



UNIVERSITÉ DE NANTES



Première vague affective du COVID 19 : Modèles en courbe de croissance et changement de trajectoire affective avec le déconfinement

**Galharret J.-M., Sapin A., Bret A., Boudoukha A.-H., Navarro O., Fleury-
Bahi G., & Congard A.**

Laboratoire de Psychologie des Pays de la Loire (LPPL - EA 4638)


Plan de l'exposé

I. Vécu émotionnel et stratégies de régulation émotionnelle en situation de crise sanitaire et de confinement : analyse temporelle

II. Etude exploratoire et hypothèses : premier confinement en France sur les affects et les stratégies de régulations émotionnelles depuis le début du confinement jusqu'à 1 mois après sa fin

III. Modèles en courbe de croissance et modélisations de changement de trajectoire: calcul des points d'inflexion

IV. Résultats et discussions



Vécu émotionnel et stratégies de régulation émotionnelle en situation de crise sanitaire et de confinement : analyse temporelle

Vécu émotionnel et stratégies de régulation émotionnelle en situation de crise sanitaire et de confinement : analyse temporelle

Entre janvier 2020 et mars 2023 la France, comme la totalité de la planète, a été confrontée à une pandémie liée à la propagation du virus SARS-COV- 2

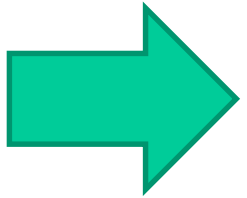
En France:

- Trois confinements de la population
- Adoption des gestes barrières pour limiter la propagation du virus
- Vaccination possible à partir du 27/12/ 2020

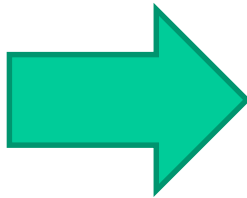




pandémie → impose de s'auto-isoler de manière à limiter la propagation de la maladie en mars 2020 (en novembre 2020)




vécus d'inconforts émotionnels et interpersonnels qui nécessitent des régulations et des ajustements émotionnels et sociaux dans une étude chinoise (Zhang et al. 2020)



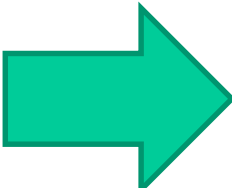
Effet du confinement (Rubin & Wessely, 2020, Greenberger, 2018) en lien avec une diminution des activités sociales des individus = facteur de bien-être (Cooper, Okamura & Gurka, 1992)

La détresse est parfois considérée comme l'une des principales caractéristiques communes des diverses psychopathologies existantes (Caspy et al., 2017; Watson, 2016),

Le confinement comporte un ensemble de facteurs de risque

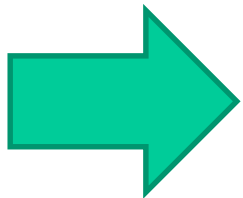


Isolement et repli sur soi
Vécu d'affects négatifs: peur, colère
Difficulté à réguler ses émotions,
Mobilisation de stratégies d'évitement et
de rumination

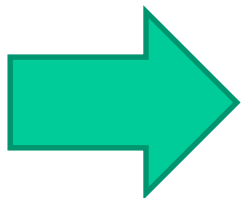


Maintenir des émotions positives (Yamaguchi, Takebayachi, Miyamae, Komazwa, Yokoyama et Ito, 2020) et ... limiter les émotions et les RSE négatives

Effets de la situation de crise sanitaire et du confinement sur le vécu affectif



Etudier les effets de la situation de crise sanitaire et du confinement sur le vécu affectif
en comparant avec des données dans la vie quotidien sans situation particulière
en étudiant l'évolution au fil du confinement et du dé-confinement



Comprendre les différences individuelles dans le ressenti émotionnel au cours du temps et la mise en place de comportements de régulation et leurs effets

Comparaisons de moyennes avec un échantillon contrôle comparable



Article original

Conséquences psychologiques du premier confinement en France : différences individuelles et vécu affectif

Psychological Consequences France's First Lockdowns: Individual differences and affective experience

A. Congard^{a,*}, A. Boudoukha^a, J.-M. Galharret^a, A. Bret^a, A. Sapin^a, O. Navarro^b, G. Fleury-Bahi^a

^a Laboratoire de psychologie des Pays de la Loire, LPP, UR 4638, Nantes université, université d'Angers, 44000 Nantes, France

^b EA 7352, laboratoire CHROME, université Nîmes, rue du Dr G. Salan, 30021 Nîmes cedex 01, France

Vécu émotionnel est globalement moins bon dans l'échantillon en confinement par rapport à l'échantillon de référence.

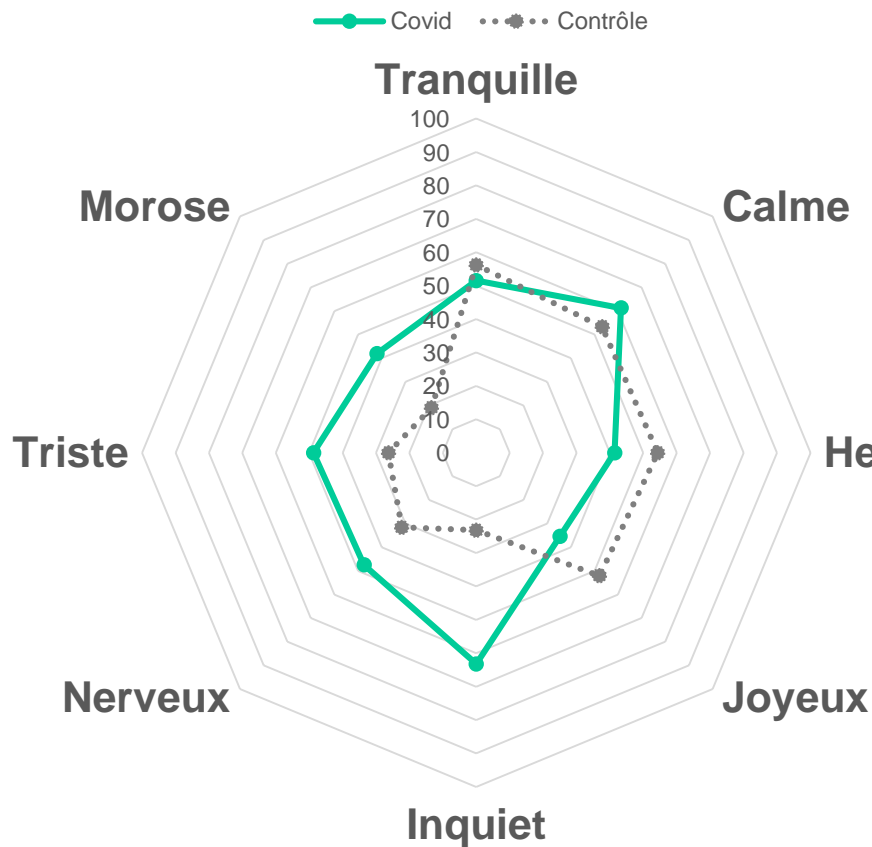
Congard, A., Boudoukha, A., Galharret, J.-M., Bret, A., Sapin, A., Navarro, O & Fleury-Bahi, G. (2022).
Conséquences psychologiques du premier confinement en France : Différences individuelles et vécu affectif.

Psychologie Française

Véçu affectif

Moyennes sont significativement différentes

Comparaison du vécu émotionnel



	G	N	Mean	SD	statistic	df	p	% évolution	Cohen' s d
Tranquille	1	580	51.5	28.6	-1.92	746	0.055	-4.67	-0.168
	2	168	56.2	24.8					
Calme	1	580	61.3	26.3	5.04	1150	<.001	8.02	0.297
	2	572	53.3	27.7					
Heureux	1	580	41.4	25.8	-8.02	1042	<.001	-12.91	-0.500
	2	464	54.3	25.9					
Joyeux	1	580	35.4	24.8	-11.07	1150	<.001	-16.72	-0.652
	2	572	52.1	26.5					
Inquiét	1	580	63.2	26.8	20.58	854	<.001	39.99	1.505
	2	276	23.2	26.0					
Nerveux	1	580	47.5	28.9	9.52	1150	<.001	15.88	0.561
	2	572	31.6	27.7					
Triste	1	580	48.7	30.0	10.57	854	<.001	22.38	0.773
	2	276	26.3	26.7					
Morose	1	580	42.0	31.4	13.30	1042	<.001	22.99	0.828
	2	464	19.0	22.4					

Augmentation émotions négatives: taille de l'effet plus importantes sup à .55

Inquiétude +40%, morosité +23%
 Réduction des affects positifs avec fort niveau d'activation: joyeux -17%, heureux -13%

