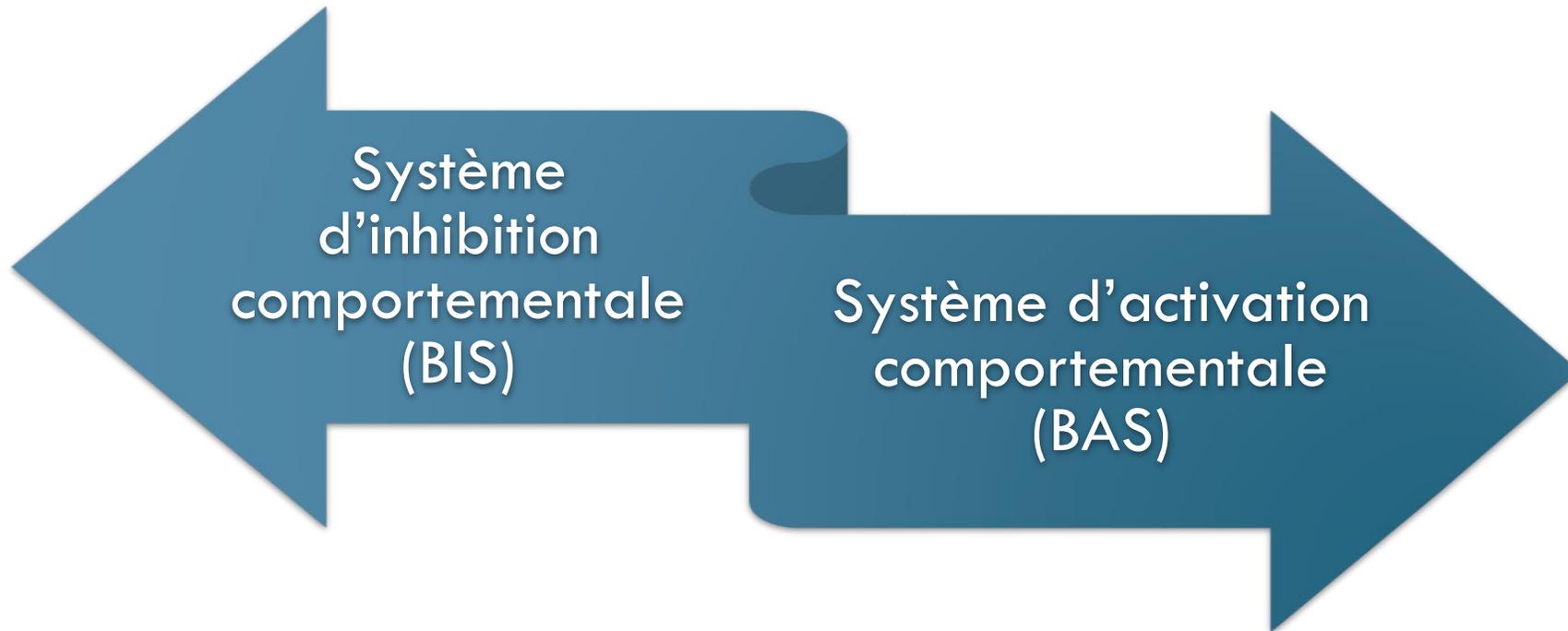


INTRODUCTION



INTRODUCTION

Systemes motivationnels ?



INTRODUCTION

Système d'inhibition comportementale (Behavioral Inhibition System - BIS)

Système d'activation comportementale (Behavioral Activation/Approach System - BAS)

Système motivationnel « aversif »

Système motivationnel « appétitif »

Sensible aux signaux de punition, de non-récompense et de nouveauté

Sensible aux signaux de récompenses, de non-punition ou d'échappement à la punition

Inhibe les comportements qui pourraient mener à des conséquences négatives ou douloureuses

Mène la personne à commencer ou à augmenter le mouvement envers ses objectifs/buts

Responsable des expériences de sentiments négatifs (p.ex., peur, anxiété, frustration, tristesse)

Responsable des expériences de sentiments positifs (p. ex., espoir, bonheur)

Plus grande tendance à l'anxiété lorsque la personne est exposée aux indices « appropriés »

Plus grande propension à s'engager dans des efforts orientés vers un but et à ressentir des sensations positives lorsque la personne est exposée à des indices de récompenses imminentes

BAS – Drive (*Poursuite*)

Poursuite persistante d'objectifs désirés

BAS – Reward responsiveness
(*Sensibilité à la récompense*)

Réponse positive à l'occurrence ou l'anticipation d'une récompense

BAS – Fun seeking (*Recherche d'amusement*)

Tendance à désirer de nouvelles récompenses et volonté à poursuivre des événements potentiellement renforçant sur un coup de tête

INTRODUCTION

Système d'inhibition comportementale (Behavioral Inhibition System - BIS)

