

Table des matières

Sommaire	iii
Liste des tableaux	viii
Liste des figures	ix
Remerciements	x
Introduction	1
Contexte théorique	4
L'art et le verbal : des approches complémentaires?	5
Apports de l'art à la thérapie.....	5
Comparaison des processus induits par l'art et le verbal.....	11
Analyse des processus : le Continuum de thérapies expressives (ETC).....	13
Présentation du modèle ETC	13
Description des composantes et niveaux	14
Utilisation du modèle ETC	19
Objectifs de l'étude	21
Méthode.....	23
Méthode quasi-qualitative.....	24
Participants.....	25
Critères de sélection des participants.....	25
Modalités éthiques	26
Recrutement des participants	26
Caractéristiques des participants	27

Déroulement.....	27
Cueillette des données.....	29
Analyse des données	30
Analyse des dessins.....	32
Analyse du verbal	43
Résultats	59
Comparaison des processus individuels mobilisés par le dessin et par le verbal	60
Participante 1	64
Participante 2	67
Participante 3	69
Participante 4	72
Participante 5	74
Participante 6	77
Participant 7	79
Participante 8	82
Participante 9	84
Participante 10	87
Impacts de l'utilisation de l'art	90
Expression des processus et niveaux	90
Expression des tendances extrêmes	92
Expression des tendances intégratives	93
Tendances générales	94

Discussion	95
Interprétation et discussion des résultats.....	97
Apports thérapeutiques du dessin	97
Considérations nuançant les résultats	100
Discussion par rapport au Continuum de thérapies expressives (ETC).....	104
Contributions de la recherche	107
Applications à la pratique professionnelle.....	107
Apports à la recherche	109
Limites de la recherche et recommandations	110
Conclusion	113
Références	116
Appendice A. Lettre de présentation de la recherche	121
Appendice B. Formulaire de consentement	124
Appendice C. Questionnaire d'informations générales	126
Appendice D. Grille d'entrevue détaillée.....	128
Appendice E. Précisions relatives à la cotation des dessins.....	135
Appendice F. Dessins.....	140

Liste des tableaux

Tableau

1	Caractéristiques des participants	27
2	Caractéristiques de l'expression visuelle à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC) (adapté de Lusebrink, 2010, p. 172).....	33
3	Cotations des dessins par les cinq juges.....	36
4	Cotation finale des dessins	37
5	Taux d'accord interjuges par processus (dessins).....	42
6	Taux d'accord interjuges par processus (dessins toutes cotes confondues).....	43
7	Caractéristiques de l'expression verbale à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC).....	44
8	Cotations du verbal par les quatre juges.....	54
9	Cotation finale du verbal	55
10	Taux d'accord interjuges par processus (verbal).....	58
11	Taux d'accord interjuges par processus (verbal toutes cotes confondues)	58
12	Processus mobilisés par le dessin et le verbal	63

Liste des figures

Figure

1	Continuum de thérapies expressives (ETC) (adapté de Hinz, 2009, p. 5).....	15
2	Représentation schématique de l'ETC et des changements possibles.....	62
3	Sans titre – Dessin de la participante 1	141
4	La jungle – Dessin de la participante 2.....	142
5	Moi extérieur, Moi intérieur – Dessins de la participante 3	143
6	Le Monstre du Loch Ness en libération conditionnelle – Dessin de la participante 4	144
7	Cheminement – Dessin de la participante 5	145
8	Le bien-être de soi – Dessin de la participante 6	146
9	Sans titre – Dessin du participant 7	147
10	Sans titre – Dessin de la participante 8	148
11	L'Ascension – Dessin de la participante 9	149
12	Dérangement – Dessin de la participante 10	150

Remerciements

Un travail de cette envergure ne s'effectue pas seule et je tiens à souligner l'apport important des personnes qui m'ont accompagnée dans ma quête de savoir. Le premier remerciement va tout droit à ma directrice de recherche, Marie-Claude Denis, qui a cru en ce projet dès ses balbutiements et qui a su m'accompagner avec brio dans les multiples méandres de mon processus de création. Je tiens également à remercier chaleureusement Jean-Marie Miron et Colette Jourdan-Ionescu pour la qualité de l'encadrement, les nombreux commentaires et les réflexions toujours pertinentes. Merci à René Marineau pour sa relecture attentive de mon projet lors de son ébauche. Merci également à Marc-Simon Drouin pour ses conseils prédoctoraux et pour avoir accepté d'évaluer cette thèse. Je suis très reconnaissante à Lisa Hinz et à Maria Riccardi pour l'aide précieuse fournie lors de la cotation et pour les riches échanges sur le Continuum de thérapies expressives (ETC). Je remercie le Centre universitaire de services psychologiques et le Service aux étudiants de l'UQTR pour leur soutien lors de l'expérimentation. J'adresse de sincères remerciements aux dix personnes qui ont généreusement accepté de donner de leur temps pour participer à une entrevue en explorant un terrain qui leur était moins familier : l'art appliqué à la connaissance de soi et à la recherche. Merci à ma famille, à mes collègues et amis, notamment : Cécile, Cindy, France, Geneviève, Lydia, Mélina, Nathalie, Véronique pour les moments de partage et les encouragements. Merci à Sol Rivard pour son aide précieuse. Enfin, je tiens à souligner le soutien indéfectible de mon conjoint ainsi que les étincelles de bonheur de ma fille, qui ont permis la maturation nécessaire à ce projet.

Introduction

L'art-thérapie est une méthode d'intervention visant un mieux-être psychologique et ayant la particularité d'utiliser l'art comme principale modalité thérapeutique (Association des art-thérapeutes du Québec, 2012). Cette approche est encore relativement nouvelle et plusieurs auteurs se plaignent d'un manque de recherches quant aux résultats de ces interventions thérapeutiques. Quelques études récentes ont tenté de mesurer l'efficacité de l'art-thérapie, en la comparant à d'autres types d'intervention, comme p. ex. les thérapies verbales (Karterud & Pedersen, 2004; Slayton, D'Archer, & Kaplan, 2010). Appleton mentionne que « l'art procure une méthode de catharsis plus puissante que les mots » [traduction libre] (citée dans Chan & Horneffer, 2006, p. 28). D'autres constatent que l'art-thérapie présente des effets bénéfiques, mais pas nécessairement plus que d'autres thérapies (Reynolds, Nabors, & Quinlan, 2000). Chercheurs et cliniciens se questionnent alors, avec raison. Existe-t-il des facteurs thérapeutiques uniques à l'art ? Et quels en sont les mécanismes de fonctionnement ?

