

Master of Arts en enseignement pour le degré secondaire I

*Synthèse du Mémoire de Master*

# **INTOLÉRANCE À LA FRUSTRATION CHEZ LES ADOLESCENTS DU SECONDAIRE I**

## **Typologie et liens avec l'agressivité et le coping**

Auteur	<b>Gyöngy Patrick</b>
Directeur	Prof. Genoud Philippe
Date	06.08.2020

---

### **Introduction**

La vie est irrémédiablement faite de petites et parfois de grandes frustrations, y compris pour ce qui touche à l'école. Difficile de ne pas se dire que celui qui possède une faible tolérance à la frustration se trouvera continuellement confronté à des problèmes, tandis que celui qui détient les stratégies pour la supporter, la gérer, et la maîtriser aura un atout incontestable.

Le premier objectif de notre recherche est de mieux comprendre qui sont les élèves qui gèrent mal leur frustration, en prenant en compte des caractéristiques telles que le genre, l'année scolaire, et le type de classe. Le second objectif est d'investiguer les liens entre intolérance à la frustration, agressivité et stratégies de coping. Suivant le modèle d'agression-frustration (Dollard, Miller, Doob, Mowrer & Sears, 1939), il nous semble intéressant d'examiner la relation entre la difficulté qu'ont parfois les adolescents à tolérer une certaine frustration et leur niveau d'agressivité. Finalement, comme la frustration peut potentiellement être atténuée par des stratégies utilisées pour gérer le stress (Perrez & Reicherts, 1992), nous nous posons la question de savoir si le coping peut modérer (atténuer) l'impact de l'intolérance à la frustration sur l'agressivité.

La notion de tolérance (ou d'intolérance) à la frustration a été développée dans les années 1950 par le psychologue Albert Ellis (Ellis, 1979 ; 1980). Mais ce n'est qu'au tournant du XXI<sup>ème</sup> siècle qu'un questionnaire d'intolérance à la frustration a été développé et a permis de réactualiser ce concept (Harrington, 2005a). Selon cet auteur, l'intolérance à la frustration possède quatre dimensions : l'intolérance à l'iniquité, l'intolérance aux émotions désagréables, l'intolérance à l'échec et l'intolérance à l'inconfort. Dans le contexte scolaire, l'intolérance à la frustration a fait l'objet d'encore relativement peu de recherches. Malgré tout, trois études attestent que l'intolérance à la frustration est liée à des comportements de procrastination et d'évitement, au sentiment d'impuissance acquise et à de moins bonnes performances scolaires (Harrington, 2005b ; Wilde, 2012 ; Filippello, Harrington, Costa, Buzzai, & Sorrenti, 2018). Par conséquent, une forte intolérance à la frustration peut être considérée comme un facteur de risque de décrochage scolaire. Cependant, l'intolérance à l'échec peut paradoxalement mener à moins de procrastination et à de meilleures performances académiques (Harrington, 2005b ; Wilde, 2012).

Si les liens entre frustration et agressivité ont été investigués dès les années 1930 (Dollard et al., 1939), de nombreuses recherches ultérieures ont pu confirmer cette relation. Toutefois, l'évolution des concepts en psychologie, associée à de nombreuses recherches empiriques, ont permis de contester l'idée que le lien entre frustration et agressivité soit déterministe. Différents facteurs ont en effet un rôle de médiateur et de modérateur, comme l'évaluation subjective de la situation, le statut social, des traits de personnalité, des croyances, etc. (pour plus de détails, voir le modèle général d'agression d'Anderson & Bushman, 2002, et le modèle de frustration agression de Breuer & Elson, 2017). Il a en outre été démontré que certains processus d'évaluation et de décision peuvent également jouer un rôle, comme les stratégies de régulation émotionnelle et les stratégies de coping (Wranik & Scherer, 2010).

