

L'observation de l'expression non verbale comme méthode d'évaluation de l'état anxieux¹

SYLVIE CÔTÉ
JEAN-PIERRE BLONDIN

Université de Montréal

L'observation de l'expression non verbale est un type de mesure relativement récent dans l'évaluation du niveau d'anxiété. Cette recension des écrits confirme d'ailleurs l'utilité de ce type de mesure. Mais des données contradictoires suggèrent des conditions d'utilisation dont il faudrait tenir compte. Notamment, il serait important d'observer l'ensemble des indices non verbaux plutôt qu'un seul de ceux-ci. De plus, il faudrait tenir compte de l'influence des caractéristiques de la situation anxiogène et de certaines différences interindividuelles. Par ailleurs, il semble que l'inférence du niveau d'anxiété nécessite l'évaluation des trois principales composantes (subjective, physiologique et motrice) de ce phénomène.

Actuellement, que ce soit à des fins de recherche ou lors d'une consultation psychologique, les auto-évaluations et les mesures physiologiques sont principalement utilisées pour évaluer le niveau d'anxiété d'un individu. Cependant, les mesures physiologiques ne sont pas toujours disponibles, notamment dans les milieux cliniques. D'ailleurs, elles rendent la situation artificielle à cause de l'appareillage nécessaire. De plus, selon plusieurs, une mesure physiologique seule ne permet pas de déterminer une catégorie d'émotion précise, mais plutôt une dimension d'activation commune à différentes émotions (Lang, 1985). Quant aux mesures subjectives, dont les auto-évaluations, elles sont valables. Mais leurs résultats peuvent être falsifiés par divers facteurs, dont la désirabilité sociale (Nelson, 1981). Il y a donc intérêt à se tourner vers un autre type de mesure susceptible de traduire l'expérience de l'anxiété.

A cet effet, depuis quelques années, de plus en plus de chercheurs s'intéressent à l'observation à l'oeil nu de l'expression non verbale afin d'évaluer le niveau

¹ Les demandes d'information peuvent être adressées à Jean-Pierre Blondin, Département de psychologie, Université de Montréal, C.P. 6128, succ. A, Montréal (Québec), Canada H3C 3J7.

d'anxiété (Nietzel & Bernstein, 1981). D'ailleurs, certains chercheurs croient que cette méthode d'évaluation pourrait fournir des informations aussi précises que les mesures physiologiques ou subjectives dans l'évaluation du niveau d'anxiété (Boice & Monti, 1982; Waxer, 1984). Mais ce domaine d'études est récent (Waxer, 1978). Présentement, il n'y a qu'un ensemble de recherches empiriques à ce sujet, pour lesquelles il n'existe aucune théorie unifiée.

Dans ce contexte, cette recension des écrits vise deux principaux objectifs. D'abord, préciser si l'observation à l'oeil nu de l'expression non verbale peut servir à évaluer le niveau d'anxiété et, deuxièmement, examiner si cette observation fournit des informations redondantes, complémentaires, ou plus précises que celles obtenues par les mesures physiologiques ou subjectives du niveau d'anxiété. Mais avant d'examiner les études pouvant permettre d'atteindre les objectifs visés, il serait important de définir ce qu'est l'anxiété et ce qu'est particulièrement l'expression non verbale de l'anxiété.

Anxiété

Le concept d'anxiété ne fait pas l'unanimité quant à sa définition. Mais, pour la plupart des chercheurs, l'anxiété est avant tout une émotion ou comporte du moins une composante affective (Beck, 1985; Izard, 1977; Pichot, 1987; Tuma & Maser, 1985). Ainsi, pour Freud (1926/1981) et Spielberger (1985), l'anxiété est un état émotionnel déplaisant caractérisé par des sentiments subjectifs de tension, de nervosité, d'appréhension et d'inquiétude et accompagné de manifestations comportementales et physiologiques.

En ce qui concerne l'anxiété en tant qu'émotion, trois importantes distinctions sont à faire. Premièrement, il s'agit de distinguer l'anxiété de la peur. Ainsi, la majorité des chercheurs croit que l'anxiété est une émotion distincte de la peur (Freud, 1926/1981; Pichot, 1987; Tuma & Maser, 1985; Waxer, 1977). Mais, pour certains, la distinction entre l'anxiété et la peur est avant tout sémantique (Bellack, 1980). Comme argument, ils avancent qu'il n'y a pas de différence entre les sentiments subjectifs, les réponses physiologiques et les comportements observables de la peur et de l'anxiété. Dans la présente recherche, l'intérêt porte à la fois sur les études s'intéressant à la peur et à l'anxiété car l'expression non verbale de ces deux émotions demeure semblable. En effet, les résultats d'études comparant l'expression non verbale de ces deux émotions l'illustrent bien (Lader & Marks, 1971; Lyman & Waters, 1986).

Une deuxième distinction est à faire entre l'anxiété «normale» et l'anxiété pathologique (ou clinique). Pour certains chercheurs, cette distinction se situe sur un continuum, celui de la sévérité et de l'intensité des réactions anxieuses (Lader & Marks, 1971). La distinction est donc quantitative. Tandis que pour d'autres chercheurs, cette distinction est à la fois quantitative et qualitative (Beck, 1985; Jablensky, 1985). Dans la présente étude, l'intérêt porte avant tout sur les recherches s'intéressant à l'anxiété normale, telle que définie par les chercheurs.