Système d'activation comportementale (Behavioral Activation/Approach System - BAS)

Système motivationnel « aversif »

Système motivationnel « appétitif »

Sensible aux signaux de punition, de non-récompense et de nouveauté

Sensible aux signaux de récompenses, de non-punition ou d'échappement à la punition

Inhibe les comportements qui pourraient mener à des conséquences négatives ou douloureuses

Mène la personne à commencer ou à augmenter le mouvement envers ses objectifs/buts

Responsable des expériences de sentiments négatifs (p.ex., peur, anxiété, frustration, tristesse)

Responsable des expériences de sentiments positifs (p. ex., espoir, bonheur)

Plus grande tendance à l'anxiété lorsque la personne est exposée aux indices « appropriés »

Plus grande propension à s'engager dans des efforts orientés vers un but et à ressentir des sensations positives lorsque la personne est exposée à des indices de récompenses imminentes

BAS – Drive (Poursuite)

Poursuite persistante d'objectifs désirés

BAS – Reward responsiveness (Sensibilité à la récompense)

Réponse positive à l'occurrence ou l'anticipation d'une récompense

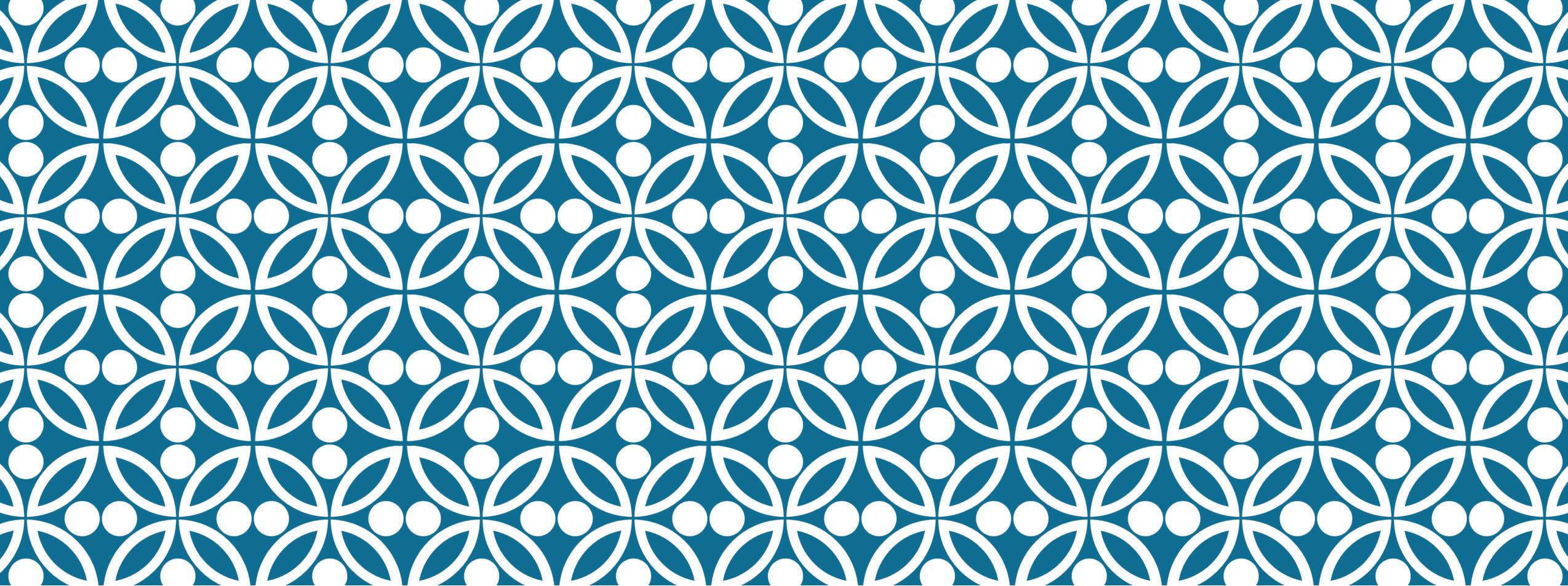
BAS – Fun seeking (Recherche d'amusement)

Tendance à désirer de nouvelles récompenses et volonté à poursuivre des événements potentiellement renforçant sur un coup de tête

INTRODUCTION

OBJECTIF

Mener une étude évaluant la façon avec laquelle les systèmes motivationnels prédisent l'engagement dans des activités



MÉTHODOLOGIE



MÉTHODOLOGIE

- Participants :

≥ 18 ans

Bonne compréhension et utilisation du Français

Enquête en ligne (Multicentrique)

→ N = 441 (381 femmes)

→ Âge : M = 24,80 (E-T = 9,88) [18 – 80]

MÉTHODOLOGIE

• Évaluations:

