

Impact de la résilience et la distance temporelle sur la détresse psychologique

Impact of resilience and temporal distance on psychological distress

Abdelouahab Madaci ^{*1}, Slimane Djarallah ²

¹ Université de Batna1, Algérie, E-mail : sdjarallah@gmail.com

² Université de Batna1, Algérie, , E-mail : abdelouaheb.madaci@univ-batna.dz

Date de réception : 03/04/2020

Date d'acceptation : 12/05/2020

Abstrait

Cette étude explore l'effet de la capacité de résilience et aussi la distance temporelle psychologique sur l'état de détresse psychologique lors d'exposition aux évènements stressants. Le processus de retour à l'état initial nommé résilience, s'est élaboré dans une distance temporelle comme représentation mentale de la fréquence de sentir stressé. Les participants étaient 132 adultes de la population générale, l'âge variait de 18 à 60 ans, (femmes 56,10%). Les instruments utilisés sont Connor-Davidson Résilience Scale (CD-RISC), test de détresse psychologique (K10) et une question pour évaluer la distance temporelle. Les résultats d'analyse de régression ont montré un effet négatif significatif de la résilience et de la distance temporelle sur la détresse psychologique. Aucune différence significative de la détresse psychologique, distance temporelle et la résilience liée aux caractéristiques sociodémographiques (âge, sexe, situation économique). Notre discussion suggère que la résilience et la distance temporelle peuvent diminuer le sentiment de détresse psychologique, par mobilisation des ressources de résilience et par diminution au fil du temps de la fréquence du sentiment de détresse.

Mots clés: détresse psychologique; résilience; distance temporelle.

Abstract

This study aims to explore the effect of resilience capacity and also psychological temporal distance on the state of psychological distress during exposure to stressful events. The process of returning to initial state called resilience, which developed in a temporal distance as a mental representation of the frequency feeling stressed. Participants were 132 adults from general population, age ranged from 18 to 60, (female 56,10 %). Instruments used are the short version of Zimbardo Time perspective Inventory (ZTPI -15) to assessing TP, Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC), psychological distress (K10) and a question to assessing temporal distance. Results of the regression analysis showed a significant negative effect of resilience and temporal distance on psychological distress. No significant differences found in psychological distress and resilience related to socio-demographic characteristics (age, gender, economic condition). Our discussion suggests that resilience and temporal distance can decrease the feeling of psychological distress, by mobilizing resilience resources and by decreasing over time the frequency feeling of distress.

Keywords: psychological distress; resilience; temporal distance.

* Auteur correspondant,

1-Introduction

L'éventail des situations stressantes est très large, elles peuvent provenir de l'environnement ou survenir chez la personne. L'adversité est aussi appelée événement traumatisant (Bonanno, 2004), elle est définie comme une situation stressante et perturbatrice. L'individu ajuste son comportement en fonction de ses propres caractéristiques et en fonction de celles déterminées par la situation. Une telle situation menaçante entraîne une modification de la relation entre individu et environnement qui pourra donner lieu à des réévaluations de la situation stressante, qui peut être manifesté dans des distances temporelles reflétant la fréquence de sentiment de détresse, ceci entre une évaluation primaire et secondaire. En effet, ce processus d'ajustement s'élabore par mobilisations des ressources de résilience.

L'état émotionnel, témoin de la réponse au stress, se traduit par des modifications neurovégétatives quel que soit l'événement stressant. La tonalité désagréable, l'intensité et la durée de cet état émotionnel auront le titre de détresse psychologique quand il revêtira un aspect émotionnel pénible. Les capacités de régulation de cette émotion se trouveraient ainsi mises en échec, et le sujet serait progressivement conduit à un état de détresse et de désarroi (Kessler, Andrews, Colpeet et al., 2002). L'incapacité de gérer les sentiments déplaisants ou douloureux comme la peur, la colère et le sentiment de perte du contrôle constituent les éléments qui donnent l'aspect pathologique à cette émotion. La situation stressante et perturbatrice a donc induit un niveau de stress difficile à résorber, ce qui a l'origine d'une détresse psychologique pouvant faire apparaître des difficultés socioprofessionnelles ou faire basculer la personne dans une maladie.

