

## APPLICATION DU MODÈLE D'INTERVENTION TRANSTHÉORIQUE DU CHANGEMENT (MTC) AUX CONJOINTS AYANT DES COMPORTEMENTS VIOLENTS

**Les objectifs :** 1) traduire en français et évaluer les propriétés métriques de quatre instruments visant à mesurer les concepts clés du MTC auprès d'hommes ayant des comportements violents. 2) Tester une série d'hypothèses concernant la validité du MTC pour décrire le processus de changement des conjoints ayant des comportements violents. 3) Vérifier l'utilité des variables du MTC pour prédire l'abandon et la persévérance dans les programmes d'aide.

**La méthode :** Deux collectes de données quantitatives ont été réalisées dans le cadre de ce projet. La première s'est déroulée de décembre 2001 à septembre 2002 dans huit organismes québécois œuvrant auprès de conjoints ayant des comportements violents. Au cours de cette période, 287 participants à des groupes de thérapie ont répondu à un questionnaire. Les données de 255 répondants ont été conservées pour l'analyse. Une deuxième collecte visait des hommes ayant sollicité les services d'aide chez cinq organismes. De janvier 2003 à janvier 2004, 578 hommes y ont demandé des services d'aide. Parmi eux, 324 ont répondu au questionnaire auto-administré qui leur a été remis et 302 questionnaires complets ont été conservés pour les analyses. Les organismes ont ensuite fourni les données relatives à la persévérance de ces hommes dans les programmes d'aide.

### QU'EST-CE QUE LE MTC?

Le MTC, parfois appelé «*modèle des stades de changements*», est un modèle de changement intentionnel et individuel. Il a été conçu par James Prochaska et ses collègues dans le but d'intégrer les meilleurs éléments des principaux modèles de psychothérapie. Il a fait l'objet de nombreuses études empiriques et est couramment utilisé en psychologie de la santé, ainsi que dans le domaine du traitement des dépendances.

Les concepteurs du MTC ont identifié six stades successifs par lesquels passent les personnes qui modifient un comportement problématique : 1) la *précontemplation* est une étape où l'individu est peu conscient de son problème et par conséquent peu disposé au changement; 2) la *contemplation* est une période de forte ambivalence où la personne est consciente de son problème sans toutefois être prête à changer; 3) la *préparation* se caractérise par la planification et la mise en œuvre des premiers efforts de changement; 4) l'*action* est le stade au cours duquel la personne modifie concrètement son comportement, ses cognitions, ses attitudes et ses croyances; 5) le *maintien* est une période de consolidation du changement effectué où l'individu s'efforce d'éviter les rechutes possibles. Selon le MTC, le passage d'un stade de changement à l'autre est ordonné, mais non linéaire. Il faut passer plusieurs fois à travers ces stades pour arriver à un changement de comportement durable. L'individu atteint le stade de la *conclusion* lorsqu'il n'éprouve plus aucune envie de recourir à ses anciens comportements malsains.

Une dizaine de stratégies de changement facilitent la progression entre les stades. Les stratégies de prise de conscience, de réévaluation de soi, de réévaluation de l'environnement, de soulagement dramatique et de libération sociale sont qualifiées d'expérientielles parce qu'elles renvoient aux dimensions affective et cognitive de l'expérience. Le MTC anticipe leur utilisation plus fréquente dans les premiers stades. Le contre-conditionnement, le contrôle des stimuli, la gestion des conséquences, la libération de soi et la relation d'aide décrivent des activités plus concrètes. Le MTC prédit une plus grande utilisation de ces stratégies dites comportementales aux stades d'action et de maintien.

Deux variables intermédiaires marquent la progression de l'individu à travers les stades. La balance décisionnelle réfère aux avantages et aux inconvénients que la personne associe à son comportement problématique et à son éventuelle modification. De la précontemplation à l'action, les avantages que la personne associe à la modification de son comportement surpassent progressivement les

coûts qu'elle engendre, faisant ainsi pencher la balance du côté du changement. Le sentiment d'efficacité personnelle renvoie quant à lui à la perception que la personne a de sa capacité de mettre en œuvre les changements désirés. Selon le MTC, l'accroissement de ce sentiment serait corrélé à une diminution des tentations de recourir à la violence et à un stade de changement plus avancé.