Or, lorsqu'on s'intéresse aux mécanismes psychiques sollicités par l'art par rapport au verbal, force est de constater le peu d'écrit scientifiques dans le domaine. Que sait-on des apports thérapeutiques de l'art et des processus qu'il sollicite par rapport au verbal? Nous avons constaté que la comparaison des processus induits par l'art et le verbal était restée relativement inexplorée dans les recherches, cette question étant plutôt abordée de façon théorique ou bien au sein d'études de cas. Plusieurs auteurs ont évoqué la

nécessité de développer des nouvelles méthodes de recherche dans ce domaine (Junge & Linesch, 1993; McNiff, 1998). Certains ont souligné le besoin de comprendre les processus psychiques sous-jacents aux interventions utilisant l'art (Higenbottam, 2004; D. Waller, 2006). Nous avons alors décidé d'explorer cette question plus à fond et d'en faire l'objet principal de cette recherche, en abordant directement la comparaison des processus psychiques sollicités par l'art et le verbal.

La présente thèse de doctorat s'organise autour de quatre parties distinctes. Tout d'abord, le chapitre voué au contexte théorique présente une recension des écrits en lien avec le sujet, ainsi que le modèle utilisé pour l'analyse des processus psychiques. Le deuxième chapitre expose la méthode employée pour conduire la recherche. Le troisième chapitre dévoile les résultats de l'étude, en comparant les processus sollicités par l'art et le verbal. Enfin, le quatrième et dernier chapitre discute des résultats obtenus, des contributions ainsi que des limites de la recherche.

Contexte théorique

Ce premier chapitre expose le cadre conceptuel général de l'étude afin de bien cerner ses objectifs par rapport à l'état des connaissances dans le domaine. Une première partie s'intéresse aux modalités thérapeutiques que sont l'art et le verbal, en détaillant les possibles apports de l'art à la thérapie, puis en comparant les processus sollicités par les deux approches (art et verbal). Une deuxième section présente le Continuum de thérapies expressives (*Expressive Therapies Continuum*, ETC), modèle théorique au cœur de cette recherche, qui permet de cibler des dimensions processuelles particulières. La fin du chapitre aborde les objectifs spécifiques de cette étude.

L'art et le verbal : des approches complémentaires?

Apports de l'art à la thérapie

Un dicton affirme qu'une image vaut mille mots. Suivant ce proverbe, l'art constituerait une forme d'expression alternative au langage verbal, en y ajoutant une notion d'efficacité car il court-circuiterait une grande partie du discours verbal. L'utilisation de l'art et la reconnaissance de son pouvoir sont presque aussi vieilles que l'humanité elle-même. Par ailleurs, des courants thérapeutiques, centrant spécifiquement leur intervention autour des arts comme agent thérapeutique, ont vu le jour au vingtième siècle. L'art-thérapie, par exemple, se définit comme une démarche visant un mieux-être psychologique et dont la spécificité repose sur l'usage de l'expression créatrice grâce aux arts plastiques comme principale modalité thérapeutique (Association des art-

thérapeutes du Québec, 2012). Le courant de thérapies expressives par les arts (*expressive arts therapy*) englobe pour sa part toutes les modalités artistiques : thérapies par les arts visuels, la musique, la danse, le théâtre, la poésie, le mouvement, etc. Les courants d'art-thérapie et de thérapies expressives utilisant les arts ont documenté les apports de l'art depuis les années 1960 (Kramer, 1972; Laberge, 2005; Naumburg, 1966, 1973).

Quelques recherches ont mentionné les effets thérapeutiques de thérapies utilisant l'art par rapport à d'autres psychothérapies (Karterud & Pedersen, 2004; Reynolds, Nabors, & Quinlan, 2000; Slayton, D'Archer, & Kaplan, 2010). Par contre, elles s'intéressaient plus aux résultats qu'à la comparaison des agents ou des processus thérapeutiques comme tels. Une étude s'y est attardée, celle de Shechtman et Perl-Dekel (2000). Ces auteures ont comparé les facteurs thérapeutiques de thérapies groupales utilisant l'art et le verbal. Selon elles, en plus des principaux agents thérapeutiques des thérapies verbales, des facteurs thérapeutiques spécifiques se retrouveraient dans l'art-thérapie. Elles les ont regroupés en dix facteurs spécifiques à l'art-thérapie :

- 1) une manière alternative de communiquer;
- 2) l'art-thérapie – un environnement facilitant;
- 3) des dimensions ouvertes et cachées – l'art tel un masque;
- 4) l'art tel un pont entre les polarités;
- 5) créativité, spontanéité et jeu;
- 6) la qualité de tangibilité – l'art tel un miroir;
- 7) impulsion et création – acquérir du contrôle en créant;
- 8) faire des choix et assumer la responsabilité;
- 9) relations multiples – client-création-thérapie;
- 10) l'art comme une expérience intégrative. [traduction libre] (Shechtman & Perl-Dekel, 2000, p. 299)

Ces travaux ont servi de base pour examiner l'apport spécifique et complémentaire de l'art et du verbal. Parmi les facteurs identifiés, six s'avèrent d'une pertinence spécifique pour la présente étude : langage visuel et symbolique (1), environnement facilitant (2), dimensions visibles et cachées (3), imagination et créativité (5), reflet tangible (6), expérience intégrative (10).

Langage visuel et symbolique. Un des apports fréquemment mentionné de l'art est sa propriété d'offrir un langage différent, non verbal et symbolique, pour exposer des pensées, des sensations ou des émotions non communicables autrement. Par exemple, une recherche rapporte le cas d'une patiente nommée Rita, qui souffrait d'alexithymie : elle était incapable d'exprimer et même d'identifier son univers affectif (Meijer-Degen & Lansen, 2006). L'art lui a paradoxalement permis de verbaliser des idées et des sentiments pour lesquels elle n'avait pas de mots auparavant, c'est-à-dire avant de les dessiner. Cette propriété de l'art, soit d'exprimer l'indicible en offrant un langage visuel et symbolique, peut se généraliser. En effet, pour la plupart des personnes, l'art-thérapie aide à extérioriser des émotions trop profondes, des ressentis pour lesquels on n'a pas de mots ou dont on n'est pas conscient (D. Waller, 2006). Les émotions, conflits intrapsychiques ou difficultés personnelles du client trouvent une expression à travers l'art, ce qui lui permet ensuite d'explorer ses productions avec son thérapeute. « Les images ont aidé les clients à comprendre, exprimer, contenir et adoucir les émotions. » [traduction libre] (Hinz, 2009, p. xx). D'autre part, Malchiodi (2005) affirme que le langage verbal est restreint comparé à la multitude d'expériences que vivent les êtres

humains et pour cette raison, ceux-ci ont la nécessité de s'exprimer de manière artistique, symbolique, métaphorique et non verbale. Ainsi, ce que révèle un dessin ne peut pas être complètement traduit en mots (Hinz, 2009). En effet, l'art-thérapie remet en contact avec les premières expériences de vie, dont la trace demeure en deçà de la conscience et de la verbalisation, ainsi qu'avec les événements traumatisants mémorisés sous forme non verbale (Meijer-Degen & Lansen, 2006). Les êtres humains ont la faculté d'exprimer visuellement leurs conflits internes : ce mode de communication est plus ancien que la parole, les images précédant l'acquisition du langage (Houle, 1990; Laberge, 2005). En plus de constituer une autre façon de communiquer, l'art crée un environnement qui peut faciliter l'expression de soi.