Éléments biographiques et vécu affectif

Logements très exigus en dessous de 12 M² => qui souffrent + émotionnellement

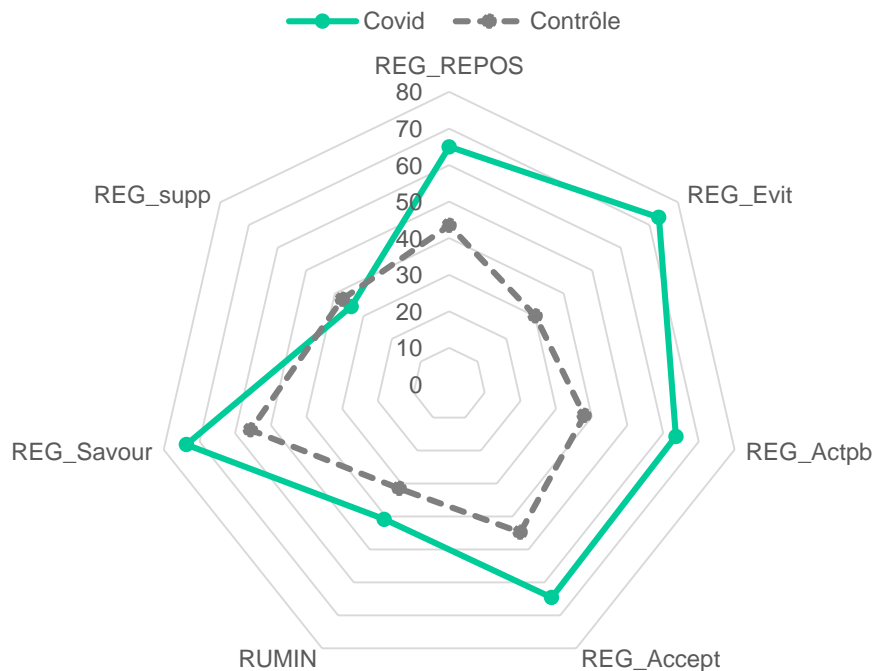
Expression de la colère et de la nervosité est prédite par le **nombre de personnes au m²**

Risque: Le fait d'avoir été confronté de près à la maladie ou de percevoir un fort risque d'avoir le COVID => émotionnel plus négatif

Régulation Emotionnelle

Vécu plus négatif => tendance à utiliser globalement plus de stratégies de RE (fonctionnelle ou pas)
 Il s'agit de toutes les stratégies que l'on met en place quand nous nous sentons débordés par nos émotions

Comparaison dans les stratégies de régulation émotionnelle



	Group	N	Mean	Median	SD	df	p	% évolution	Cohen's d
REG_REPOS	1	580	65.0	70.0	23.7	982	< .001	21.48	0.803
	2	404	43.5	45.0	30.6				
REG_Evit	1	580	73.3	82.0	28.1	874	< .001	43.23	1.498
	2	296	30.1	15.5	30.3				
REG_Actpb	1	580	63.6	70.0	26.3	874	< .001	25.77	0.917
	2	296	37.9	30.5	31.2				
REG_Accept	1	580	64.6	70.0	26.9	982	< .001	19.79	0.710
	2	404	44.8	48.5	29.1				
RUMIN	1	580	40.9	38.0	30.8	982	< .001	9.39	0.308
	2	404	31.5	20.0	29.9				
REG_Savour	1	580	73.7	79.0	22.3	982	< .001	18.04	0.713
	2	404	55.7	60.0	29.1				
REG_supp	1	580	34.2	28.0	28.4	874	0.131	-3.26	-0.108
	2	296	37.4	20.0	33.6				

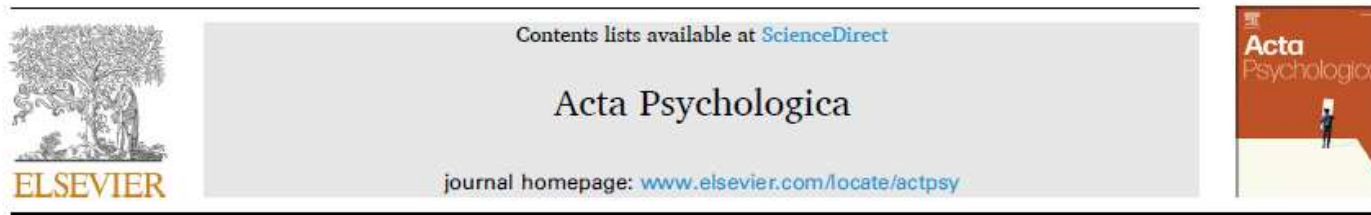
Stratégie d'évitement situationnel: + 43%

Savouring (savourer les bonnes choses du quotidien) : +18% et réévaluation positive: +21%
 => protectrice d'un vécu affectif négatif.

Acceptation : + 17,83%, résolution de PB: 26%

L'expression et la rumination d'affects négatifs :
 + 9%

Efficacité de ces stratégies de RE sur les affects



How regulation strategies protected or worsened emotional experience during France's three lockdowns: Prepandemic versus pandemic comparisons and longitudinal approach

Anne Congard^{a,*}, Jean-Michel Galharret^b, Arnaud Sapin^a, Amélie Bret^a, Ghazlane Fleury-Bahi^a, Ambre Khocha^a, Oscar Navarro^{c,b}, Abdel Boudoukha^a

^a Nantes Université, Univ Angers, Laboratoire de psychologie des Pays de la Loire, LPPL, UR 4638, F-44000 Nantes, France

^b Nantes Université, CNRS, Laboratoire de Mathématiques Jean Leray, LMJL, Nantes, France

^c CHROME Laboratory, Nîmes University, Nîmes, France

ARTICLE INFO

Keywords:
Affect

ABSTRACT

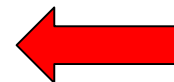
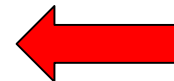
The COVID-19 pandemic remains hugely challenging, but its impact on emotional experience, especially over time, has often been neglected. The French Government imposed three COVID lockdowns with varying degrees

Congard, A., Galharret, J.-M., Sapin, A., Bret, A., Fleury-Bahi, G., Khocha, A., Navarro, O., & Boudoukha, A. (2023). How regulation strategies protected or worsened emotional experience during France's three lockdowns : Prepandemic versus pandemic comparisons and longitudinal approach. *Acta Psychologica*, 234, 103857. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.103857>

Efficacité de ces stratégies de RE sur les affects

Regressions	PA		NA	
	β	p	β	p
Predictor				
Sex (male)	4.17	.067	-5.30	.041
Problem-focused	.06	.051	-.06	.061
Action planning	-.03	.334	.00	.956
Proactive behaviour	.06	.051	-.05	.175
Positive reappraisal	.08	.006	.01	.793
Acceptance	.02	.502	-.02	.580
Savouring	.14	>.001	-.19	>.001
Negative emotion expression	-.13	>.001	.23	>.001
Avoidance	-.03	.141	.07	.006
Rumination	-.08	.001	.17	>.001
Suppression	-.06	.038	.14	.000
Distraction	.04	.160	.02	.499

Expression des émotions négatives et rumination semblent favoriser les affects négatifs et réduire les affects positifs



Efficacité de ces stratégies de RE sur les affects

Regressions	PA		NA	
	β	p	β	p
Predictor				
Sex (male)	4.17	.067	-5.30	.041
Problem-focused	.06	.051	-.06	.061
Action planning	-.03	.334	.00	.956
Proactive behaviour	.06	.051	-.05	.175
Positive reappraisal	.08	.006	.01	.793
Acceptance	.02	.502	-.02	.580
Savouring	.14	>.001	-.19	>.001
Negative emotion expression	-.13	>.001	.23	>.001
Avoidance	-.03	.141	.07	.006
Rumination	-.08	.001	.17	>.001
Suppression	-.06	.038	.14	.000
Distraction	.04	.160	.02	.499

La réévaluation et le « savouring » protègent et améliorent le vécu émotionnel positif et réduit le vécu émotionnel négatif

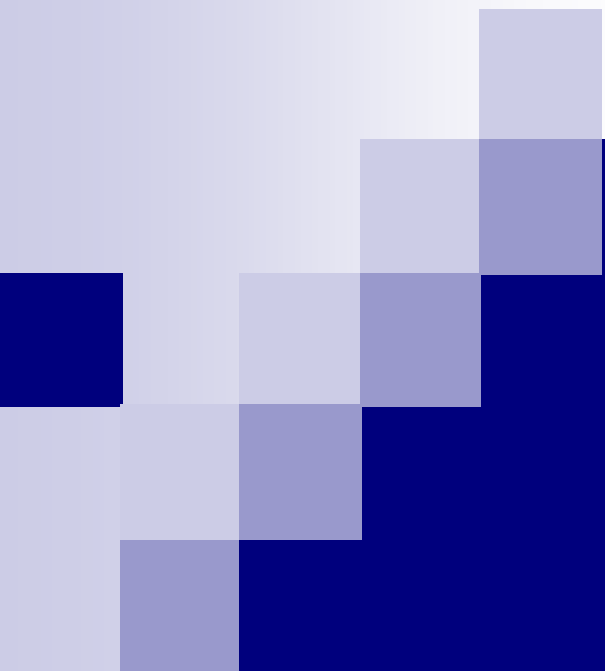


Efficacité de ces stratégies de RE sur les affects

Regressions	PA		NA	
	β	p	β	p
Predictor				
Sex (male)	4.17	.067	-5.30	.041
Problem-focused	.06	.051	-.06	.061
Action planning	-.03	.334	.00	.956
Proactive behaviour	.06	.051	-.05	.175
Positive reappraisal	.08	.006	.01	.793
Acceptance	.02	.502	-.02	.580
Savouring	.14	>.001	-.19	>.001
Negative emotion expression	-.13	>.001	.23	>.001
Avoidance	-.03	.141	.07	.006
Rumination	-.08	.001	.17	>.001
Suppression	-.06	.038	.14	.000
Distraction	.04	.160	.02	.499

