

## ***Rôle des communications non verbales dans l'agressivité de l'enfant : gestion des comportements de mise en combat***

R. SOPPELSA<sup>1</sup>

La colère est une émotion qui fait parties des huit affects de base, soit l'intérêt, la joie, la peur, la tristesse, la détresse, la colère, l'étonnement, et le dégoût [5]. Les émotions ont longtemps été considérées comme des forces perturbatrices pour la pensée rationnelle et dans l'action adaptée. Cette vision du rapport entre les émotions et l'action est due à un grossière simplification [7]. L'habileté à gérer ses propres émotions et celles des autres, à les discriminer et à les utiliser pour guider ses pensées et son action a montré son importance dans la réussite sociale autant que le calcul du QI [11, 15]. Parmi les émotions primaires, la colère a un statut particulier car c'est l'affect le plus réprimé socialement. Il y a des raisons évidentes à cela : la crise de colère est liée au passage à l'acte, à la violence et à la dangerosité. Il n'y a pas de superposition de ces trois notions, elles n'ont pas de relation causale simple. En effet, il peut y avoir agression sans colère lorsque l'agression est un moyen, un instrument pour obtenir un but [3]. La colère est un sentiment prédominant chez les adolescents qui passent à l'acte [7], leur réflexion est biaisée ; les attributions devant les situations neutres sont systématiquement hostiles [4, 12]. Les stratégies thérapeutiques portant sur le contrôle de la colère [16, 17] semblent donner des résultats plus stables dans le temps que d'autres portant leur effort sur les changement comportementaux propres à l'agression. Les meilleurs résultats sont obtenus quand on associe à ces traitements, les thérapies portant sur les habiletés d'auto-observation, les habiletés de résolution de problème personnel, l'assertivité et l'entraînement aux réponses pro-sociales devant la provocation [8].

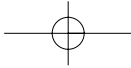
La colère est un affect adaptatif, elle a des aspects positifs car elle sous-tend les capacités à l'affirmation de la personne et elle permet d'exprimer ses droits. C'est un sentiment complexe qui a une utilité comme toutes les émotions pour la survie de l'espèce et de l'individu.

La colère appelle le contrôle sous deux formes :

- Une forme personnelle qui s'apparente à la connaissance de soi et à l'utilisation adaptée des émotions dans le comportement.

---

1. Psychomotricien – regis.soppelsa@free.fr



- Une forme sociale qui s'intéresse à la gestion de la mise en combat chez l'autre, que l'on soit l'agressé ou le spectateur de l'agression.

Le contrôle personnel de la colère est considéré par les personnes comme particulièrement difficile à réaliser. C'est l'émotion qui pose le plus de problèmes. On se rend compte que les méthodes pour contrôler ce type d'émotion décrites par les personnes interrogées lors de l'étude sont peu efficaces. Beaucoup décrivent les effets paradoxaux des tentatives de contrôle qui entraînent parfois l'apparition de raptus paroxystiques. Ceci est dû à une méconnaissance des mécanismes d'apparition, de maintien et d'expression de la colère associée à des croyances erronées qui s'enracinent dans la littérature spécialisée.

Le contrôle social présente aussi des difficultés. On est très peu informé des modalités des déclencheurs et des systèmes de régulation de cette émotion et des interactions qu'elle engendre. Les situations où deux personnes sont en interaction et où l'une d'entre elles est en colère répondent à des règles précises. On peut parler de dialogue coléreux, car pour arriver à ce qu'une agression ait lieu il faut que les deux protagonistes se donnent simultanément les répliques adéquates pour que l'interaction continue. C'est dans cette perspective que les comportements de provocation s'intègrent ; ils permettent à l'agresseur de mettre l'opposant dans l'état d'excitation voulu pour pouvoir passer à l'acte.

Certaines croyances légitiment l'utilisation de la colère comme un moyen de résolution des conflits ou qui amènent une indulgence devant ce type de sentiment pourtant réprimé socialement. Exercer un contrôle sur la crise du petit garçon de trois ans qui se roule par terre ne risque-t-il pas de faire de lui un faible, toujours écrasé par les autres ? On trouve dans cet exemple, la confusion entre l'affirmation de soi et la crise de colère alors que les deux phénomènes n'ont pas grand-chose à voir.