Cluster 1	Cluster 2	Cluster 3	Systèmes motivationnels
Atteinte d'objectifs quotidiens	Procrastination (↓)	Activation comportementale « pure » et intérêt	Behavioral Inhibition/Behavioral Activation Scale
			VA : Carver & White (1994)
			VF : Caci, Deschaux & Baylé (2007)
DGS	PPS	BADS-SF + DGS + IIS	4 scores : <ul style="list-style-type: none"> ○ BIS ○ BAS – DRIVE ○ BAS – FUN SEEKING ○ BAS – REWARD RESPONSIVENESS

MÉTHODOLOGIE

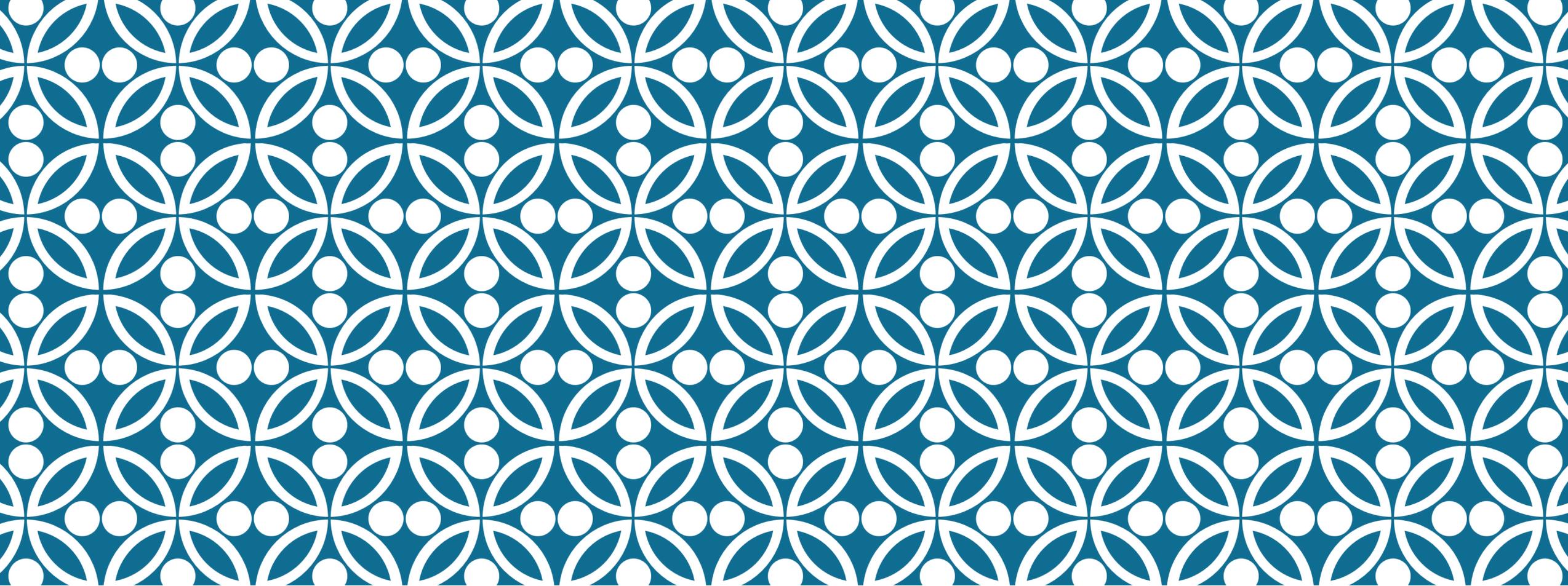
- Traitements statistiques:

Analyses factorielles

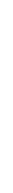
[Scores sur les clusters]

Régressions multiples

[Variables centrées – réduites : métrique identique]



RÉSULTATS



RÉSULTATS — ANALYSE DESCRIPTIVE

		N (%)
Pays	Belgique	283 (64,17)
	France	144 (32,65)
	Autre	14 (3,17)
	Manquant	8 (0,44)
Niveau d'études	Aucun	0 (0)
	Primaire	3 (0,68)
	Sec. Inf./Collège	20 (3,85)
	Sec. Sup./Lycée	286 (64,85)
	Sup. TC	50 (11,34)
	Sup. TL	78 (17,69)
	Doctorat	6 (1,36)
	Autre	1 (0,23)
	Manquant	0 (0)

		N (%)
Statut socio-professionnel	Etudiant	291 (65,99)
	Travailleur	95 (21,54)
	Non travailleur	55 (12,47)
	Manquant	0 (0)

RÉSULTATS – RÉGRESSIONS MULTIPLES

BIS

BAS – Drive (*Poursuite*)

BAS – Fun seeking (*Rech. am.*)

BAS – Reward responsiveness
(*Sens. Réc.*)