Au-delà du point de départ d'une expérience de la réalité, l'individu élabore des construits mentaux à partir de leur perception subjective de la réalité. Liberman, Trope et Stephan (2008) précisent la distance psychologique qui peut ainsi être envisagée comme un continuum dont le point de départ serait l'expérience directe de la réalité, c'est-à-dire ce qui se produit 'ici' et 'maintenant'. Les stimuli environnementaux nécessitent de faire appel à des constructions mentales pour être appréhendés par l'individu. Selon la théorie des niveaux de représentation qui s'appuie sur deux notions fondatrices : les 'niveaux de représentation' et la 'distance psychologique'. Les fondateurs de la distance psychologique définissent la distance psychologique comme le degré d'éloignement avec lequel un individu perçoit une entité, soit un objet ou une action (Trope et Liberman, 2003). Les auteurs Liberman, Trope et Stephan (2008) soulignent quatre formes de distance psychologique (temporelle, spatiale, sociale et hypothétique) constituant les dimensions d'un même construit et reposant sur une évaluation subjective de la réalité (ex : un événement peut se dérouler à seulement quelques mètres du lieu où l'on se trouve et, pour autant, être perçu comme psychologiquement distant). La distance temporelle caractérise l'éloignement temporel, un événement peut se produire dans le présent, auquel cas il est directement perceptible par l'individu, mais également dans le passé ou le futur. Les apports théoriques et empiriques de la théorie des niveaux de représentation (Liberman et Trope, 1998 ; Trope et Liberman, 2010) suggèrent

que la distance diminue l'intensité des réponses. Des études ont élucidé les effets de la distance temporelle sur les niveaux de représentation d'actions ou d'objets envisagés dans le futur et le passé comme ayant de multiples conséquences sur les réactions, comportements et motivations des individus, en particulier la performance dans la réalisation d'une tâche (Förster, Friedman et Liberman, 2004), ainsi que la prédiction (Nussbaum, Trope et Liberman, 2003) et l'autorégulation (Freitas, Salovey et Liberman, 2001) des comportements. Pour que nous traduisions les notions de distance temporelle et de représentation mentale, on a considéré que lorsque le stimulus interne du vécu stressant est perçu d'une façon plus fréquente et regardé comme étant dans un passé proche avec des représentations de niveau inférieur alors que quand il est moins fréquent, il est perçu dans un passé lointain inférieur avec des représentations de niveau supérieur.

De nombreuses études (Garmezy et Masten, 1991 ; Yates & Masten, 2004) ont été conduites afin de décrire et de comprendre les aptitudes psychologiques qui contribuent au bien-être face à une situation d'adversité. L'adaptation positive d'un individu se nomme résilience. Elle est défini comme étant le processus, la capacité ou le résultat d'une adaptation adéquate en dépit des défis et des circonstances menaçantes (Werner & Smüh, 1992 ; Garmezy et Masten, 1991). En ce sens, la résilience est considérée comme une force positive et elle représente un concept central de la psychologie positive (Linley & Joseph, 2004; Yates & Masten, 2004). C'est une capacité d'adaptation réussie lors d'exposition à des circonstances et à des événements adverses. Autres auteurs s'entendent pour dire que la résilience est le résultat d'un processus adaptatif (White, Drive, & Warren, 2008). Ils ont précisé que les caractéristiques individuelles ne sont pas fixes, mais peuvent plutôt être apprises et développées. L'identification des facteurs de risque et de protection a fait l'objet de plusieurs travaux (Werner and Smith, 1989 ; Kimchi et Schaffner, 1990; Grizenko and Fischer, 1992; Luthar and Zigler, 1991; Luthar and Cicchetti, D. (2000). Ces études ont tenté de comprendre le phénomène en identifiant les facteurs de risque et de protection psychologiques, sociaux et biologiques chez l'individu et ceux en lien avec l'expérience vécue.