Enfin, une distinction moins controversée est celle entre l'anxiété situationnelle et le trait d'anxiété. Cette distinction a principalement été étudiée par

Spielberger (1985). Pour ce chercheur, le trait d'anxiété décrit une caractéristique stable de l'individu qui fait en sorte qu'il est plus ou moins susceptible de présenter des états anxieux intenses et fréquents dans diverses situations. L'anxiété situationnelle, aussi appelée état anxieux, est plutôt un état émotionnel transitoire, plus ou moins intense, et spécifique à une situation donnée. Dans la présente recherche, il est avant tout question de l'état anxieux. En effet, les études qui sont relevées cherchent à observer l'expression non verbale de l'anxiété dans des situations bien précises. Les chercheurs tentent donc d'induire un état émotionnel transitoire et spécifique à la situation étudiée chez leurs sujets.

Mis à part le consensus qui semble exister afin de définir l'anxiété comme une émotion, les chercheurs s'entendent pour dire qu'il s'agit aussi d'un processus complexe et tridimensionnel (Beck & Emery, 1985; Bellack, 1980; Tuma & Maser, 1985). En effet, trois principales composantes décriraient le phénomène de l'anxiété. Il s'agit des composantes subjective, physiologique et motrice (Tuma & Maser, 1985).

La composante subjective consiste en l'expérience consciente d'un état déplaisant, ressentit de façon plus ou moins intense, et en l'expérience de sentiments d'appréhension, de tension, de nervosité et d'un danger imminent (Tuma & Maser, 1985). Les tenants de l'approche cognitive considèrent que cette composante comprend aussi les processus cognitifs. Par exemple, Beck et Emery (1985) incluent sous cette composante les images ou pensées automatiques relatives au danger et l'interprétation ou l'évaluation cognitive de la situation.

La composante physiologique inclut toutes les manifestations neurophysiologiques et biochimiques associées à l'activation de l'organisme en présence d'un stimulus anxiogène (Tuma & Maser, 1985). Les études dans ce domaine montrent que le système limbique du système nerveux central serait impliqué dans le processus de l'anxiété (Pichot, 1987). Au niveau du système endocrinien, diverses hormones seraient relâchées, dont l'adrénaline. Enfin, l'activation se manifesterait dans les branches sympathique et parasympathique du système nerveux autonome. Ainsi, dans la branche sympathique, les manifestations physiologiques incluraient l'accélération du rythme cardiaque, l'augmentation de la pression sanguine et de la sudation, la dilatation des pupilles et la respiration rapide (Beck & Emery, 1985; Jablensky, 1985). Les manifestations parasympathiques incluraient l'augmentation des mouvements intestinaux, la nausée et l'augmentation de la fréquence de miction (Jablensky, 1985).

La composante motrice comporte deux aspects: l'aspect comportemental et l'aspect expressif. L'aspect comportemental inclut les comportements de fuite et d'évitement d'une situation anxiogène; il comprend aussi les comportements qui permettent de faire face à la situation. Ces comportements ont pour but de diminuer l'anxiété en réduisant ou en terminant l'action des stimuli anxiogènes (Tuma & Maser, 1985). L'aspect expressif comporte une variété de comportements non verbaux dont la posture, l'expression faciale, les mouvements des membres du corps et le paralanguage (Strongman, 1987).

Expression non verbale

Même s'il existe de légères nuances dans les définitions descriptives proposées, la plupart des définitions de l'expression non verbale mentionnent qu'il s'agit d'un ensemble de conduites observables qui sont de nature non verbale et qui peuvent exercer différents rôles (Harper, Wiens & Matarazzo, 1978). Par exemple, l'expression non verbale peut servir à régulariser la conversation (Argyle, 1975; Ekman & Friesen, 1981; Feyerisen & de Lannoy, 1985) et la relation interpersonnelle (Feyerisen & de Lannoy, 1985). Dans certains cas, cette forme d'expression peut servir à communiquer des messages particuliers concernant les émotions éprouvées par la personne. En fait, l'expression non verbale est considérée, depuis Darwin (1872/1979), comme une partie intégrante de l'émotion et, même, comme une forme de communication privilégiée de l'expérience émotionnelle (Ekman, 1984; Izard, 1977). Comme nous le verrons, plusieurs chercheurs tentent de vérifier que l'expression non verbale peut servir, en particulier, à la communication de l'état anxieux.

Pour la plupart des chercheurs, la communication non verbale est un sous-ensemble de comportements non verbaux dont l'objectif est de communiquer un message (Harper et al., 1978). Cette communication est un processus qui comporte un émetteur (ou encodeur) qui transmet un message, un récepteur (ou décodeur) qui reçoit le message et un message véhiculé par un canal de la communication non verbale (Feyerisen & de Lannoy, 1985). Le message transporte de l'information codée et le codage réfère au processus par lequel l'information est représentée sous forme non verbale (c.à.d. sous forme faciale, gestuelle, etc.) (Harper et al., 1978).

La communication non verbale comporte diverses modalités ou canaux. Une modalité est un ensemble de comportements communicatifs qui véhiculent de l'information pouvant être étudiée indépendamment de l'information transmise par d'autres comportements au même moment (Wiener & Mehrabian, 1968). Pour la plupart des chercheurs dans le domaine de la communication non verbale, cinq modalités sont considérées. Il s'agit de la kinésie, de l'expression faciale, du regard, du paralangage et de la proxémie (Harper et al., 1978).

La kinésie concerne les mouvements du corps. Selon plusieurs, cette modalité inclut les gestes (mouvements des mains), les mouvements des membres du corps (jambes, pieds, bras, tête, tronc), l'expression faciale, le regard et la posture (i.e. la position du corps) (Harper et al., 1978).

L'expression faciale et le regard sont souvent étudiés séparément des autres comportements kinésiques à cause de l'importance qui leur est accordée dans la littérature; la plupart des études sur la communication non verbale des émotions portent sur ces deux comportements non verbaux. L'expression faciale inclut les mouvements des muscles faciaux, de la bouche, des sourcils et du front (Harper et al., 1978).