Environnement facilitant. Sur le papier, rêves et fantaisies s'expriment souvent plus directement avec moins d'autocensure, ce qui peut accélérer le processus thérapeutique. En effet, en stimulant les dimensions de créativité et d'imagination, l'art amène une perspective ludique et spontanée face au vécu souffrant des clients. De plus, l'art-thérapie serait une méthode d'intervention allant droit au but, permettant d'économiser nombre de séances et particulièrement adaptée dans un contexte de thérapies brèves (Malchiodi, 2005). La mise en action du corps, dans les mouvements graphiques, constituerait un autre avantage pour mobiliser le processus de changement du client. Ainsi, plusieurs art-thérapeutes pensent que l'art-thérapie est parfois plus efficace que d'autres thérapies à cause de cette invitation à l'expérimentation concrète stimulant diverses sensorialités (Meijer-Degen & Lansen, 2006).

Dimensions visibles et cachées. La littérature recense plusieurs autres bienfaits au sujet de l'art-thérapie, comme celui de donner une forme à l'iniforme. Elle offre la possibilité au client d'explorer son monde intérieur par le biais d'une expression personnelle sous une forme visible et observable. Ainsi, il peut visualiser son univers interne différemment et résoudre ses difficultés en les percevant d'une nouvelle manière (Hinz, 2008; Malchiodi, 2003). Le fait de vivre et ressentir l'expérience corporellement dans toute sa sensorialité peut lui permettre de prendre conscience de souvenirs oubliés, de besoins refoulés ou de sentiments incompris, qui resteraient autrement cachés et non accessibles consciemment. Dans une recherche portant sur des femmes avec la maladie de lupus, l'utilisation des dessins a apporté des bienfaits supérieurs à la seule entrevue verbale (Nowicka-Sauer, 2007). En effet, les patientes ont pu révéler, sans censure et dans un court laps de temps, des perceptions inédites sur leur vécu envers la maladie, ainsi qu'acquérir une conscience plus profonde de leurs émotions. Selon l'auteur, ces informations n'auraient pas pu être obtenues par les outils verbaux habituels tels que les entrevues, tests ou questionnaires standards.

Imagination et créativité. L'art-thérapie fait appel aux capacités créatives individuelles, car le client est invité à expérimenter et à jouer avec des matières différentes afin de créer un objet hautement personnel (Meijer-Degen & Lansen, 2006). Cela stimule sa créativité à travers la production d'œuvres artistiques (Association des

art-thérapeutes du Québec, 2012). Cette discipline serait même décrite en soi comme une thérapie de l'imagination (McNiff, 1992).

Reflet tangible. La création d'objets concrets, tels que les dessins, offre aussi l'avantage d'une permanence durable dans le temps (Meijer-Degen & Lansen, 2006). On peut prendre une distance avec l'objet, séparé de soi et donc permettant de s'en détacher, de s'en dissocier, de le modifier, de le réintégrer à la conscience sous une autre forme. La production artistique procure un reflet tangible comme celui d'un miroir. Certains clients peuvent plus facilement faire des liens, des déductions logiques et résoudre des problèmes lorsqu'ils regardent ce matériel palpable et tangible que lorsqu'ils en parlent (C. S. Waller, 1992). Les anciennes productions visuelles demeurent accessibles, ce qui permet de visualiser l'évolution longitudinale du client, comme les progressions ou les stagnations. De plus, cela peut servir à des fins d'évaluation ou de recherche sur la thérapie.

Expérience intégrative. Le fait que l'art regroupe les expériences sur une même feuille de papier peut permettre aux ex-clients de thérapie d'intégrer des informations contradictoires ou que, sinon, ils n'auraient pas toujours mis en lien. Par la contrainte de l'espace physique tangible, par exemple le support de papier, la production visuelle rassemble souvent plusieurs concepts compliqués en un graphisme plus simple. La visualisation de leur vécu en thérapie d'une manière plus globale peut offrir l'occasion

aux clients d'accéder à des prises de conscience ou d'intégrer des polarités opposées (Shechtman & Perl-Dekel, 2000).

En bref, six aspects bénéfiques de l'art ont été retenus en lien avec notre étude. L'art offre une alternative au discours verbal en nuançant, validant ou complétant les informations fournies par ce dernier. Il pourrait permettre d'accéder à d'autres dimensions non accessibles autrement, car non conscientes, non communicables verbalement, à haute teneur symbolique et polysémique. Sa caractéristique d'environnement facilitant peut rapidement stimuler l'imagination et la créativité et donner accès dans une forme visible, tangible et novatrice à des informations qui resteraient sinon cachées, permettant d'intégrer l'expérience thérapeutique autrement. L'art a des apports bénéfiques potentiellement complémentaires au verbal et pouvant procurer d'autres pistes à explorer en recherche. Ces informations amènent à supposer que, en se plaçant dans un même contexte thérapeutique, l'utilisation de l'art, par rapport à l'usage du langage verbal, ferait donc appel à des processus communs *et* différents. Qu'en disent les recherches? Cette question a-t-elle été spécifiquement débattue?

Comparaison des processus induits par l'art et le verbal

À ce jour, aucune étude expérimentale n'a spécifiquement comparé les processus induits par l'art et le verbal. C'est seulement sur le plan théorique que plusieurs auteurs identifient des processus thérapeutiques uniques à l'art-thérapie. Par exemple, Estrella (2005) affirme que les thérapies utilisant les arts sont les seules à rendre possible l'accès

à l'expérience du client sans solliciter le langage verbal, en passant par l'action et un processus d'expression graphique. Même s'il est possible de parler ensuite de la production artistique, elles permettent une expression non-verbale unique basée sur des ressentis sensoriels et visuels, intégrant corps, émotions et pensées au sein d'une expression créative : « Faire de l'art sollicite simultanément des processus affectif, cognitif et somatique » [traduction libre] (Estrella, 2005, p. 188). D'autres auteurs renchérissent : « L'art-thérapie est une approche intégrative utilisant des expériences cognitives, motrices et sensorielles » [traduction libre] (Tibbetts & Stone, 1990, p. 139). Lusebrink (2010) rapporte que trois aspects différencient les thérapies verbales et l'art-thérapie : « [...] l'utilisation des médias artistiques comme moyen d'expression et de communication, la signification multidimensionnelle présente dans les expressions visuelles et les effets thérapeutiques du processus créatif » [traduction libre] (p. 168). D'autres auteurs citent des caractéristiques assez semblables : « [...] expression de soi, participation active, imagination, connections corps-esprit » [traduction libre] (Malchiodi, 2005, p. 9).

