

SCIENCE ET COMPORTEMENT

Revue de l'Association scientifique pour la modification du comportement



Volume 32 (1)

Juin 2022

Équipe éditoriale

Pascale Brillon, Ph.D.

Rédactrice-en-chef
Université du Québec à Montréal

Réal Labelle, Ph.D.

Rédacteur adjoint
Université du Québec à Montréal

Comité éditorial de révision

Canada

Arsenault, Marie, Psy.D.
Institut Douglas
Bélanger, Claude, Ph.D.
UQAM
Belleville, Geneviève, Ph.D.
Université Laval
Bigras, Marc, Ph.D.
UQAM
Bond, Suzie, Ph.D.
Université TÉLUQ
Bouchard, Sébastien, Ph.D.
Université de Sherbrooke
Bouchard, Stéphane, Ph.D.
Université du Québec en Outaouais
Boudreau, Maxine, Ph.D.
Institut Alpha
Brassard, Audrey, Ph.D.
Université de Sherbrooke
Brunet, Alain, Ph.D.
Université McGill
Brunet, Julie, Ph.D.
Clinique Cognitions Plus
D'Antono, Bianca, Ph.D.
Université de Montréal
Dionne, Frédérick, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Donais, Sylvie, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Dugas, Michel, Ph.D.
Université du Québec en Outaouais
Dupuis, Gilles, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Gamache, Dominick, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Godbout, Roger, Ph.D.
IUSMM, Université de Montréal
Goyer, Lysanne, Ph.D.
Centre Hospitalier Universitaire de Montréal

Groleau, Patricia, Ph.D.
Institut Alpha
Guay, Marie-Claude, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Hébert, Martine, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Laberge, Luc, Ph.D.
ÉCOBES-Cegep de Jonquières
Laberge, Melanie, Ph.D.
Clinique de Psychologie Change
Labra, Oscar Ramon, Ph.D.
Univ. Québec Abitibi-Témiscamingue
Langlois, Frédéric, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Lanovaz, Marc, Ph.D.
Université de Montréal
Leroux-Boudreault, Ariane, Ph.D.
Centre services scolaires Pointe-de-l'île
Marcoux, Lyson, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Marin, Marie-France, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Meilleur, Dominique, Ph.D.
Université de Montréal
Parent, Véronique, Ph.D.
Université de Sherbrooke
Paquet, Annie, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Pélissier, Marie-Claude, Ph.D.
Pratique privée, Montréal
Rivard, Mélina, Ph.D.
Université du Québec à Montréal
Roberge, Pasquale, Ph.D.
Université de Sherbrooke
Ross-Plourde, Mylène, Ph.D.
Université de Moncton
Savard, Josée, Ph.D.
Université Laval
Touchette, Évelyne, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières

Turgeon, Marie-Ève, Ph.D.
Clinique de Psychologie des Tr. Alimentaires
Vaillancourt, Marie-Pierre, Ph.D.
Université du Québec à Trois-Rivières
Vininsky, Harley, Ph.D.
Clinique Spectrum, Montréal

France

Aït Aoudia, Malik, Ph.D.
Institut de Victimologie de Paris
Belabre Sarra-Gallet, Jean-Luc, M.D.
Cabinet Libéral, Aix-en-Provence
Bouvard, Martine, Ph.D.
Université Savoie, Chambéry
Chapelle, Frédéric, Ph.D., M.D.
Cabinet Libéral, Toulouse
Czernecki, Virginie, Ph.D.
Groupe Hospitalier Pitié-Salpêtrière
Granier, Emmanuel, M.D.
Clinique Belle-Rive, Villeneuve-lez-Avignon

Belgique

Fontaine, Philippe, M.D.
CHU VanGogh, Charleroi

Suisse

Brodard, Fabrice, Ph.D.
Université de Lausanne
Ceschi, Grazia, Ph.D.
Université de Genève
Page, Dominique, Ph.D.
Université de Fribourg

Antilles

Bernos, Marc, M.Ps.
Établissement public de Santé Mentale de
Guadeloupe

République démocratique du Congo

Birangui, Jean-Pierre, Ph.D.
Université de Lubumbashi

Révision linguistique, mise en page et mise en ligne

Carole Desrochers
Revisseuse

Omari Abdennour
Webmestre

Conseil d'administration de l'ASMC et Comité éditorial de révision

Réal Labelle, Ph.D. Président	Gilles Trudel, Ph.D. Vice-Président	Jacques Forget, D.Ps. Secrétaire	Kathleen Carvajal, Ph.D. (c) Trésorière
Julie Leclerc, Ph.D. Membre	Nathalie Poirier, Ph.D. Membre	Georgette Goupil, Ph.D. Membre	

Association scientifique pour la modification du comportement
100 Sherbrooke Ouest, Montréal (Qc), Canada H2X 3P2

ISSN numérique 2562-6558
Volume 32(1), Juin 2022
Publication annuelle

Science et Comportement
Volume 32(1) – Juin 2022
Actes du 21^e Colloque de l'ASMC
Table des matières