Le regard comporte tous les mouvements des yeux. Il existe plusieurs types de regard (Harper et al., 1978). Par exemple, il y a le regard unidirectionnel que l'émetteur dirige vers le visage ou les yeux du récepteur. Il y a aussi le regard mutuel où l'émetteur et le récepteur regardent le visage de l'autre dans la région des

yeux et l'omission du regard où l'un des deux partenaires évite le regard de l'autre. Il existe aussi divers types d'évaluation du regard, dont la direction du regard, le mouvement des yeux ou du regard, la durée ou la fréquence des regards (Harper et al., 1978).

Le paralangage réfère aux aspects du comportement verbal qui ne sont pas associés au langage parlé ou écrit (Harper et al., 1978). Le paralangage comprend le rire, les pleurs, les cris, le ton de voix, l'intensité de la voix, le rythme, la durée du discours, le temps de latence, le nombre total de mots prononcés, le débit du discours et les silences (comprenant les pauses vides et remplies et les hésitations) (Harper et al., 1978). Les perturbations du discours (i.e. les omissions, les bégaitements, les phrases incomplètes, les substitutions de mot, les corrections de phrases, les sons incohérents, les répétitions superflues de mots et les pauses remplies) font aussi partie du paralangage.

La proxémie réfère à la façon dont l'individu utilise ou organise l'espace physique dans ses interactions avec les autres (Harper et al., 1978). Une façon spécifique d'évaluer la proxémie est celle proposée par Hall en 1966. Il s'agit de la distance interpersonnelle qui sépare une personne d'une autre. Celle-ci varie selon le type de communication. Ainsi, il y aurait quatre zones d'interaction, chacune étant délimitée par une certaine distance entre deux personnes: les zones intime, personnelle, sociale et publique. Par exemple, la zone intime est celle où la communication de type intime se poursuit à une distance de moins de 45 cm alors que la zone publique est la zone la plus éloignée de l'individu et se situe à plus de 3,6 m de l'individu.

En résumé, le bref survol des domaines de l'anxiété et de la communication non verbale permet maintenant de mieux saisir ce qu'est l'expression non verbale de l'état anxieux. L'expression non verbale de l'état anxieux concerne la composante expressive de l'anxiété. Les comportements non verbaux, ou indices non verbaux, formant cette composante se manifestent principalement par cinq modalités de la communication.

Résultats obtenus

Répertoire des indices non verbaux propres à l'état anxieux

La recension des recherches portant sur l'identification des indices non verbaux spécifiques à l'état anxieux (i.e. le répertoire) permet d'atteindre le premier objectif de cette étude. Cette recension amène à conclure que l'observation de l'expression non verbale peut servir, sous certaines conditions, à évaluer le niveau d'anxiété d'un individu. Les six tableaux présentés en appendice résument les résultats de ces recherches en fonction des cinq principales modalités de la communication non verbale.

Concernant les cinq modalités de la communication examinées, seuls le quotient «non-ah» des perturbations du discours et l'agrandissement de la distance

interpersonnelle à 1,5 m -1,8 m seraient des indices non verbaux spécifiques à l'état anxieux.

Le quotient «non-ah» des perturbations du discours, créé par Mahl en 1956, se définit par le nombre de perturbations du discours moins les pauses remplies, divisé par le nombre total de mots prononcés ou divisé par la durée totale du discours. Mahl identifie huit catégories de perturbations: les pauses remplies (qui comprennent les sons tels «ah», «er», «um»), les répétitions superflues de mots, les bégaiements, les omissions de mots, les corrections de phrases, les phrases incomplètes, les sons incohérents et les lapsus (qui comprennent les néologismes et les substitutions de mots).

Cependant, le quotient «non-ah» est un indice complexe à évaluer car il comporte l'observation de sept perturbations du discours à la fois. Quant à la distance interpersonnelle, elle pourrait être influencée par d'autres facteurs que l'état émotionnel, dont le type de relation interpersonnelle. De plus, les études mettant en évidence un agrandissement de la distance interpersonnelle comme indice de l'état anxieux datent des années 1970; depuis cette époque, aucune autre étude n'est venue appuyer ou infirmer leurs résultats. Pour les autres indices non verbaux étudiés, aucune réponse définitive ne peut encore être offerte quant à la possibilité qu'ils reflètent l'état anxieux à cause d'un manque de données empiriques et de données expérimentales contradictoires.

A ce sujet, trois types de facteurs peuvent expliquer en partie les contradictions obtenues entre les données d'expérience. Il s'agit des caractéristiques de la situation anxiogène, des différences interindividuelles dans l'encodage de l'expression non verbale et des difficultés méthodologiques rencontrées dans ce domaine de recherches. Il faut aussi mentionner que, somme toute, peu d'études portent spécifiquement sur la communication non verbale de l'état anxieux.

Les caractéristiques de la situation anxiogène influenceraient les indices non verbaux manifestés car la situation étudiée pourrait en elle-même déterminer les comportements non verbaux qu'il est acceptable de manifester. Ainsi, plusieurs chercheurs reconnaissent l'importance du contexte dans la communication non verbale des émotions (Argyle, 1975; Ekman & Friesen, 1969; Strongman, 1987). Néanmoins, aucune recherche n'étudie spécifiquement l'influence du contexte sur l'expression non verbale de l'état anxieux.

Par ailleurs, l'évaluation du niveau d'anxiété à partir de l'observation de l'expression non verbale est probablement affectée par le fait que la communication est convergente (i.e. toutes les modalités transmettent le même type de message, un état anxieux) ou contradictoire (i.e. il y a désaccord entre les messages transmis par les différents indices non verbaux). (Waxer, 1981). Par exemple, si la communication est contradictoire, quelle modalité devrait alors être observée? Les études à ce sujet sont plutôt rares (Ekman & Friesen, 1969; Waxer, 1983, 1984). Toutefois, Ekman (1981: voir Feyerherzen & de Lannoy, 1985) et Ekman et Friesen (1969, 1974) proposent que certains indices non verbaux sont plus faciles à dissimuler dans les cas où un individu voudrait volontairement inhiber l'expression d'une émotion. Par exemple, il serait plus facile à cet individu de dissimuler les indices faciaux de l'anxiété que les indices kinésiques. Il serait donc

préférable d'observer les indices kinésiques, qui sont moins faciles à dissimuler, afin d'inférer la présence d'un état anxieux lorsque la communication est contradictoire.

