

LA GESTION DE LA HONTE EN LIEN AVEC LES PROFILS DE PERFECTIONNISME

Olivia Daigneault, Jean-Philippe Béliveau et Frédéric Langlois

Université du Québec à Trois-Rivières

Le modèle théorique 2 x 2 de Gaudreau et Thompson (2010) propose quatre (4) groupes de perfectionnistes (p.ex : non-perfectionnistes, préoccupations pures, standard personnel pur, profils mixtes). Ces groupes se différencient dans leur capacité à gérer des émotions comme la honte. Cette étude a été menée auprès de 216 femmes et 98 hommes de la population générale âgées de 19 à 71 ans ($M = 28,78$, $É-T = 10,72$). L'objectif était de vérifier si ces groupes ont des réactions différentes suite à la lecture de scénarios d'expériences honteuses. Ils ont complété le QP-R, le *Questionnaire des motivations et des comportements en réaction à la honte* et le TOSCA-3. Les résultats supportent le modèle 2x2. Les participants des groupes ayant des préoccupations perfectionnistes voulaient adopter davantage de comportements d'évitement pour protéger l'estime de soi tandis que les comportements d'approche et de réparation sont associés à la recherche de haut standard. D'un point de vue clinique, l'étude ouvre des pistes de réflexion sur le type d'intervention à utiliser dans le traitement du perfectionnisme.

See end of text for English abstract

Mots-clés : perfectionnisme, préoccupations perfectionnistes, recherche de hauts standards comportements, honte, approche, évitement, réparation, protection, motivation

Correspondance : olivia.daigneault.psy@gmail.com
693, Marcelle-Ferron, Saint-Lin-Laurentides, J5M 0B2; Téléphone :
819-668-9464

Contexte théorique

La tendance à présenter des traits perfectionnistes a augmenté au cours des dernières années. Une récente méta-analyse a démontré qu'au cours des trois dernières décennies, les étudiants du Canada, des États-Unis et du Royaume-Uni s'auto-imposeraient davantage de standards de performance et à leur entourage (Curran et Hill, 2017). Ces derniers auraient aussi l'impression que la société leur en impose davantage. La même étude a aussi également observé une augmentation des taux de dépression, d'anxiété et de suicide au cours de la dernière décennie (Curran et Hill, 2017).

Le perfectionnisme peut se caractériser à travers des distorsions cognitives telles que des ruminations concernant la peur d'échouer, la fixation d'objectifs impossibles à atteindre et un besoin excessif de l'approbation des autres (Bergman, Nylan et Burns, 2007). La littérature contemporaine suggère que le perfectionnisme est compris à travers deux grandes dimensions, soit la recherche de standards élevés et les préoccupations pour les erreurs (Gaudreau et Thompson, 2010 ; Stoeber et Otto, 2006). La recherche de hauts standards signifie que l'individu est en quête d'accomplissement et qu'il se fixe des objectifs élevés. Les préoccupations pour les erreurs se traduisent par une auto-évaluation critique de soi-même et une peur de faire des erreurs. La première dimension serait associée, entre autres, à des affects positifs comme l'énergie et l'enthousiasme (Frost, Heimberg, Holt, Mattia et Neubauer, 1993) à moins de détresse (DiBartolo, Li et Frost, 2008), à une meilleure efficacité, à la réussite et à la motivation académique. Les préoccupations sont associées à la dépression et aux affect négatifs comme la peur, la culpabilité et la honte (Frost *et al.*, 1993) et à plus de symptômes psychopathologiques comme l'anxiété et la dépression (DiBartolo *et al.*, 2008).

Gaudreau et Thompson (2010) proposent une conceptualisation du perfectionnisme selon un modèle 2 x 2 par le croisement des deux dimensions, soit la recherche de standards élevés et la préoccupation pour les erreurs.

Cette conceptualisation permet de créer quatre groupes de perfectionnistes ; le groupe standards personnels purs (faibles préoccupations et recherche de hauts standards élevée), le groupe des profils mixtes (préoccupations élevées et recherche de hauts standards élevée), le groupe des préoccupations pures (préoccupations élevées et faible recherche de hauts standards) et le groupe des non-perfectionnistes (faibles préoccupations et faible recherche de hauts standards). Le groupe des standards personnels purs correspondrait à un perfectionnisme davantage sain. Les profils mixtes et préoccupations pures eux correspondraient à des formes de perfectionnisme malsain. Le groupe des préoccupations pures aurait une faible tendance à la fixation de hauts standards, mais présente tout de même des préoccupations perfectionnistes. Ce type de perfectionnisme serait avant tout caractérisé par une recherche de perfection uniquement motivée par une pression sociale. Ce groupe présenterait plus d'impacts négatifs du perfectionnisme comparativement aux trois autres groupes (Gaudreau et Thompson, 2010).

Des études ont permis d'appuyer le modèle de Gaudreau et Thompson et la différence significative entre ces groupes au niveau de certaines variables comme la personnalité, le niveau de détresse psychologique et les accomplissements académiques (Cox, Enns et Clara, 2002; Douilliez et Lefèvre, 2011; Gaudreau et Verner-Filion 2012; Hill, 2013). Dans la recherche des variables qui permettent de mieux expliquer les différences entre les groupes de perfectionnistes, on note un intérêt grandissant envers les émotions. Une étude menée auprès d'adolescents a démontré que le groupe des standards personnels purs (perfectionnisme sain) est le groupe le plus associés à des affects positifs, suivis du groupe des profils mixtes, des non-perfectionnistes et, finalement, des préoccupations pures. Les analyses ont aussi démontré que les groupes des préoccupations pures et des profils mixtes sont davantage associés à des affects négatifs, comparativement aux groupes des standards personnels purs et des non-perfectionnistes. Le groupe des préoccupations pures et le groupe des profils mixtes présentaient quant à eux des taux similaires d'affects négatifs (Damian, Stoeber, Negru et Baban, 2014).