Les facteurs de risque aussi bien que les facteurs de protection peuvent être reliés soit à l'individu, soit à son environnement, ou plutôt aux interactions en constant changement dans le temps. Plusieurs facteurs de risques (situation familiale perturbée, facteurs sociaux et environnementaux, problèmes chroniques de santé, menaces vitales) sont à l'origine de la vulnérabilité des sujets, le cumul de ces facteurs suscitant un niveau de stress élevé chez l'individu. Les recherches ont révélé plusieurs facteurs de protection individuels (estime de soi, sentiment d'efficacité personnelle, sociabilité, projet de vie, capacité de résolution de problèmes et de planifiés, utilisation de stratégies de coping etc...), familiaux (rapports parents-enfants propices, absence de séparation en bas âge, absence de violence dans la famille, situation financière stable) et soutien social (source diversifiée de support et de ressources, présence de personnes aidantes). Ces trois grandes catégories de facteurs de protection contribuent au développement de la résilience des individus.

Le but de cette étude est d'examiner la détresse psychologique comme représentation mentale de l'expérience stressante en relation avec la capacité de

résilience, et en tenant compte de l'implication de la distance psychologique. Ce processus se déroule dans un champ psychologique selon la théorie de construction des niveau de représentation (Liberman, Trope et Stephan,2007). Afin d'opérationnalisation de l'étude nous supposons un modèle de relation entre les trois variables pour évaluer les effets des unes sur les autres, en se référant aux explications théoriques et au résultats empiriques des études sur les trois variables de cette recherche. Ce model structural souscrivit un état des personnes présentant une capacité de résilience et une distance temporelle psychologique et leurs relations avec la détresse psychologique.

2- Objectifs et hypothèses

L'objectif fondamental est de mettre en évidence que la résilience acte comme un processus marquant la mobilisation des ressources sécuritaire et diminuant l'effet de de détresse psychologique dû aux événements de la vie stressant, ainsi que le rôle de la distance temporelle. Ces effets se rapportent aux ressources personnelles et sociales que le sujet a développé pour contrôler et faire face à la situation stressante.

L'objectif secondaire est d'explorer la relation entre les caractéristiques sociodémographiques avec la résilience, la détresse psychologique et la distance temporelle. Dans l'optique de rendre ces suppositions plus explicites, plus précisément, les objectifs suivants ont été établis :

- Identifier les corrélations entre les variables utilisés dans cette étude, l'existence des corrélations sont attendus.
- Identifier l'effet de la résilience et la distance temporelle sur la détresse psychologique, dans cet objectif, un effet négatif est attendu.
- Identifier l'existence de différence entre la résilience, la détresse psychologique et la distance temporelle selon les différentes caractéristiques sociodémographiques. Dans cet objectif, pas de différences significatives sont attendus.

Afin d'opérationnalisation des variables de l'étude et décrire ces hypothèses, qu'au bout d'un certain temps et en plus de la mise en action des stratégies d'ajustement, le modèle ainsi conçu prédit la diminution du sentiment de détresse psychologique.

3. Méthode et outils

3-1- Population

Le recueil a été effectué auprès d'une population générale à Batna-Algérie. L'échantillon final est constitué de 132 personnes ($m= 32,56$; $SD = 11,62$), les femmes représentent 56,06%. 43.9% ont un niveau d'éduce universitaire, 39.4% niveau secondaire et 16,7 % niveau primaire. Les participants ont évalué librement leurs statuts socio-économiques, haut 33.33%, moyen 39.4 % et bas 27.3 % (Table 1).

Tableau 1 : Caractéristiques sociodémographiques, moyennes et écarts types des mesures.