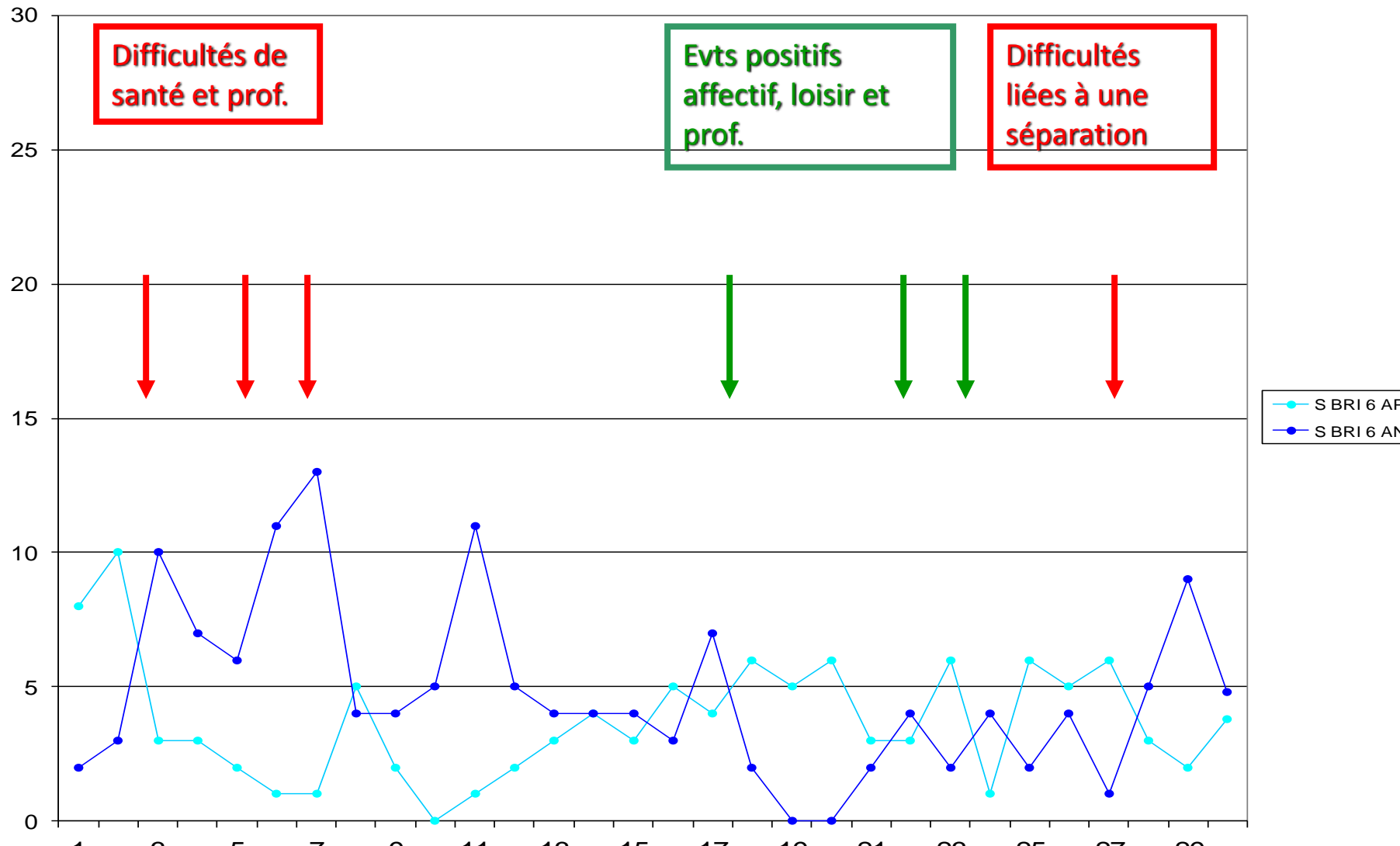
La suppression émotionnelle favorise les émotions positives mais augmente les affects négatifs



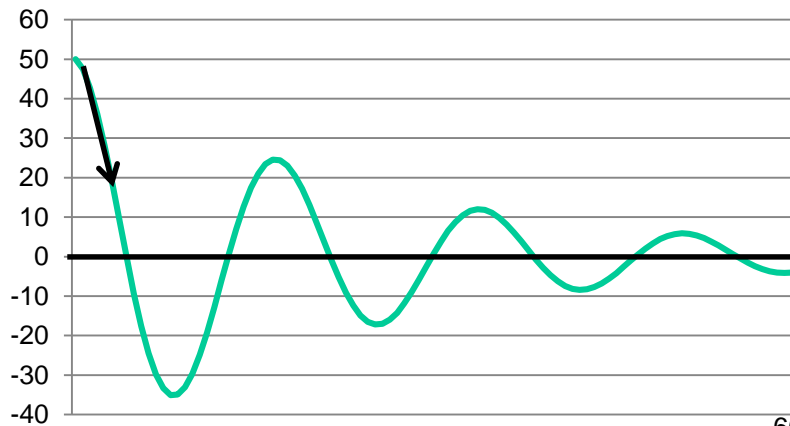


Etude exploratoire et hypothèses : du premier confinement en France sur les affects et les stratégies de régulation émotionnelle depuis le début du confinement jusqu'à 1 mois après sa fin

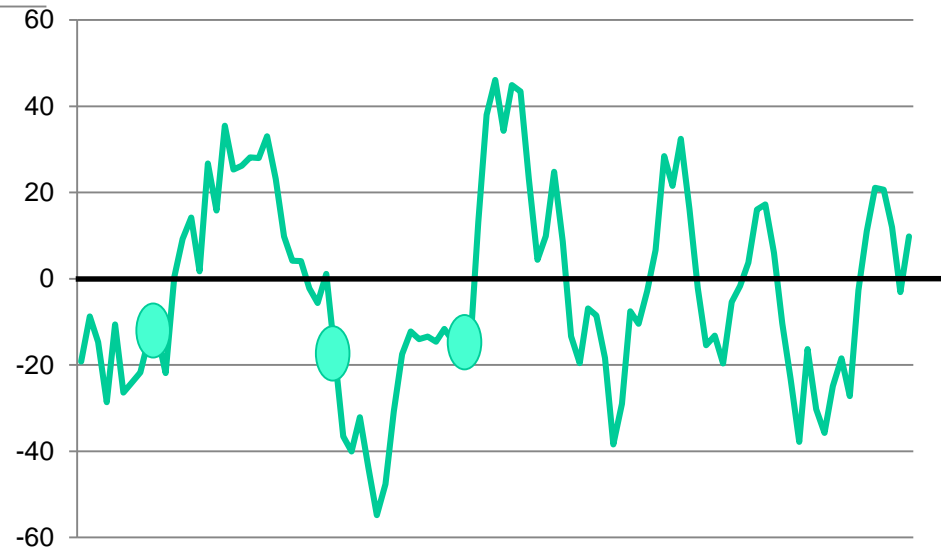
Etats: Différences inter- et intra-individuelles dans les fluctuations émotionnelles sur 30 jours

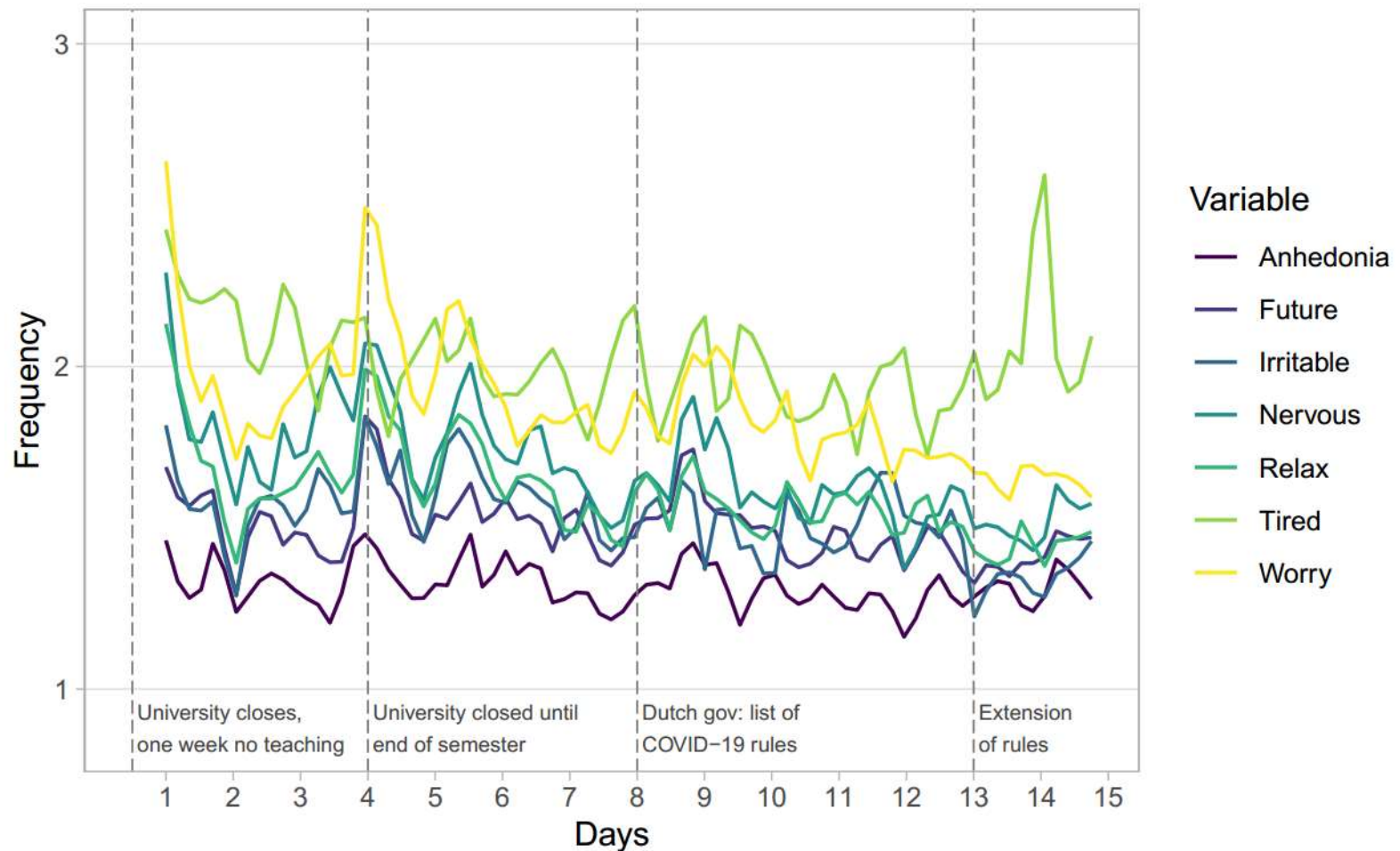


Dynamique des régulations émotionnelles



Comprendre les changements de trajectoire affective : calcul des points d'inflexion





Fried, E. I., Papanikolaou, F., & Epskamp, S. (2022). Mental health and social contact during the COVID-19 pandemic: An ecological momentary assessment study. *Clinical Psychological Science*, 10(2), 340-354.