Considérant que les perfectionnistes présentent une forte tendance à s'auto évaluer en regard aux standards qu'ils s'imposent, la littérature démontre un intérêt pour les émotions auto-conscientes comme la honte, la culpabilité et la fierté (Hewitt et Flett, 1991; Langhinrichsen-Rohling, Saito et Klibert, 2005; Lutwak et Ferrari, 1996; Stoeber, Harris et Moon, 2007; Stoeber, Kempe et Keogh, 2008; Tangney, 2002). Les émotions auto-conscientes diffèrent des émotions primaires comme la peur, la tristesse car elles requièrent une conscience soi et une représentation de soi qui ensemble, rendent possible une auto-évaluation qui, à son tour, rend possible l'émotion auto-consciente comme la honte (Tracy et Robins, 2009). La honte est donc considérée comme une

émotion consciente (De Hooge, Zeelenberg et Breugmans, 2010; Lindsay-Hartz, 1984) c'est-à-dire qu'elle est liée à l'autoévaluation qu'une personne se fait d'elle-même. Des études démontrent que le perfectionnisme et la honte sont liés à la fois au niveau conceptuel et empirique (Hollender, 1965; Wyatt et Gilbert, 1998). Les études réalisées selon le modèle triparti du perfectionnisme (le modèle triparti de Stoeber et Otto (2006) prétend que les individus se distribuent dans trois groupes, soit les non perfectionnistes regroupant ceux ayant une faible recherche de hauts standards, les perfectionnistes sains caractérisés par la recherche de hauts standards élevés et de faible préoccupations perfectionnistes, et les perfectionnistes malsains correspondant aux profils mixtes du modèle 2x2) démontrent que les individus qui ont tendance à se fixer des standards personnels élevés ressentiraient plus de fierté à la suite d'un succès (Fedewa, Burns et Gomez, 2005; Stoeber *et al.*, 2008). Cette tendance serait aussi négativement liée à la honte, l'inquiétude et l'indécision ce qui signifie que les personnes ayant une recherche de hauts standards élevés ressentiraient moins ces émotions. À l'inverse, les gens présentant une tendance à la préoccupation aux erreurs ressentiraient plus ces émotions (Piotrowski, 2019). Le perfectionnisme malsain corrèle aussi positivement avec la honte et les personnes rencontrant les critères de perfectionnismes malsains ont plus de chance de rapporter des sentiments de honte ou d'embarras (Fedewa *et al.*, 2005; Hu, Chibnall et Slavin, 2019). Ce dernier groupe est aussi associé positivement à des stratégies de régulation de la honte comme l'autocritique de soi, dans laquelle la personne va diriger le blâme et la colère envers elle-même et le retrait, qui consiste à s'effacer ou se retirer lorsque la personne ressent la honte (Schalkwijk, Someren et Wassing, 2019). Bien que l'association entre la honte et le perfectionnisme soit démontrée dans quelques études (Ashby, Rise et Martin, 2006; Elison et Partridge, 2012; Fedewa *et al.*, 2005; Hu, Chibnall et Slavin, 2019; Piotrowski, 2019; Stoeber *et al.*, 2008) aucune étude n'appuie des différences entre les quatre groupes selon le modèle de Gaudreau et Thompson (2010). Par ailleurs, comme plusieurs des psychopathologies associées au perfectionnisme sont également associées à un sentiment de honte (Burns, 1980; Shafran et Mansell, 2001; Stoeber *et al.*, 2007), il semble pertinent de comprendre comment les individus perfectionnistes gèrent cette émotion.

Les études démontrent que la honte occupe un rôle important dans plusieurs psychopathologies telles que l'anxiété sociale (Matos, Pinto-Gouveia et Gilbert, 2013), les troubles du comportement alimentaire (Keith, Gillanders et Simpson, 2009) et la dépression (Cheung, Gilbert et Irons, 2004). La honte est aussi associée à diverses fonctions. Elle motiverait des comportements qui conviennent aux autres et jouerait un rôle important dans la conformité aux normes sociales (Scheff, 1988). Elle contribuerait aussi à d'autres fonctions adaptatives comme la protection de l'estime lorsqu'elle est blessée ou faible (Pines, 1987; Trumbull, 2003). Cette dernière fonction a

été mise en évidence par quelques auteurs dans des études moins récentes (de Hooge *et al.*, 2010; Ferguson, 2005; Sherer et Wallbott, 1994).

De Hooge et coll. (2010) ont suggéré que la honte peut être conceptualisée dans sa fonction de réparation ou de protection du soi. Alors que certaines études démontrent que la honte stimule les comportements d'évitement (Sherer et Wallbott, 1994), d'autres suggèrent qu'elle stimulerait plutôt les comportements d'approche (Frijda, Kuipers et Ter Schure 1989; Tangney, Miller, Flicker et Barlow, 1996).

De Hooge et ses collaborateurs ont proposé une nouvelle compréhension en s'inspirant de l'approche fonctionnelle des émotions, qui stipule que ceux-ci visent à activer un comportement pour gérer un problème ou une insatisfaction (Zeelenberg, Nelissen, Breugelmans et Pieters, 2008). Ils proposent donc que la fonction première de la honte serait d'amener l'individu qui la ressent à chercher à réparer son image personnelle ou la relever. Si le soi est trop endommagé ou que la réparation est difficile, les auteurs proposent que l'individu vise davantage à protéger son image en adoptant des comportements d'évitement.

Ils soutiennent aussi l'idée que la préoccupation par rapport à un soi menacé pourrait aussi diriger l'individu vers des comportements d'approche pour réparer le soi à travers la performance ou de nouveaux défis. Les comportements d'approche sont donc susceptibles d'amener l'individu à avoir une image plus positive de lui-même (de Hooge *et al.*, 2010). Par contre, s'il est impossible d'adopter des comportements d'approche ou que c'est trop risqué étant donné un soi trop faible, l'individu adoptera des comportements d'évitement ou de retrait. (Ferguson, 2005; Scherer et Wallbott, 1994). Ces comportements surviendraient uniquement lorsqu'il n'est pas possible pour un individu d'adopter des comportements d'approche ou bien lorsque cela est trop risqué de perdre davantage, lorsque le soi est trop faible (de Hooge *et al.*, 2010). Les résultats des études de de Hooge et collaborateurs (2010) ont confirmé que la honte motive des comportements d'approche et d'évitement pour gérer une image personnelle menacée.

Objectifs et hypothèses de l'étude

La conception proposée par de Hooge et ses collaborateurs (2010) offre une perspective intéressante sur la gestion de la honte. Les données sur le perfectionnisme mettent en lumière que les groupes établis selon le modèle 2x2 tendent à se comporter différemment à un niveau comportemental, cognitif et émotionnel. Il serait donc possible que les groupes aient des façons différentes de gérer la honte. Les traitements offerts pour le perfectionnisme sont majoritairement de nature cognitivo-comportementale (Loyd, Schmidt, Khondoker et Tchanturia, 2015), mais la honte ne semble pas souvent être une cible spécifique dans ces traitements. L'éclaircissement de l'interaction entre la gestion de la

honte et les comportements perfectionnistes pourrait ouvrir de nouvelles pistes en psychothérapie.