Ainsi, les éléments recensés apportent une réponse partielle à la question initiale du début de cette section sur l'art et le verbal : « Que sait-on des apports de l'art et des processus qu'il sollicite par rapport au verbal? » On y constate que l'art a des apports bénéfiques potentiellement complémentaires au verbal. Toutefois, les processus sollicités par les deux approches n'ont pas été explicitement comparés pour en comprendre précisément les mécanismes d'action. Certes, l'art apporte certains

bienfaits, mais comment fonctionne-t-il par rapport au verbal? C'est la question qu'il nous a semblé pertinent d'approfondir dans le cadre de la présente recherche. Pour y arriver, il fallait cependant restreindre le cadre de l'étude à des variables opérationnelles. C'est pourquoi nous avons cherché un modèle capable de cibler des dimensions processuelles précises, ce à quoi répondait le Continuum de thérapies expressives (*Expressive Therapies Continuum*) ou ETC.

Analyse des processus : le Continuum de thérapies expressives (ETC)

Présentation du modèle ETC

Le Continuum de thérapies expressives (ETC) a vu le jour dans les années 1970 afin d'offrir un modèle conceptuel unique pour les thérapies expressives par les arts. Crée par Kagan et Lusebrink (1978) puis perfectionné par Lusebrink (1990, 1991, 2004, 2010), ce cadre théorique a retenu notre attention. En effet, il permet d'identifier et de catégoriser hiérarchiquement les processus sous-jacents sollicités lors d'interventions expérientielles ou utilisant les arts. Cette structure hiérarchique et développementale intègre des théories issues de divers courants : art-thérapie et enseignement de l'art, neurologie, psychologie du développement, de la cognition, du comportement. Le modèle ETC est influencé notamment par la théorie piagétienne et par plusieurs art-thérapeutes précurseurs : Cane, Naumburg, Kramer, Ulman, Lowenfeld, Betensky, Rhyne et Horowitz (Hinz, 2009). Athéorique, il procure un langage commun et pose des fondations solides pour les art-thérapeutes de toutes les approches. « Ce modèle décrit les processus internes du client, leur interaction avec les médias artistiques et leur niveau

d'expression » [traduction libre] (Estrella, 2005, p. 200). Il se base sur les processus cérébraux de traitement des informations visuelles afin de mieux comprendre ce qui se passe sur le plan de l'imagerie mentale et de la formation des images (Hinz, 2009). Représenté sous forme de schéma visuel facile à mémoriser, il s'agit d'une « structure théorique qui décrit les interactions entre la personne, le produit et le processus en art-thérapie » [traduction libre] (Hinz, 2009, p. 35). Ainsi, le clinicien peut appréhender le processus thérapeutique globalement, en intégrant les aspects corporels, émotionnels et cognitifs.

Description des composantes et niveaux

Le modèle ETC se compose de quatre niveaux organisés selon une hiérarchie développementale (voir Figure 1). Le traitement des informations et des images s'organise le long de sept composantes ordonnées autour de ces quatre niveaux. Ainsi, plus on monte la hiérarchie, plus les processus impliqués sont sophistiqués, requérant des opérations cérébrales plus élaborées (Hinz, 2009; Lusebrink, 1991).

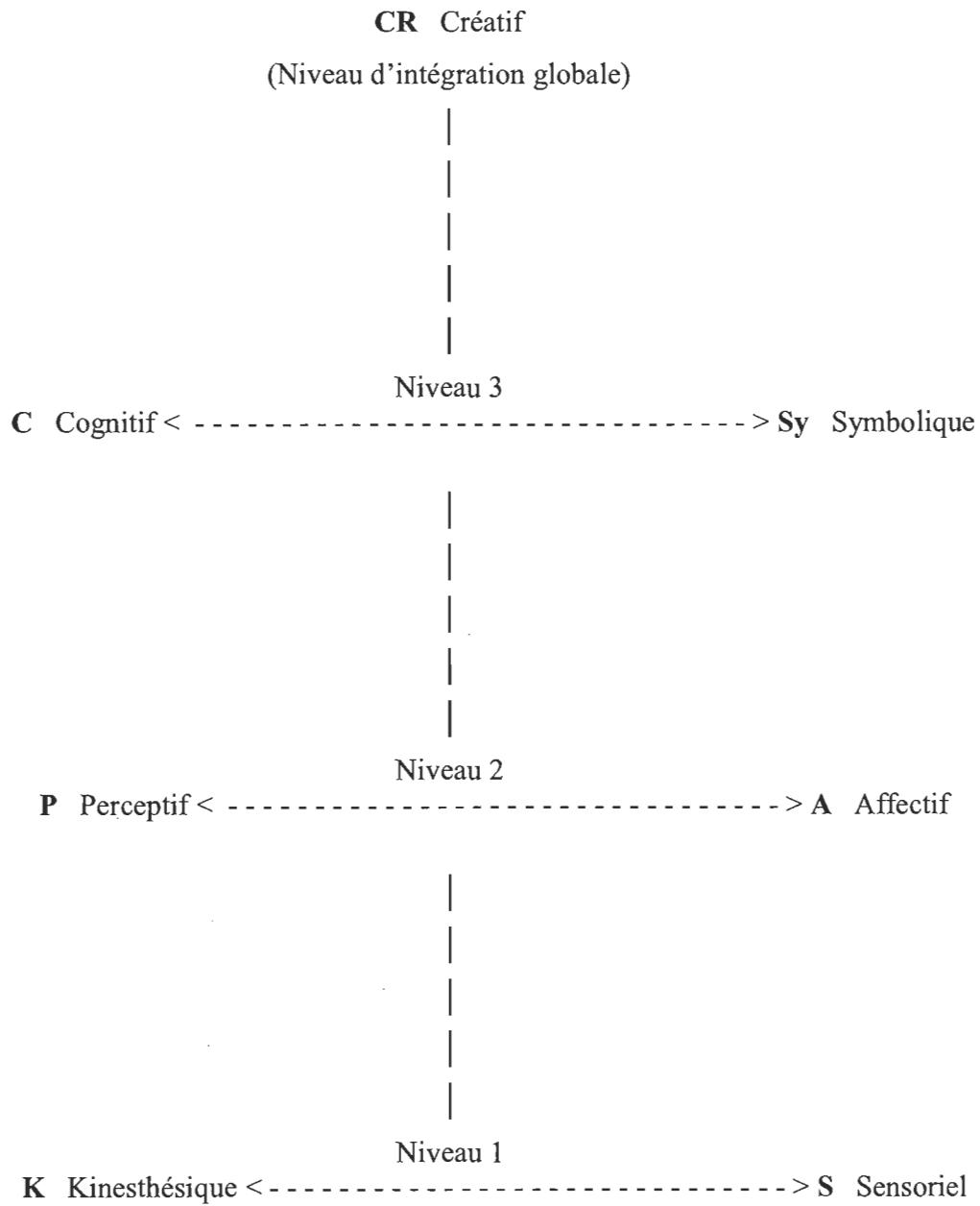


Figure 1. Continuum de thérapies expressives (ETC) (adapté de Hinz, 2009, p. 5).

