

## Les diplômés

- **Association des diplômés de l'UdeM**
- **Autres regroupements de diplômés**
- **Services offerts par l'UdeM**
  - **Offres de produits et services**
  - **Nouvelles des diplômés**
  - **Bottin des diplômés**
  - **Revue Les diplômés**
    - Sommaire du dernier numéro
      - Archives
      - Changement d'adresse
      - Publicité dans la revue
      - A propos de la revue
- **J'appuie mon alma mater**
  - **Pour nous joindre**
- [Retour à la page d'accueil](#)

### Revue Les diplômés — Automne 2005

#### [Sommaire du numéro](#)

#### Le droit à la colère

*Rage, colère et agressivité sont parfois bénéfiques, nous disent les experts. Mais en deçà d'une certaine limite!*

MATHIEU-ROBERT SAUVÉ

En juillet 2003, Sébastien Rhéaume, qui soupçonne son voisin d'avoir volé son chien, l'invite à venir « jaser » dans sa maison de Sainte-Angèle-de-Laval. Pendant que son invité boit une bière, le jeune homme sort un bâton de baseball et commence à le frapper. « De son propre aveu, Sébastien Rhéaume a dit que tout était devenu noir et qu'il frappait sans s'en rendre compte. La force des coups a été brutale », relate *Le Nouvelliste*.

Régulièrement, les médias rapportent ce genre d'agression sauvage qui terrorise la population. Frapper, passer à tabac, rosser, assaillir, cogner, malmener un innocent est considéré comme l'injustice suprême, et pourtant les affaires scabreuses se multiplient : « Agression au couteau » (*Le Soleil*, 5 août 2005) ; « Tentative de meurtre sur sa petite-nièce » (*La Tribune*, 2 août) ; « Meurtre à la hache » (*La presse canadienne*, 30 juillet). Tout ça en une semaine!



Notre société est-elle agressive? Pas selon le criminologue Marc Ouimet, qui a consacré sept ans de travail à suivre l'évolution de la criminalité au Québec. « Nous vivons dans une société paisible », prétend-il. Le dernier siècle a même été marqué par une baisse généralisée de la criminalité, comme il l'expose dans un ouvrage paru au printemps dernier (*La criminalité au Québec durant le vingtième siècle*, PUL). Une tendance que d'autres ont noté aux États-Unis et au Canada anglais, mais qui semble encore plus prononcée au Québec.

Pourtant, les actes criminels continuent d'occuper beaucoup de place dans les médias, explique l'auteur en entrevue. « Le crime constitue une des thématiques les plus importantes des quotidiens, déplore-t-il. Les

histoires de meurtres sont parmi les plus lues. » Mais quand on se met dans une perspective historique, on constate que la société actuelle est plus sécuritaire que jamais. Par exemple, il se commettait environ 210 meurtres par an au Québec dans les années 60. Aujourd'hui, c'est près de la moitié : 120 annuellement.

Bien sûr, chaque homicide est inacceptable et représente le crime suprême, selon le code criminel. Mais l'agression n'est pas propre au genre humain. Les animaux s'attaquent au moment de se reproduire ou pour défendre un territoire, mais rarement un combat entre deux rivaux pour obtenir les faveurs d'une femelle mènera à la mort. Les décès sont possibles (le mâle vaincu succombe à une plaie ou à une chute dans un ravin) mais ne résultent pas d'une intention. Sauf peut-être chez les primates, où il arrive que les mâles tuent leurs rivaux pour se reproduire avec la femelle. C'est pourquoi l'agressivité intrigue l'humanité depuis la nuit des temps. Cependant, tous les hommes ne sont pas des agresseurs. Quelles sont les sources de leur violence?

Imaginez que, dans un groupe, 80 % des gens se poussent, se mordent et se donnent des coups de pied ; qu'une personne sur quatre frappe de toutes ses forces dans l'intention de faire mal... Tous les jours, dans les garderies du Québec, de telles scènes se déroulent sous les yeux du personnel, qui s'efforce de calmer les querelles avec des baisers et des gestes apaisants. « Inévitablement, raconte le psychologue Richard Tremblay, lorsque je présente une vidéo montrant une agression de bambins, on entend des rires dans la salle. On ne peut pas croire que ces enfants vivent l'étape la plus belliqueuse de leur vie... »

Le directeur du Groupe de recherche sur l'inadaptation psychosociale chez l'enfant (GRIP) et titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur le développement de l'enfant a publié en 1999 dans *Child Development* un article qui a eu de grandes répercussions en sciences humaines. Cet article, écrit avec Daniel Nagin, de l'Université Carnegie Mellon, démontre que l'agressivité diminue avec l'âge. Cela contredit l'idée de Jean-Jacques Rousseau voulant que l'être humain naisse bon et devienne méchant. Ce serait plutôt l'inverse. « De nature, l'enfant agresse les autres. Il apprend à ne pas le faire », dit le professeur Tremblay. Chiffres à l'appui, il déclare que l'être humain connaît l'apogée de son agressivité non pas à 25 ans ni à 16 ans, mais bien entre 24 et 48 mois. Même les criminels dangereux, les délinquants violents, les tueurs en série les plus recherchés ne sont pas aussi fréquemment agressifs, toute proportion gardée, que les chérubins dans les jardins d'enfants.