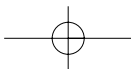
## Les théories de l'agression

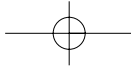
### La métaphore hydraulique

Il y avait dans l'idée antique de catharsis les prémices de cette position. Les grecs considéraient que la communion émotionnelle induite chez les spectateurs, par la tragédie pouvait amener un mieux-être. L'idée a été reprise par Freud [9] et Lorenz [13] pour construire un modèle explicatif de l'agression qui s'inspire de la physique ; la psyché est comparable à un réservoir d'eau qui s'emplit inexorablement d'énergie agressive ou pulsionnel. Quand celle-ci atteint un certain niveau, le système doit s'évacuer par l'agression. Si cette occurrence ne peut se produire, l'énergie tend à augmenter la pression dans le système obligeant les individus à avoir des comportements auto-agressifs (suicide) ou d'extrême violence (homicide) [2].

Il n'y a pas de preuve scientifique que le psychisme fonctionne comme un système hydraulique fermé. Il est difficile de mesurer Thanatos : la mise en acte de l'agressivité permettant de réduire les agressions futures, qui est la mesure la plus opératoire de la catharsis, a été infirmée de façon répétitive [1, 10]. Elle entraîne une facilitation du passage à l'acte.

Malgré cela, la théorie hydraulique de l'agression persiste ; elle soutient l'idée erronée que l'expression de la colère est nécessaire à l'équilibre psychologique des individus. Elle légitime aussi la colère comme moyen de résolution des conflits.





## **Théorie du transfert d'excitation**

On sait que les états émotifs entraînent un éveil et une excitation physiologique qui est aspécifique, c'est-à-dire qu'elle est indépendante du type d'émotion qui la génère. Cette activation neurovégétative joue un rôle majeur dans la colère. Une de ces caractéristiques est qu'elle met du temps à se dissiper car son mode d'action est hormonal. La théorie du transfert d'excitation suppose que, si deux événements surviennent dans un délai suffisamment proche, alors il y a un transfert de l'émotion par contagion hormonale d'un événement sur l'autre [20].

L'éveil suscité par la colère a des effets pernicieux qui rendent le contrôle de ce sentiment difficile : quand un individu a été en colère, deux processus perdurent dans le temps : l'éveil physiologique et la focalisation des pensées sur la cause de la colère. Le raisonnement logique est biaisé par une obnubilation qui entraîne des phénomènes de ruminations. L'homme en colère n'est plus accessible à la raison. Tout concourt à ramener à l'esprit le préjudice subi et les moyens de se venger. Si un individu est mis en colère par une situation donnée et que, plus tard, il subit une provocation, même minime, qui n'a rien à voir avec la situation initiale, il y a un rebond : l'excitation gagnée lors de la première confrontation enclenche une nouvelle crise de colère.

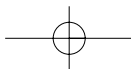
## **Les processus sous-jacents à la colère**

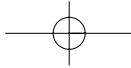
Être adapté, c'est faire une analyse pertinente de l'environnement et apporter la meilleure réponse possible à la situation. Les émotions concourent à cet objectif en préparant le sujet à faire les bons choix ; la peur et la colère sont des activateurs de réaction de survie, la tristesse permet de se centrer sur ses perceptions et ses cognitions afin de résoudre un problème en interne, la joie augmente la propension à communiquer avec les autres.

La colère s'inscrit donc dans un processus adaptatif qui permet à la personne de revendiquer un droit, de parvenir à obtenir un objet, un avantage ou de punir une personne pour un comportement qu'elle juge inadmissible. Cet ensemble peut se résumer sous l'idée d'une injustice perçue : la colère naît de la croyance réelle ou imaginaire que le sujet a subi un préjudice.

Pour la personne qui est en colère, il faut obtenir « réparation », c'est-à-dire que l'individu objet de la ire doit d'abord se rendre compte du mal qu'il a fait et proposer un échange, volontaire ou non, permettant de réduire le préjudice. Ainsi une résolution possible d'un conflit associé à la colère est de trouver rapidement un moyen de résoudre l'injustice supposée. C'est une résolution efficace, mais difficile à mettre en œuvre car l'obnubilation est aussi présente chez l'agressé lors d'une interaction soumise à la colère.

Pour être en colère il faut être deux. On décrit un état de surprise du sujet qui subit l'attaque hargneuse. Celui-ci ne comprend pas ce qui lui arrive et pourquoi il se fait agresser. On verra plus loin, que la crise coléreuse commence bien avant son explosion comportementale. Le coléreur a signalé, il y a déjà un bon moment, que quelque chose ne fonctionnait plus. C'est devant le manque de réponse adaptée de la personne objet de son mécontentement que l'explosion survient. La surprise fait donc partie intégrante de l'explosion coléreuse.