Le premier niveau, kinesthésique/sensoriel (K/S), se situe sur le plan de l'expression corporelle sensori-motrice préverbale, constituant l'interaction la plus primitive avec le matériel artistique. Les aspects moteurs et l'action dominent pour la composante kinesthésique, comme par exemple faire un gribouillis pour le plaisir du mouvement, ou réitérer des gestes pour leur simple répétition motrice. Cela inclut les mouvements spontanés visant purement une décharge d'énergie physique. La composante sensorielle, quant à elle, sollicite les aspects tactiles, sensuels et basés sur les sens (visuels, olfactifs, auditifs, etc.). À ce niveau (K/S), il s'agit de la plus simple expression du traitement de l'information, celle que l'on retrouve particulièrement chez les plus jeunes enfants.

Au deuxième niveau, perceptif/affectif (P/A), l'art est utilisé pour communiquer des formes, à travers différentes lignes et couleurs (P), mais aussi des émotions pures sans forme imagée à l'autre extrême (A). À ce stade, les informations prennent des caractéristiques plus formelles, conscientes et structurées, et le langage peut être présent ou non. Le client identifie généralement des formes précises dans les lignes qu'il a tracées. Il commence à pouvoir observer son processus artistique, car il n'est plus impliqué seulement dans l'action.

Le troisième niveau, cognitif/symbolique (C/Sy), implique la résolution de problèmes, la recherche de sens personnel ou de représentations métaphoriques et symboliques. La fonction cognitive sollicite des processus intellectuels plus complexes, tels que la planification, la négociation, la structuration, la catégorisation, le séquençage

et la déduction. La pensée devient plus rationnelle, analytique et logique. Elle précède l'action et permet d'accomplir des tâches avec une grande complexité d'instructions, nécessitant plusieurs étapes. Le client utilise souvent plus de mots et d'abstraction. Il peut, p. ex., expliquer la structure de son dessin ou en détailler la signification objective. De son côté, la composante symbolique ajoute des contenus plus intuitifs, procurant des élaborations de second degré, condensant plusieurs facettes. Une signification plus personnelle apparaît, sollicitant parfois des dimensions culturelles ou spirituelles.

Enfin, la dimension créative (CR) fait référence à l'intégration globale combinant tous les autres niveaux afin que l'expérience artistique ouvre l'accès à un équilibre nouveau. L'expérience créative peut toutefois prendre place à n'importe lequel des autres niveaux, par exemple un client peut atteindre une forme de créativité à travers un mouvement spontané répétitif (stade kinesthésique). L'utilisation de l'art, peu importe à quel niveau du ETC, peut donc constituer en soi une expérience créative, où l'individu intègre son vécu et s'approche de la réalisation de son plein potentiel.

L'organisation des trois premiers niveaux se fonde sur une opposition ou complémentarité entre les composantes, représentant un continuum entre deux pôles contraires (Lusebrink, 2010). Par exemple, pour le premier niveau kinesthésique/sensoriel, l'expérience peut inclure des caractéristiques plus ou moins basées sur le mouvement pur (kinesthésique) ou sur la recherche de sensations (sensoriel). La relation entre les composantes du même niveau est de type curviligne

sous forme de U inversé (Hinz, 2009). Suivant l'exemple pour le niveau K/S, cela signifie que lorsqu'un client commence à utiliser la composante kinesthésique, la dimension sensorielle va répondre en s'activant. Puis, la stimulation de la composante kinesthésique peut continuer jusqu'à l'atteinte d'un point d'équilibre optimal entre les deux fonctions. Au-delà, la trop grande immersion kinesthésique résulte en une diminution, voire un blocage, des informations sensorielles : « S'engager dans une activité kinesthésique énergique comme marteler de l'argile ne permettrait pas d'intégrer l'information sensorielle au sujet de la température ou la texture de la matière » [traduction libre] (Hinz, 2009, p. 40). La fonction émergente d'une composante signifie que l'expérience avec un medium artistique peut amener le client vers un niveau supérieur de fonctionnement. Par exemple, presser et marteler de l'argile (dimension K) suscite une émotion de colère (A) : la composante affective (A) émerge de l'expérience kinesthésique initiale (K). Par la suite, le client peut donner un sens à cette expérience : la dimension symbolique (Sy) découle de l'émotion (A), elle-même initialement engendrée par l'expérience kinesthésique (K) avec l'argile. Le thérapeute se sert de la caractéristique de fonction émergente pour atteindre les objectifs visés par le client.

Enfin, le modèle inclut des informations sur les propriétés de divers médias artistiques, ainsi que l'impact de la structuration et de la complexité des instructions reliées à la production artistique. Par exemple, les médias d'arts plastiques se situent sur une échelle variant de fluide à résistant, ce qui permet au thérapeute d'influencer l'expérience du client sur un continuum d'affectif à cognitif (Hinz, 2009).

Utilisation du modèle ETC

Ce cadre théorique représente une manière de conceptualiser le travail clinique en catégorisant les interactions entre le client, sa production artistique et son processus en art-thérapie (Hinz, 2009). Il permet de structurer l'évaluation et les objectifs de traitement selon les besoins de chaque client, de guider le cours de la thérapie et les décisions thérapeutiques en aidant à organiser les informations. Le thérapeute peut choisir quel medium utiliser, pourquoi, quand, et comment. Une composante n'étant pas supérieure à l'autre dans ce modèle, l'individu fonctionnel se révèle capable d'utiliser toutes les composantes à tous les niveaux de façon flexible (Hinz, 2009). En effet, chaque composante fournit des informations différentes à la personne pour la guider dans sa vie. La thérapie vise à équilibrer le fonctionnement d'un client qui sur-utilise ou sous-utilise une composante sur le plan de la réception ou du traitement de l'information et de la prise de décision. En début de prise en charge, le thérapeute évalue les capacités du client à traiter les informations et à travailler avec des images (Hinz, 2008) : Quelles sont les composantes préférées du client, a-t-il des fonctions bloquées, sur- ou sous-utilisées? Cela situe la problématique du client et identifie les composantes à développer afin d'atteindre le fonctionnement optimal visé. La thérapie débute par la composante où le client apparaît le plus à l'aise. Ensuite, le thérapeute accompagne son client dans l'exploration d'autres composantes ou niveaux que ce dernier emploie peu ou pas (Hinz, 2009). Par exemple, un client bloqué au niveau émotionnel se verra proposer d'utiliser un medium plus fluide comme la gouache, favorisant l'expression affective.

Au sein du modèle ETC, la thérapie peut viser des transferts verticaux, soit d'un niveau à un autre grâce à la fonction émergente des composantes, ou horizontaux, soit d'une composante à une autre au sein du même niveau.