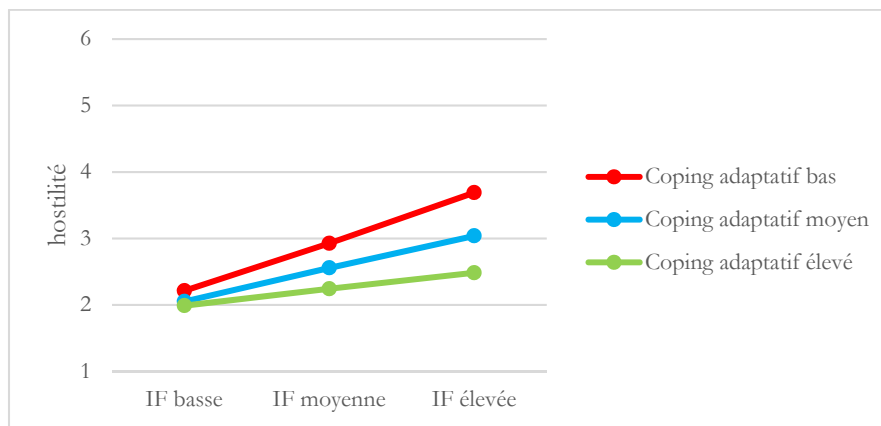
## Méthode

Neuf classes du Cycle d'Orientation de la partie francophone du canton de Fribourg ont participé à cette enquête, à raison d'une classe par année scolaire (9H / 10H / 11H), et par type de classe (EB / G / PG), pour un total de 169 élèves. Il leur a été soumis quatre questionnaires auto-rapportés : un questionnaire d'agressivité de Bryant et Smith (2001), traduit en français par Genoud et Zimmermann (2009), une version adaptée de l'échelle de frustration et d'inconfort développée par Harrington (2005a) et traduite par Chamayou, Tsenova, Gonthier, Blatier et Yahyaoui (2016), un questionnaire sur les réactions de colère ou d'anxiété face aux situations frustrantes, et une version adaptée du questionnaire de coping de Reicherts et Perrez (1992).

## Résultats

L'intolérance à la frustration corrèle modérément avec l'agressivité ( $r = .31$  ;  $p < 1\%$ ). Elle corrèle aussi avec le coping non-adaptatif ( $r = .20$  ;  $p < 5\%$ ), mais pas avec le coping adaptatif ( $r = -.10$  ;  $ns$ ). L'agressivité corrèle également avec le coping non-adaptatif ( $r = .34$  ;  $p < 1\%$ ), mais pas avec le coping ( $r = -.15$  ;  $ns$ ). Si notre recherche confirme donc le lien entre frustration et agression, la nature de ce lien n'est pas encore totalement élucidée. En particulier, il n'est pas clair si l'expérience de l'agressivité joue un rôle dans le développement de l'intolérance à la frustration. Nos résultats confirment par ailleurs que l'intolérance à la frustration est une notion indépendante de celle du coping.

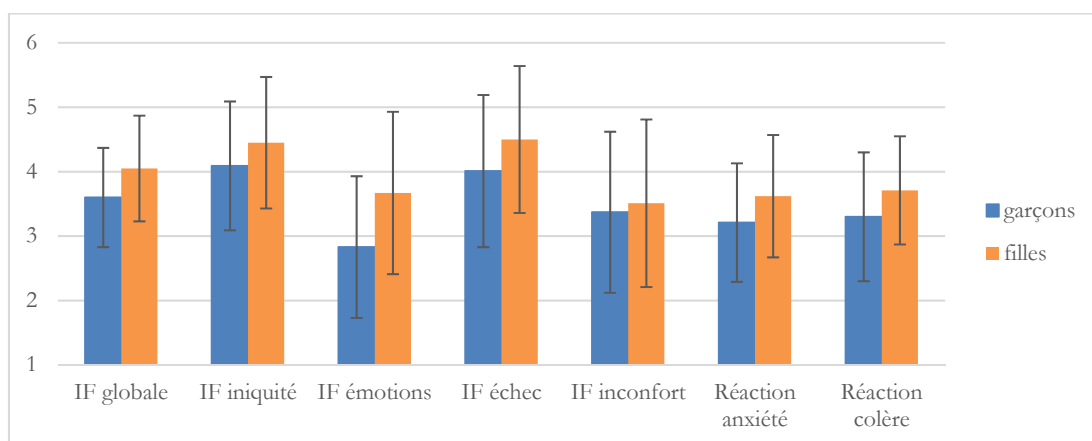
Le coping adaptatif par contre modère la relation entre intolérance à la frustration (particulièrement l'intolérance aux émotions désagréables) et agressivité (particulièrement l'hostilité), contrairement au coping non-adaptatif ( $\Delta R^2 = .03$ ) (**figure 1**). Ainsi, sur le plan pratique, le coping offre donc une sérieuse ouverture pour des interventions auprès d'individus intolérants à la frustration qui cherchent à réduire leur hostilité. Les interventions sur la gestion de la colère, centrée sur la relaxation, ou sur des thérapies cognitives et cognitivo-comportementales sont en outre globalement efficaces, avec une taille d'effet (*effect size*) allant de moyen à grand (Del Vecchio & O'Leary, 2004).