À la fin des années 1990, le MTC recevait beaucoup d'attention de la part des chercheurs américains intéressés par l'intervention auprès des conjoints aux comportements violents. Quelques données de recherches québécoises montraient également qu'il s'agissait d'un modèle prometteur pour mieux comprendre le cheminement de ces hommes. C'est dans ce contexte qu'une étude plus approfondie a été jugée nécessaire et que le projet a été entrepris.

### LA TRADUCTION ET LES PROPRIÉTÉS MÉTRIQUES DES INSTRUMENTS

Les instruments de mesure utilisés pour mesurer les concepts du MTC ont été développés aux États-Unis par Levesque et Pro-Change. Ils ont été traduits par les chercheurs en suivant un protocole de traduction à rebours. Diverses analyses statistiques, dont des analyses factorielles confirmatoires, ont ensuite été effectuées pour apprécier leur validité et leur fidélité.

La version française de l'URICA-DV2 (University of Rhode Island Change Assessment scale – Domestic Violence) mesure les stades de changement. Elle comporte 20 questions regroupées en quatre échelles distinctes. Les coefficients de fidélité obtenus pour la précontemplation, la contemplation, l'action et le maintien ont été respectivement de 0,63, 0,68, 0,82 et 0,74. Globalement, les propriétés de la version française sont acceptables pour mener des études à caractère exploratoire. Plusieurs améliorations pourraient toutefois être apportées à l'instrument de façon à réduire l'impact de la désirabilité sociale sur les réponses des répondants, accroître la fidélité de l'échelle de précontemplation et mieux distinguer les sous-échelles de contemplation et d'action. La formulation des questions de l'échelle de maintien pourrait également être repensée de façon à mieux décrire les efforts déployés par les répondants pour demeurer non violents.

L'échelle de balance décisionnelle compte 12 questions qui mesurent les bénéfices généraux, les bénéfices pour les enfants et les coûts généraux que les répondants associent à la modification de leur comportement violent. Parmi les instruments traduits, cette échelle

s'est avérée la mieux construite sur le plan conceptuel. Sa fidélité pourrait toutefois être améliorée, les coefficients alpha de ses trois sous-échelles étant respectivement de 0,60, 0,69 et 0,54.

L'échelle des tentations présente 12 situations dans lesquelles les répondants pourraient être tentés d'employer la violence envers leur partenaire. L'analyse a démontré que les trois sous-échelles présentes dans la version américaine (ennuis quotidiens, consommation de substances psychoactives et provocation de la partenaire) n'étaient pas conceptuellement valides dans la version française. L'échelle peut toutefois être utilisée globalement. Elle produit un score unique pour l'ensemble des tentations. Son coefficient de fidélité est de 0,88.

Le Questionnaire sur les stratégies de changement est un instrument complexe qui tente de mesurer 13 stratégies avec 49 questions. L'analyse montre qu'il s'agit d'un canevas de base pour commencer à conceptualiser et étudier les stratégies de changement. On ne peut toutefois pas considérer que la mesure de ce concept soit arrivée à maturité, puisque plusieurs inconsistances subsistent dans les définitions des différentes stratégies. Les coefficients de fidélité des 13 sous-échelles varient entre 0,55 et 0,87.

## **VALIDITÉ DU MTC POUR DÉCRIRE LE PROCESSUS DE CHANGEMENT DES CONJOINTS AUX COMPORTEMENTS VIOLENTS**

Parmi les participants recrutés dans les groupes de thérapie, 21,8% ont été classés au stade de précontemplation, 31,3% au stade de contemplation et 46,8% au stade d'action. Chez les demandeurs de service n'ayant pas encore commencé un groupe, ces proportions étaient respectivement de 29,5%, 23,8% et 46,3%. Une analyse plus fine des données invite toutefois à considérer cette répartition avec précaution, puisque des profils distincts ont été observés tant chez les précontempteurs (3) que chez les hommes du stade d'action (2). Selon les chercheurs qui ont réalisé l'étude, les stades de changement décrivent des réalités moins homogènes que celles qui sont dépeintes dans le MTC.