## Le dialogue coléreux

Les émotions sont présentes chez les mammifères mêmes primitifs, contrairement aux reptiles qui en sont dépourvus pour cause de développement insuffisant du système amygdalien. Ce qui est le plus facilement observable est le sentiment de peur.

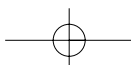
Ceci indique le caractère ancien des émotions. Il n'est pas étonnant de considérer que les régulateurs et les stimuli déclencheurs sont essentiellement non verbaux. Ils vont utiliser plusieurs médias dans les principaux sont l'espace, la posture et le regard. Les expressions faciales jouent un rôle plus ambigu, car un certain nombre de signaux faciaux qui font partie du faciès caractéristique de la colère sont communs à d'autres expressions comme la détermination ou le dégoût [6]. De plus, il est difficile de se fier à l'expression faciale car celle-ci est concomitante de la mise en combat et non des étapes préparatoires.

Il faut, pour commencer un processus de combat, que l'autre soit partie prenante de l'interaction. La finalité de la colère est alors la réparation qui contient l'espoir pour le coléreux de la prise en compte de la doléance. L'engagement est obtenu par des provocations renouvelées jusqu'à ce que la colère gagne l'agressé. À ce moment-là, les deux individus sont dans un état émotif suffisamment intense pour que la procédure de combat puisse débiter. Les marqueurs et les déclencheurs agressifs vont pouvoir se succéder chez les deux protagonistes dans une escalade symétrique jusqu'à ce que l'un d'entre eux cède. L'état de colère prend seulement en compte les objectifs de celui qui est agressif, tous ses comportements servent à intimider. Cet état est reflété par les comportements non verbaux qui l'accompagnent. La posture d'engagement au combat est droite, tendue et rigide, le buste légèrement incliné vers l'avant, l'orientation des épaules est perpendiculaire à la direction du regard qui est fixe. Les mains peuvent être en poing avec des mouvements consistant en de larges gestes symétriques avec des pointages du doigt intermittents. La voix est surmodulée, le ton est bas et le débit rapide. Les expressions faciales sont rigides et tendues, les dents de la mâchoire supérieure peuvent être montrées, la lèvre supérieure est retroussée (c'est d'ailleurs un bon indicateur de l'émergence de l'accès coléreux). La distance interpersonnelle est courte, entre 1 et 2 mètres, elle est généralement perçue comme inconfortable [14].

Il y a dialogue c'est-à-dire que l'individu A donne une information auquel l'individu B répond afin que l'individu A puisse donner la suivante dans un ordre ascendant de fureur. Ce mécanisme est très sensible au timing : il faut que les informations se partagent avec un rythme soutenu. Si jamais un des individus s'arrête, le processus s'enraye et il est nécessaire de reprendre, à un niveau inférieur d'intensité, les provocations. On voit, ici, un autre moyen de contrôle des engagements coléreux : l'arrêt des communications non verbales de type provocation rend la mise en combat difficile.

## Structure temporelle de la mise en combat

Il a été décrit comment l'enfant ou l'adolescent en milieu scolaire arrive à agresser l'adulte référent. Ce canevas temporel, qui est spécifique à la situation scolaire, apporte des informations générales sur la mise en combat et permet d'éviter que les confrontations ne se terminent en pugilas. Colvin [in 19] décrit 6 phases dans la crise coléreuse débouchant sur un combat. Il présente la crise de



colère comme une organisation cyclique et stable qui permet la prédictibilité. Un certain nombre de signes sont observables et délimitent des moments dans la progression. Les manifestations physiologiques découlant de l'activation du système neurovégétatif (augmentation du rythme cardiaque, vasodilatation du système vasculaire, hyperventilation, hypertonie...) et les communications non verbales font partie de ces signaux. Avant le début du processus, le comportement de l'enfant est orienté sur la tâche et les comportements sont adaptés. Il est calme, son comportement est approprié et il répond en général aux contraintes imposées. Il obéit aux règles, répond aux renforcements positifs.

### **Le déclic**

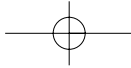
Il peut provenir d'un refus de l'adulte ou de la perception que quelque chose de négatif lui est infligé. La résolution langagière devient impossible on voit parfois un début de protestation qui s'arrête brusquement, il ne communiquera plus jusqu'à la phase de provocation. A partir de ce moment, l'enfant réagit négativement aux changements et les transitions sont difficiles pour lui. Souvent, après une erreur, il va avoir du mal à accepter de l'aide ou à recommencer d'une autre façon. Les demandes ordinaires dans le cadre scolaire provoquent des comportements émotionnels inattendus. Cette étape augmente le niveau d'agitation en même temps que le niveau d'attention au monde extérieur diminue. C'est un moment d'intégration de la situation d'injustice. L'enfant se centre sur ses propres pensées.