- Mot de la rédactrice-en-chef 5
- Bilan du 21^e Colloque Thématique de l'ASMC (Leclerc) 7
- L'association scientifique pour la modification du comportement :
 Un bref historique en trois vagues (Forget) 9
- L'utilité des thérapies comportementales pour traiter l'anxiété des tout-petits
 (Guay) 15
- Voir les choses autrement : Comment la TCC peut soulager l'anxiété
 (Lecomte et Lefebvre)..... 21
- Optimiser le traitement des troubles anxieux grâce à l'acceptation et
 la pleine conscience (Dionne et Guimond) 27
- Table ronde – Enjeux et défis en TCC (Labelle et Des Roches) 41



Éditorial de la rédactrice-en-chef

Chers collègues,
Chères collègues,

Par la présente, nous sommes ravis de vous présenter les Actes du 21^e colloque « Anxiété et stress selon les 3 vagues de TCC : Nuances et complémentarité ». Organisé par l'Association Scientifique pour la Modification du Comportement (ASMC), cet événement a permis à plus de 160 clinicien(e)s, doctorant(e)s, chercheur(e)s et intervenant(e)s d'entendre des conférencier(e)s incontournables du domaine des TCC et de discuter des stratégies cognitivo-comportementales les plus innovantes et efficaces. Cet événement a été très apprécié par les participant(e)s qui ont reconnu son caractère formateur et stimulant.

Décidés à ce que ce moment et ces prestations s'inscrivent sur papier et que d'autres collègues puissent profiter des enseignements et des discussions rendus lors de cette journée, nous avons tenu à concevoir ce numéro spécial sur les Actes de Colloque 2021 de la Revue *Science et Comportement*. Ainsi, vous trouverez dans les articles qui suivent, un résumé de l'essentiel des principales conférences. D'abord, la professeure Julie Leclerc, vous offre un bilan du colloque. Par la suite, le professeur Jacques Forget présente l'historique de l'Association Scientifique de la Modification du Comportement, de ses débuts jusqu'à nos jours. Ce texte est suivi de celui de la professeure Marie-Claude Guay qui présente comment les concepts propres à la première vague en TCC sont encore d'actualité pour aider concrètement les tout-petits, mais aussi les plus grands souffrant d'anxiété. Puis, la professeure Tania Lecomte et Chanelle Lefebvre détaillent les stratégies propres à la deuxième vague des TCC et comment celles-ci peuvent soulager l'anxiété. Le texte met en évidence les modèles cognitifs les plus influents en plus de cibler les applications concrètes possibles, les avenues potentielles futures et les taux d'efficacité. Le papier du professeur Frédérick Dionne et de Laurie-Anne Guimond met en lumière les stratégies optimales du traitement des troubles anxieux grâce à l'acceptation et la pleine conscience de la troisième vague des TCC. L'article porte attention aux facteurs communs aux trois approches et suggère des stratégies d'intégration entre ces vagues. Ce colloque s'est terminé par une table ronde qui a permis de discuter des enjeux et défis des TCC. Un résumé des échanges est proposé par le professeur Réal Labelle et Philippe Des Roches.

Nous tenons par la présente à remercier la professeure Julie Leclerc pour son implication dans l'organisation du Colloque. Elle a su, de main de maître, mener la conception, la publicité, la reconnaissance de cette expérience de formation continue, gérer les inscriptions, animer cette journée et enfin finaliser le Colloque en offrant les attestations et reçus nécessaires aux participants. Ce travail, souvent mené dans l'ombre, nous a été extrêmement précieux, et ce, alors que la pandémie de Covid-19 faisait rage. Merci encore à son travail et à celui de son équipe de doctorant(e)s qu'elle a su diriger si efficacement et qui ont permis la tenue et le succès de cette journée : Kathleen Carvajal, Marie-Élise Lapointe, Lois Rhode Nsana, Audrey Veilleux et Lysandre Bourguignon. Tous nos remerciements vont aussi à la Faculté des Sciences Humaines de l'UQAM qui nous a offert une subvention bien aidante et au département de psychologie qui a appuyé ce projet et offert un soutien technique précieux. Merci enfin au Conseil d'administration de l'ASMC qui a soutenu l'organisation et le financement de l'événement.

Nous vous invitons d'ores et déjà au 22^e Colloque Thématique de l'ASMC 2022 qui aura lieu le 9 juin prochain et qui aura pour thème *Bienveillance et résilience : les visages de l'adaptation*. Signe des temps, celui-ci se tiendra en mode hybride soit en ligne et en présentiel. Il présentera les conférences de Stéphane Bouchard (Stratégies de régulation de l'anxiété à l'aide de la réalité virtuelle : Du traitement par exposition au développement de la résilience), de Caroline Berthiaume (Gestion des inquiétudes et de l'anxiété en contexte d'incertitude : Comment intervenir auprès des enfants?), de Sébastien Grenier (La TCC adaptée aux aînés anxieux : Ce que vous devez savoir pour commencer du bon

pied), de Steve Geoffrion (Premiers soins psychologiques en période de crise : Vers un soutien de proximité) et de moi-même (Travailler dans le bien-être : Prévenir la fatigue de compassion et le trauma vicariant chez les soignants). Nous vous invitons à vous inscrire dès maintenant (voir site Grenadine ou réseaux sociaux de l'ASMC).

Nous espérons le plaisir de vous y rencontrer et bonne lecture,

Pascale Brillon, Ph.D.

Rédactrice-en-chef