

Invited Talk (en français)



Le **Dr Michel Dugas** est professeur titulaire de psychologie à l'Université du Québec en Outaouais. Depuis plus de 25 ans, il mène des études expérimentales et cliniques sur l'étiologie et le traitement du trouble d'anxiété généralisée (TAG) et l'intolérance à l'incertitude. Il a publié plus de 100 articles empiriques, présenté plus de 300 conférences scientifiques et offert plusieurs ateliers cliniques partout dans le monde. Le Dr Dugas a reçu la distinction de Fellow de la Société Canadienne de Psychologie et de l'Association Canadienne des Thérapies Cognitives et Comportementales.

Le traitement de l'anxiété généralisée : est-il nécessaire d'utiliser plusieurs interventions ?

Invited Talk (en français) | May 13, 2022 | 1:30 - 2:30 pm PST

Les données probantes indiquent que la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) est le traitement psychologique de choix pour les personnes atteintes du trouble d'anxiété généralisée (TAG). *La thérapie pour l'intolérance à l'incertitude* est une forme de TCC ayant fait ses preuves pour le TAG; en effet, cette thérapie a été éprouvée dans cinq essais cliniques randomisés (Dugas et al., 2010; Fortin-Delisle et al., 2021; Gosselin et al., 2006; Ladouceur et al., 2000; van der Heiden et al., 2012). Les résultats indiquent qu'elle mène à la rémission diagnostique chez 70 % des patients et que les progrès thérapeutiques se maintiennent sur de longues périodes. Alors que ces résultats sont encourageants, il n'en demeure pas moins que 30 % des personnes traitées n'atteignent pas la rémission diagnostique suite au traitement, ce qui suggère que des améliorations sont possibles. De plus, la thérapie pour l'intolérance à l'incertitude est relativement complexe puisqu'elle comprend quatre stratégies d'intervention différentes: la réévaluation de l'utilité de s'inquiéter, l'exposition comportementale à l'incertitude, l'entraînement à la résolution de problèmes et l'exposition en imagination. Étant donné que les analyses de médiation démontrent que la diminution de l'intolérance à l'incertitude est le facteur principal qui explique le changement thérapeutique, nous avons développé une nouvelle thérapie qui cible exclusivement cette variable, à savoir, *les expériences comportementales pour l'intolérance à l'incertitude*. Ce nouveau traitement, qui a maintenant été éprouvé dans deux études (Dugas et al., 2022; Hebert et Dugas, 2019) présente deux avantages importants: il cible exclusivement la variable principale impliquée dans le TAG (l'intolérance à l'incertitude) et il utilise une stratégie thérapeutique expérientielle bien établie (les expériences comportementales). Dans cette présentation de 60 minutes, le Dr Dugas fera un retour sur (1) les études appuyant le rôle de l'intolérance à l'incertitude dans le TAG, (2) les résultats des études de traitement impliquant les deux protocoles de TCC développés par son équipe, et (3) les pistes de recherche ultérieure.

Suite à cette présentation, les participants connaîtront :

1. La conceptualisation de l'intolérance à l'incertitude et son rôle dans le TAG.
2. Les données sur l'efficacité de deux protocoles de TCC pour l'intolérance à l'incertitude.
3. Les avantages et les désavantages de chacun de ces protocoles de TCC.
4. Les lacunes dans les données de recherche ainsi que les études ultérieures pouvant potentiellement combler ces lacunes.