Procédure

ESM (Experience Sampling Method)

Temps 1



Affects
Stratégies de régulation émotionnelle
Stress post-traumatique
Événements traumatogènes
Stress, Qualité de vie et santé
Perception des comportements sociaux généraux durant le reconfinement
Perception du Risque
confiance dans les institutions

T2 à T11



Affects
Stratégies de régulation émotionnelle
Stress, Qualité de vie et santé
Perception des comportements sociaux généraux durant le reconfinement
Perception du Risque
confiance dans les institutions

Temps 12



Affects
Stratégies de régulation émotionnelle
stress post-traumatique
événements traumatogènes
Stress, Qualité de vie et santé
Perception des comportements sociaux généraux durant le reconfinement
Perception du Risque
confiance dans les institutions

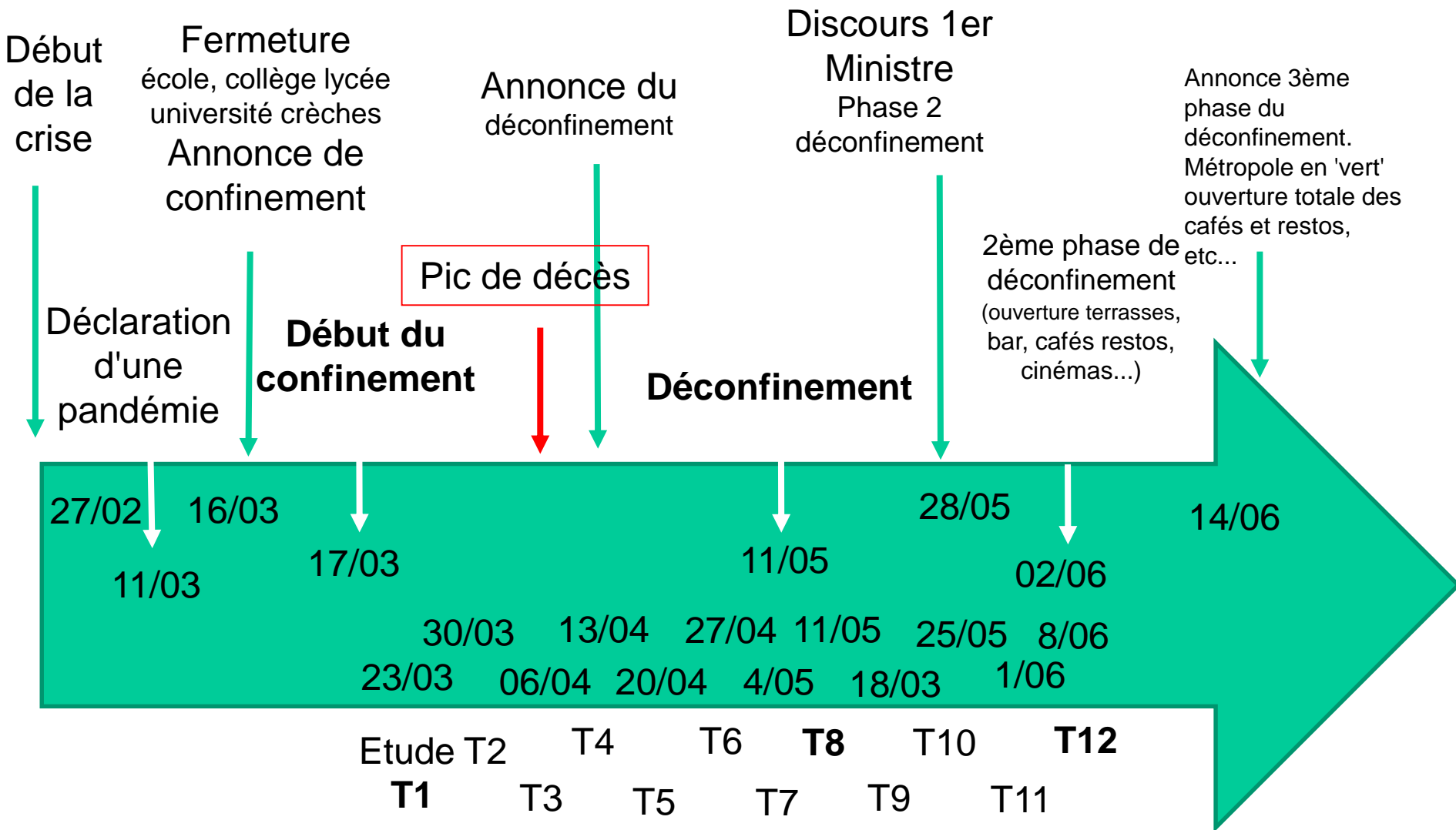
6 jours après le premier confinement

Chaque semaine

3 semaines après la phase 1 du déconfinement

Etude réalisée du 23 mars au 8 juin 2020

Chronologie de la crise et recueil de données



Année 2020

Trois jeux de données explorés

Répartition géographique de l'échantillon



Echantillon1: Temps 1:

3717 personnes dont 2389 exploitables (âge moy 33,34 ans de 18 à 85 ans, 1402 F et 948 H – 39 NR)

Temps 1 à Temps 12 (longitudinal)

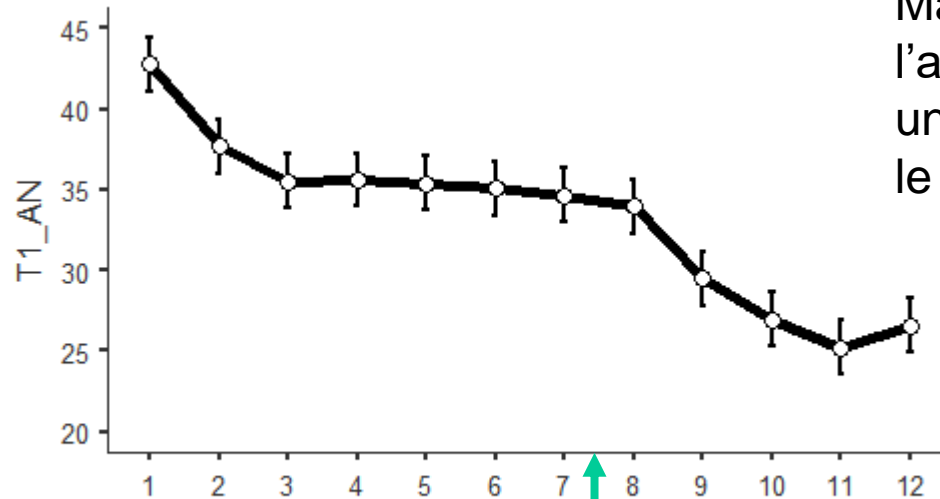
185 (âge moy 35 ans de 18 à 85 ans, 109 F et 73 H – 3 NR) 187 personnes (108 femmes et 71 hommes ; âge moyen = 35 ans, SD = 13,2) ont enregistré leurs affects une fois par semaine pendant 12 semaines à partir de la première semaine du 1er confinement.

Echantillon sur les 3 confinements (longitudinal) et données antérieures (appariées):

164 participants (Mage = 37.60 years, SD = 12.50)

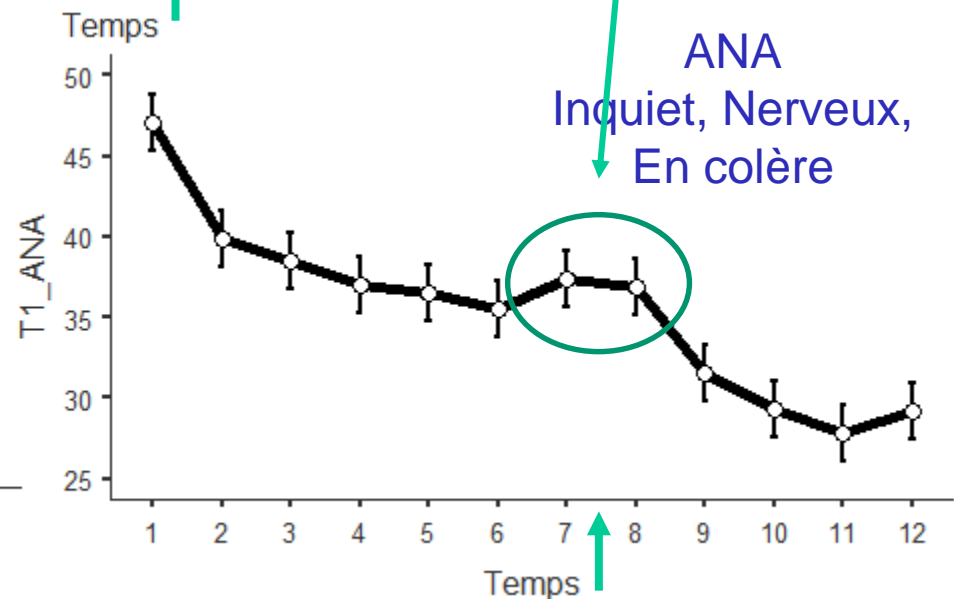
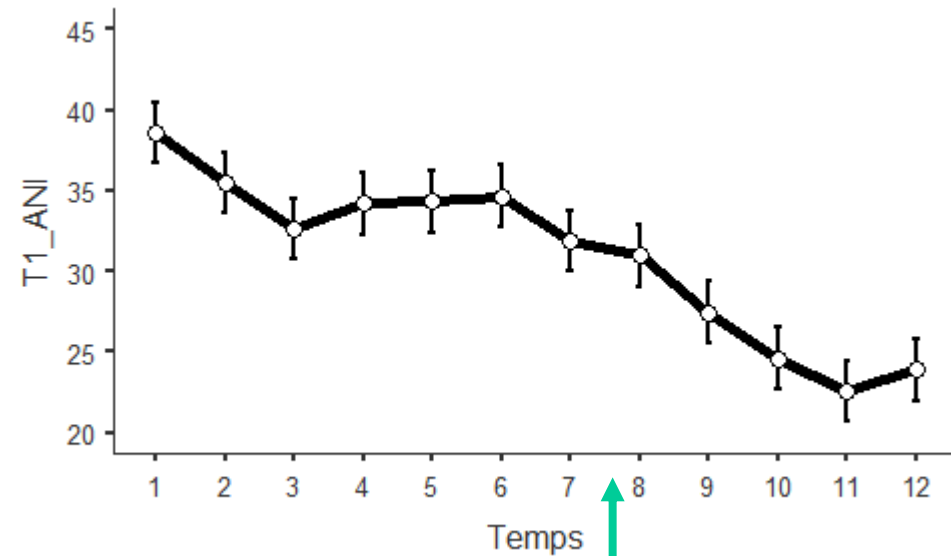
Temps 1 à Temps 12 (longitudinal): Affects négatifs au cours du temps