Categories	Category (%)	Kessler10 (M et ET)	Résilience (M et ET)	Distance Temporelle (M et ET)
Sexe	Femal (56,06)	22,22 5,90	62,22 12,14	4,46 1,39
	Male (43,94)	22,59 6,69	57,21 15,06	3,93 1,36
Age : $M = 32,87$ $ET = 11,55$)	18-25 (37,88)	22,76 6,58	60,36 13,03	4,40 1,68
	26-35 (28,79)	24,32 6,46	57,05 15,32	4,00 1,15
	36-45 (13,64)	22,44 5,66	60,11 14,68	4,00 1,73
	46-60 (19,70)	18,77 4,27	63,62 11,91	4,23 1,17
Niveau d'étude (M et ET)	Primaire (16,67)	22,82 6,88	63,73 11,51	4,64 1,12
	Secondaire (39,39)	22,08 6,64	56,77 15,65	3,92 1,41
	universitaire (43,94)	22,48 5,76	61,52 12,14	4,28 1,56
Statut économique	Bas (27,27)	22,82 6,88	63,73 11,51	4,64 1,12
	Moyen (39,39)	22,08 6,64	56,77 15,65	3,92 1,41
	Haut (33,33)	22,48 5,76	61,52 12,14	4,28 1,56

Note : M= Moyenne ; ET = Ecart type.

3-2- Outils de mesures

Echelle de détresse psychologique de Kessler 'K10' (Kessler et al, 2002) : C'est une échelle de dix éléments mesure les niveaux de détresse psychologique au cours d'une période de référence de 30 jours. Nous avons utilisé la version en langue arabe de la K10 développé par des groupes de chercheurs arabes. Les questions se portent sur la façon dont la personne s'est sentie stressée au cours des 30 derniers jours. Cinq choix de réponses disponibles (5 =tout le temps à 1 =jamais). Le score total varie de 1 à 50, détermine trois niveaux de détresse psychologique : faible 10-15, moyenne 16-30 et haute 31-5. Il indique aussi, plus le score total est élevé plus le degré de la détresse est élevé. L'échelle a des bonnes propriétés psychométriques (Furukawa et al., 2003, Kessler et al., 2002). La fiabilité de la présente échelle était $\alpha = 0,84$.

Connor-Davidson Resilience Scale 'CD-RISC' (Connor & Davidson, 2003). Cet outil de mesure comprend 25 items est conçu pour évaluer la capacité de résilience et l'adaptation positive d'un individu après avoir vécu un ou plusieurs

événements stressants. La version en langue arabe (Thabet et al., 2011) a été utilisée dans cette étude. Il s'agit d'une auto-évaluation sur une échelle de type Likert en 5 points (0 : Pas du tout ; 1 : Rarement ; 2 : Parfois ; 3 : Souvent ; 4 : Pratiquement tout le temps). Le score total est rangé de 0 à 100. L'alpha de Cronbach étant de 0,93, illustre un niveau élevé d'homogénéité. Dans cette étude, le coefficient alpha de la Chronbach était $\alpha = 0,89$.

Distance temporelle : Elle est mesurée par la question (Q2) annexe du teste K10 afin d'évaluer la fréquence de reviviscence des sentiments de détresse éprouvés au cours des 30 derniers jours. Elle est évaluée sur une échelle de type likert (1=Beaucoup plus souvent que d'habitude à 7= Beaucoup moins souvent que d'habitude). Nous avons considéré ces trois niveaux comme des niveaux de distance temporelle entre les reviviscences de sentiment de détresse psychologique (1= moins distant, 2= moyennement distant, 3= plus distant).

4-Résultats

4-1-Corrélations entre les mesures

On a calculé les corrélations entre les variables en utilisant les données recueillies et la procédure bootstrap (n = 1000) calculée à 95% des intervalles de confiance, pour l'estimation des coefficients de corrélations (Tableau 2).