**Figure 1 : Effet modérateur du coping adaptatif sur la relation entre l'intolérance à la frustration globale et la dimension hostilité de l'agressivité (bas = 16<sup>ème</sup> centile ; moyen = 50<sup>ème</sup> centile ; haut = 84<sup>ème</sup> centile)**

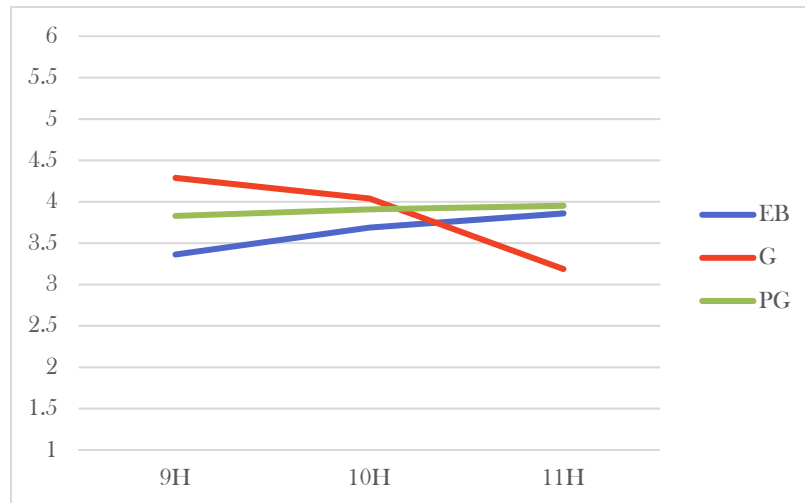
L'intolérance aux émotions désagréables est la dimension de l'intolérance à la frustration qui corrèle le plus fortement avec l'anxiété, l'agressivité, la colère, l'hostilité et le coping non-adaptatif. C'est en outre la dimension sur laquelle le genre et le type de classe ont un effet. Elle est donc à considérer comme la dimension pivot chez les adolescents.

Les filles manifestent non seulement davantage d'intolérance à la frustration que les garçons (**figure 2**), mais aussi plus d'anxiété, d'agressivité, de colère et de coping non-adaptatif. Si certains biais ne sont pas exclus, l'existence d'une différence réelle entre fille et garçon pour ce qui est des émotions est bien documentée (Brody & Hall, 2008). Pour expliquer cette différence, il semblerait que les rôles sociaux soient particulièrement importants, ce qui a des conséquences importantes sur le plan éducatif.



**Figure 2 : Intolérance à la frustration selon le genre**

Les élèves de la filière EB rapportent une intolérance à l'échec plus faible que les élèves de G et PG ( $F_{(2,166)} = 3.06 ; p = .05$ ). Cela suggère que l'intolérance à l'échec a un impact positif sur le succès scolaire. Mais il se pourrait aussi que la causalité se manifeste dans la direction opposée, à savoir que la réussite scolaire pousse à avoir une intolérance à l'échec plus élevée – ou que le fait de subir des échecs répétés rend les élèves plus tolérants.



**Figure 3 : Intolérance à la frustration globale selon le type de classe et l'année scolaire**

Un effet d'interaction très semblable entre année scolaire et type de classe se retrouve avec différentes variables : l'intolérance à la frustration (**figure 3**), l'agressivité et la colère. Tel n'est pas le cas par contre avec les stratégies de coping. Malgré la fiabilité discutable de ces effets et les limites de notre recherche, les résultats semblent cohérents. La divergence des enjeux de chaque filière en fin de scolarité, et notamment la transition vers le monde professionnel ou les études, semble être déterminant. Il s'agit pour les responsables pédagogiques de devoir tenir compte de ces différentes dynamiques pour améliorer les chances de succès scolaire et de transition réussie.

## Conclusion

Si le coping est un bon candidat pour des individus intolérants à la frustration qui cherchent à réduire leur hostilité, nos résultats suggèrent aussi qu'une intervention qui a pour but de renforcer la tolérance à la frustration doit se faire sur deux axes : sur les stratégies de coping efficaces d'une part, et sur les croyances fondamentales à la base de l'intolérance à la frustration d'autre part, car celles-ci semblent être particulièrement résistantes. Harrington (2011) par exemple insiste sur le fait que tout un travail discursif et argumentatif est nécessaire pour les changer, en les contestant activement, par des arguments qui portent tant sur la balance entre coûts et avantages, l'acceptation du monde tel qu'il est et la contestation des impératifs et des *“je ne supporte pas”*. Comme en outre l'intolérance aux émotions désagréables est la dimension qui joue apparemment un rôle pivot chez les adolescents, il s'agit surtout de se focaliser sur celle-ci, et de transmettre des stratégies qui visent à améliorer le contrôle sur ses émotions.