Déconfinement



Maintien de l'affectivité négative une semaine après le confinement

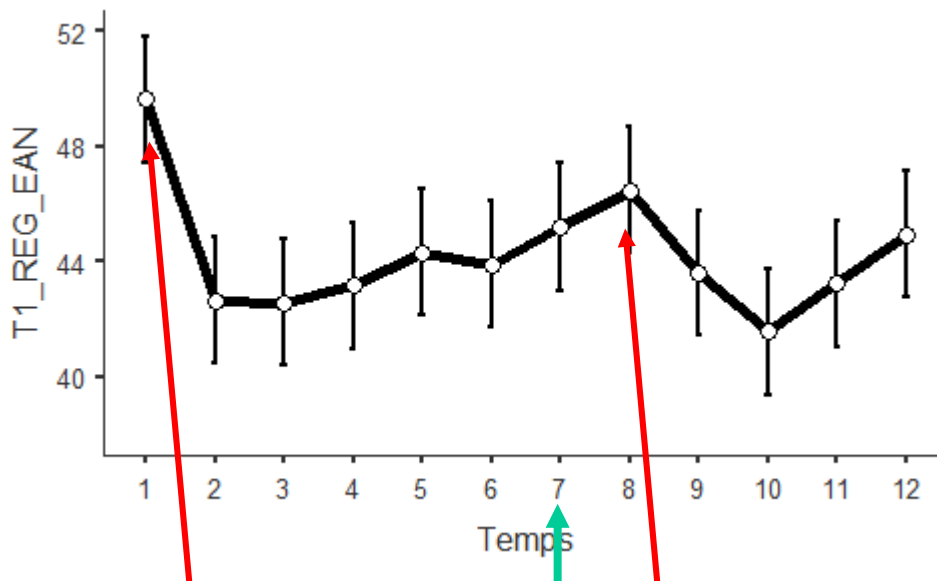
ANI
Morose, Triste



Stratégies de régulation émotionnelle

Expression et persistance des émotions négatives et rumination

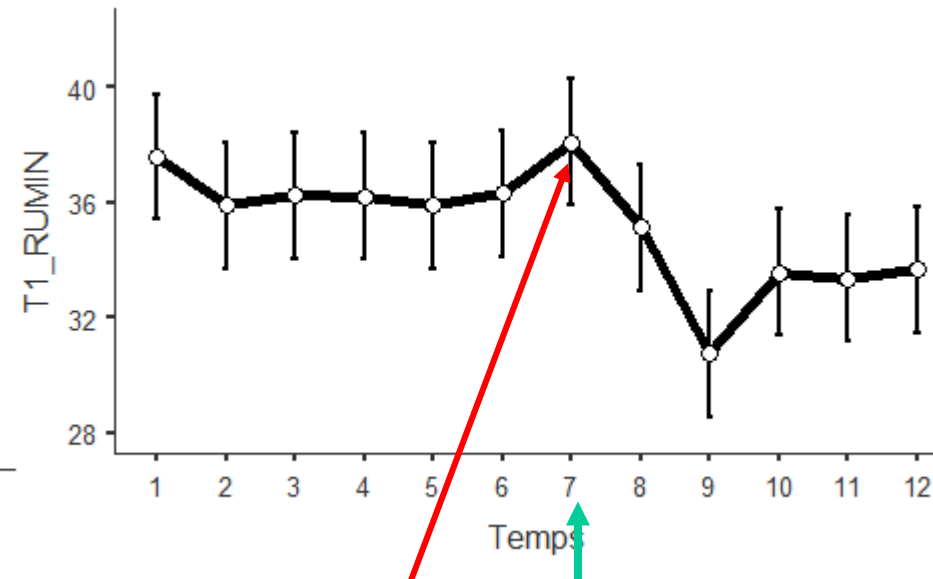
Expression des émotions négatives



Beaucoup d'expression
d'émotions négatives
au départ

Beaucoup d'expression
d'émotions négatives la
semaine du déconfinement

Rumination



Beaucoup de rumination
juste avant le
déconfinement

Hypothèses sur les résultats

Quatre phases distinctes :

1) Première semaine du confinement: Phase de choc

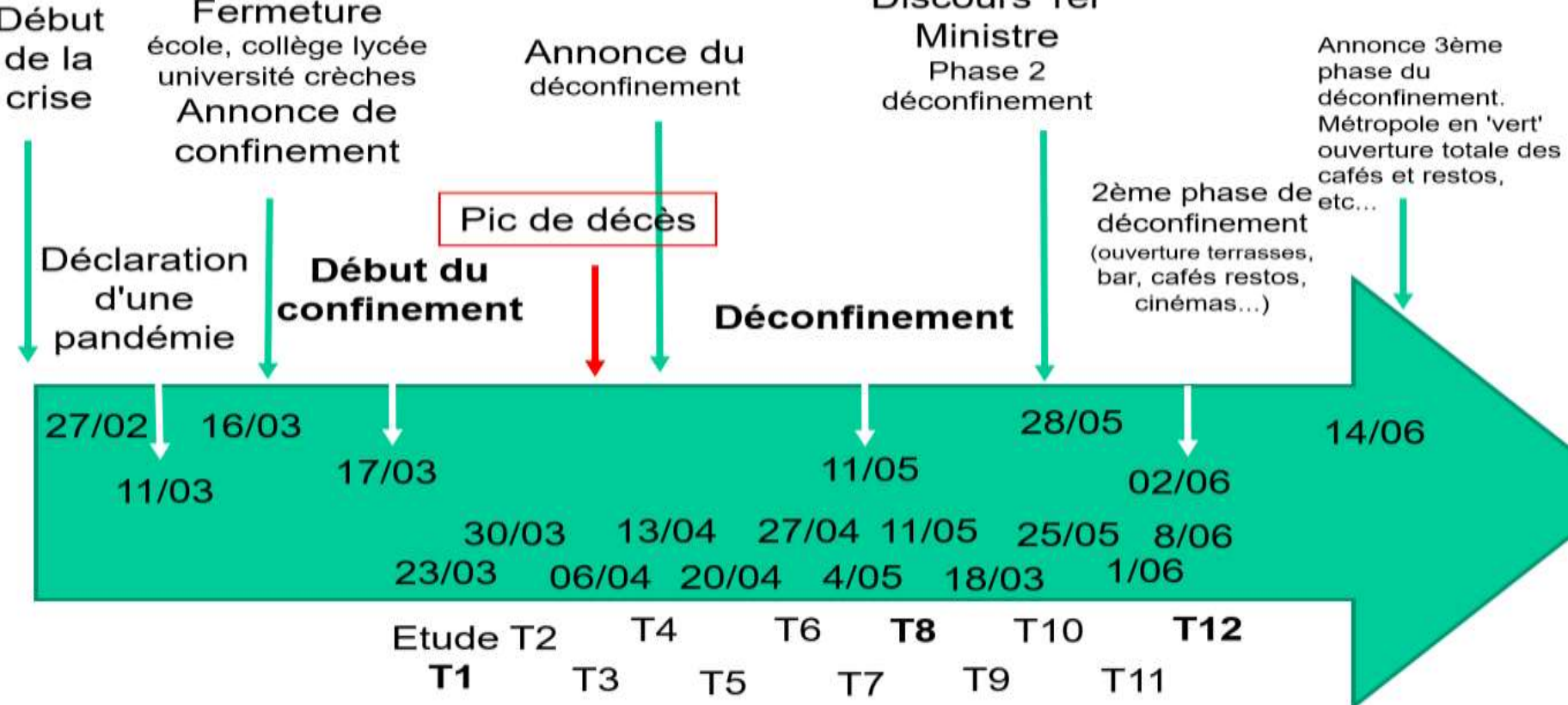
Affects négatifs assez élevés + utilisation importante de stratégies

2) Troisième semaine du confinement: Phase de régulation

Utilisation importante de stratégies qui permet l'adaptation au cours des 8 dernières semaines de confinement : régulation des affects négatifs et augmentation des positifs + moindre utilisation de stratégies