Divers programmes de formation universitaire enseignent maintenant le modèle ETC : c'est notamment le cas du *Saint Mary-of-the-Woods College* dans l'Indiana (États-Unis) et de l'Université Concordia au Québec (Canada). Ainsi, durant leur formation, les futurs thérapeutes sont à même d'identifier leurs propres processus et préférences face aux divers médias artistiques, ce qui leur permet de prendre conscience de leurs préjugés personnels pouvant influencer leur travail clinique. Certains art-thérapeutes l'ont également adopté pour choisir des activités appropriées aux objectifs thérapeutiques (Kaplan, 1995) ou évaluer l'évolution de leur clientèle (Bennink, Gussak, & Skowran, 2003; Malchiodi, 2003).

Enfin, bien que le ETC soit un modèle issu des thérapies expressives, il peut aussi s'utiliser pour concevoir et accompagner l'utilisation de l'art dans des disciplines connexes, comme dans le champ de la psychologie (Hinz, 2009; Lusebrink, 2010). Il fournit des données intéressantes pour comprendre des processus psychiques, tout en fournissant un langage transthéorique. De fait, des thérapeutes de diverses approches théoriques peuvent y trouver des éléments riches de sens et compatibles avec leur propre modèle d'intervention.

Maintenant que le modèle ETC est présenté, abordons les objectifs spécifiques de la présente étude.

Objectifs de l'étude

Comme mentionné plus haut, cette recherche s'intéresse à la comparaison entre les processus psychiques sollicités par l'utilisation de l'art et du verbal. La littérature recensée permet de formuler l'éventualité selon laquelle une entrevue qui utilise l'art amènerait l'individu dans des processus différents par rapport à une entrevue seulement verbale. La présente étude souhaite identifier des modes d'action spécifiques à la dimension artistique par rapport à la dimension verbale. Une même entrevue utilisant tour à tour le verbal et l'art visera à comparer les processus qui se manifestent à travers les mots et les dessins. L'analyse des processus psychiques individuels s'effectuera en comparant les matériels verbal et graphique et ce, en traitant d'un même thème sous deux modalités différentes, l'art et le verbal. Nous supposons ici que l'utilisation de l'art, par rapport à l'utilisation du langage verbal, fait appel à des processus communs *et* différents. Plus concrètement, les questions guidant la recherche sont les suivantes :

- 1- Quels processus, identifiés grâce au Continuum de thérapies expressives (ETC), sont mobilisés par l'art? Par le discours verbal?
- 2- Comment se comparent les processus sollicités par les deux modalités? Peut-on constater des rapprochements ou des différences entre elles?

3- Certaines tendances générales se dégagent-elles quant aux impacts d'utiliser l'art ou le verbal?

En somme, cette recherche vise à comparer l'art au verbal afin de mieux comprendre ses modes d'action spécifiques, s'il y en a. Dans une époque où l'art-thérapie prend de l'essor, il est important de mieux comprendre et documenter plus précisément les mécanismes d'action thérapeutiques induits par l'art. Le contexte actuel des données probantes visant à documenter l'efficacité des psychothérapies ne doit pas occulter le besoin de comprendre comment agissent les thérapies. Plusieurs art-thérapeutes affirment que l'art-thérapie offre beaucoup d'avantages, notamment en termes de mise en action du client et de gain de temps, ce qui semble alléchant dans une ère de restrictions budgétaires prônant plus de thérapies brèves et efficaces. Par contre, peu de recherches se sont attardées à comparer les processus psychiques en situation verbale et graphique. C'est ainsi que, dans l'optique de contribuer à une meilleure connaissance des processus pouvant avoir cours en thérapie, tant par une avenue verbale que par l'art, nous avons construit cette étude avec une approche utilisant ces deux modalités lors d'échanges avec d'ex-clients sur leur expérience vécue en thérapie.

Méthode

Ce chapitre détaille les informations sur les choix méthodologiques, les participants recrutés, le déroulement des entrevues, le matériel utilisé, ainsi que la méthode d'analyse des données. Une même entrevue impliquant le verbal et l'art a visé à comparer les processus sollicités par ces deux approches. L'utilisation du Continuum de thérapies expressives (ETC) a permis d'analyser les processus kinesthésiques, sensoriels, perceptifs, affectifs, cognitifs, symboliques et créatifs, tant pour les dessins que pour les données verbales.

Méthode quasi-qualitative

La méthode s'est construite spécifiquement en fonction des questions de recherche. Deux exigences méthodologiques se sont présentées. D'une part, la recherche s'intéresse à l'expérience vécue par des personnes en psychothérapie. Il importe donc de rester proche du vécu subjectif afin de comprendre en profondeur les mécanismes psychiques révélés par les individus. Cette finesse clinique exige une étape préalable à l'analyse des processus : celle-ci avoisine l'étude de cas (Yin, 2009). Cette première étape vise des objectifs « de reformulation, d'explicitation ou de théorisation d'un témoignage, d'une expérience ou d'un phénomène », démarche propre à l'analyse qualitative (Paillé, 1996, p. 181).

D'autre part, le chercheur souhaite mesurer des processus, interprétés à l'aide d'une grille de lecture assurant une forme d'objectivation. En effet, le modèle ETC permet d'analyser les données en différenciant six processus, variant sur un continuum selon des degrés variables d'utilisation. Nous y reviendrons plus loin en détail (voir la section sur l'analyse des données).

En raison de cette double exigence méthodologique, la méthode choisie s'apparente aux méthodes quasi-qualitatives selon Paillé (1996; 2009). Comme il l'indique, ces méthodes « visent essentiellement des objectifs de mesure » (Paillé, 2009, p. 204).

Participants

Critères de sélection des participants

La méthode consistait à rencontrer, lors d'un seul entretien individuel, dix participants adultes ayant complété un processus de psychothérapie depuis au moins 2 mois et au plus 1 an. Ces critères ont été retenus pour que les participants aient un regard réflexif sur leur expérience vécue en psychothérapie, tout en gardant une certaine proximité temporelle facilitant le rappel mnésique. Les individus sélectionnés ont effectué une durée minimale d'au moins 3 mois en psychothérapie, afin qu'un processus thérapeutique ait pu avoir lieu. Une connaissance artistique préalable en arts graphiques n'était pas requise, le principal critère étant surtout que les participants n'aient pas utilisé auparavant des médias artistiques tels le dessin et la peinture, dans un cadre thérapeutique. Dans une perspective intégrative, l'étude ne sélectionnait pas d'approche

thérapeutique particulière : les psychothérapies effectuées étaient issues notamment des courants psychodynamique, humaniste ou cognitivo-comportemental.

Modalités éthiques

Au préalable, un certificat d'éthique était requis, conformément aux normes de l'UQTR. Le certificat CER-08-132-06.08 a été émis le 19 février 2008 et renouvelé annuellement jusqu'à la fin de la recherche. Chaque participant a reçu une lettre de présentation sur la recherche (voir Appendice A) et signé un formulaire de consentement (voir Appendice B). La participation s'effectuait sur une base volontaire.