Les résultats concernant la validité du MTC pour décrire le changement chez les conjoints aux comportements violents ont été mitigés. D'une part, certaines hypothèses ont été confirmées. Ainsi, un lien modérément fort a été établi entre les stades de changement et la balance décisionnelle. Tel que prédit, les répondants ayant atteint le stade d'action percevaient plus d'avantages que d'inconvénients à modifier leur comportement, alors que les précontempteurs percevaient plus de coûts que de bénéfices. C'est l'accroissement des bénéfices qui permettait le mieux de distinguer les individus des stades avancés de ceux des stades précoces. Conformément aux prédictions, les chercheurs ont aussi noté que la tendance des répondants à blâmer leur partenaire pour les gestes de violence posés commençait à diminuer dès le stade de contemplation et que ce mouvement se poursuivait dans les stades plus avancés. L'extériorisation du blâme diminue donc précisément au stade où, selon le modèle, les individus commencent à reconnaître leur problème et à se l'approprier.

Cependant, d'autres hypothèses de l'étude n'ont pu être confirmées. D'abord, aucun lien n'a pu être démontré entre les stades de changement et le développement d'un sentiment d'efficacité personnelle. Les tentations de recourir à la violence, censées mesurer ce dernier concept, étaient à leur apogée chez les répondants qui ont été classés au stade d'action. Ce résultat contraire aux prédictions porte les chercheurs à croire que les tentations sont un meilleur

indicateur de la reconnaissance du problème de violence par les répondants que de leur sentiment d'efficacité personnelle. Par ailleurs, les analyses effectuées ont contredit l'hypothèse selon laquelle certaines stratégies de changement devraient être appariées à des stades de changement spécifiques. Ainsi, par exemple, plusieurs stratégies expérientielles ont été employées plus fréquemment par les répondants du stade d'action, alors qu'on les associe théoriquement au stade de contemplation. Seule la libération de soi, définie comme la capacité de faire des choix, semble avoir été utilisée par les répondants en conformité avec les principes du modèle.

Finalement, l'étude n'a pas démontré l'utilité du MTC pour prédire l'intégration des répondants à un groupe après les entrevues d'accueil et d'évaluation et, éventuellement, leur persévérance au sein de ce groupe. L'âge, le revenu, le degré de scolarité, le nombre d'enfants, le type de relation avec la partenaire, les problèmes d'alcoolisme et de toxicomanie et les antécédents judiciaires demeurent de meilleurs prédicteurs de leur décision que la vingtaine de variables liées au MTC. Seule l'utilisation de la stratégie de changement appelée prise de conscience avait une valeur prédictive, une augmentation d'un point sur cette échelle étant associée à une réduction de 46% des probabilités d'abandon d'un groupe d'aide.

## **CONCLUSION**

Bien que les écrits scientifiques présentent le MTC comme un modèle robuste, bien appuyé sur des données probantes, l'étude réalisée invite à y jeter un regard critique, du moins pour ce qui est de son application à l'intervention auprès des conjoints aux comportements violents. Les résultats mitigés ne constituent toutefois pas une raison suffisante pour justifier sa mise au rancart. La recherche sur l'application du modèle dans cette problématique étant encore récente, on ne pourra en tirer un bilan fiable que plus tard. D'autres efforts devraient d'ici là être consacrés au raffinement des stratégies employées pour mesurer les principaux concepts du modèle. Il est particulièrement important à cet égard de distinguer les réponses authentiques de celles qui ne le sont pas, notamment en comparant les données auto-administrées à celles obtenues auprès de tiers. Une réflexion autour du concept des stades de changement est aussi à l'ordre du jour. À la lumière des résultats de l'étude, le processus de changement des conjoints aux comportements violents apparaît comme une réalité complexe qu'il est difficile de décrire adéquatement en seulement cinq catégories ou stades. La disposition au changement pourrait être pensée comme un continuum plutôt que comme une série d'étapes distinctes.

*Synthèse rédigée par Normand Brodeur  
et François-Olivier Bernard*