L'objectif de cette étude est d'approfondir la relation entre les différents groupes de perfectionnistes et la façon dont ils gèrent la honte en utilisant une procédure similaire à celle de Hooge et collaborateurs (2010). Ainsi, elle vise à vérifier si les quatre groupes de perfectionnistes diffèrent dans leur façon de réagir à des mises en situation illustrant des expériences honteuses. Les hypothèses suivantes sont construites selon la théorie de Gaudreau et Thompson (2010):

Hypothèse 1 : Les participants du groupe des standards personnels purs devraient donc présenter significativement moins de honte, davantage de comportements d'approche et moins de comportements d'évitement que le groupe des non-perfectionnistes. Au niveau des motivations, ils devraient aussi présenter significativement plus de désir de réparation et moins de protection que le groupe des non-perfectionnistes.

Hypothèse 2 : Les participants du groupe des non-perfectionnistes devraient présenter significativement moins de honte et de comportements d'évitement puis davantage de comportements d'approche que le groupe des préoccupations pures. Ils devraient aussi présenter significativement plus de motivation à la réparation et moins de protection que ce dernier groupe.

Hypothèse 3 : Les participants du groupe des profils mixtes devraient présenter significativement moins de honte de comportement d'évitement et motivation à la protection comparativement au groupe des préoccupations pures. Ils devraient aussi avoir significativement plus de comportements d'approches et de désir de réparation que ce groupe.

Hypothèse 4 : Enfin, les participants des standards personnels purs devraient présenter significativement moins de honte, de comportement d'évitement et moins de motivations à la protection que le groupe des profils mixtes. Ils devraient aussi présenter davantage de comportements d'approche et moins de motivations à la réparation que ce dernier groupe.

Méthodologie

Participants. Trois cent quatorze personnes de la population générale ont participé à l'étude dont 216 femmes (68,8%) et 98 hommes (31,2%) âgés entre 19 et 71 ans ($M = 28,78$, $É-T = 10,72$). Toute personne francophone âgée entre 18 et 75 ans consentant de façon libre et éclairée pouvait participer à l'étude. L'étude s'intéresse au perfectionnisme et à la honte chez l'adulte, car les traitements sont habituellement offerts d'abord pour cette clientèle, pour être par la suite adaptés pour les enfants/adolescents. L'échantillon comprend des célibataires (52,2 %), conjoints(es) de fait (30,3 %), divorcés(es) (2,9 %), mariés(e) (12,4 %) et des veufs(ves) (2,2 %). La majorité des participants sont des travailleurs (49 %) et des étudiants (42 %). Au niveau de la

scolarisation, l'échantillon comprend des participants sans diplôme (3,5%), avec un diplôme d'études secondaires (16,6%), un diplôme au niveau collégial (38,2%), un certificat (8%), un diplôme de baccalauréat (24,5%), un diplôme de maîtrise (7%) et un diplôme doctoral (2,2%).

Procédure. Les participants de l'échantillon ont été recrutés à partir de publicité sur les réseaux sociaux (Facebook). Les publicités indiquaient qu'une étude recherchait des participants pour une étude sur le perfectionnisme et les émotions. Les personnes intéressées devaient cliquer sur le lien dans la publicité et ils étaient ensuite redirigés vers le site web *Survey Monkey* qui contenait le questionnaire. Après la lecture des informations éthiques et après avoir donné leur consentement, les personnes pouvaient répondre au questionnaire.

Instrument de mesure

Questionnaire sociodémographique. Des questions concernant l'âge, l'occupation et le niveau de scolarité ont été récoltées.

Questionnaire sur le perfectionnisme-Révisé (QP-R; Langlois, Rhéaume et Gosselin, 2009). Ce questionnaire en français de vingt items mesure le niveau perfectionnisme selon deux facteurs, la recherche de hauts standards et les préoccupations perfectionnistes. Sept items portent sur la recherche de hauts standards comme « J'essaie toujours de bien réussir les choses que j'entreprends » et 13 items sur les préoccupations perfectionnistes comme par exemple « Mes tendances perfectionnistes m'amènent à douter de mes performances ». Les items sont mesurés sur une échelle de Likert allant de (1) « Ne me décrit pas du tout » à (5) « Me décrit tout à fait ». recherche de hauts standards et les préoccupations perfectionnistes. Ce questionnaire est utilisé afin de créer quatre groupes distincts de perfectionnistes (sains, malsains, non-perfectionnistes et purs). La consistance interne apparaît satisfaisante pour la recherche de hauts standards (7 items $\alpha = 0,80$) et excellente pour les préoccupations perfectionnistes (13 items, $\alpha = 0,94$). La structure factorielle a été validée auprès d'un échantillon adulte non clinique (Langlois *et al.*, 2009).

Questionnaire sur les motivations et les comportements liés à la honte (de Hooge *et al.*, 2010). Ce questionnaire a été traduit selon la méthode de Brislin (1970) et comporte un scénario illustrant une expérience honteuse. Dans ce scénario, les participants devaient s'imaginer faire une présentation orale devant un groupe et devait s'imaginer rater la présentation. Suite à la lecture du scénario, les participants répondaient au questionnaire de 18 items contenant deux échelles. La première échelle (10 items) vise à évaluer les motivations derrière les comportements et comprend deux sous-échelles, soit la réparation (p. ex., je voudrais m'assurer que je suis compétent(e)) et la protection (p. ex., ne pas avoir une pire image de moi-même). Les participants doivent répondre aux 10 items sur une échelle allant de (1) *Pas du tout* à (7)

Très fortement. La deuxième échelle (8 items) vise à mesurer les comportements émis en réaction à la honte et comporte deux sous-échelles, soit l'approche (p. ex., Je ferais de mon mieux pour montrer aux autres mes capacités) et l'évitement (p. ex., J'évitais les activités où je ne suis pas bon(ne)). Les participants doivent répondre aux huit items sur une échelle de 0 à 10 (très probable à très peu probable) à quel point l'item leur correspond. La consistance interne des échelles est satisfaisante pour les sous-échelles de réparation ($\alpha = 0,88$), protection ($\alpha = 0,83$) et approche ($\alpha = 0,81$) et excellente pour l'échelle d'évitement ($\alpha = 0,92$) (de Hooge *et al.*, 2010).