Recrutement des participants

Les participants ont été recrutés dans la région de Trois-Rivières et ses alentours de plusieurs façons. Le Centre universitaire de services psychologiques (CUSP) de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) a envoyé une lettre à ses anciens clients rencontrant les critères d'inclusion de la recherche. De manière similaire, le Service de psychologie du Service aux étudiants de l'UQTR a sollicité par écrit ses ex-clients. Enfin, les besoins de recrutement ont été publicisés à l'intérieur du journal étudiant Zone Campus de l'UQTR et sur le site Internet du journal institutionnel de l'UQTR, l'Entête.

Caractéristiques des participants

Dix adultes ont pris part à la recherche, soit 9 femmes et 1 homme, âgés de 20 à 55 ans (voir Tableau 1). Les participants étaient âgés de 40 ans en moyenne. Ils ont consulté pour des motifs variés, incluant des difficultés affectives ou relationnelles ainsi que pour viser une meilleure connaissance de soi. Leur psychothérapie a duré 28 séances en moyenne, soit environ 8 mois. Enfin, ils ont déclaré être satisfaits à 76,5 % de la thérapie reçue, les résultats allant de 0 (pas du tout satisfait) à 1 (totalement satisfait).

Tableau 1

Caractéristiques des participants

Caractéristiques	Moyenne	Min.	Max.	Écart-type
Âge	39,8 ans	20	55	11,5
Durée de la thérapie	8 mois	3	16	5
Nombre de rencontres	28 séances	14	52	13,3

Déroulement

Les participants ont été rencontrés individuellement lors d'une unique rencontre, d'une durée d'environ 1 h à 1 h 30, enregistrée sur caméra numérique. Cette entrevue visait une élaboration verbale et graphique sur une thématique semblable. Le thème des moments significatifs en psychothérapie a été choisi pour encadrer les rencontres. En effet, il offre un angle d'approche similaire pour tous, en se concentrant sur les expériences jugées importantes par les clients eux-mêmes. Étant donné la durée

significative de leur expérience en thérapie, chaque participant devrait être en mesure de se rappeler d'au moins un moment important. De plus, comme l'entrevue avait lieu plusieurs mois après la fin de leur psychothérapie, on peut penser que les participants pourront assez facilement se rappeler des moments plus saillants de ce vécu. Ce thème s'inspire de la méthode des incidents critiques (Mucchielli, 2009).

L'entrevue comportait quatre temps distincts :

- 1- Tout d'abord, un temps de « réchauffement » permettait de reconnecter la personne à son expérience en psychothérapie, en laissant émerger des moments significatifs.
- 2- Dans un deuxième temps, le participant racontait, de manière détaillée, chaque événement marquant retenu. Les questions de la chercheuse accompagnaient le sujet dans son élaboration verbale afin de recueillir plus de précisions.
- 3- Dans un troisième temps, le participant effectuait une production graphique (dessin ou peinture) à l'aide des médias artistiques mis à sa disposition. Cette représentation visuelle et imagée visait l'exploration non verbale du ou des moment(s) significatif(s).
- 4- Enfin, un retour verbal était effectué, d'abord par rapport à l'expérience vécue dans la production graphique, puis envers toute l'entrevue dans son ensemble. Ce moment de retour visait à discuter du contenu du dessin, à donner un sens au processus dans la production graphique et dans l'entrevue en général. Enfin, ce temps permettait de dégager des points de convergence ou de divergence entre la narration verbale et la

production visuelle ou d'aborder tout autre commentaire général avant de clore l'entrevue.

Les dix entrevues se sont déroulées d'avril à septembre 2008 dans les locaux du pavillon Michel Sarrazin de l'UQTR. Elles ont été filmées puis transcrites pour faciliter l'analyse des données.

Cueillette des données

Avant de débuter formellement l'entrevue, chaque participant remplissait un questionnaire visant à recueillir des informations générales sur le plan sociodémographique et sur l'appréciation de sa psychothérapie (voir Appendice C).

Afin de récolter des informations similaires dans chacune des entrevues, une grille de questions a été élaborée pour baliser les grands thèmes à aborder lors de la rencontre, tout en gardant une flexibilité d'adaptation au vécu unique de chaque participant (Paillé, 1991) (voir Appendice D). Les entrevues semi-dirigées ont ainsi pu être uniformisées pour tous les participants.

Un ensemble de matériel d'art visuel était mis à disposition des sujets : crayon de plomb, efface, crayons de couleur, crayons-feutres, pastels gras et secs, feuilles blanches ou en couleur de divers formats, gouache, pinceaux. Pour la suite du texte, le mot « art »

désignera les arts plastiques utilisés dans cette étude, c'est-à-dire le dessin ou la peinture, à moins qu'il n'en soit spécifié autrement.

Un journal de bord a été tenu durant toute l'étude. Il a permis de consigner les notes de la recherche sur les plans descriptif, théorique et méthodologique, incluant les impressions, questions et réflexions personnelles de la chercheuse, ainsi que le contexte relatif à chaque entrevue (Baribeau, 2005).

Analyse des données

Rappelons que l'objectif principal de l'étude consiste à comparer les processus sollicités par l'art et le verbal. Afin d'y répondre, cette recherche a nécessité la création d'une méthode originale, qui a évolué et mûri au fil de l'analyse des données. Cette section détaille les principales étapes ayant conduit à cette analyse.

La première étape suivant la transcription des entrevues fut de lire plusieurs fois les entrevues, afin de s'imprégner du matériel, consistant en une forme de « lecture flottante » (Paillé, 1996, p. 181). Ensuite, la rédaction d'un résumé synthèse par participant a permis l'appropriation des données, tout en captant le fil conducteur pour chaque entrevue. Certains extraits de verbatim, particulièrement en lien avec les questions de recherche, ont été relevés. Ce résumé incluait aussi une synthèse des informations sur les productions graphiques. De plus, il compilait des données d'observation décrivant le processus d'élaboration du dessin, également conservé sur les

enregistrements vidéos. Cette première stratégie d'analyse des données s'apparentait à dix études de cas parallèles (Yin, 2009), permettant d'assimiler et de synthétiser la richesse et la profondeur des données qualitatives.

La deuxième étape consista à organiser l'ensemble des données pour en dégager les processus psychiques. À cet effet, le Continuum de thérapies expressives (ETC) ayant été retenu, il allait de soi d'utiliser la grille de Lusebrink (2010) qui recense des descripteurs graphiques selon chaque dimension de l'ETC. Or, cette grille n'existant qu'en anglais, la première tâche consista à la traduire en français. Le second défi fut de l'adapter pour l'analyse du matériel verbal. Ce travail d'élaboration des outils d'évaluation du modèle ETC pour le matériel graphique et verbal a permis l'analyse des dix dessins et entrevues verbales en identifiant et comparant les processus sollicités par l'art et le verbal pour les niveaux kinesthésique/sensoriel (K/S), perceptif/affectif (P/A), cognitif/symbolique (C/Sy) et créatif (CR).