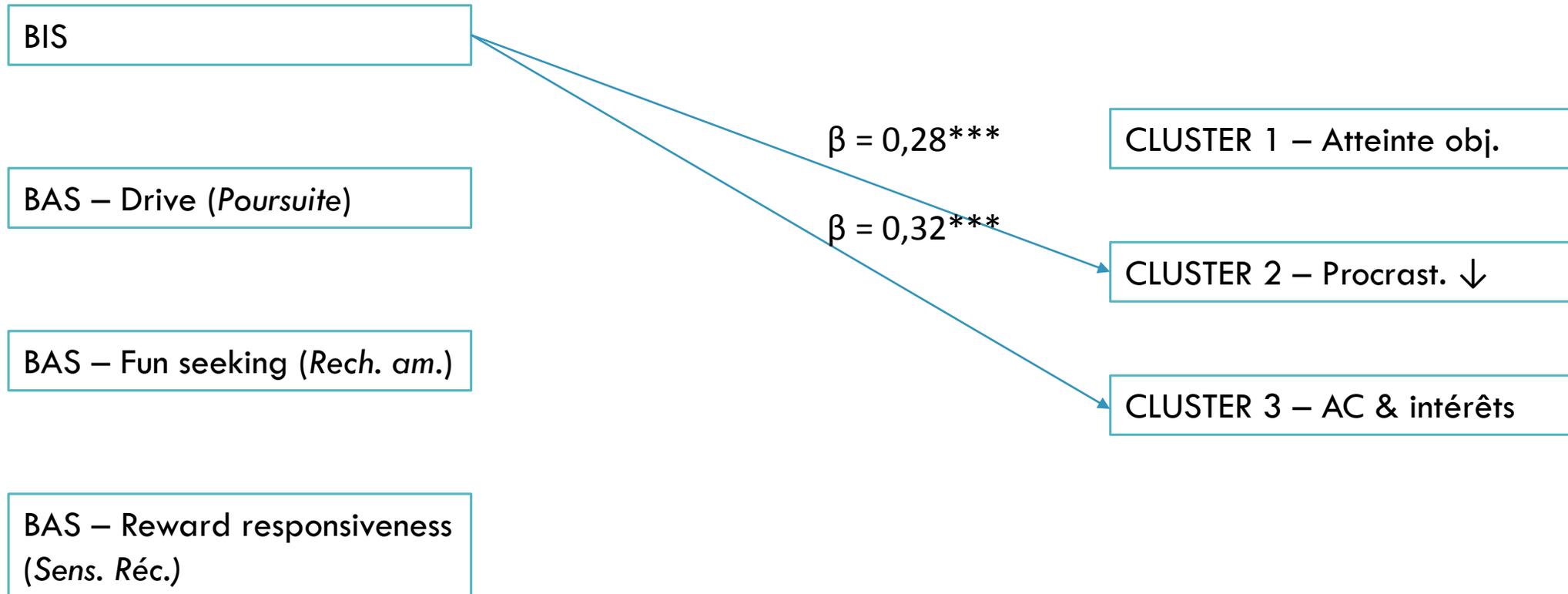
CLUSTER 1 – Atteinte obj.

CLUSTER 2 – Procrast. ↓

CLUSTER 3 – AC & intérêts

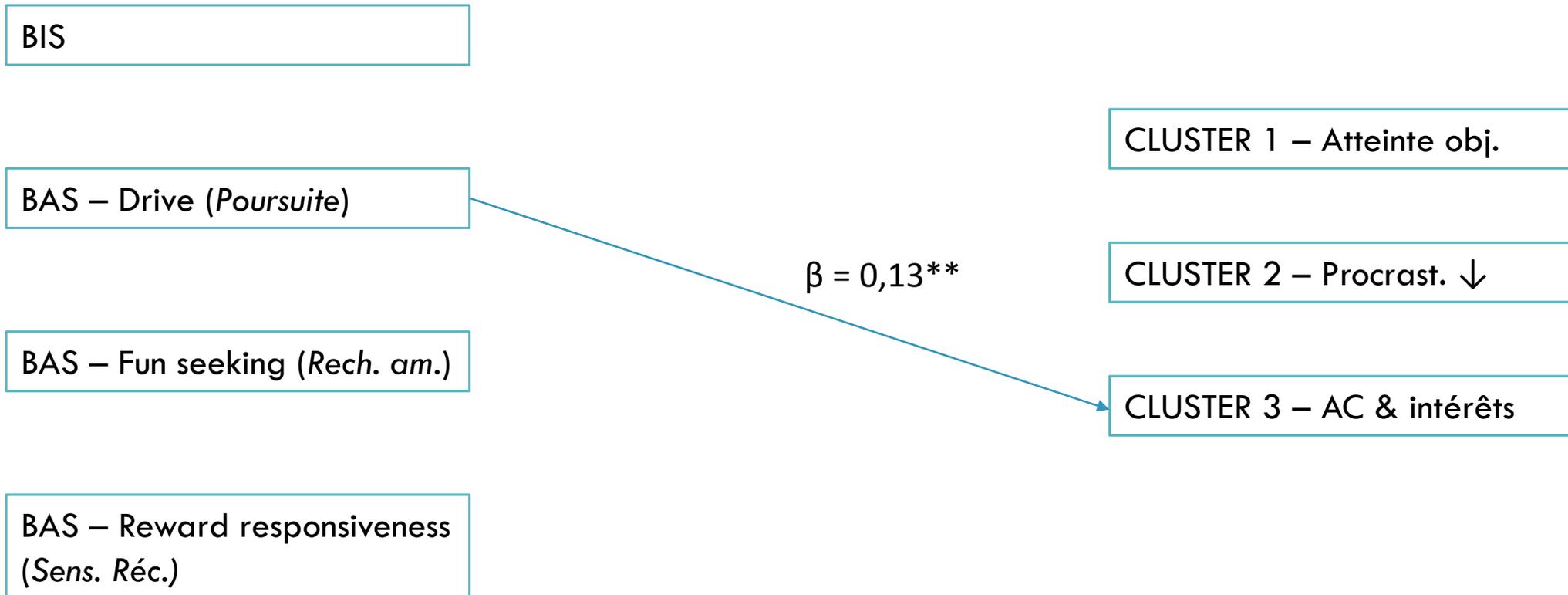
* $p < ,05$; ** $p < ,01$; *** $p < ,001$