Tableau 2 : Corrélations entre les mesures, moyennes, écarts types et bootstrap.

	détresse psychologique	Résilience	Distance temporelle
1-détresse psychologique	-		
2-Résilience	-,620***	-	
3-Distance temporelle	-,533***	,607***	-
Moyenne (ET)	22,37 (6,21)	60,01 (13,62)	4,09 (1,47)
Bootstrap IC 95% (Inf-Sup ; M et ET)	20,97-23,95 (5,20-7,01)	56,62-63,33 (11,61-15,34)	3,76-4,44 (1,22-1,62)
Alpha Chronbach	0,80	0,89	-

Note; *** $p \leq 0,001$; M= Mean ; ET= Ecart type ; Inf-Sup = inférieur –Supérieur.

Les résultats montrent que la plupart des variables étudiées sont significativement corrélées. La résilience est corrélée négativement avec la détresse psychologique ($r = -0,620$, $p < 0,001$) et positivement avec la distance temporelle ($r = 0,607$, $p < 0,001$) ; la détresse psychologique est corrélée négativement avec la distance temporelle ($r = -,533$, $p < 0,001$). Les corrélations entre les variables d'échantillons de bootstrap sont significatives dans l'intervalle de confiance de 95% et ne comprennent pas la valeur zéro (Shrout et al, 2002).

4-2- Effet de la résilience et distance temporelle sur la distance temporelle

Une analyse de régression linéaire multiple a été réalisée selon la méthode Stepwise. La résilience et distance temporelle (variables indépendantes) et la détresse psychologique comme variable dépendante (Tableau 3).

Tableau 3 : Régressions multiples (coefficients standardisés)

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Err. standard de l'estimation	F
1 résilience	.62	.39	.38	4.87	81.34
Résilience, Distance temporelle	.65	.42	.41	4.74	47.359

es résultats montrent des niveaux de significations indiquant que les variations sont acceptables pour les deux modèles, la résilience (Modele1 : F (1, 130) = 81.34, $p < ,001$;) explique 38 % de la variance du niveau de la détresse psychologique, et en associant la distance temporelle a la résilience (modele2 : F (2, 129) = 47.36, $p < ,001$), R^2 ajusté = 0.24, elles expliquent 24 % de la variance du construit détresse psychologique.

Tableau 4 : Résultats de la régression multiple.

Modèle	B	Err. standard	β	t	Sig.	
1	(Constante)	39.36	1.94		20.39	.000
	Résilience	-.28	.04	-.63	-9.02	.000
2	(Constante)	39.51	1.88		21.05	.000
	Résilience	-.26	.04	-.48	-5.59	.000
	Distance temporelle	-1.04	.35	-.25	-2.94	.004

Le tableau (2) montre les résultats de la régression multiple. La résilience a un effet significatif négatif sur la détresse psychologique ($\beta = -0,63$, $t = -9,02$, $p \leq ,001$). L'introduction de la variable distance temporelle dans l'équation de régression avec la variable montre un effet significatif négatif sur la détresse psychologique ; pour la résilience ($\beta = -0,48$, $t = 2,364$, $p \leq ,002$) et la distance temporelle ($\beta = -0,25$, $t = 2,94$, $p \leq ,01$).

4-3- Relations des caractéristiques sociodémographiques avec les mesures

Des ANOVA sont effectuées sur les moyennes des variables résilience, distance temporelle et détresse psychologique en fonction de l'âge, niveau d'étude et le statut économique. Par contre le t-test est utilisé pour explorer les différences des moyennes des variables selon le sexe (table 5).

Table 5: Variance between person characteristics in measures

	niveau d'étude F (2 , 57)	statut économique F (2 , 57)	Age F (3 , 56)	Sexe t-test
détresse psychologique	,060	,028	2,229	-,238

résilience	1,336	,022	,596	1,497
Distance.Temporelle	1,029	,241	,333	1,699

Les résultats montrent en générale l'absence des différences significatives dans leurs moyennes de résilience, distance temporelle et détresse psychologique, qui distinguent les différents catégories des sous-groupes selon leurs caractéristiques sociodémographiques (age, sexe, niveau d'étude et statut économique) dans les différents variables.