En fait, d'autres études sont nécessaires avant de conclure définitivement quant à l'influence précise des caractéristiques de la situation sur le répertoire des indices non verbaux de l'état anxieux.

D'autres facteurs qui influenceraient les indices non verbaux manifestés sont les caractéristiques des sujets. Il s'agit des différences interindividuelles dans l'encodage. Trois principales différences interindividuelles peuvent être examinées: les différences sexuelles, les différences culturelles et les différences quant à l'âge des sujets. Le manque de données ne permet cependant pas de conclure quant à leur influence spécifique sur le répertoire. Mais les hypothèses proposées dans le domaine plus général de l'expression des émotions appuient leur importance dans la communication non verbale de l'état anxieux (Bond & Ho, 1978; Odom & Lemon, 1972; Wagner, MacDonald & Manstead, 1986).

Par exemple, l'examen des études interculturelles menées par Ekman et ses collaborateurs sur l'expression faciale des émotions fournit des informations qui pourraient orienter les recherches futures concernant les différences culturelles dans l'encodage de l'état anxieux (voir Ekman et Oster (1979) pour un résumé de ces études). En effet, il semble que les mouvements faciaux pour exprimer la peur peuvent différer d'une culture à l'autre. Ceci pourrait être occasionné, notamment, par des règles d'expression propres à chaque culture, qui viennent moduler l'expression faciale spontanée de cette émotion. Ces règles d'expression permettraient de moduler, entre autres, la durée et l'intensité de l'expression faciale (Ekman, 1971).

Par ailleurs, l'individu pourrait contrôler ou même dissimuler de façon volontaire l'expression émotionnelle (Ekman, 1984) et, par exemple, chercher à masquer les manifestations de l'anxiété. Ainsi, le sourire pourrait permettre de dissimuler un état anxieux (Harper et al., 1978). D'ailleurs, la corrélation positive observée par Bond et Ho (1978) entre la fréquence des sourires et l'intensité de l'état anxieux (voir tableau 3) pourrait être interprétée de cette façon; il est possible que les sujets les plus anxieux aient tenté de dissimuler volontairement l'émotion ressentie en augmentant la fréquence des sourires.

Finalement, l'influence d'un troisième type de facteurs, les difficultés méthodologiques, n'est pas à négliger. D'abord, les conditions expérimentales utilisées induisent de l'anxiété mais peut-être aussi d'autres émotions (Polivy, 1981; Schwartz & Weinberger, 1980). De plus, les comportements non verbaux observés pourraient servir d'autres rôles que la communication des émotions dans les situations expérimentales examinées; ces comportements ne refléteraient donc pas nécessairement l'état anxieux des sujets. Enfin, le niveau d'anxiété induit chez les sujets pourrait influencer les comportements non verbaux manifestés. Ainsi, un faible niveau d'anxiété pourrait ne pas susciter de manifestations non verbales (Izard, 1977; Nitzel & Bernstein, 1981).

Enfin, pour plusieurs chercheurs, il est important d'observer l'ensemble des modalités de la communication non verbale plutôt que de se limiter à en observer

une seule (Knapp, 1984; Patterson, 1983). Pour eux, c'est l'ensemble des comportements non verbaux manifestés à un moment donné qui détermine la signification qui leur est accordée. Par ailleurs, le manque de concordance entre les différents indices d'une même composante de l'anxiété amène les chercheurs à suggérer l'évaluation de plus d'un indice par composante (Maser, 1984). Les résultats contradictoires obtenus dans l'identification des indices non verbaux proches à l'état anxieux pourraient donc découler du fait qu'il est nécessaire d'observer l'ensemble des comportements non verbaux plutôt qu'un seul à la fois afin d'évaluer le niveau d'anxiété.

Comparaison entre les indices fournis par les trois composantes

Le deuxième objectif de cette recension des écrits est de spécifier si l'observation de l'expression non verbale de l'état anxieux fournit des informations complémentaires, plus précises, ou redondantes par rapport à celles offertes par les deux autres composantes de l'anxiété, les composantes physiologique et subjective.

Cependant, il semble exister un manque de concordance entre les trois composantes de l'anxiété (Beck & Emery, 1985; Hodgson & Rachman, 1974; Lader & Marks, 1971; Nietzel & Bernstein, 1981; Tuma & Maser, 1985). Cette discordance signifie qu'à un moment donné les trois composantes fournissent des informations contradictoires quant à la présence de l'état anxieux. Ainsi, par exemple, les indices non verbaux peuvent laisser croire que le sujet est anxieux alors que celui-ci rapporte ne pas ressentir d'anxiété à un questionnaire évaluant l'état subjectif. Plusieurs études relevées dans la présente recension des écrits observent cette discordance (Jurich & Jurich, 1974; Notarius & Levenson, 1979). Selon Hodgson et Rachman (1974), le niveau de concordance dépendrait, entre autres, de l'intensité de l'émotion ressentie. Ainsi, plus l'individu est anxieux, plus le niveau de concordance entre les trois composantes serait élevé.