RÉSULTATS – RÉGRESSIONS MULTIPLES



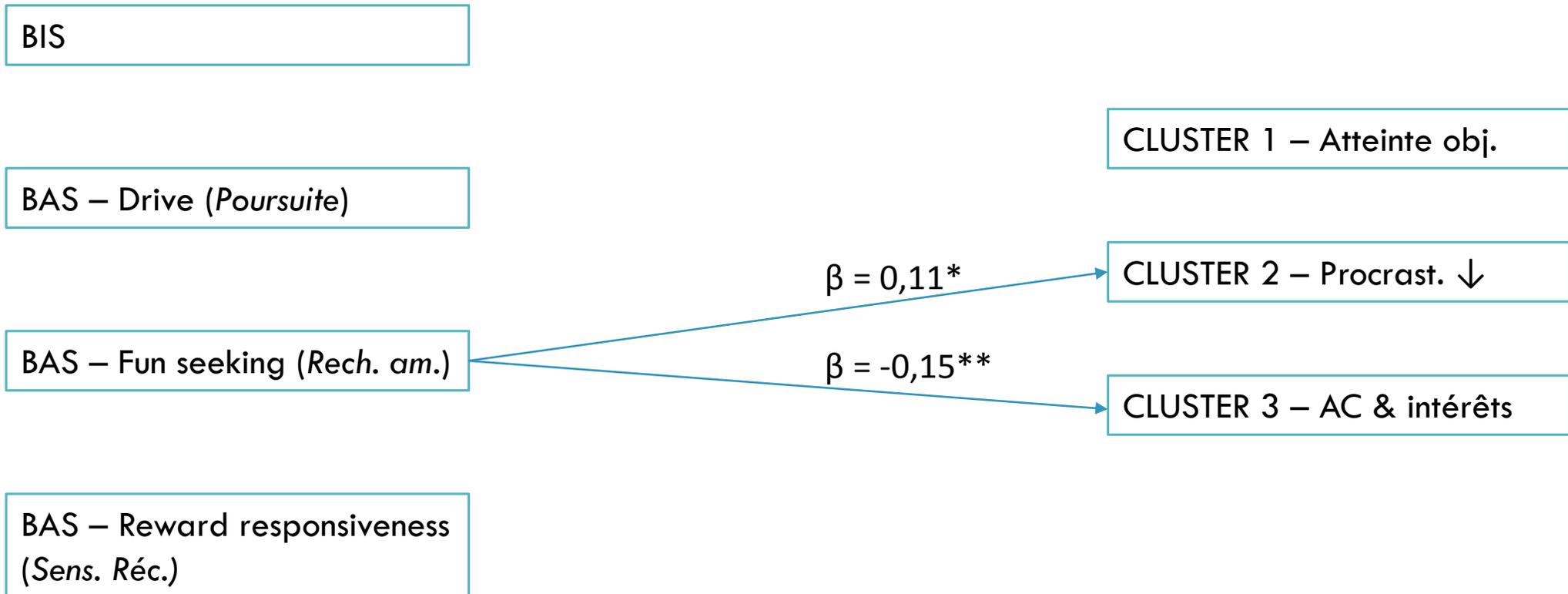
*p < ,05; ** p < ,01; *** p < ,001

RÉSULTATS – RÉGRESSIONS MULTIPLES



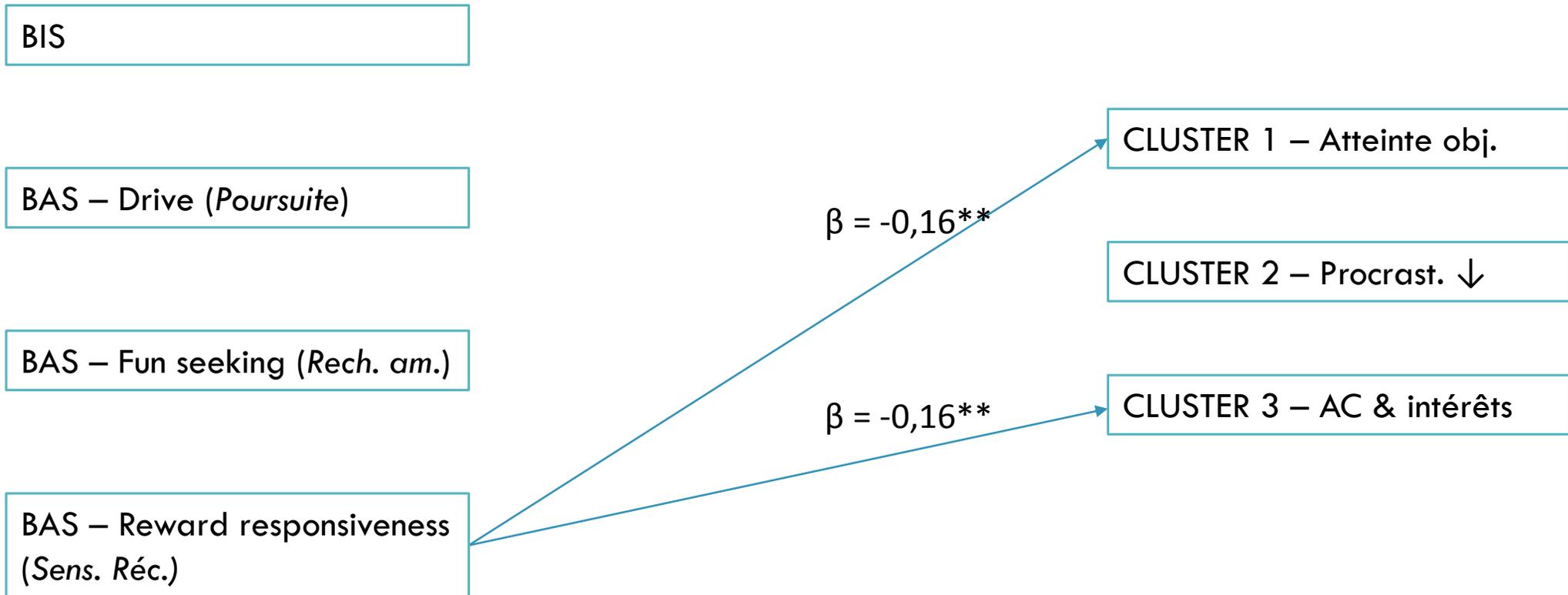
* $p < ,05$; ** $p < ,01$; *** $p < ,001$