5-Discussion

Cette étude rapporte des résultats plus au moins concordants aux hypothèses principales qui ont été supposés. Forte corrélations négative entre la résilience et détresse psychologique, cela s'explique par la capacité que les personnes ont acquis durant leur vie, ils ont bien développé les facteurs de sécurité, de ce fait ils ont pu minimiser le niveau de la détresse psychologique. Ainsi que, la distance temporelle et détresse psychologique sont corrélés négativement, cela signifie que plus la remémoration moins fréquente de l'événement empêche le retour à l'état de stress et entraîne la persistance de la minimisation du degré de la détresse psychologique. Par contre une corrélation positive entre la résilience et la distance temporelle. Ceci explique que plus l'éloignement de l'événement stressant du champ psychologique dans sa dimension temporelle plus les personnes n'ont la capacité de résilience.

Les résultats de la régression linéaire identifient que entraîne des changements profonds dans la. Cela explique que la résilience et la distance temporelle prédisent la diminution de détresse psychologique, et rejoint l'idée que le degré d'éloignement avec lequel un individu perçoit une entité, soit un objet ou une action (Liberman et Trope, 1998 ; Trope et Liberman, 2003). Ainsi les poussées moins fréquentes de remémoration de l'événement renforcent l'apparition de la résilience. Ce résultat correspond aux apports théoriques et empiriques de la théorie des niveaux de représentation qui suggèrent que la distance diminue l'intensité des réponses affectives (Liberman, Trope & Stephan, 2007, Trope & Liberman, 2010).

Les résultats de Notre troisième hypothèse n'identifient pas de différence entre la détresse psychologique, la résilience et la distance temporelle selon les caractéristiques sociodémographiques. En ce qui concerne ces variables (détresse psychologique, résilience et distance temporelle) en relation avec les caractéristiques sociodémographiques, nous signalons que les résultats de cette étude ne correspondent pas avec ce qu'ont rapportés d'autres recherches sur la détresse psychologique (Kessler et al., 2002 , Breton et al., 1999) et la résilience (Connor & Davidson 2003, Campbell-Sills & Stein 2007). Nous expliquons ces divergences par les caractéristiques de l'échantillon de notre étude, d'une part, par l'homogénéité et le partage de même norme et valeurs sociales.

Conclusion

Cette étude a montré que la capacité de résilience et aussi la distance temporelle ont effet sur l'état de détresse psychologique lors

d'exposition aux évènements stressants. Ces deux dimensions psychologiques permettent aux individus le retour à l'état initial tel qu'il est avant l'exposition aux évènements stressants. Et cela s'exprime par mobilisation des ressources de résilience et par diminution au fil du temps de la fréquence du sentiment de détresse, qui s'effectue selon la distance psychologique temporelle. Ce qui montre l'importance de tenir compte de la mobilisation des ressources de résilience dans la thérapie cognitivo--comportementale pour les individus qui sont dans des situations de détresse psychologique.