Test des émotions réflexives (French- TOSCA-3 ; Tangney, Dearing, Wagner et Gramzow, 2000; version traduite de Nugier, Gil et Chekroun, 2012). Ce questionnaire a pour objectif de mesurer la prédisposition aux émotions réflexives ou « conscientes » et comprend six échelles soit la honte, la culpabilité, l'externalisation, le détachement, la fierté alpha (fierté de soi) et la fierté beta (fierté de ses actions). Pour cette recherche, seule l'échelle de la honte est utilisée. Le questionnaire original comprend seize scénarios présentant chacun quatre ou cinq choix de réponses qui sont différentes réactions possibles. Par contre, en raison d'une erreur d'entrée du questionnaire en ligne, le scénario six n'a pas été utilisé dans cette étude et nous avons donc quinze scénarios. Les participants doivent se positionner sur chaque réaction possible sur une échelle allant de (1) *Pas du tout* à (5) *Tout à fait*. La présente étude utilise uniquement le score total de l'échelle de honte. La consistance interne de cette échelle centrale pour l'étude est considérée comme acceptable ($\alpha = 0,84$).

Analyses

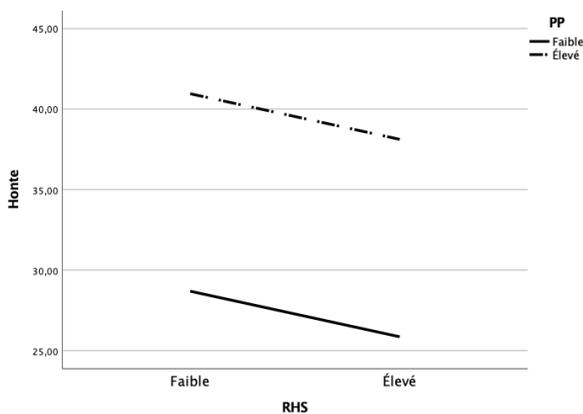
Des analyses descriptives ont été effectuées afin de s'assurer que les postulats des analyses principales soient respectés. Les résultats démontrent que les variables à l'étude sont normalement distribuées. Les analyses suivantes ont été faites suivant la méthodologie de Gaudreau (2012). Des analyses de régressions hiérarchiques ont d'abord été effectuées. Les modèles de régression étaient construits en utilisant les scores centrés par rapport à la moyenne de préoccupations perfectionnistes et de recherche de hauts standards suivi par l'effet d'interaction, et ce, pour chaque variable dépendante (honte, comportements d'évitement, d'approche, de réparation et de protection). Lorsque l'effet d'interaction n'est pas significatif, celui-ci est retiré du modèle et une analyse de régression multiple est par la suite effectuée avec les scores non-centrés des préoccupations perfectionnistes et de recherche de hauts standards. Une démarche analytique est ensuite effectuée pour calculer les valeurs prédites pour chaque groupe de perfectionnisme et pour chaque variable dépendante en utilisant les valeurs d'écart-type des préoccupations perfectionnistes et de recherche de hauts standards. Une fois les valeurs prédites calculées, il est possible d'estimer les tailles d'effets standardisées comparant les groupes.

Résultats

Pour la variable de la honte ($M = 43,69$, $\acute{E}-T = 10,74$), le modèle de régression hiérarchique avec les scores centrés est significatif : $F(2, 311) = 35,19$, $p < 0,001$. La variable de recherche de haut standard est associée de façon négative et significative à la honte ($\beta = -0,136$, $p = 0,04$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative à la honte ($\beta = 0,573$, $p < 0,001$). L'effet d'interaction n'est pas associé de façon significative à la honte ($\beta = -0,008$, $p = 0,87$) et est donc retiré du modèle. Le modèle de régression multiple avec les scores non centrés est significatif : $F(2, 311) = 52,94$, $p < 0,001$ et explique 25,4 % de la variance. La recherche de haut standard est associée de façon négative et significative à la honte ($\beta = -0,132$, $p = 0,03$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative à la honte ($\beta = 0,57$, $p < 0,001$). La figure suivante montre les valeurs prédites selon les différents groupes et les tailles d'effets entre ceux-ci sont présentées dans le tableau 1.

Figure 1

Valeurs prédites de honte pour les quatre groupes de perfectionnistes.¹



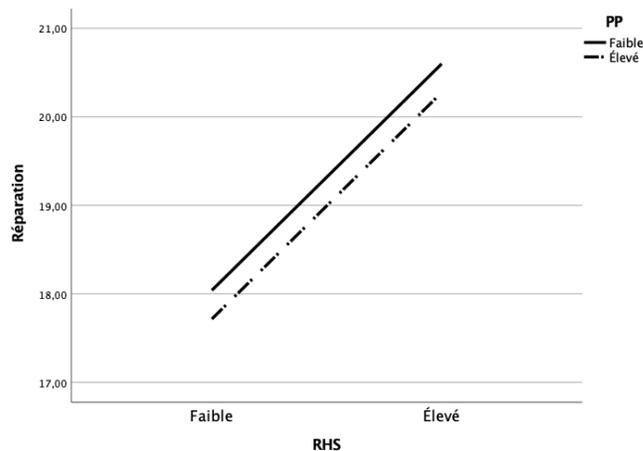
Pour la variable de motivation de réparation ($M = 25,07$, $\acute{E}-T = 6,62$), le modèle de régression hiérarchique avec les scores centrés est significatif : $F(2, 311) = 3,52$, $p = 0,015$. La variable de recherche de haut standard est associée de façon significative et positive à la réparation ($\beta = 0,19$, $p = 0,013$). Les préoccupations perfectionnistes ne sont pas associées de façon significative à la réparation ($\beta = -0,02$, $p = 0,80$). L'effet d'interaction n'est pas associé de façon significative à la réparation ($\beta = -0,02$, $p = 0,74$) et est donc retiré du modèle. Le modèle de régression multiple avec les scores non centrés est significatif : $F(2, 311) = 5,248$, $p = 0,006$ et explique 3,27% de la variance. La recherche de haut standard est associée de façon positive et significative aux motivations de réparation ($\beta = 0,19$, $p = 0,005$). Les préoccupations perfectionnistes ne sont pas associées de façon significative au désir de

¹ RHS signifie Recherche de Haut Standard, PP signifie Préoccupation perfectionniste.

réparation ($\beta = -0,02$, $p = 0,73$). La figure suivante montre les valeurs prédites selon les différents groupes et les tailles d'effets entre ceux-ci sont présentées dans le tableau 1.

Figure 2

Valeurs prédites de motivation de réparation des quatre groupes de perfectionnistes².