### **L'agitation**

Cette phase peut être longue, elle dépend en grande partie des réponses faites par le milieu aux comportements de l'enfant, si l'adulte perçoit la situation et répond de façon adaptée, le cycle de mise en combat s'arrête. Dans cette phase, l'enfant présente une agitation comportementale qui se manifeste par des mouvements brusques des yeux : il regarde un peu partout avec une faible focalisation. Lorsqu'on l'interpelle, les réponses sont courtes et monosyllabiques et il est difficile de construire une conversation. Une agitation des mains peut être repérable : il les remue, bouge les doigts ou tape de façon rythmique avec un objet. Il présente une instabilité des relations avec les autres enfants mais la tendance générale est de s'engager dans des activités solitaires : il commence un travail, s'arrête, passe à une autre activité sans pouvoir se fixer puis recommence et ainsi de suite. L'ignorance des indices pertinents dans cette phase ou leur non reconnaissance comme signe d'un début d'engagement coléreux va entraîner le passage à la phase suivante, par exemple toute tentative de correction du comportement sans prise en compte de l'injustice primaire.

### **L'accélération**

Dans cette phase, tous les comportements de l'enfant visent à l'engagement de l'interlocuteur. C'est un comportement provocateur qui va mener l'adulte dans l'état émotionnel nécessaire à la poursuite du scénario. Ce type de provocation marche sur tous, indépendamment du sexe ou de l'âge. Le sujet en colère refuse de coopérer et s'oppose à l'adulte ou aux autres enfants, il exhibe des comportements qui irritent ses pairs, pouvant les amener à se mettre eux aussi en colère et à émettre des insultes. Afin que l'adulte porte son attention sur lui, il peut se mettre dans un état d'énervement important pouvant aller jusqu'aux cris et aux



pleurs. Il peut avoir des postures ou comportements provocateurs émettant des menaces ou des insultes à voix basse. L'état d'agitation est tel qu'il va s'éloigner de la situation, sortant de la salle pour y revenir, tenter de reprendre une activité classique et recommencer le cycle des provocations.

### **Le pic**

Dans cette phase, tous les comportements sont hors de contrôle et présentent souvent une menace pour autrui. Il peut y avoir destruction d'objets, attaque sur les personnes ou sur lui-même. L'enfant peut se rouler par terre et hurler. Les manifestations physiologiques sont alors à leur paroxysme.

### **L'apaisement**

L'enfant se désengage de la situation, il présente un état de confusion durant lequel il a du mal à tenir un discours cohérent. Il est possible qu'il tente des procédures de réconciliation et d'excuses. Il s'engage le plus souvent dans une tâche mécanique ou de manipulation. La coloration principale de cette phase est le retrait : l'enfant se met dans une zone tranquille pour se reposer. Cette période est caractérisée par un refus de communiquer sur ce qui vient de se passer associé à un déni. Une amnésie partielle suivra cette période. Si on tente de forcer cette défense l'enfant peut revenir à la phase d'accélération et le cycle recommence. Grâce à cette description, on peut observer que l'engagement commence bien avant que les comportements de provocation ne soient présents. Durant les phases d'agitation et d'accélération de nombreuses procédures d'apaisement peuvent être mises en œuvre. Ceci peut permettre à l'enfant d'éviter de se retrouver dans une situation de mise en combat. Il faut savoir que plus un individu passe à l'acte, plus il a de facilité à recommencer.

## **Les procédures de contrôle**

### **Les procédures de contrôle personnelles**

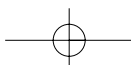
La colère est une émotion adaptative, il n'est pas question de mettre en place des procédures de suppression même si, on l'a vu, il n'y a pas de conséquences négatives à la suppression concernant le comportement futur de l'individu. Il existe néanmoins des situations où il est profitable de différer ou d'annuler l'état de colère, par exemple quand on est provoqué ou dans des situations sociales où il est difficile d'exprimer ce type de sentiment.

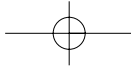
### **L'humour**

Comme l'état de relaxation est antinomique de l'état anxieux, l'humour, par la distance qu'il instaure avec son objet, est incompatible avec la colère.