Globalement, notre étude met en évidence le fait que tout élève ressent, à un moment donné ou un autre, de la frustration plus ou moins fortement. La grande variété des résultats au sein d'un groupe nous indique

en outre que les catégories type de classe et année scolaire ne suffisent pas à identifier les cas particulièrement problématiques. Enfin, si ces différences doivent être prises en compte dans la réflexion d'une intervention ciblée, elles ouvrent surtout des possibilités de différenciation.

L'intolérance à la frustration s'avère enfin être une notion opératoire et bien définie. Elle couvre différentes facettes importantes et semble être un concept convainquant pour expliquer divers phénomènes psychoaffectifs. Mais il subsiste encore de nombreuses questions fondamentales la concernant, notamment de savoir si elle est une caractéristique stable de l'individu ou si elle est sujette à évolution. Des recherches sur le style éducatif parental, le contexte socio-culturel, le soutien social ou encore sur les pratiques contribuant au renforcement ou à l'atténuation de l'intolérance à la frustration sur le court et sur le long terme sont à notre avis nécessaires. Quant à ses liens avec les champs de l'éducation et de la cognition, ils ont été pour l'instant encore trop peu étudiés et méritent selon nous davantage d'attention.

## Bibliographie

- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 27-51.
- Breuer, J., & Elson, M. (2017). Frustration-Aggression Theory. In P. Sturmey, *The Wiley Handbook of Violence and Aggression* (p. 1-12). New York : John Wiley & Sons.
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (2008). Gender and emotion in context. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions, 3rd ed* (pp. 395–408). New York : The Guilford Press.
- Bryant, F. B., & Smith, B. D. (2001). Refining the architecture of aggression : A measurement model for the Buss–Perry Aggression Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 35(2), 138-167.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.
- Chamayou, J.-L., Tsenova, V., Gonthier, C., Blatier, C., & Yahyaoui, A. (2016). Validation française de l'échelle de frustration et d'inconfort (Frustration Discomfort Scale). *L'Encéphale*, 42, 325-332.
- Del Vecchio, T., & O'Leary, K. D. (2004). Effectiveness of anger treatments for specific anger problems : A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 24(1), 15-34.
- Dollard, J., Miller, N. E., Doob, L. W., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven : Yale University Press.
- Ellis, A. (1979). Discomfort Anxiety : A New Cognitive-Behavioral Construct. Part I. *Rational Living*, 15(1), 25-30.
- Ellis, A. (1980). Discomfort Anxiety : A New Cognitive-Behavioral Construct. Part II. *Rational Living*, 14(2), 193-202.
- Filippello, P., Harrington, N., Costa, S., Buzzai, C., & Sorrenti, L. (2018). Perceived parental psychological control and school learned helplessness: The role of frustration intolerance as a mediator factor. *School Psychology International*, 39(4), 360–377.
- Genoud, P. A., & Zimmermann, G. (2009). *French version of the 12-item Aggression Questionnaire. Preliminary psychometric properties*. Poster presented at the Congress of the Swiss Psychological Society, Neuchâtel.
- Harrington, N. (2005a). The Frustration Discomfort Scale : Development and psychometric properties. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(5), 374-387.
- Harrington, N. (2005b). It's too difficult ! Frustration intolerance beliefs and procrastination. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 873-883.
- Harrington, N. (2011). Frustration Intolerance : Therapy Issues and Strategies. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 29(1), 4-16.
- Perrez, M. & Reicherts, M. (1992). *Stress, Coping and Health. A Situation-Behavior Approach. Theory, Methods, Applications*. Seattle/Toronto: Hogrefe & Huber Publishers.
- Wilde, J. (2012). The Relationship between Frustration Intolerance and Academic Achievement in College. *International Journal of Higher Education*, 1(2), 1-8.
- Wraniak, T., & Scherer, K. R. (2010). Why do I get angry? A componential appraisal approach. In M. Potegal, G. Stemmler, & C. Spielberger (Eds.), *International handbook of anger : Constituent and concomitant biological, psychological, and social processes* (p. 243-266). New York : Springer Science + Business Media.