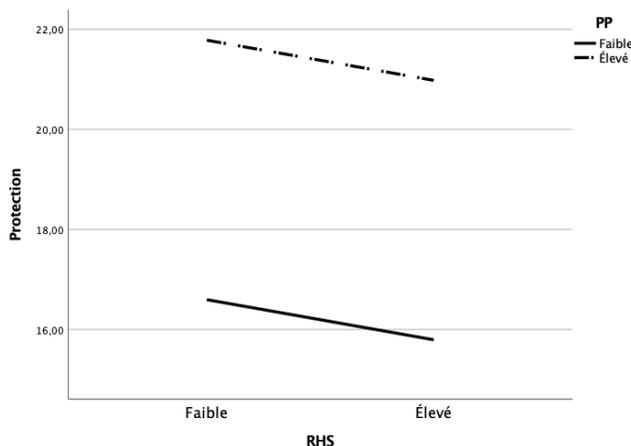


Au niveau de la motivation de protection ($M = 24,21$, $\acute{E}-T = 7,03$), le modèle de régression hiérarchique avec les scores centrés est significatif : $F(2, 311) = 14,40$, $p < 0,001$. La variable de recherche de haut standard n'est pas associée de façon significative à la protection ($\beta = -0,100$, $p = 0,16$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative à la protection ($\beta = 0,394$, $p < 0,001$). L'effet d'interaction n'est pas associé de façon significative à la protection ($\beta = -0,99$, $p = 0,082$) et est donc retiré du modèle. Le modèle de régression multiple avec les scores non centrés est significatif $F(2, 311) = 20,00$, $p < 0,001$ et explique 11,40 % de la variance. La recherche de haut standard n'est pas associée de façon significative au désir de protection ($\beta = -0,06$, $p = 0,39$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative au désir de protection ($\beta = 0,37$, $p < 0,001$). La figure suivante montre les valeurs prédites selon les différents groupes et les tailles d'effets entre ceux-ci sont présentées dans le tableau 1.

² RHS signifie Recherche de Haut Standard, PP signifie Préoccupation perfectionniste.

Figure 3

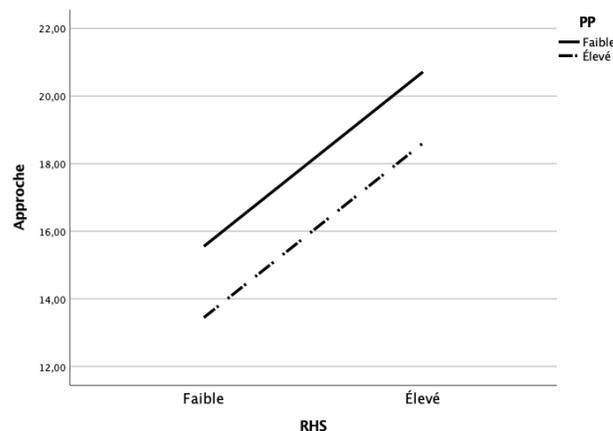
Valeurs prédites pour la motivation de protection des quatre groupes de perfectionnistes.³



Pour l'échelle des comportements d'approche ($M = 26,92$, $\acute{E}-T = 7,90$), le modèle de régression hiérarchique avec les scores centrés est significatif : $F(2, 311) = 8,134$, $p < 0,001$. La variable de recherche de haut standard est associée de façon significative et positive au comportement d'approche ($\beta = 0,325$, $p < 0,001$). Les préoccupations perfectionnistes ne sont pas associées de façon significative à l'approche ($\beta = -0,132$, $p < 0,059$). L'effet d'interaction n'est pas associé de façon significative au comportement d'approche ($\beta = -0,003$, $p = 0,995$) et est donc retiré du modèle. Le modèle de régression multiple avec les scores non centrés est significatif $F(2, 311) = 12,24$, $p < 0,001$ et explique 7,30 % de la variance. La recherche de haut standard est associée de façon positive et significative aux comportements d'approche ($\beta = 0,327$, $p < 0,001$). Les préoccupations perfectionnistes ne sont pas associées de façon significative aux comportements d'approche ($\beta = -0,133$, $p = 0,051$). La figure suivante montre les valeurs prédites selon les différents groupes et les tailles d'effets entre ceux-ci sont présentées dans le tableau 1.

Figure 4

Valeurs prédites de comportements d'approche des quatre groupes de perfectionnistes.⁴



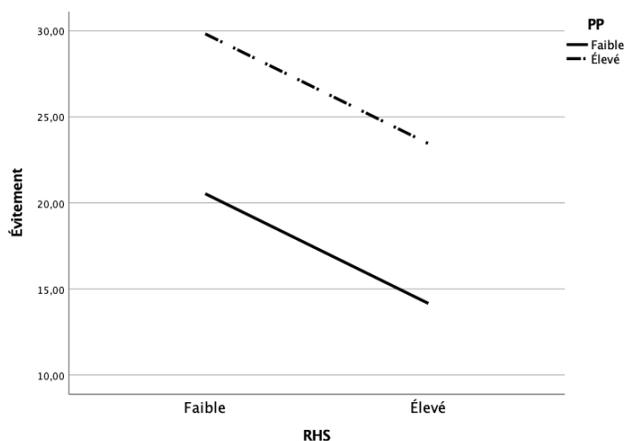
Pour l'échelle des comportements d'évitement ($M = 19,29$, $\acute{E}-T = 9,77$), le modèle de régression hiérarchique avec les scores centrés est significatif : $F(2, 311) = 18,74$, $p < 0,001$. La variable de recherche de haut standard est associée de façon significative et négative à l'évitement ($\beta = -0,293$, $p < 0,001$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative à l'évitement ($\beta = 0,455$, $p < 0,001$). L'effet d'interaction n'est pas associé de façon significative à l'évitement ($\beta = 0,077$, $p = 0,171$) et est donc retiré du modèle. Le modèle de régression multiple avec les scores non centrés est significatif $F(2, 311) = 27,09$, $p < 0,001$ et explique 14,80 % de la variance. La recherche de haut standard est associée de façon négative et significative aux comportements d'évitement ($\beta = -0,326$, $p < 0,001$). Les préoccupations perfectionnistes sont associées de façon positive et significative aux comportements d'évitement ($\beta = 0,475$, $p < 0,001$). La figure suivante montre les valeurs prédites selon les différents groupes et les tailles d'effets entre ceux-ci sont présentées dans le tableau 1.

³ RHS signifie Recherche de Haut Standard, PP signifie Préoccupation perfectionniste.

⁴ RHS signifie Recherche de Haut Standard, PP signifie Préoccupation perfectionniste.

Figure 5

Valeurs prédites pour les comportements d'évitement des quatre groupes de perfectionnistes⁵.



Discussion

L'objectif de cette étude était d'étudier les différences entre les groupes de perfectionnistes tels que définis par le modèle 2x2 proposé par Gaudreau et Thompson (2010) quant à leurs réactions dans une mise en situation illustrant une expérience de honte. Les comparaisons ont été faites sur la base du questionnaire de motivations suivant la honte comprenant une sous-échelle comportementale comprenant l'approche et l'évitement et une sous-échelle de motivation comprenant le désir de réparation ou de protection. Les analyses de régression selon Gaudreau (2012) ont permis majoritairement de confirmer les quatre hypothèses de l'étude, mais les grandeurs d'effets diffèrent selon les variables comportementales et motivationnelles.