References

1. Breton, J.-J., Légaré, G., Laverdure, J., & d'Amours, Y. (1999). Chap. 19 : « Santé mentale ». In Institut de la Statistique Québec (Ed.), *Enquête sociale et de santé auprès des enfants et des adolescents québécois* (pp. 433-448).
2. Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *American Psychologist*, 59, 20–28.
3. Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028.
4. Connor K, Davidson JRT (2003).. Development of a new resilience scale: The Connor Davidson Resilience Scale (CDRISC), *Depression and Anxiety*; 18: 76-82.
5. Förster, J., Friedman, R. S., & Liberman, N. (2004). Temporal Construal Effects on Abstract and Concrete Thinking: Consequences for Insight and Creative Cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 177–189. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.2.177>
6. Freitas, A. L., Salovey, P., & Liberman, N. (2001). Abstract and concrete self-evaluative goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), 410–424. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.3.410>
7. Furukawa TA, Kessler RC, Slade T, Andrews (2003).The performance of the K6 and K10 screening scales for psychological distress in the Australian national survey of mental health and well-being. *Psychol Med*, 33:357-62.
8. Garmezy, N., & Masten, A. S. (1991). The protective role of competence indicators in children at risk. In E. M. Cummings, A. L. Greene, & K. H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (p. 151–174).
9. Grizenko, N., & Fisher, C. (1992). Review of studies of risk and protective factors for psychopathology in children. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue canadienne de psychiatrie*, 37(10), 711–721.
10. Kessler, R.C., Andrews, G., Colpe, .et al (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-956.
11. Kimchi, J., and Schaffner, B. (1990). Childhood protection factors and stress risk. In Arnold, L. E. (ed.), *Childhood Stress*, John Wiley, New York, pp. 475–500.
12. Liberman, N., & Trope, Y. (2008). The psychology of transcending the here and now. *Science*, 322, 1201–1205. doi:10.1126/science.1161958.
13. Trope, Y., & Liberman, N. (2003). Temporal construal. *Psychological Review*, 110(3), 403–421. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.3.403>
14. Trope, Y., & Liberman, N. (2010). Construal level theory of psychological distance *Psychological Review*, 117, 440–463. doi:10.1037/a0018963.
15. Liberman N, Trope Y. (2003). Temporal construal theory of intertemporal judgment and decision. In: Loewenstein G, Read D, Baumeister R, editors. *Time and choice: Economic and psychological perspectives on intertemporal choice*. New York, NY: Sage; pp. 217–240.

16. Linley, P.A. and Joseph, S. (2004) Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress*, 17, 11-21.
<http://dx.doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>
17. Luthar, S. S., & Zigler, E. (1991). Vulnerability and competence: A review of research on resilience in childhood. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(1), 6–22. <https://doi.org/10.1037/h0079218>
18. Luthar, S. S.; Cicchetti, D. (2000). "The construct of resilience: Implications for interventions and social policies". *Development and Psychopathology* 12 (4): 857–885.
19. Masten, A. S.; Obradovic, J. (2006). "Competence and resilience in development". *Annals of the New York Academy of Sciences* 1094: 13–27.
20. Nussbaum, S., Trope, Y., & Liberman, N. (2003). Creeping Dispositionism: The Temporal Dynamics of Behavior Prediction. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 485-497. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.485>.
21. Shrout PE, et al. *Psychol Methods*. 2002. PMID: 12530702.
22. Thabet A. A., Abu Tawahina A., Sarraj Eyad El and Vostanis Panos (2011). Evaluation of a community intervention for women victims of domestic violence in the Gaza strip *International Journal of Peace and Development Studies* Vol. 2(3), pp. 88-95, March 2011. <http://www.alcademicjournals.org/IJPDS>.
23. Trope, Y., & Liberman, N. (2010). Construal level theory of psychological distance *Psychological Review*, 117, 440–463. doi:10.1037/a0018963.
24. Yates, T. M., & Masten, A. S. (2004). *Fostering the Future: Resilience Theory and the Practice of Positive Psychology*. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice* (p. 521–539). John Wiley & Sons, Inc.
25. Werner E, Smith R. (1992). *Over-coming the odds: high-risk children from birth to adulthood*. Ithaca: Cornell University Press, 1992.
26. Werner E, Smith R. (1982). *Vulnerable but invincible: a study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.
27. Werner, E.. (1995). "Resilience in development". *Current Directions in Psychological Science* 4 (3): 81–85.
<http://www.blackwell-synergy.com/ezproxy1.lib.ou.edu/toc/cdir/4/3>.
28. White, B., Driver, S., & Warren, A.-M. (2008). Considering Resilience in the Rehabilitation of People with Traumatic Disabilities. *Rehabilitation Psychology*, 53, 9-17. <https://doi.org/10.1037/0090-5550.53.1.9>