### **La distraction**

La colère se nourrit et se maintient grâce à des processus essentiellement langagiers. Il faut que l'objet de la colère soit maintenu à la conscience par un discours interne fait de ruminations. Si, pour une raison quelconque, ce train de pensées est interrompu, la colère est oubliée et il est difficile de revenir à l'état





initial. Il reste alors l'état physiologique qui, lui, peut se maintenir plus longtemps. Toute procédure non linguistique qui occupe suffisamment longtemps l'attention va permettre de se dégager de l'état colérique. Une mise au calme en association permet de laisser l'effet hormonal se réduire. L'imagerie mentale, la focalisation sur une partie du corps, les comptages complexes auront les effets recherchés.

## Les procédures de contrôle social

### Les excuses

Le propre du sujet en colère est la perception d'un préjudice réel ou fantasmatique. Si on peut verbaliser les causes supposées de l'apparition de la colère et proposer une négociation ou une réinterprétation excluant l'agression des événements qui satisfasse l'individu, il y a des chances pour que l'accès de colère perde de l'intensité.

### Les postures neutres

Dans le dialogue colérique, si on propose à l'individu en colère des postures non symétriques à la provocation, on rend l'escalade particulièrement difficile.

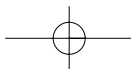
De la même façon, si on donne des réponses non verbales différées de quelques secondes, on rend le dialogue colérique particulièrement instable obligeant aussi l'agresseur à repartir à un niveau plus bas dans la hiérarchie de la violence.

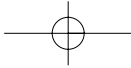
## Conclusion

L'objet de la psychomotricité est l'individu en relation. Les émotions font partie intégrante des activités dirigées. Pour cette raison, il est primordial que l'on s'intéresse à celles-ci comme régulateur positif du comportement. La psychomotricité doit développer une connaissance pratique des mécanismes émotionnels afin de leurs rendre leurs pertinence, et leurs efficacité. Le contrôle émotionnel fait partie de cette démarche de maîtrise et d'optimisation des émotions.

### RÉFÉRENCES

1. Bushman BJ, Geen RG – Role of cognitive-emotional mediators and individual differences in the effects of media violence on aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 58, 156-163.
2. Carnagey NL, Anderson CA – Theory in the study of media violence: the general aggression model. In: D. Gentile (Ed.), *Media Violence and Children* (pp. 87-106). Westport, CT: Praeger. 2003.
3. Corraze J – De la sociobiologie à la pathologie ou de l'agression à la violence. *Evolutions psychomotrices*, 1997, 9, 37, 115-124.
4. Dodge KA, Frame CL – Social cognitive biases and deficits in aggressive boys. *Child Development*, 1982, 53, 620-635.
5. Draghi-Lorenz R, Reddy V, Costall A – Re-thinking the development of « non-basic » emotions: A critical review of existing theories. *Developmental Review*, 2001, 21, 263-304.





6. Ekman, P, Friesen W – Constants across cultures in the face and emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1971, 17, 124-129.
7. Feindler EL – Adolescent anger control: review and critique. *Progress in Behavior Modification*, 1990, 26, 11-53.
8. Feindler EL, Marriott SA, Iwata M – Group anger control training for junior high school delinquents. *Cognitive Therapy and Research*, 1984, 8, 299-311.
9. Freud S – Au delà du principe de plaisir. In: *Essais de psychanalyse*. Paris: Payot. 1920, 1927.
10. Geen RG, Quany MB – The catharsis of aggression: An evaluation of a hypothesis, *Advances in Experimental Social Psychology*, 1977, 10, 2-39.
11. Goleman D – *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books. 1995.
12. Lochman JE, Burch PR, Curry JF, Lampron LB – Treatment and generalization effects of cognitive-behavioral and goal-setting interventions with aggressive boys. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 1984, 52, 915-916.
13. Lorenz K – *On aggression*. New York: Bantam. 1966.
14. Madiou E – Régulation des comportements agressifs découlant de la colère par l'apprentissage de stratégies d'autocontrôle. *Mémoire de Psychomotricité*. Toulouse. 1999.
15. Mayer JD, Salovey P – The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 1993, 17, 433-442.
16. Meichenbaum D, Novako RW – Stress inoculation: A preventive approach. *Issues in Mental Health Nursing*, 1985, 7, 419-435.
17. Novako RW – *The cognitive regulation of anger and stress*. New York: Academic Press. 1979.
18. Vallade L. – La psychomotricité face au trouble oppositionnel avec provocation: mise en place d'une prise en charge de groupe en ITEP. *Mémoire de Psychomotricité*. Toulouse. 2006.
19. Walker HM, Colvin G, Ramsey E – *Anti-social behavior at school: strategy and best practices*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole Publishing Compagny. 1995.
20. Zillmann D – Excitation transfer in communication-mediated aggressive behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*, 1983, 7, 419-434.