La première hypothèse stipulait que le groupe standard personnel pur aurait de meilleurs indices de fonctionnement que le groupe non-perfectionniste puisque la recherche de haut standard serait associée à des bénéfices (Gaudreau et Thompson, 2010). Les résultats démontrent que les participants du groupe standard personnel pur présentaient moins de honte suite à la lecture des scénarios du TOSCA-3 que ceux du groupe des non-perfectionnistes, mais il faut souligner que la grandeur d'effet pour cette variable est faible. Ce groupe a aussi démontré davantage de comportements d'approche et moins d'évitement comparativement aux non-perfectionnistes. Les tailles d'effet modérées observées suggèrent que les individus ayant de plus de hauts standards auraient davantage tendance à chercher à rehausser leur estime personnelle en adoptant des comportements d'approche suite à la mise en situation d'expérience de honte comparativement aux non-perfectionnistes. Le groupe standard personnel pur est aussi plus motivé par la réparation comparativement aux non-perfectionnistes, mais la taille d'effet est faible. Pour les motivations de protection, la taille d'effet est négligeable et suggère que les deux groupes ne diffèrent pas sur cet aspect et que ces deux groupes ressentent un besoin similaire de protéger leur estime. En somme, telle que la théorie du modèle 2x2 du perfectionnisme (Gaudreau et Thompson, 2010) le propose, le groupe standard personnel pur semble présenter des comportements plus sains devant une situation honteuse que les non-perfectionnistes et aurait globalement un peu moins tendance à ressentir cette émotion. Ils opteraient pour des comportements d'approche dans le but de réparer leur image d'eux même. Les non-perfectionnistes, lorsque comparés au groupe standard personnel pur, auraient plus tendance à réguler la honte en adoptant des comportements d'évitement dans le but de protéger l'estime de soi.

Tableau 1

Taille d'effet entre les scores moyens calculés avec la méthode de Gaudreau (2012)

	d de Cohen (1988)			
	Standard personnel pure et Non-perfectionniste (H1)	Non-perfectionniste et Préoccupation pure (H2)	Profil mixte et Préoccupation pure (H3)	Standard personnel pur et Profil Mixte (H4)
Réparation	0,39	0,05	0,39	0,05
Protection	-0,11	-0,74	-0,11	-0,74
Approche	0,65	0,27	0,65	0,27
Évitement	-0,65	-0,95	-0,65	-0,95
Honte	-0,26	-1,14	-0,26	-1,14

⁵ RHS signifie Recherche de Haut Standard, PP signifie Préoccupation perfectionniste.

La deuxième hypothèse stipulait que le groupe des non-perfectionnistes devrait avoir un fonctionnement plus sain que le groupe des préoccupations pures parce qu'ils seraient moins préoccupés par l'erreur. Les résultats confirment cette hypothèse et démontrent que le groupe des préoccupations pures a davantage tendance à ressentir de la honte et à vouloir protéger leur ego que les non-perfectionnistes. Les tailles d'effet sont respectivement modérées et fortes pour ces deux variables. La différence entre ces deux groupes au niveau de la motivation de réparation est négligeable et semble facile à expliquer par la faible recherche de hauts standards et la faible recherche de gain dans ces deux groupes (Slade et Owens, 1998). La taille d'effet entre les deux groupes était forte pour les comportements d'évitement, démontrant que le groupe des préoccupations pures avait plus tendance à éviter que les non-perfectionnistes. La différence était faible pour les comportements d'approche, le groupe des non-perfectionnistes ayant plus tendance à les utiliser. La faible recherche de hauts standards chez ces deux groupes explique aussi le peu de différence au niveau des comportements d'approche. La présence de préoccupations semble donc globalement amener une augmentation de la honte ressentie, une motivation de protection dans le but de protéger l'image personnelle et éventuellement des comportements d'évitement.

La troisième hypothèse du modèle 2x2 suggère que le groupe profils mixtes devrait avoir des indices de fonctionnement plus sain que le groupe de préoccupations pures. Les résultats confirment que les participants du groupe profil mixte ressentaient moins de honte après les scénarios que ceux du groupe des préoccupations pures, mais que la taille d'effet était faible. Au niveau des comportements, la différence entre ces deux groupes était modérée et les profils mixtes ont présenté davantage de comportements d'approche et moins de comportements d'évitement que le groupe des préoccupations pures. Enfin, le groupe de profils mixtes a présenté davantage de motivation de réparation avec une taille d'effet modérée. Quant à la motivation de protection, la différence négligeable suggère plutôt que les deux groupes sont similaires. Globalement, malgré le fait que les tailles d'effets soient de faibles à modérés, ces résultats viennent aussi appuyer cette partie des hypothèses liée au modèle 2x2 de Gaudreau et Thompson (2010). La composante saine de la recherche de hauts standards du groupe profil mixte pourrait donc atténuer l'impact négatif des préoccupations perfectionnistes.

Enfin, la dernière hypothèse du modèle 2x2 suggère que le groupe standard personnel pur devrait présenter des indices de fonctionnement plus sain que le groupe de profils mixtes étant donné qu'il présente moins de préoccupations perfectionnistes. Les résultats démontrent que le groupe des standards personnels purs ressentait moins de honte que les profils mixtes et que la taille de cet effet est forte. Ils présentaient aussi moins de motivation de protection et de comportements d'évitement que le

groupe des profils mixtes, ces dernières tailles d'effet étant respectivement modérées et fortes. Les participants du groupe des standards personnels purs démontrent aussi plus de comportements d'approche que le groupe profils mixtes, mais la taille d'effet sur cette différence est faible. Les résultats démontrent par ailleurs que les groupes diffèrent peu au niveau de la motivation à la réparation. Le fait que le groupe profils mixtes présente un niveau de honte plus élevé renforce le postulat que l'évitement serait mis en place dans le but de protéger une estime plus fragilisée étant donné leur tendance à craindre l'erreur. La faible tendance aux préoccupations perfectionnistes du groupe standards personnels purs pourrait les amener à avoir plus de comportements d'approche.

