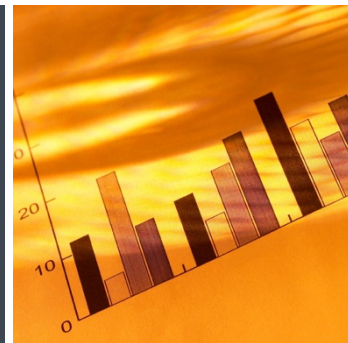


Qu'est-ce qui constitue une intervention cognitivo-comportementale?



2016-S010

www.securitepublique.gc.ca

Les interventions cognitivo-comportementales réduisent la délinquance en modifiant les attitudes procriminelles par l'enseignement, le modèle et l'entraînement dirigé.

QUESTION

Qu'est-ce qui constitue une intervention cognitivo-comportementale auprès des délinquants?

CONTEXTE

Il a été bien établi que lorsqu'il s'agit d'intervenir efficacement auprès des délinquants, les programmes cognitivo-comportementaux sont les plus efficaces (voir Recherche en bref, vol. 2, n° 3). Par conséquent, bon nombre de programmes se disent cognitivo-comportementaux, mais le terme « cognitivo-comportemental » ne semble pas toujours être défini de la même manière. C'est pourquoi on se pose maintenant la question de savoir ce qui constitue vraiment une intervention cognitivo-comportementale, comment déterminer si un programme est réellement cognitivo-comportemental, et quelles caractéristiques le programme devrait posséder.

En général, une thérapie cognitivo-comportementale est une démarche psychothérapeutique qui aide à comprendre que les pensées influencent le comportement. Comme le laissent entendre les mots qui composent le terme, les interventions cognitivo-comportementales mettent l'accent sur la façon de penser (aspect cognitif) et la façon de se comporter (aspect comportemental), en partant du principe que la façon de penser influe sur la façon de se comporter.

MÉTHODE

Afin d'établir un mécanisme permettant de déterminer si un programme ou une technique est de nature cognitivo-comportementale, nous avons d'abord fait une revue de la littérature sur le modèle cognitivo-comportemental. Nous avons examiné les pratiques fondées sur des données probantes et la recherche

méta-analytique. Par ailleurs, en plus de fouiller dans la recherche portant sur ce modèle dans le domaine de la réadaptation des délinquants, nous avons consulté la littérature générale au sujet de la psychothérapie.

RÉPONSE

À partir de la recherche et de la littérature existantes, nous avons postulé que pour être véritablement de nature cognitivo-comportementale, un programme ou une technique d'intervention auprès des délinquants devait comporter les quatre étapes suivantes :

1. démontrer le lien entre la pensée et le comportement;
2. cerner les attitudes, les pensées et les comportements qui guident le comportement déviant;
3. afficher et enseigner des compétences cognitives et comportementales concrètes afin de modifier les pensées et les comportements dévians;
4. entraîner afin d'aider à généraliser les compétences.

À la première étape, qui est possiblement la plus importante, l'agent de changement ou l'aide correctionnel montre au client le lien entre la pensée et le comportement, qui représente le fondement de l'intervention cognitivo-comportementale. En effet, les pensées guident le comportement; ce qu'on pense influence ce qu'on fait ou la façon dont on se comporte. Pour cette raison, l'agent de changement doit examiner et changer à la fois le contenu de la pensée et le processus de la pensée s'il souhaite que le client modifie son comportement. Il peut s'y prendre de plusieurs façons pour démontrer le lien entre la pensée et le comportement, tout comme pour réaliser



les quatre étapes. Une fois ce lien établi et compris du client, l'agent de changement peut passer à la deuxième étape du processus cognitivo-comportemental en cernant les attitudes, les pensées et les comportements déviants du client. Dans le cas des clients ayant des démêlés avec le système de justice pénale, il s'agit des pensées qui favorisent les infractions aux règles. Ensuite, à la troisième étape, l'agent de changement affiche des compétences cognitives et comportementales concrètes qu'il enseigne au client. Puis, en dernier lieu, il s'assure que le client s'entraîne à généraliser ces compétences, afin qu'il apprenne à les adapter et à les appliquer à sa vie à l'extérieur du milieu thérapeutique.

Malgré l'importance vitale d'enseigner au client des compétences cognitivo-comportementales et de l'entraîner à les maîtriser, aucune de ces étapes n'est possible sans le fondement d'une relation positive entre l'agent de changement et le client. La relation et les quatre étapes ont d'ailleurs été intégrées à un modèle de formation destiné aux agents de probation et se sont avérées efficaces (voir Recherche en bref, vol. 17, n° 5, 2012).

RÉPERCUSSIONS

1. Ce mécanisme en quatre étapes donne aux agents de changement et aux organismes correctionnels un moyen structuré de déterminer si les interventions qu'ils réalisent sont réellement de nature cognitivo-comportementale, et il fournit une orientation dans l'évaluation des diverses composantes requises. Ainsi, les agents de changement et les organismes correctionnels seront mieux à même de s'assurer que les services qu'ils offrent sont conformes aux recherches et aux pratiques fondées sur des données probantes.
2. Pour les concepteurs de nouveaux programmes d'intervention novateurs à l'intention des délinquants, ce mécanisme de base peut servir de schéma orientant le fondement d'interventions ou de programmes cognitivo-comportementaux fondés sur des données probantes.
3. Il reste des incohérences dans les programmes cognitivo-comportementaux, en ce qui a trait à la mesure dans laquelle le modèle du programme « enseigne » aux clients que d'autres facteurs que

leurs pensées guident leur comportement. Par exemple, certains programmes enseignent aux clients que des stimuli externes, ou « éléments déclencheurs », ont un lien causal direct avec leur comportement. Il faut mener de plus amples recherches en vue de bien définir les modèles et de comparer leurs diverses subtilités, ce qui permettra d'optimiser l'apprentissage des clients et de faciliter au maximum les changements cognitifs et comportementaux.

SOURCE

Rugge, T. et Bonta, J. (2014). Training community corrections officers. Dans R.C. Tafrate et D. Mitchell (dir.), *Forensic CBT: A Handbook for Clinical Practice* (p. 122-136). West Sussex, Royaume-Uni : John Wiley & Sons.

Pour obtenir davantage de renseignements sur la recherche effectuée au Secteur de la sécurité communautaire et de la réduction du crime de Sécurité publique Canada, pour obtenir une copie du rapport de recherche complet, ou pour être inscrit à notre liste de distribution, veuillez communiquer avec :

Division de la recherche, Sécurité publique Canada
340, avenue Laurier Ouest
Ottawa (Ontario) K1A 0P8
PS.CSCCBResearch-RechercheSSCRC.SP@canada.ca

Les sommaires de recherche sont produits pour le Secteur de la sécurité communautaire et de la réduction du crime, Sécurité publique Canada. Les opinions exprimées dans le présent sommaire sont celles des auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de Sécurité publique Canada.