3) Semaine de l'annonce de la fin du confinement et la semaine du déconfinement : Affects turbulents

4) 2 semaines après le déconfinement: Amélioration des perceptions et moindre recours aux stratégies



Année 2020



Phase de choc

Affects négatifs assez élevés + utilisation importante de stratégies

Phase de régulation

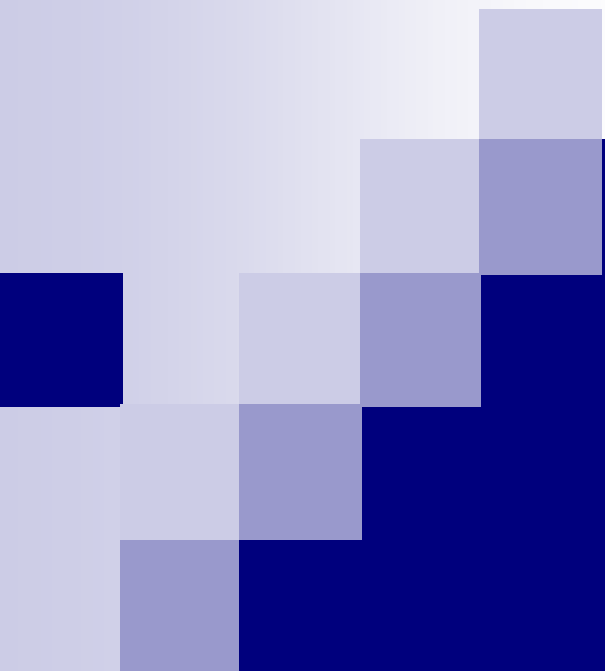
Utilisation importante de stratégies : Régulation des affects négatifs et augmentation des positifs

Affects turbulents

à l'annonce de la fin du confinement et semaine du déconfinement

Retour à une phase d'équilibre

« équilibre » : Amélioration des perceptions et moindre recours aux stratégies



Modèles en courbe de croissance et modélisations de changement de trajectoire: calcul des points d'inflexion

<https://galharret.github.io/MODEVAIIA/P1.html>



Résultats et discussion

Structure de la MAVA

Affects Négatifs

Fort Niveau
d'Activation
Enervement, Colère,
Nervosité

Faible Niveau
d'Activation:
Lassitude, Morosité,
Tristesse

Affects Positifs

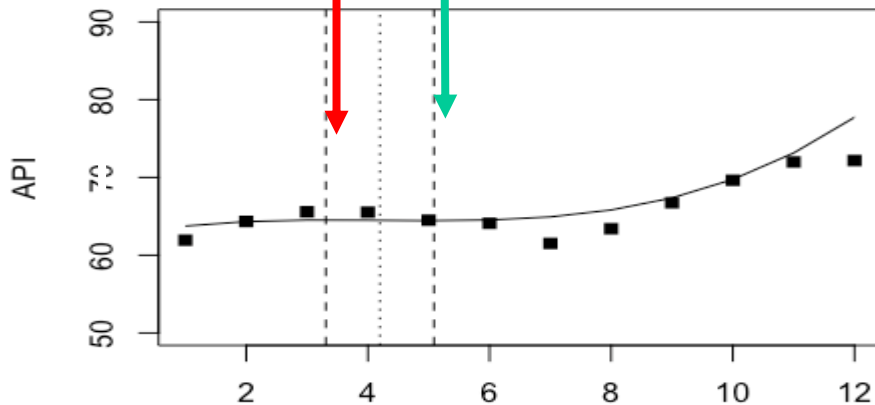
Fort Niveau
d'Activation:
Joie, Excitation, gaité

Faible Niveau
d'Activation:
Calme, Equilibre,
Tranquillité

Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexions pour les affects positifs

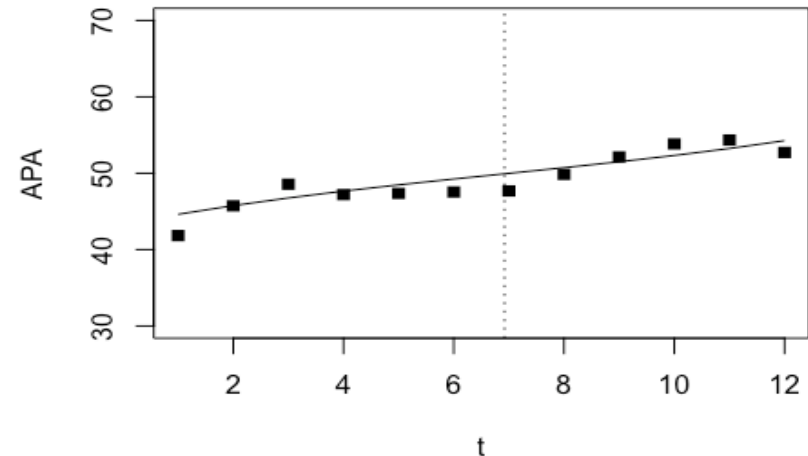
Annnonce du
déconfinement

Pic de
décès



API: Affects positifs à faible
Niveau d'Activation: Calme,
Equilibre, Tranquillité

Déconfinement

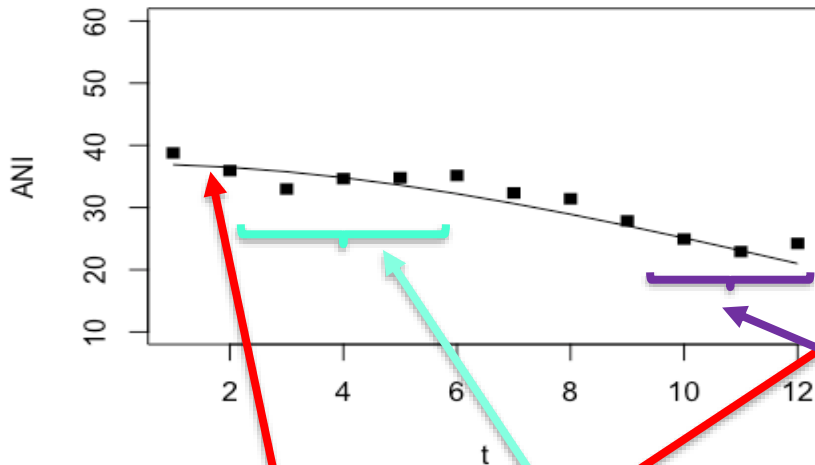


APA: Affects positifs à Fort
Niveau d'Activation:
Joie, Excitation, gaité

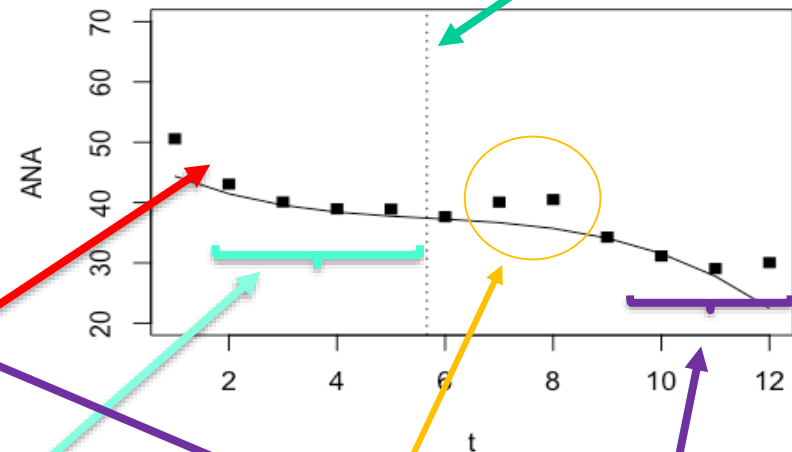
Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour les affects négatifs

Annonce du déconfinement

Affects Négatifs à faible Niveau d'Activation:
Lassitude, Morosité, Tristesse



Affects négatifs à fort niveau d'Activation:
Enervement, Colère, Nervosité



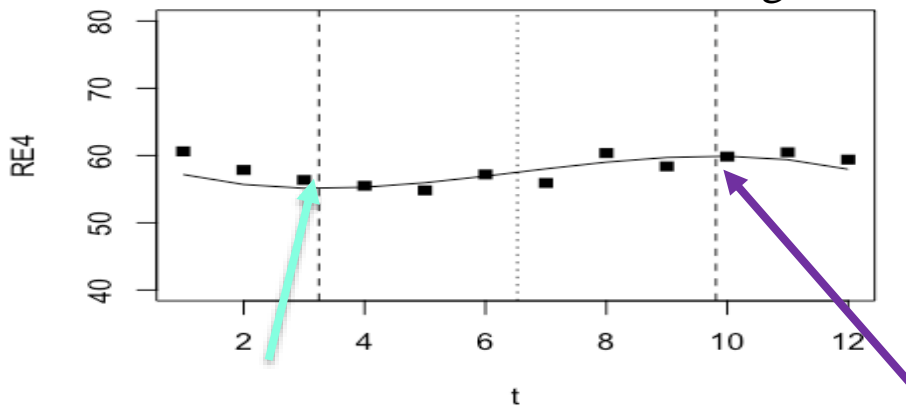
Phase de choc Affects négatifs assez élevés
Phase de régulation régulation des affects négatifs

Affects turbulents

Retour à une phase d'« équilibre »

Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour les stratégies dites « adaptatives »

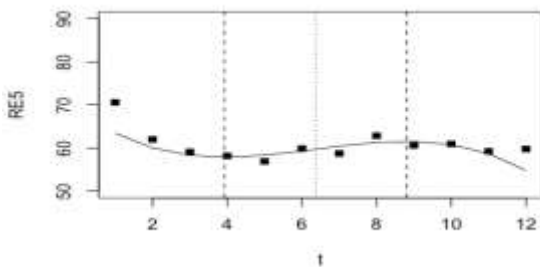
R4 Problem-focused stratégie



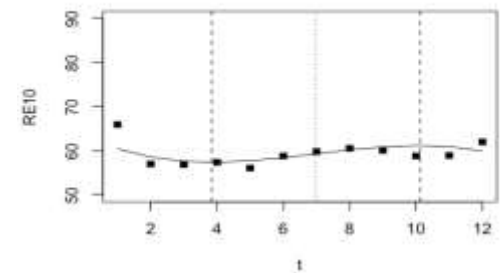
Phase de régulation
régulation des
affects négatifs

Retour à une phase d'
« équilibre »: deux semaines
après de déconfinement !

