

Effets d'un réentraînement attentionnel chez des étudiants dysphoriques.

Vandries Mandy, Blairy Sylvie¹ & Krings Audrey¹

¹ Unité de recherche en Psychologie et Neurosciences Cognitives, Liège Université, Belgique

Introduction

Les biais attentionnels envers l'information congruente à l'humeur et les ruminations mentales sont deux processus psychologiques impliqués dans le développement et le maintien de la dépression (Vazquez & al., 2016 ; Bayens & al., 2012). Ces deux mécanismes semblent liés, puisqu'ils seraient sous-tendus par une diminution des ressources cognitives qui perturberait le désengagement de l'attention de stimuli en lien avec les préoccupations (Koster, De Lissnyder, Derakshan & De Raedt, 2011).

Afin d'améliorer l'humeur, les chercheurs se sont penchés sur la modification des biais attentionnels à l'aide de tâches informatisées (Beevers & al., 2015 ; Wells & Beevers, 2010). Le but de ces dernières est de diminuer l'allocation de l'attention envers les stimuli tristes des individus déprimés. Etant donné l'existence d'un lien entre le biais attentionnel et les ruminations mentales, la modification du biais attentionnel pourrait également avoir des effets sur le processus ruminatif. Une récente étude suggère que l'impact du biais attentionnel sur l'humeur dépressive serait médié par les ruminations mentales (Yang & al., 2015). Malheureusement, il n'existe actuellement que peu d'études ayant investigués l'impact du réentraînement attentionnel sur les ruminations mentales.

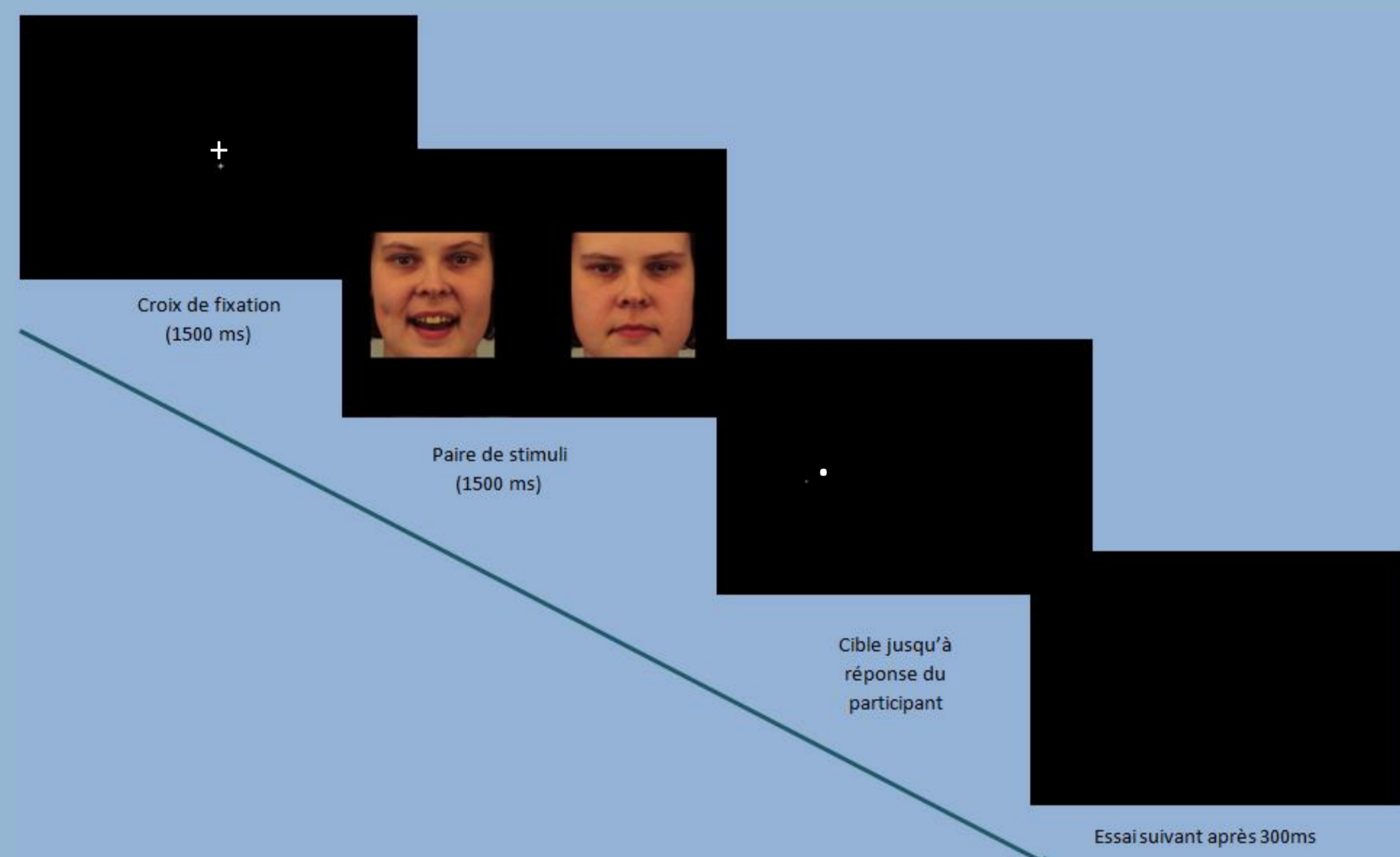
Objectifs

L'objectif de notre étude est d'évaluer l'effet d'un réentraînement attentionnel, chez des sujets présentant une symptomatologie dépressive moyenne à modérée, sur l'humeur dépressive, le biais attentionnel négatif ainsi que sur les ruminations mentales.