RÉSULTATS – RÉGRESSIONS MULTIPLES

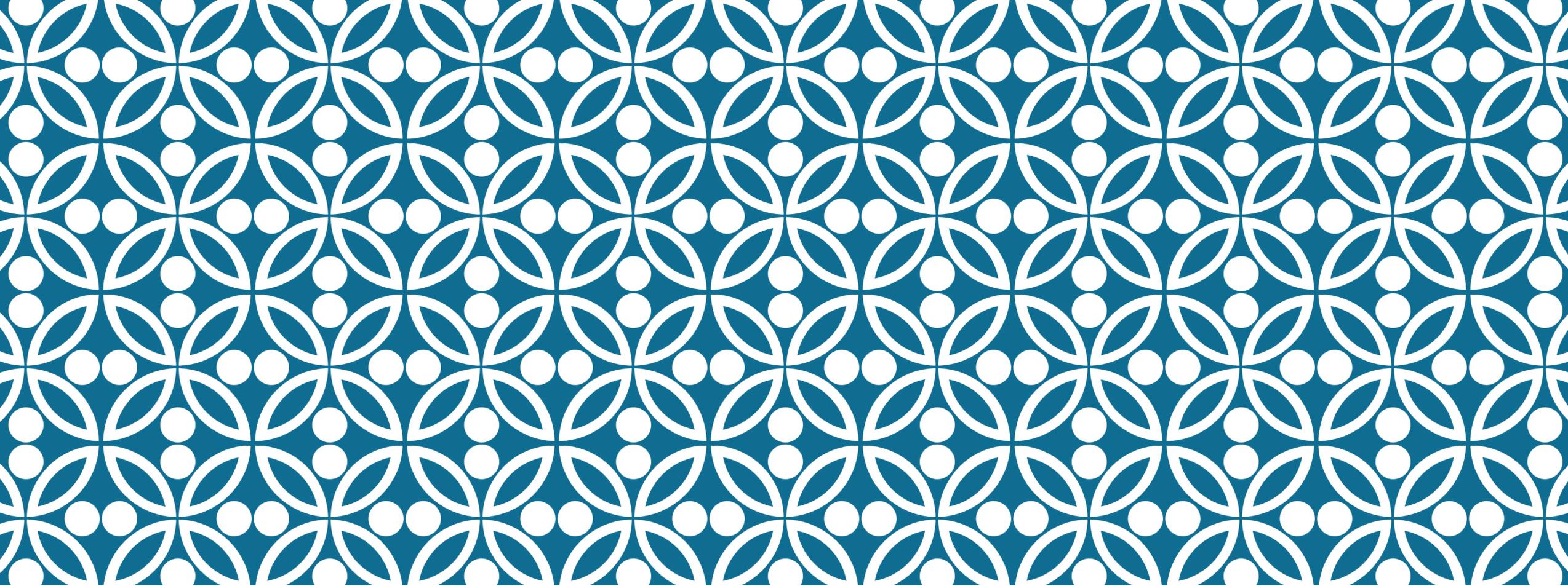


* $p < ,05$; ** $p < ,01$; *** $p < ,001$

RÉSULTATS – RÉGRESSIONS MULTIPLES



* $p < ,05$; ** $p < ,01$; *** $p < ,001$



DISCUSSION



DISCUSSION

- **Hétérogénéité des relations**

Systemes motivationnels (BIS/BAS) & Clusters liés à l'engagement dans des activités

- **Certaines relations semblent assez intuitives...**