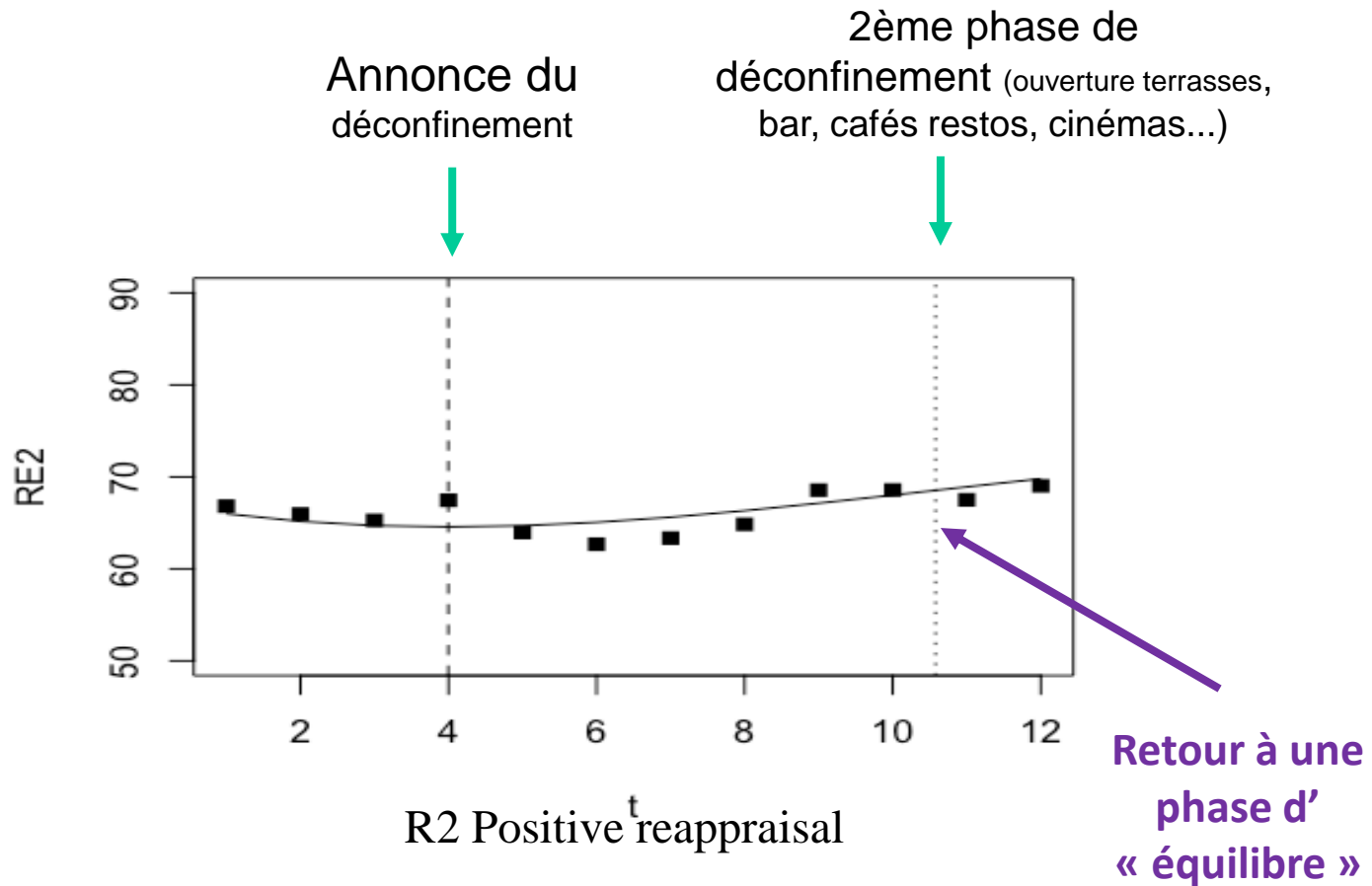
R5 Action planning



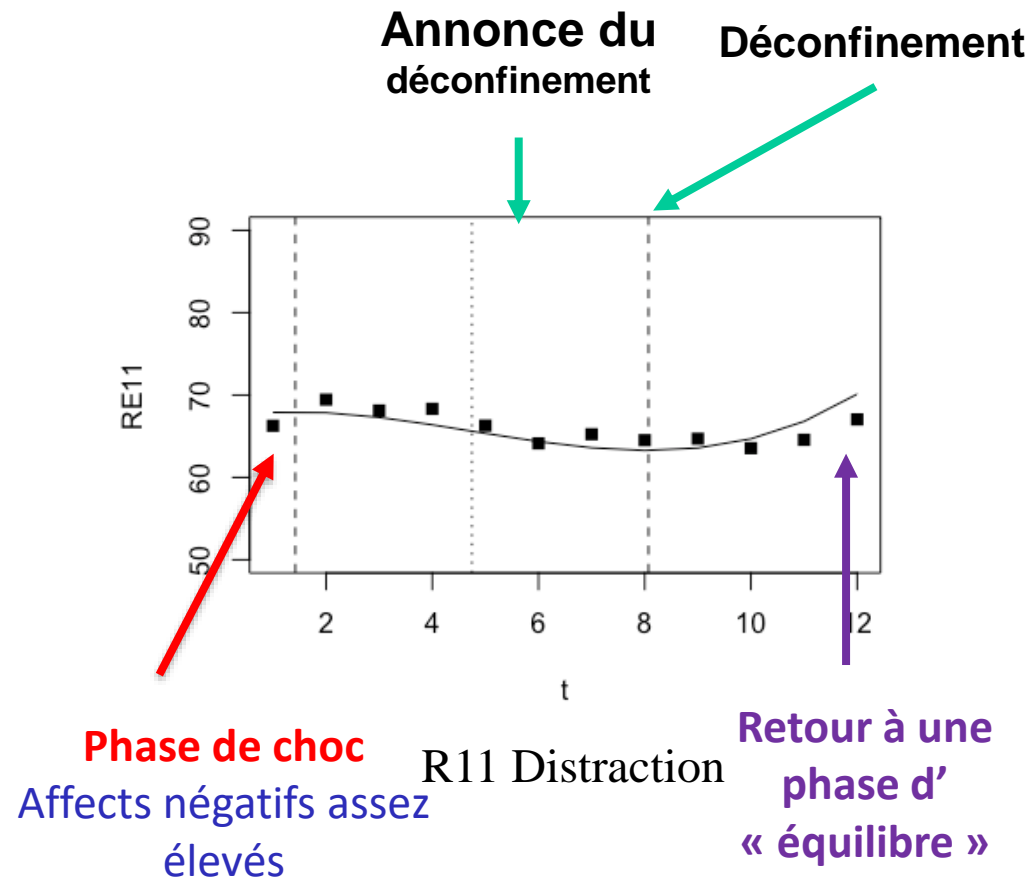
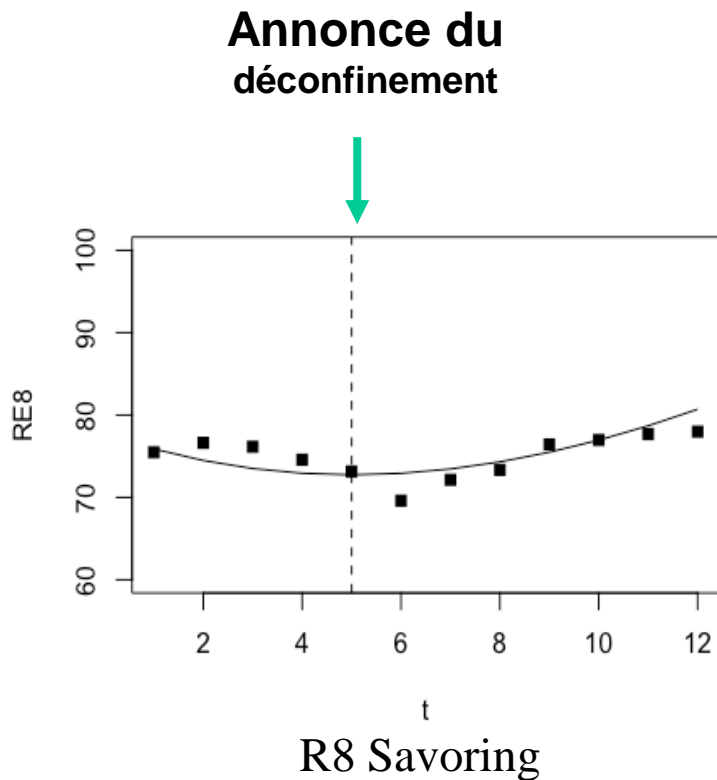
R10 Anticipation of problems



Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour la réévaluation positive