Cette discordance suggère l'importance de tenir compte des informations fournies par les trois composantes dans l'évaluation du niveau d'anxiété chez un individu (Tuma & Maser, 1985) et implique donc que les informations fournies par chacune des composantes ne sont probablement pas redondantes mais sont nécessaires à l'identification du niveau d'anxiété. En résumé, l'importance de l'ensemble des composantes dans l'évaluation du niveau d'anxiété signifie que l'observation de l'expression non verbale a toute son importance par rapport aux autres types de mesure de l'anxiété.

De plus, ceci souligne l'utilité d'étudier le processus de l'anxiété où, à des moments définis, certaines composantes seraient prédominantes alors que d'autres composantes se manifesteraient peu (Beck & Emery, 1985; Maser, 1984). Cependant, deux problèmes se posent. 1) A quel stade du processus de l'anxiété, chacune des composantes est-elle prépondérante? 2) Si plus d'une composante se manifeste à un moment donné, laquelle fournit les informations les plus précises? Il n'existe pas de solution simple dans la littérature quant à ces deux problèmes. D'ailleurs, plusieurs difficultés se présentent. Ainsi, il faut d'abord détermi-

ner ce qu'est le processus de l'anxiété et les points de vue sont divergents à ce sujet (Tuma & Maser, 1985).

Conclusion: utilité des indices non verbaux

L'atteinte des deux objectifs principaux de cette recherche permet maintenant de répondre à une interrogation plus globale concernant l'expression non verbale de l'état anxieux: quelle est l'utilité des indices non verbaux dans l'évaluation du niveau d'anxiété?

A ce sujet, au terme de cette recension des écrits, l'observation de l'expression non verbale semble être une évaluation utile du niveau d'anxiété en autant que certaines conditions sont respectées.

D'abord, il faut reconnaître que l'observation de l'expression non verbale n'est qu'une mesure parmi plusieurs autres dans l'évaluation du niveau d'anxiété; l'observation de l'expression non verbale devrait donc s'accompagner de l'évaluation des deux autres composantes de l'anxiété. Deuxièmement, il serait important d'observer l'ensemble des indices non verbaux plutôt qu'un seul à la fois. Toutefois, il est fort possible que certains indices non verbaux soient plus importants à observer que d'autres. Ainsi, les indices kinésiques fournissent probablement des informations plus faciles à détecter et plus fiables que les indices vocaux ou faciaux (Ekman, Friesen, O'Sullivan & Scherer, 1980; Harper et al., 1978). D'ailleurs, cette question pourrait faire l'objet d'un examen systématique qui permettrait, éventuellement, de pondérer avec précision l'importance et l'utilité des différentes manifestations non verbales de l'anxiété.

Troisièmement, il faudrait tenir compte des caractéristiques de la situation et des caractéristiques de l'émetteur, lesquelles influencent fort probablement les indices non verbaux manifestés. Par exemple, l'individu anxieux peut exercer un certain contrôle volontaire sur ses manifestations non verbales. Par ailleurs, il faut se demander si une analyse tenant compte des idiosyncrasies de l'expression non verbale pour chaque individu n'est pas nécessaire dans l'évaluation du niveau d'anxiété. En effet, l'importance probable des différences interindividuelles, lesquelles pourraient interagir avec d'autres conditions d'utilisation, suggère cette proposition (Feyereisen & de Lannoy, 1985).

Quatrièmement, il faudrait être conscient des difficultés méthodologiques qui peuvent survenir lors de l'observation de l'expression non verbale. Enfin, il serait important de connaître le processus de l'anxiété afin de savoir à quel moment les indices non verbaux ont de fortes chances de se manifester. Ces conditions d'utilisation de l'observation de l'expression non verbale peuvent en fait être considérées comme des limitations de ce type de mesure. Ces limitations sont d'ailleurs d'autant plus importantes qu'il existe des lacunes dans les connaissances précises de ces conditions.

L'observation de l'expression non verbale semble donc être un type de mesure utile; mais elle apparaît aussi comme une tâche complexe à accomplir à cause des nombreuses conditions d'utilisation dont il faudrait tenir compte. Malgré cette

difficulté, plusieurs chercheurs emploient déjà ce type de mesure dans l'évaluation du niveau d'anxiété (Burgoon & Koper, 1984; Steinberg, Curran, Bell, Paxson & Munroe, 1982).

Suite à ces conclusions, il serait intéressant de présenter certaines applications possibles de l'observation de l'expression non verbale de l'état anxieux. Tout d'abord, dans le contexte thérapeutique, il semble que plusieurs intervenants utilisent déjà l'observation de l'expression non verbale de façon intuitive (Waxer, 1978). Une formation professionnelle sensibilisée à la communication non verbale de l'état émotionnel serait donc la bienvenue. Par exemple, dans les cas où le client ne ses symptômes ou transmet une communication contradictoire, l'observation de l'expression non verbale pourrait venir clarifier l'interprétation de l'intervenant. Dans le domaine de la recherche, l'observation de l'expression non verbale pourrait venir appuyer ou infirmer les informations fournies par les deux autres types de mesure du niveau d'anxiété. En somme, l'utilisation de l'observation de l'expression non verbale permettrait de mieux nuancer l'évaluation du niveau d'anxiété car cette évaluation serait alors basée sur trois types de mesure. Éventuellement, grâce à d'autres études dans ce domaine, ce type de mesure pourra peut-être aussi servir à distinguer les différents troubles anxieux.

Pour terminer, certaines suggestions de recherches futures peuvent être apportées afin de vérifier l'utilité des indices non verbaux dans l'évaluation du niveau d'anxiété et afin de combler les lacunes dans les connaissances concernant les conditions d'utilisation de l'observation des comportements non verbaux.

D'abord, d'autres recherches portant sur le répertoire des indices non verbaux de l'état anxieux devraient être poursuivies dans des situations anxiogènes non encore étudiées, tout en tenant compte des trois types de facteurs susceptibles d'influencer les résultats obtenus. Deuxièmement, des études devraient porter sur l'identification précise du processus de l'anxiété. De plus, il serait important de déterminer si l'observation de l'expression non verbale fournit des informations plus précises que des mesures physiologiques ou subjectives à un stade de ce processus.