Globalement, les résultats mettent en évidence le fait que les participants présentant plus de préoccupations perfectionnistes (soit les profils mixtes et préoccupations pures) ressentent plus de honte et que la mise en situation de honte les amène à vouloir se protéger et adopter des comportements d'évitement comparativement aux autres groupes dans le but de protéger leur image personnelle. Les quatre hypothèses du modèle de Gaudreau et Thompson (2010) sont confirmées, mais les grandeurs d'effets sont majoritairement faibles à modérées pour la première et troisième hypothèse puis modérées à forte pour la deuxième et quatrième hypothèse. L'ampleur des différences est plus importante lorsque ce sont les niveaux de préoccupations perfectionnistes qui entrent en jeu. Ce résultat appuie à nouveau la nature malsaine de la dimension des préoccupations (Dibartolo *et al.*, 2008) et sa présence semblerait donc avoir un effet plus important que l'effet positif associé à la recherche de hauts standards. Par contre, la présente étude démontre tout de même que la recherche de hauts standards du profil mixte semble l'amener à développer des comportements d'approche plus sains que le groupe des préoccupations pures tel que suggéré par Gaudreau et Thompson (2010). Les groupes présentant davantage de recherche de hauts standards ressentent dans l'ensemble moins de honte, ont plus de comportements d'approche et de motivation de réparation de leur image personnelle que les autres groupes qui présentent peu de recherche de hauts standards.

Cette étude comporte quelques limites qui méritent d'être soulignées. Les questionnaires auto rapportés ont pu induire un biais de désirabilité sociale et le scénario mesurant la honte pourrait ne pas avoir autant d'impact chez certains participants si la situation n'était pas très idiosyncrasique pour eux. Comme les participants étaient tous de la population générale, il pourrait aussi être intéressant de comparer des populations clinique et non clinique à l'aide des mêmes mises en situation. Dans de futures études, il conviendrait de valider le *Questionnaire des motivations et comportements liés à la honte* avec un échantillon plus grand. Finalement, ce questionnaire a l'avantage d'évaluer les comportements et motivations associés à la suite d'une émotion induite. Il pourrait être intéressant de tenter de créer des situations générant de la

honte qui s'avèreraient plus idiosyncrasiques aux personnes participant à l'étude. Enfin, les prochaines études pourraient porter une attention aux échelles de motivation. Dans la présente étude, on note que les échelles de motivation (réparation, protection) sont associées à des grandeurs d'effet plus faible que les échelles comportementales. Il pourrait arriver qu'il soit plus facile pour les participants de mesurer des comportements que la motivation qui se cache derrière leur comportement.

Finalement, cette étude suggère des pistes de réflexion intéressantes pour l'intervention. Elle indique que les réactions face à la honte diffèrent selon les tendances des personnes sur les deux dimensions du perfectionniste. La stratégie d'évitement et de protection, bien que fonctionnelle à court terme, ne permet pas à la personne de développer son estime d'elle-même à plus long terme. Ainsi, la même logique d'exposition graduelle fréquemment utilisée en intervention pour l'anxiété semble aussi pertinente pour les enjeux de honte, qui impliquent souvent la peur de décevoir l'autre ou de se décevoir soi-même. Les individus pourraient être invités à prendre conscience que leur stratégie d'évitement ne vise pas à gérer seulement la partie plus facilement reconnaissable qu'est la peur, mais aussi une émotion plus subtile comme la honte. L'exposition pourrait aussi être associée à la critique de cette combinaison de peur et de honte qui se cache derrière la peur de décevoir les autres ou la peur de se décevoir soi-même. Ainsi, les recherches cliniques pourraient gagner à porter davantage attention aux émotions complexes qui se cachent derrière l'évitement dans le perfectionnisme et aux particularités de l'exposition aux réactions émotionnelles peur/honte. Même si à la base la honte est une émotion qui comporte une fonction saine, elle peut être une expérience émotionnelle aversive intimement liée à la peur de l'échec pour certains individus (McGregor et Elliot, 2005). C'est pourquoi il semble intéressant de mieux considérer l'entière de la réaction émotionnelle pour intervenir efficacement auprès d'elle.

Abstract

The 2 x 2 model from Gaudreau and Thompson suggests four (4) groups of perfectionists (non-perfectionists, pure perfectionistic concerns, pure personal standards, mixed profile). Studies have shown that those groups differentiate themselves in their capacity to manage emotions such as shame. The objective of this study is to verify if those perfectionism profiles have different reactions following shameful experiences. The questionnaires were administered online and gathered 216 female and 98 male participants between the age of 19 and 71. They completed the *Revised-Perfectionism Questionnaire*, the *Shame Motivations and Behaviors Reaction Questionnaire* and the *TOSCA-3*. Results support all the hypothesis proposed by Gaudreau and Thompson perfectionism model (2010). In a broader view, it shows that participants from groups with higher perfectionistic concerns, are more prone to protect the self and use avoidant behaviors than other groups. Conversely, approach

and repair behaviors are associated with high personal standard. From a clinical standpoint, this study opens discussion on interventions that could be used to treat perfectionism.

Keywords : perfectionism, perfectionistic strivings, perfectionistic concerns, behaviors, shame, avoidance, repair, protection, motivations

Références

- Ashby, J. S., Rice, K. G. et Martin, J. L. (2006). Perfectionism, shame, and depression. *Journal of Counseling and Development*, 84(2), 148-156.
- Bergman, A. J., Nyland, J. E. et Burns, L. R. (2007). Correlates with perfectionism and the utility of a dual process model. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 389-399.
- Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultures research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1(3), 185-216. doi: 10.1177/135910457000100301
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology today*, 14(6), 34-52.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cheung, M. P., Gilbert, P. et Irons, C. (2004). An exploration of shame, social rank and rumination in relation to depression. *Personality and Individual Differences*, 36(5), 1143-1153.
- Cox, B. J., Enns, M. W. et Clara, I. P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. *Psychological assessment*, 14(3), 365.
- Curran, T. et Hill, A. P. (2017). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429. doi 10.1037/bul0000138
- Damian, L. E., Stoeber, J., Negru, O. et Baban, A. (2014). Positive and negative affect in adolescents: An investigation of the 2 x 2 model of perfectionism. *Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary Journal*, 18(1), 1-16.
- De Hooge, J. E., Zeelenberg, M. et Breugmans, S. M. (2010). Restore and protect motivations following shame. *Cognition and Emotion*, 24(1), 111-127. doi: 10.1080/02699930802584466
- DiBartolo, P. M., Li, C. Y. et Frost, R. O. (2008). How do the dimensions of perfectionism relate to mental health? *Cognitive Therapy and Research*, 32(3), 401-417. doi: 10.1007/s10608-007-9157-7
- Douilliez, C. et Lefèvre, F. (2011). Interactive effect of perfectionism dimensions on depressive symptoms: A reply to Gaudreau and Thompson (2010). *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1147-1151. doi: 10.1016/j.paid.2011.02.005
- Elison, J. et Partiridge, J. (2012). Relationships between shame-coping, fear of failure, and perfectionism in college athletes. *Journal of Sport Behavior*, 35(1), 19-39.