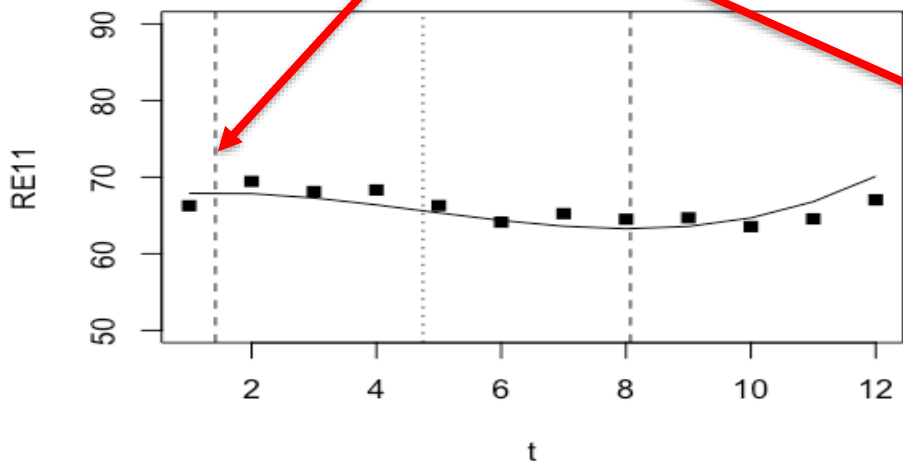
Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour le fait de savourer et de se distraire



Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour les stratégies dites « mal-adaptatives »

Phase de choc

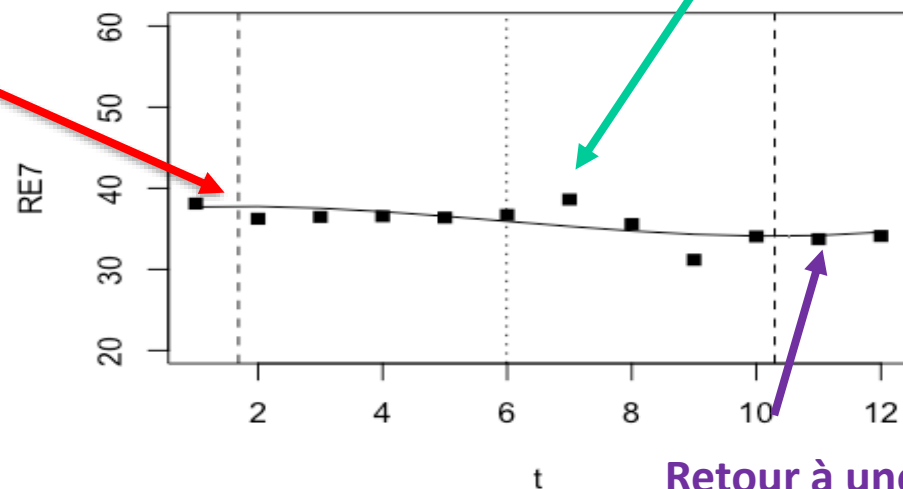
Affects négatifs assez élevés



R1 Negative emotional expression

Annnonce du déconfinement

Déconfinement

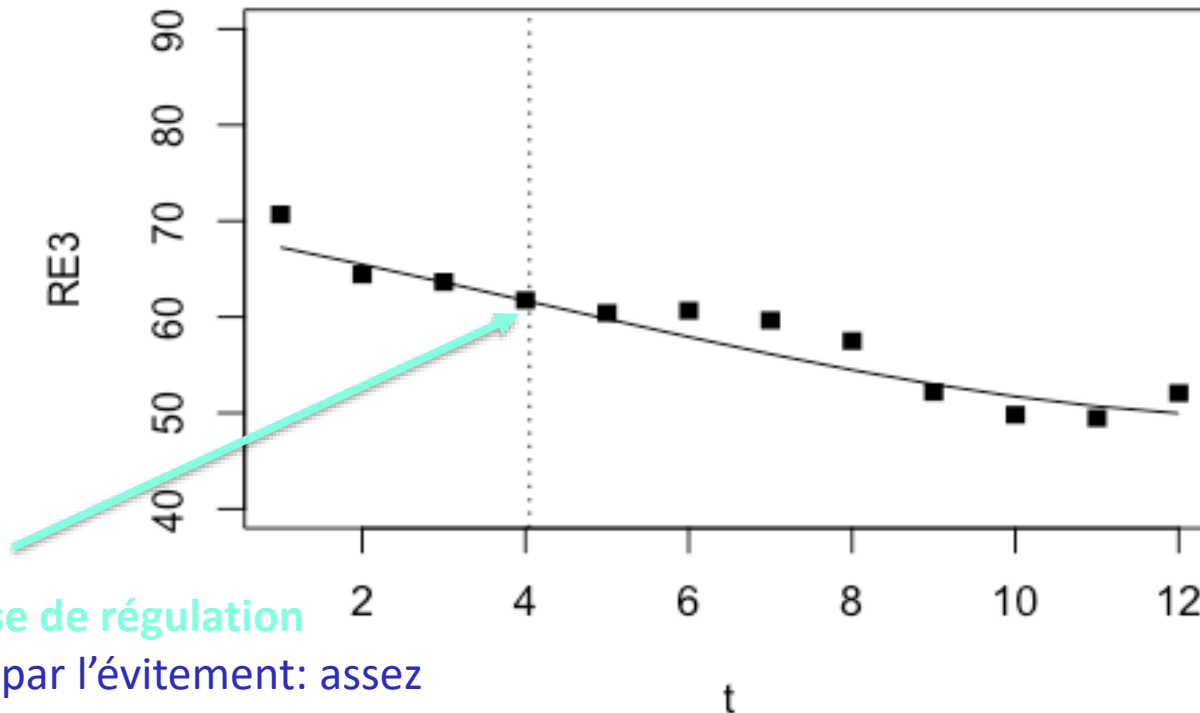


R7 Rumination

Retour à une phase d'« équilibre »

Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour les stratégies d'évitement

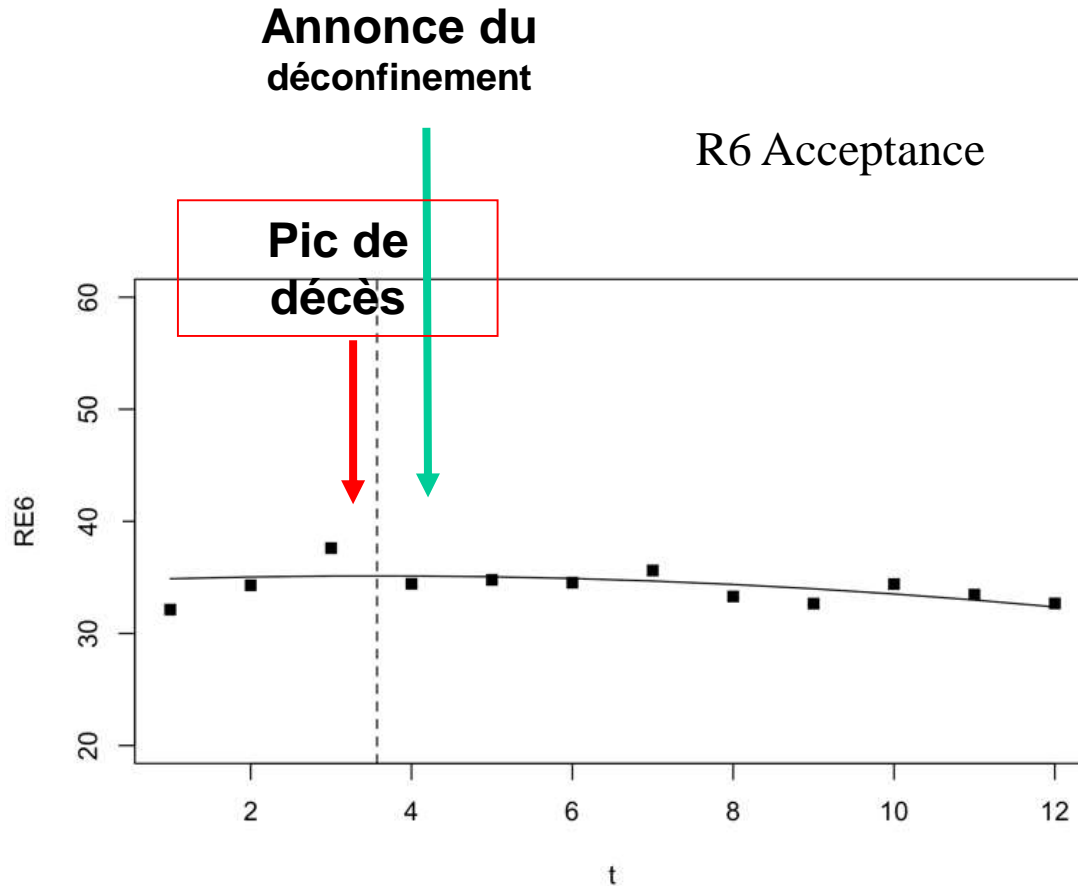
R3 Avoidance



Phase de régulation

régulation par l'évitement: assez
rare et habituellement peu
fonctionnel

Comprendre les changements de trajectoire affective : points d'inflexion pour la stratégie d'acceptation



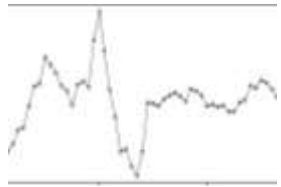
Perspectives

Analyser les points d'inflexion en fonction des caractéristiques individuelles ou du vécu de départ

=> Identifier différents types de trajectoires affectives

Étudier la cinétique pour d'autres situations de la vie quotidienne pour mieux comprendre l'arrivée d'affects négatives trop problématiques

Élargir l'analyse des EMA à d'autres caractéristiques que les affects OU la RE comme les pensées automatiques positives ou négatives ou l'auto-compassion



Merci de votre attention !