Troisièmement, vu l'importance d'observer l'ensemble des comportements non verbaux, il serait intéressant d'évaluer si un indice non verbal global peut refléter adéquatement le niveau d'anxiété ou s'il est nécessaire d'avoir recours à autant d'indices qu'il y a de comportements non verbaux à observer. La première solution aurait l'avantage d'alléger la tâche d'observation. D'ailleurs, certaines études utilisent déjà un indice global des comportements non verbaux manifestés afin d'évaluer le niveau d'anxiété (Boice & Monti, 1982; Jurich & Jurich, 1974; Jurich & Polson, 1985; Steinberg et al., 1982).

Enfin, les situations anxiogènes étudiées sont souvent artificielles; elles se produisent en laboratoire. De plus, les expériences nécessitent fréquemment des observateurs entraînés. Des études devraient donc porter sur des observations en milieu naturel, sans la technologie habituellement employée (i.e. vidéo). Idéalement, l'observation à l'oeil nu par un observateur non entraîné devrait être le but à atteindre. En effet, ceci augmenterait les possibilités d'utilisation de ce type de

mesure, par exemple, en milieu clinique. Un premier pas vers ce but pourrait être d'utiliser la méthodologie employée en éthologie humaine (Feyereisen & de Lannoy, 1985).

En somme, des recherches futures concernant l'observation de l'expression non verbale de l'état anxieux, qui tiennent compte de ces suggestions, viendront fort probablement confirmer l'utilité de ce type de mesure. L'observation de l'expression non verbale semble donc un outil de choix dans l'évaluation du niveau d'anxiété d'un individu si certaines conditions d'utilisation sont respectées.

Abstract

The observation of nonverbal expression is a relatively new kind of measure in the evaluation of anxiety state. This review article validates the utility of that kind of measure. But contradictory data suggest special conditions of utilization. For example, it would be better to observe all the nonverbal signs instead of only one at a time. Also, it would be preferable to consider the influence of the characteristics of the situation and the individual differences. Besides, it seems that the inference of the level of anxiety requires the evaluation of the three principal components (subjective, physiological, and motor) of anxiety.

Références

- Argyle, M. (1975). *Bodily communication*. London: Methuen.
- Beck, A. T. (1985). Theoretical perspectives on clinical anxiety. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 183-196). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Bellack, A. S. (1980). Anxiety and neurotic disorders. In A. E. Kazdin, A. S. Bellack, & M. Hersen (Eds.), *New perspectives in abnormal psychology* (pp. 175-203). New York: Oxford University Press.
- Boice, R., & Monti, P. M. (1982). Specification of nonverbal behaviors for clinical assessment. *Journal of nonverbal behavior*, 7, 79-94.
- Bond, M. H., & Ho, H. Y. (1978). The effect of relative status and the sex composition of a dyad on cognitive responses and non-verbal behavior of Japanese interviewees. *Psychologia*, 21, 128-136.
- Brady, A. T., & Walker, M. B. (1978). Interpersonal distance as a function of situationally induced anxiety. *British journal of social and clinical psychology*, 17, 127-133.
- Burgoon, J. K., & Koper, R. J. (1984). Nonverbal and relational communication associated with reticence. *Human communication research*, 10, 601-626.
- Daly, S. (1978). Behavioural correlates of social anxiety. *British journal of social and clinical psychology*, 17, 117-120.
- Darwin, C. (1979). *The expression of emotions in man and animals*. London: Julian Friedmann. (Original work published 1872).
- Dinges, N. G., & Oetting, E. R. (1972). Interaction distance anxiety in the counseling dyad. *Journal of counseling psychology*, 19, 146-149.