- Fedewa, B. A., Burns, L. R. et Gomez, A. A. (2005). Positive and negative perfectionism and the shame/guilt distinction: Adaptive and maladaptive characteristics. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1609-1619.
- Ferguson, T. J. (2005). Mapping shame and its functions in relationships. *Child Maltreatment*, 10(4), 377-386.
- Frijda, N. H., Kuipers, P. et Ter Schure, E. (1989). Relations among emotion, appraisal and emotional action readiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 212-228. doi: 10.1037/0022-3514.57.2.212
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I. et Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126. doi : 10.1016/0191-8869(93)90181-2
- Gaudreau, P. et Thompson, A. (2010). Testing a 2 x 2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 48, 532-537. doi: 10.1016/j.paid.2009.11.031
- Gaudreau, P. et Verner-Filion, J. (2012). Dispositional perfectionism and well-being: A test of the 2 x 2 model of perfectionism in the sport domain. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(1), 29-43. doi: 10.1037/a0025747
- Gaudreau, P. (2012). A methodological note on the interactive and main effects of dualistic personality dimensions: An example using the 2x2 model of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 52(1), 26-31.
- Hewitt, P. L. et Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470. doi:10.1037/0022-3514.60.3.456
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehension Psychology*, 6, 94-103.
- Hu, K. S., Chibnall, J. T. et Slavin, S. J. (2019). Maladaptive perfectionism, impostorism, and cognitive distortions: Threats to the mental health of pre-clinical medical students. *Academic Psychiatry*, 43(4), 381-385.
- Hill, A. P. (2013). Perfectionism and burnout in junior soccer players: A test of the 2 x 2 model of dispositional perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(1), 18-29. doi: 10.1123/jsep.35.1.18
- Keith, L., Gillanders, D. et Simpson, S. (2009). An exploration of the main sources of shame in an eating-disordered population. *Clinical Psychology et Psychotherapy: An International Journal of Theory et Practice*, 16(4), 317-327.
- Langhinrichsen-Rohling, J., Saito, M. et Klibert, I. J. (2005). Adaptive and maladaptive aspects of self-oriented versus socially prescribed perfectionism. *Journal of College Student Personnel*, 46(2), 141-156. doi: 10.1353/csd.2005.0017
- Langlois, F., Rhéaume, J. et Gosselin, P. (2009). *Le questionnaire sur le perfectionnisme révisé*. Québec, QC : École de psychologie, Université Laval.
- Lindsay-Hartz, I., de Rivera, J. et Mascolo, M. (1995). Differentiating guilt and shame and their effects on motivation. Dans J. P. Tangney et K. W. Fischer (Éds), *Self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 274-300). New York, NY: Guilford Press.
- Lloyd, S., Schmidt, U., Khondoker, M. et Tchanturia, K. (2015). Can psychological interventions reduce perfectionism? A systematic review and meta-analyses. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 43(6), 705-731. doi: 10.1017/S1352465814000162
- Lutwak, N. et Ferrari, J. R. (1996). Moral affect and cognitive processes differentiating shame from guilt among men and women. *Personality and Individual Differences*, 21(6), 891-896. doi: 10.1016/S0191-8869(96)00135-3
- Matos, M., Pinto-Gouveia, I. et Gilbert, P. (2013). The effect of shame and shame memories on paranoid ideation and social anxiety. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 20, 334-349.
- McGregor, H. A. et Elliot, A. J. (2005). The shame of failure: Examining the link between fear of failure and shame. *Personality and social psychology bulletin*, 31(2), 218-231.
- Nugier, A., Gil, S. et Chekroun, P. (2012). Validation française du test des émotions réflexives (French-TOSCA-3) : une mesure des tendances émotionnelles de honte et de culpabilité. *Revue européenne de psychologie appliquée*, 62(1), 19-27. doi: 10.1016/j.erap.2011.09.004
- Pines, M. (1987). Shame: What a psychoanalysis does say and does not say. *Group Analysis*, 20(1), 16-31. doi: 10.1177/0533316487201004
- Piotrowski, K. (2019). Perfectionism and Identity Processes in Two Domains: Mediational Roles of Worry, Rumination, Indecisiveness, Shame, and Guilt. *Frontiers in psychology*, 10, 1864.
- Scherer, K. R. et Wallbott, H. G. (1994). Evidence for universality and cultural variation of differential emotion response patterning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 310-328. doi: 10.1037/0022-3514.67.1.55
- Schalkwijk, F., Van Someren, E. J. et Wassing, R. (2019). A clinical interpretation of shame regulation in maladaptive perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 138, 19-23.
- Scheff, T. (1988). Shame and conformity: The deference emotion system. *American Sociological Review*, 53, 395-406. doi : 10.2307/2095647
- Scherer, K. R. et Wallbott, H. G. (1994). Evidence for universality and cultural variation of differential emotion response patterning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 310-328. doi: 10.1037/0022-3514.67.1.55

- Slade, P. D. et Owens, R. G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22, 372-390. doi:10.1177/01454455980223010
- Stoeber, J., Harris, R. A. et Moon, P. S. (2007). Perfectionism and the experience of pride, shame and guilt: Compare healthy perfectionists, unhealthy perfectionist and non-perfectionists. *Personality and Individual Differences*, 43, 131-141. doi: 10.1016/j.paid.2006.11.012
- Stoeber, J., Kempe, T. et Keogh, E. J. (2008). Facets of self-oriented perfectionism and socially prescribed perfectionism and feelings of pride, shame and guilt following success and failure. *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1506-1516. doi: 10.1016/j.paid.2008.01.007
- Stoeber, J. et Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319. doi: 10.1207/s15327957pspr1004_2
- Tangney, J. P., Dearing, R., Wagner, P. et Gramzow, R. (2000). The Test of Self-Conscious-Affect 3 (TOSCA-3). Fairfax, VA: George Mason University.
- Tangney, J. P. (2002). Perfectionism and the self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment, and pride. Dans P. L. Hewitt et G. L. Flett (Éds), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington, DC: American Psychological Association. doi: 10.1037/10458-008
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L. et Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1256-1269. doi: 10.1037/0022-3514.70.6.1256
- Trumbull, D. (2003). Shame: An acute stress response to interpersonal traumatization. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 66, 53-64. doi: 10.1521/psyc.66.1.53.20288
- Zeelenberg, M., Nelissen, R. M. A., Breugelmans, S. M. et Pieters, R. (2008). On emotion specificity in decision making: Why feeling is for doing. *Judgment and Decision Making*, 3, 18-27.