BAS – Drive (*Poursuite*)



CLUSTER 3 – AC & intérêts

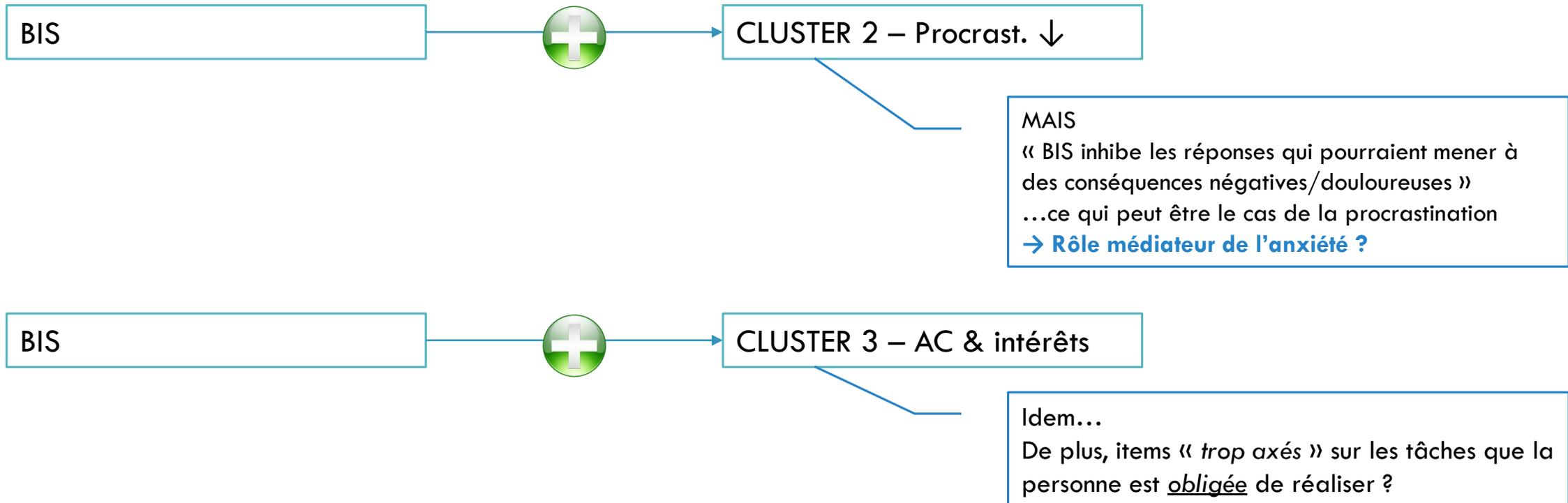
BAS – Fun seeking (*Rech. am.*)



CLUSTER 2 – Procrast. ↓

DISCUSSION

- ...d'autres relations un peu moins !



DISCUSSION

- ...d'autres relations un peu moins !

BAS – Fun seeking (*Rech. am.*)



CLUSTER 3 – AC & intérêts

Idem...

De plus, items « *trop axés* » sur les tâches que la personne est obligée de réaliser ?