- Ekman, P. (1971). Universals and cultural differences in facial expressions of emotion. *Nebraska symposium on motivation*, 19, 207-283.
- Ekman, P. (1984). Expression and the nature of emotion. In K. R. Scherer & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp. 319-343). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1969). Nonverbal leakage and clues to deception. *Psychiatry*, 32, 88-106.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1974). Detecting deception from the body or the face. *Journal of personality and social psychology*, 29, 288-298.
- Ekman, P., & Friesen, W. V. (1981). The repertoire of nonverbal behavior: categories, origins, usage, and coding. In A. Kendon (Ed.), *Nonverbal communication, interaction, and gesture* (pp. 57-105). The Hague: Mouton.
- Ekman, P., & Oster, H. (1979). Facial expressions of emotion. *Annual review of psychology*, 30, 527-554.
- Ekman, P., Friesen, W. V., O'Sullivan, M., & Scherer, K. (1980). Relative importance of face, body and speech in judgment of personality and affect. *Journal of personality and social psychology*, 38, 270-277.
- Feyereisen, P., & de Lannoy, J. D. (1985). *Psychologie du geste*. Bruxelles: Mardaga.
- Freud, S. (1981). *Inhibition, symptôme et angoisse*. Paris: Presses Universitaires de France. (Original work published 1926)
- Fromme, D. K., & Schmidt, C. K. (1972). Affective role enactment and expressive behavior. *Journal of personality and social psychology*, 24, 413-419.
- Hall, E. T. (1966). *The hidden dimension*. Garden City, NY: Doubleday.
- Harper, R. G., Wiens, A. N., & Matarazzo, J. D. (1978). *Nonverbal communication: the state of the art*. New York: Wiley.
- Hodgson, R., & Rachman, S. (1974). Desynchrony in measures of fear. *Behaviour research and therapy*, 12, 319-326.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. New York: Plenum Press.
- Jablensky, A. (1985). Approaches to the definition and classification of anxiety and related disorders in European psychiatry. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 735-758). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Jurich, A. P., & Jurich, J. A. (1974). Correlations among nonverbal expressions of anxiety. *Psychological reports*, 34, 199-204.
- Jurich, A. P., & Polson, C. J. (1985). Nonverbal assessment of anxiety as a function of intimacy of sexual attitude questions. *Psychological reports*, 57, 1247-1253.
- Kasl, S. V., & Mahl, G. F. (1965). The relationship of disturbances and hesitations in spontaneous speech to anxiety. *Journal of personality and social psychology*, 1, 425-433.
- Knapp, M. L. (1984). The study of nonverbal behavior vis-à-vis human communication theory. In A. Wolfgang (Ed.), *Nonverbal behavior: perspectives, applications, intercultural insights* (pp. 15-40). Lewiston, NY: Hogrefe.
- Lader, M., & Marks, I. (1971). *Clinical anxiety*. New York: Grune and Stratton.
- Lang, P. J. (1985). The cognitive psychophysiology of emotion: fear and anxiety. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 131-170). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Lyman, B., & Waters, J. C. E. (1986). The experiential loci and sensory qualities of various emotions. *Motivation and emotion*, 10, 25-37.
- Mahl, G. F. (1956). Disturbances and silences in the patients' speech in psychotherapy. *Journal of abnormal and social psychology*, 53, 1-15.
- Maser, J. D. (1984). Behavioral testing of anxiety: issues, diagnosis, and practice. *Journal of behavioral assessment*, 6, 397-409.
- Monti, P. M., Kolko, D. J., Fingeret, A. L., & Zwick, W. R. (1984). Three levels of measurement of social skill and social anxiety. *Journal of nonverbal behavior*, 8, 187-194.
- Nelson, R. O. (1981). Realistic dependent measures for clinical use. *Journal of consulting and clinical psychology*, 49, 168-182.
- Nietzel, M. T., & Bernstein, D. A. (1981). Assessment of anxiety and fear. In M. Hersen & A. S. Bellack (Eds.), *Behavioral assessment: a practical handbook* (rev. ed.) (pp. 215-245). New York: Pergamon Press.
- Notarius, C. I., & Levenson, R. W. (1979). Expressive tendencies and physiological response to stress. *Journal of personality and social psychology*, 37, 1204-1210.
- Odom, R. D., & Leonard, C. M. (1972). Developmental differences in the perception and production of facial expressions. *Child development*, 43, 359-369.
- Patterson, M. L. (1973). Stability of nonverbal immediacy behaviors. *Journal of experimental social psychology*, 9, 97-109.
- Patterson, M. L. (1983). *Nonverbal behavior: a functional perspective*. New York: Springer-Verlag.
- Pichot, P. (Ed.). (1987). *L'anxiété*. Paris: Masson.
- Polivy, J. (1981). On the induction of emotion in the laboratory: discrete moods or multiple affect states? *Journal of personality and social psychology*, 41, 803-817.
- Pope, B., Blass, T., Siegman, A. W., & Raheer, J. (1970). Anxiety and depression in speech. *Journal of consulting and clinical psychology*, 35, 128-133.
- Ragsdale, J. D., & Silvia, C. F. (1982). Distribution of kinesic hesitation phenomena in spontaneous speech. *Language and speech*, 25, 185-190.
- Schulz, R., & Barefoot, J. (1974). Non-verbal responses and affiliative conflict theory. *British journal of social and clinical psychology*, 13, 237-243.
- Schwartz, G. E., & Weinberger, D. A. (1980). Patterns of emotional responses to affective situations: relations among happiness, sadness, anger, fear, depression, and anxiety. *Motivation and emotion*, 4, 175-191.
- Siegman, A. W., & Pope, B. (1965). Effects of question specificity and anxiety producing messages on verbal fluency in the initial interview. *Journal of personality and social psychology*, 2, 522-530.
- Siegman, A. W., & Pope, B. (1972). The effects of ambiguity and anxiety on interviewee verbal behavior. In A. W. Siegman & B. Pope (Eds.), *Studies in dyadic communication* (pp. 29-68). New York: Pergamon Press.
- Spielberger, C. D. (1985). Anxiety, cognition and affect: a state-trait perspective. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 171-182). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., & Lushene, R. E. (1970). *STAI manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Steinberg, S. L., Curran, J. P., Bell, S., Paxson, M. A., & Munroe, S. M. (1982). The effects of confederate prompt delivery style in a standardized social simulation test. *Journal of behavioral assessment*, 4, 263-272.
- Strongman, K. T. (1987). *The psychology of emotion* (rev. ed.). Chichester: Wiley.
- Tuma, A. H., & Maser, J. D. (Eds.). (1985). *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Wagner, H. L., MacDonald, C. J., & Manstead, A. S. R. (1986). Communication of individual emotions by spontaneous facial expressions. *Journal of personality and social psychology*, 50, 737-743.
- Waxer, P. H. (1977). Nonverbal cues for anxiety: an examination of emotional leakage. *Journal of abnormal psychology*, 86, 306-314.
- Waxer, P. H. (1978). *Nonverbal aspects of psychotherapy*. New York: Praeger.

- Waxer, P. H. (1981). Channel contribution in anxiety displays. *Journal of research in personality*, 15, 44-56.
- Waxer, P. H. (1983). Emotional deceit: false words versus false action. *Motivation and emotion*, 7, 365-376.
- Waxer, P. H. (1984). Nonverbal aspects of psychotherapy: discrete functions in the intercultural context. In A. Wolfgang (Ed.), *Nonverbal behavior: perspectives, applications, intercultural insights* (pp. 229-252). Lewiston, NY: Hogrefe.
- Wiener, M., & Mehrabian, A. (1968). *Language within language: immediacy, a channel in verbal communication*. New York: Appleton-Century-Crofts.