Le second objectif est de tester la faisabilité et la mise en place de ce type de protocole chez des étudiants.

Méthodologie & Résultats

N = 6 étudiants



3 temps d'évaluations :

Questionnaires auto-complétés :

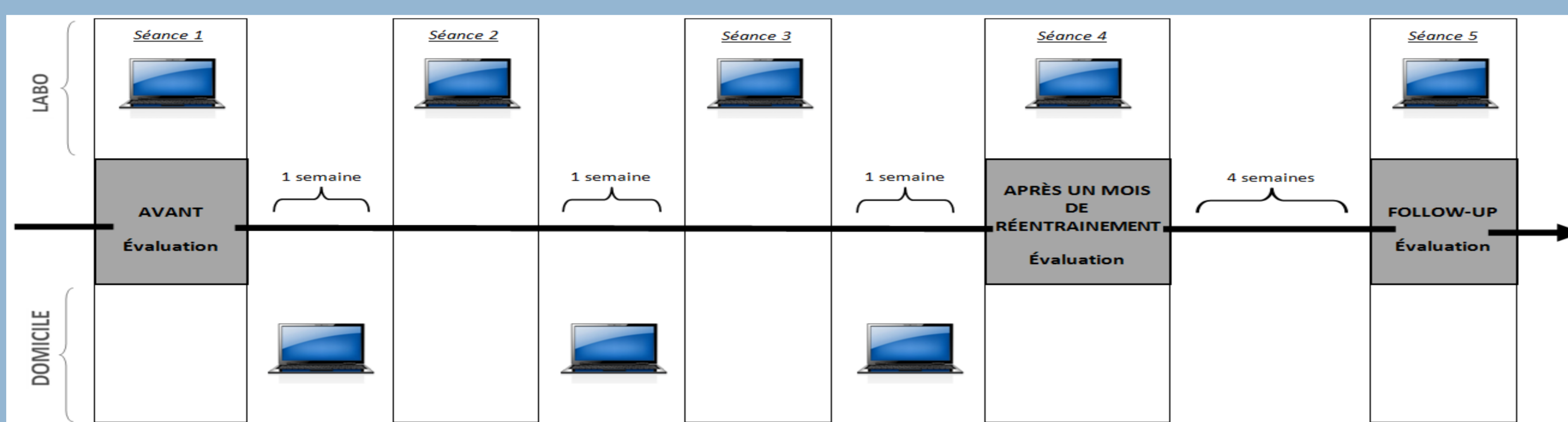
- Humeur dépressive (BDI-II) (Beck, 1997)
- Ruminations mentales (RRS) (Noelen-hoekseman & Morrow, 1991)

Tâche informatisée de discrimination de cibles (Macleod & al., 2002) : évaluation du biais attentionnel

4 séances de réentraînement attentionnel en laboratoire

3 séances de réentraînement attentionnel à domicile

Tâche informatisée de discrimination de cibles (Macleod & al., 2002) : Condition réentraînement ou condition contrôle



Hypothèse

- Les séances de réentraînement attentionnel devraient permettre une réduction du biais attentionnel envers les stimuli tristes ainsi qu'un changement au niveau de l'humeur et des ruminations mentales

Analyses

Analyse préliminaire :

Suppression des « Outliers » : < 100 ms , > 1000ms

Calcul du score D :

$$D = m_{\text{incongruent}} - m_{\text{congruent}}$$

un score D positif indique vigilance envers les stimuli tristes tandis qu'un score D négatif indique un évitement des stimuli tristes.

Ensuite,

Nous avons effectué des analyses de cas en raison d'une faible taille d'échantillon

SUJET	GENRE	AGE	Nbr REENTRAINEMENT	Score D	BDI-II	Score Ressassement
A	F	18	7	14.84 → 12.81 → 47.83	17 → 5 → 5	14 → 12 → 15
B	F	19	4	- 19.58 → 8.32 → 13.23	12 → 10 → 8	11 → 8 → 10
C	H	20	4	-13.93 → 47.28 → 7.76	18 → 17 → 10	9 → 11 → 12
D	F	22	7	-48.73 → -104.03 → -51.85	20 → 9 → 11	9 → 11 → 8
E	F	23	0	3.4 → -24.33 → 2.14	24 → 19 → 18	13 → 13 → 14
F	F	19	0	2.9 → 34.53 → 15.87	16 → 29 → 28	13 → 12 → 13

Les résultats ne suggèrent pas un effet du réentraînement attentionnel sur les biais attentionnels envers l'information émotionnelle triste, l'humeur dépressive et les ruminations mentales.

Forces

- Simplicité de la tâche
- Faisabilité d'implémentation au quotidien
- Complément d'une thérapie classique → matériel simple et gratuité

Limites

- Seulement 6 participants dans notre échantillon
- Absence de biais attentionnel envers l'information négative avant le réentraînement alors que cette condition est essentielle pour obtenir des résultats concluants (Nishiguvhi & al., 2015 ; Wells & Beevers, 2010).
- Influence possible d'évènement externes (examens lors des évaluations)

Implications cliniques

- Approche processuelle → spécificité
- Design → intégrée à de l'activation comportementale
- Engagement
- Maintien
- Planification précise
- Prévention des obstacles