Après avoir suivi pendant 20 ans plusieurs milliers d'enfants dont certains sont devenus des criminels notoires, les chercheurs du GRIP observent que les comportements agressifs dans les garderies sont pour certains les premiers pas sur le chemin de la délinquance. Tous les enfants bagarreurs ne deviennent pas des criminels. La plupart se rangent du côté des gens qui ont compris que l'agression physique n'est pas le meilleur moyen d'arriver à leurs fins. Seul un garçon sur huit, parmi ceux qu'on a désignés comme particulièrement agressifs en milieu de garde, demeurera un agressif chronique jusqu'à l'adolescence.

Mais les agressions sont alors plus graves et, dans la salle, plus personne ne rit.

### Gène de l'agressivité?

À partir de l'Étude des jumeaux nouveau-nés du Québec, qu'il a créée, l'anthropologue Daniel Pérusse et ses collègues, dont Richard Tremblay, ont extrait des données relatives à 650 paires de jumeaux, dont le tiers identiques (monozygotes). Un de ses buts : déterminer la part d'inné et d'acquis dans le comportement agressif. « Étudier les jumeaux nous permet de départager les effets de la génétique et ceux de l'environnement, signale-t-il. Dans les comportements agressifs, la composante génétique semble avoir une influence de l'ordre de 50 à 70 %. »

L'étude de Daniel Pérusse, d'une ampleur colossale, comprend des visites répétées auprès des sujets de recherche et de leurs familles. Les chercheurs en sont actuellement à la neuvième collecte de données et au 100e mois de croissance. Des résultats ont été publiés dans des revues savantes (*Child Development*, *Developmental Psychology*, *Infant Mental Health Journal*, *Social Development*, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *Twin Research*) et d'autres sont à venir. L'agressivité serait donc génétique? « Attention au déterminisme, prévient Daniel Pérusse. Une prédisposition à tel ou tel caractère ne signifie pas que celui-ci est inévitable. Surtout lorsqu'il est question de ce genre de comportement. »

L'éducation, la présence de modèles inspirants, la pratique de sports peuvent aider l'individu à canaliser son énergie. Mais comment se fait-il que certains d'entre nous ont la « mèche courte » alors que d'autres ont un seuil de tolérance



presque sans limite? « L'agressivité est manifestement une adaptation biologique qui nous a permis de survivre dans des écosystèmes où les plus forts possédaient de meilleures chances, mentionne l'anthropologue. Tous les êtres humains ont une certaine dose d'agressivité latente, comme ils ont une sorte de réserve d'empathie. »

*L'étude longitudinale pilotée par Richard Tremblay a notamment fait ressortir que l'apogée de l'agressivité survient tôt pendant l'enfance, soit entre l'âge de 24 et de 48 mois.*

Bien utilisée, transformée en une alliée dans un monde complexe où la ruse est généralement plus utile que les muscles, l'agressivité serait très précieuse pour servir l'ascension sociale. Ne dit-on pas d'un jeune avocat qu'il « se bat avec l'énergie du désespoir » ou d'un politicien qu'il sait « prendre le taureau par les cornes »?

### **La colère, émotion agressive**

S'il est rare que les gens ordinaires se rouent de coups durant les heures de travail, il leur arrive toutefois de succomber à la colère. Or, la colère est certainement la forme la plus politiquement acceptable de l'agressivité. On la retrouve à tous les échelons du pouvoir. Quand une députée de l'opposition s'est attaquée à la femme du premier ministre du Québec, le printemps dernier, Jean Charest a piqué une sainte colère à l'Assemblée nationale. Son prédécesseur, Lucien Bouchard, était entré dans une colère titanesque sous les yeux de son ministre André Boisclair. De son côté, le juge John Gomery a beaucoup impressionné la salle d'audience lorsqu'il a perdu son stoïcisme devant un énième témoin amnésique. Il a, comme on dit, « disjoncté ».