APPENDICE

Tableau 1
Résultats des études portant sur l'identification des indices kinésiques propres à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Waxer (1977)	patients psychiatriques	répondre aux énoncés de l'échelle d'anxiété situationnelle du STAI	-gestes non intentionnels ¹
Boice et Monti (1982)	étudiants	simulation de 4 types de relations interpersonnelles	-nombre d'auto-manipulations ¹ -mouvements des mains, des jambes et de la tête ¹ -posture rigide
Ragsdale et Silvia (1982)	étudiants des deux sexes	entrevue sur des thèmes anxigènes	-mouvements des mains et de la tête ¹
Bond et Ho (1978)	étudiants japonais des deux sexes	statut élevé de l'interlocuteur	-posture vers l'arrière ² -mouvements des jambes et des pieds ¹

Noté. STAI = "State-Trait Anxiety Inventory" de Spielberger et al. (1970)

¹ Corrélation positive significative entre cet indice et l'état anxieux

² Corrélation négative significative entre cet indice et l'état anxieux

Tableau 2

Résultats des études portant sur l'identification des indices du regard propres à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Jurich et Polson (1985)	étudiantes	entrevue sur les attitudes sexuelles prémaritales	-% d'omission du regard lorsque le sujet parle ¹
Daly (1978)	adolescents des deux sexes	jeu de rôle	-durée des regards quand le sujet parle ²
Waxer (1977)	patients psychiatriques	répondre aux énoncés de l'échelle d'anxiété situationnelle du STAI	-f. des regards lorsque le sujet parle ² -f. de fermer les yeux ¹
Fromme et Schmidt (1972)	étudiants	simuler l'expression faciale de la peur	-durée du regard
Boice et Monti (1982)	étudiants	simulation de 4 types de relations interpersonnelles	-direction du regard

Noté. f. = fréquence

STAI = "State-Trait Anxiety Inventory" de Spielberger et al. (1970)

¹ Corrélation positive significative entre cet indice et l'état anxieux

² Corrélation négative significative entre cet indice et l'état anxieux

Tableau 3

Résultats des études portant sur l'identification des indices faciaux propres à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Waxer (1977)	patients psychiatriques	répondre aux énoncés de l'échelle d'anxiété situationnelle du STAI	-f. des sourires ²
Boice et Monti (1982)	étudiants	simulation de 4 types de relations interpersonnelles	-EF
Bond et Ho (1978)	étudiants japonais des deux sexes	entrevue avec un interlocuteur de statut social élevé	-f. des sourires ¹

Note. f. = fréquence

EF = Expression Faciale

STAI = "State-Trait Anxiety Inventory" de Spielberger et al. (1970)

¹ Corrélation positive significative entre cet indice et l'état anxieux

² Corrélation négative significative entre cet indice et l'état anxieux

Tableau 4

Résultats des études portant sur l'identification des perturbations du discours propres à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Kasl et Mahl (1965)	étudiants	entrevue sur des thèmes anxigènes	-QNA ¹
Pope et al. (1970)	patients psychiatriques	observation du comportement non verbal durant 3 mois	-QNA ¹
Siegmán et Pope (1965)	étudiants en sciences infirmières	entrevue sur des thèmes anxigènes	-QNA ¹
Siegmán et Pope (1972)	patients psychiatriques	observation du comportement non verbal durant 3 mois	-QNA ¹
Jurich et Polson (1985)	étudiantes	questions sur les attitudes sexuelles prémaritales	-omissions, phrases incomplètes ¹

Note. QNA = Quotient «Non-Ah»

¹ Corrélation positive significative entre cet indice et l'état anxieux

Tableau 5

Résultats des études portant sur l'identification de la productivité verbale propre à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Siegmán et Pope (1965)	étudiants en sciences infirmières	entrevue sur des thèmes anxigènes	-nombre total de mots prononcés ¹
Siegmán et Pope (1972)	patients psychiatriques	observation du comportement non verbal durant 3 mois	-débit du discours ¹ -quotient de silence ²
Pope et al. (1970)	patients psychiatriques	observation du comportement non verbal durant 3 mois	-débit du discours ¹ -quotient de silence ²
Jurich et Jurich (1974)	étudiantes	questions sur les attitudes sexuelles prémaritales	-débit du discours ¹ -pauses remplies ¹
Jurich et Polson (1985)	étudiantes	questions sur les attitudes sexuelles prémaritales	-débit du discours ¹ -pauses remplies ¹
Bond et Ho (1978)	étudiants japonais des deux sexes	statut élevé de l'interlocuteur	-débit du discours ² -durée des pauses vides ² -latence de réponse ²
Schulz et Barefoot (1974)	étudiants	répondre à des questions intimes, à des DI variables	-latence de réponse ¹
Daly (1978)	adolescents des deux sexes	jeu de rôle	-durée du discours ²

Note. DI = Distance Interpersonnelle

¹ Corrélation positive significative entre cet indice et l'état anxieux

² Corrélation négative significative entre cet indice et l'état anxieux

Tableau 6
Résultats des études portant sur l'identification de la distance interpersonnelle propre à l'état anxieux

Chercheurs	Sujets	Situation	Résultats
Brady et Walker (1978)	étudiants des deux sexes	accent mis sur la performance sociale	-DI ¹
Fromme et Schmidt (1972)	étudiants	simuler la peur devant un complice de l'expérimentateur	-DI ¹
Patterson (1973)	étudiants des deux sexes	entrevue portant sur les expériences de l'enfance	-DI ¹
Dinges et Oetting (1972)	étudiants des deux sexes	évaluer quelle est la DI la plus anxiogène	-les DI de 76 cm et 224 cm sont les plus anxiogènes

Note. DI = Distance Interpersonnelle

¹ Agrandissement de la DI lorsque le sujet est anxieux