DISCUSSION

- ...d'autres relations un peu moins !

BAS – Reward responsiveness
(Sens. Réc.)



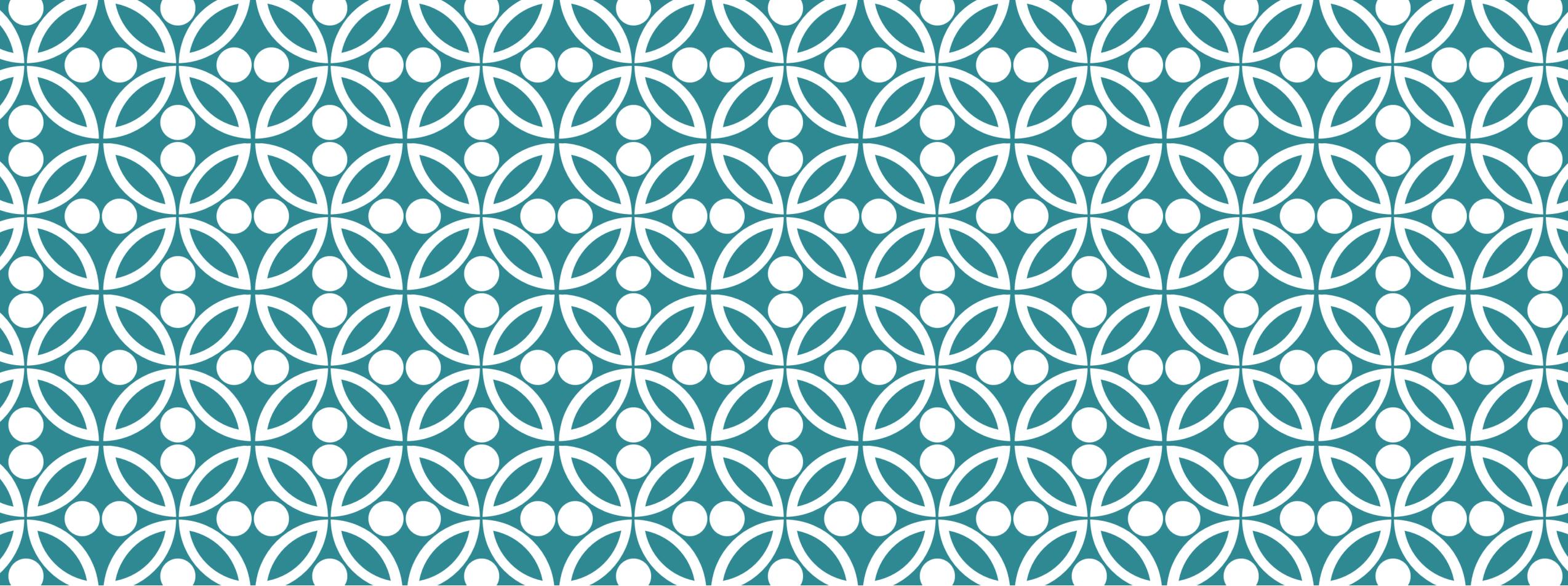
CLUSTER 1 – Atteinte obj

BAS – Reward responsiveness
(Sens. Réc.)



CLUSTER 3 – AC & intérêts

Obtenir/anticiper une récompense pour une action ne semble pas prédire la propension à avoir et atteindre des objectifs
→ Aspect « désintéressé » de certains objectifs ?
→ Rôle médiateur d'une autre variable ?



CONCLUSION GÉNÉRALE



CONCLUSION GÉNÉRALE

➤ ENGAGEMENT DANS DES ACTIVITÉS = CONCEPT MULTIDIMENSIONNEL

└ Atteinte d'objectifs, procrastination (↓), activation comportementale « pure » et intérêts

// existence de différentes échelles

➤ RELATIONS HÉTÉROGÈNES ENTRE SYSTÈMES MOTIVATIONNELS ET CLUSTERS D'ENGAGEMENT DANS DES ACTIVITÉS

CONCLUSION GÉNÉRALE

➤ PERSPECTIVES EXPÉRIMENTALES ET CLINIQUES :

- Développement d'une nouvelle échelle à trois sous-dimensions avec les items ayant les saturations factorielles les plus importantes ?
 - └ « Charge » d'évaluation < utilisation de différentes échelles
- Investigation du rôle médiateur/modérateur d'autres variables (p. ex. anxiété, pessimisme/optimisme, auto-efficacité) dans les relations systèmes motivationnels – engagement dans des activités ?

Aurélié Wagener, Université de Liège

aurelie.wagener@ulg.ac.be

+32 4 366 35 69

Arnaud Carré, Université Savoie Mont Blanc

Martine Bouvard, Université Savoie Mont Blanc

Sylvie Blairy, Université de Liège