*« La colère est un signe de santé », affirme le psychologue Serge Lecours*

« La colère est un signe de santé », affirme sans ambages Serge Lecours, professeur au Département de psychologie et auteur de plusieurs travaux sur les émotions. La preuve : les gens dépressifs ne sont jamais en colère. « Au contraire, ils sont apathiques, résignés. C'est très inquiétant lorsque la colère disparaît... »

La dépression est un état où les émotions se chevauchent et s'entrechoquent. Au cours d'une recherche clinique, le professeur Lecours a rencontré quelque 150 patients dépressifs. « Lorsqu'une personne sent son intégrité

menacée, elle réagit par la peur, la tristesse, elle recourt à la fuite ou à d'autres stratégies. Si la colère éclate, c'est rassurant. Elle marque un refus de la situation. C'est un moyen de défense. »

Cette réaction n'est pas sans limite, bien entendu. Le psychologue cite le cas d'un patient qui s'emportait de façon démesurée, ce qui le plaçait dans des situations périlleuses. « À la moindre occasion, il réagissait avec rage. Il pouvait sortir de sa voiture au feu rouge pour injurier un autre automobiliste. Il se battait régulièrement à mains nues. »

La thérapie lui a fait réaliser que cette colère inassouvie était un excellent moyen de... ne pas régler ses problèmes. « Pour lui, c'était plus important de sauver la face que de sauver sa peau... »

Il n'en demeure pas moins que l'agressivité, c'est le contraire de la résignation. Pour les sportifs qui carburent à l'adrénaline, c'est même un ingrédient essentiel des performances de haut niveau. À ce chapitre, on peut dire que l'agressivité se porte bien.

### **La mode est à la boxe**

Deux fois par semaine, après son quart de travail à l'hôpital de Gatineau, le Dr Benoit Bessette se rend à son club de boxe, où il frappe sur des sacs de sable et s'entraîne au combat. « C'est un excellent moyen d'évacuer le stress », indique l'orthopédiste. Quand on lui demande s'il n'a pas parfois l'impression de pulvériser le soir les articulations qu'il reconstruit le jour, il s'esclaffe. « Je ne monte pas sur le ring pour démolir mon adversaire, précise-t-il. Pour moi, il ne s'agit que d'une activité de mise en forme. »

À une autre époque, le Dr Bessette aurait

choisi le squash, le tennis ou la planche à voile mais voilà : la boxe est à la mode. Au Québec, on ne comptait qu'une trentaine de clubs de boxe il y a 10 ans. On en trouve près d'une centaine aujourd'hui. Selon le Conseil québécois de boxe, cela correspond à quelque 10 000 adeptes. Au cinéma, des films comme *Cinderella Man*, dans lequel l'acteur Russel Crow incarne un boxeur durant la grande crise, et *Million Dollar Baby* (quatre Oscar à Los Angeles et la Palme d'or à Cannes en 2005) racontent des histoires de K.-O., de pugilats et d'arènes enfumées où flotte une odeur de sueur et de sang.



*La boxe permet de canaliser l'agressivité pour lui donner une forme socialement acceptable.*

La boxe ne consiste-t-elle pas à mettre son adversaire hors de combat par la seule force des poings? Faut-il s'inquiéter de la popularité croissante d'un tel sport agressif? « Bien sûr que non. L'agressivité est une excellente chose dans le développement de l'individu. Il faut simplement apprendre à se contrôler, ce que la pratique d'un sport permet à merveille », répond le psychologue Richard Tremblay, lui-même ancien sportif et professeur d'éducation physique.

Pour M. Tremblay, dont les travaux ont fait le tour du monde, les sports de contact offrent d'excellentes occasions de prendre plaisir à avoir recours aux gestes de combat, de se mesurer aux autres et d'apprendre à respecter les règles. Après l'affrontement, on se serre la main et on rentre à la maison. Le problème de l'agressivité vient du fait que certaines personnes ne parviennent jamais à transcender ses formes les plus primitives pour intégrer des formes plus... socialement acceptables.

La popularité de la boxe ne tient pas qu'à son aspect combattif, fait observer Kenneth Piché, directeur de la Fédération québécoise de boxe olympique. « D'ailleurs, on compte de plus en plus de femmes actives dans le milieu de la boxe. »

« Elles sont encore plus agressives que les hommes », lance à mi-voix Abe Pervin, 86 ans, l'un des doyens de la boxe au Québec. Rencontré au centre Claude-Robillard, parmi des jeunes éphèbes en sueur qui sautent à la corde et frappent de toutes leurs forces dans les mitaines de leur entraîneur, M. Pervin en a vu de toutes les couleurs. Il se réjouit de la popularité subite de ce sport, qui est assurément l'un des plus vieux du monde. Ses origines dans l'histoire grecque sont attestées par une célèbre fresque représentant deux jeunes boxeurs à Santorin en 1600 avant Jésus-Christ.

Mais à ses débuts, ce sport ne consistait pas à terrasser son adversaire en provoquant un K.-O. Au contraire, selon l'historien romain Dion, « on ne considérait pas que frapper et blesser était une preuve de courage ». La vraie force des premiers boxeurs de l'histoire résidait dans la capacité d'éviter les coups jusqu'à ce que l'adversaire, épuisé, lève le doigt en signe d'abandon. Devant la force brute, le grand Melangkomas s'est rendu célèbre en parant deux jours durant les coups de ses adversaires. Il aurait fait, aujourd'hui, un excellent politicien.