Cette section présente la démarche d'analyse des données, premièrement pour les dessins, puis pour le matériel verbal. Notons deux points importants tout au long de cette partie. Premièrement, une attention particulière est portée à identifier autant que possible des critères observables nécessitant peu d'interprétation, celle-ci relevant du sens commun. D'autre part, le processus sous-jacent au contenu apparent constitue la principale ligne directrice guidant l'analyse des données en tout temps.

Analyse des dessins

Grille d'analyse. L'analyse des dessins s'effectue à l'aide du tableau créé par Hinz (2009) tel qu'il se présente dans l'article de Lusebrink (2010), traduit en français (voir Tableau 2).

Cette grille, la plus récente version publiée à ce jour, décrit des exemples non exhaustifs de caractéristiques typiques retrouvées dans les dessins pour chaque processus de l'ETC. Ces descripteurs graphiques permettent de situer la personne sur le Continuum de thérapies expressives, soit sur les niveaux kinesthésique/sensoriel (K/S), perceptif/affectif (P/A), cognitif/symbolique (C/Sy) et créatif (CR). Elle présente aussi un continuum au sein même de chaque niveau, variant d'un degré normal (p. ex., K ou S pour le niveau K/S) à une utilisation créative (CRk-s) ou au contraire psychopathologique (Kx, Sx). Ce continuum est représenté par les doubles flèches horizontales entre les composantes du même niveau. La variation psychopathologique illustre ici une surutilisation ou une sous-utilisation du processus à un degré excessif. Par exemple, une personne pourrait utiliser le mouvement à un point tel que cette hyperactivité l'amène à détruire le matériel. Cela représente un extrême négatif du processus kinesthésique, coté Kx. La dimension CR du Tableau 2 représente la notion de normalité ou d'équilibre optimal entre les composantes. Pour l'illustrer, un individu incorporant à la fois des formes et couleurs variées dans de justes proportions reflète une utilisation équilibrée et intégrée des dimensions perceptive et affective : CRp-a.

Tableau 2

Caractéristiques de l'expression visuelle à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC)
 (adapté de Lusebrink, 2010, p. 172)

NIVEAU 1 : KINESTHÉSIQUE/SENSORIEL

K = emphase sur l'expression kinesthésique et l'action	S = emphase sur les sensations et les explorations sensorielles
Kx <=====>	K <=====>
Gribouillis agités	Gribouiller, griffonner
Jeter, lancer (de façon agitée, désordonnée)	Frapper
Non respect des limites	Barbouiller, enduire
Destruction du matériel	Balancer
	CRk-s <=====>
	Expression kinesthésique dynamique avec rétroaction sensorielle simultanée
	Explorations sensorielles des matériaux, textures et surfaces
	<===== Sx
	Absorption dans l'expérience sensorielle.
	Immobilité ou mouvements très lents. Évitement des expériences sensorielles.
	Manque d'intégration sensorielle

NIVEAU 2 : PERCEPTIF/AFFECTIF

P = emphase sur l'expression de la forme	A = emphase sur l'expression affective
Px <=====>	P <=====>
Géométrisation des formes	Prédominance de la forme
Formes incomplètes ou mal intégrées (sur le plan de l'organisation)	Intégration perceptive
Images stéréotypées	Utilisation mixte des lignes et formes
Prédominance des contours	Variation des contours, des formes et des tailles
Trop d'accent sur les détails	Différenciation des détails
Utilisation réduite ou minimale de l'espace	Utilisation adéquate de l'espace
	CRp-a <=====>
	Gestalts bonnes ou complexes
	Organisation formelle des formes
	Organisation esthétique des formes
	Formes dynamiques
	Utilisation créative et mariage des couleurs
	Implication dans l'expression
	A <=====>
	Prédominance de la couleur
	Utilisation expressive de la couleur
	Utilisation descriptive de la couleur
	Formes
	affectives/expressives
	Contours dynamiques
	Contours incomplets
	Formes ouvertes
	<===== Ax
	Désintégration de la couleur
	Désintégration de la forme
	Formes agitées
	Couleurs ouvertement incompatibles
	Images affectives comme des hallucinations
	Formes trop grandes
	Utilisation maximale de l'espace

Tableau 2

Caractéristiques de l'expression visuelle à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC)
 (adapté de Lusebrink, 2010, p. 172) (suite)

NIVEAU 3 : COGNITIF/SYMBOLIQUE

C = emphase sur les opérations cognitives			Sy = emphase sur l'expression symbolique	
Cx <=====>			Sy <=====>	
CRc-sy <====>			<=====> Syx	
Perte de sens conceptuel	Intégration cognitive	Résolution de problème intuitive	Symbolisme intégratif	Sur-identification avec les symboles
Désintégration de la structure	Formation de concept	Découverte de soi	Signification symbolique	Symbolisme idiosyncrasique
Désintégration de l'espace	Intégration spatiale	Abstractions	Abstractions symboliques	Symbolisme obscur
Abstractions obscures	Abstractions	Résolution de problèmes	Utilisation symbolique de la couleur	Perception symbolique de la réalité
Pauvreté extrême des images	Catégorisation	Planification par étapes	Formation intuitive de concept	Symboles défensifs
Structures rigides	Signification objective	Inclusion de mots	Relation symbolique entre les formes	
Relations illogiques ou incomplètes entre les formes	Pictogrammes			

Note. Les exemples sont uniquement descriptifs des composantes du ETC et ne se veulent ni totalement inclusifs ni exclusifs. Les cotes Kx, Sx, Px, Ax, Cx et Syx constituent les variations psychopathologiques des processus K, S, P, A, C et Sy. Les cotes CRk-s, CRp-a et CRC-sy définissent les aires de transition créative.

Plusieurs échanges avec Lisa Hinz, auteure du livre sur le modèle ETC (2009), et une de ses étudiantes en art-thérapie, ayant une connaissance approfondie du ETC, Maria Riccardi, ont permis de s'assurer de la signification des descripteurs ainsi que de la justesse de leur traduction en français. Des précisions relatives à ces descripteurs figurent à l'Appendice E.

Cotation des dessins. Utilisant cette grille d'analyse, les dix dessins ont été cotés par cinq juges, dont Lisa Hinz et Maria Riccardi, spécialistes de l'ETC, et trois autres juges dont la chercheuse principale de l'étude, qui se sont familiarisés avec les instruments de recherche. Les juges ont effectué la cotation séparément, de manière indépendante, et sans référence au contenu verbal. Le Tableau 3 présente le sommaire de ces premières cotes données par les cinq juges. Par la suite, une rencontre a réuni 4 des 5 juges afin de comparer les cotes entre elles et de vérifier l'accord interjuges. Les juges ont discuté, pour chaque participant, des similarités et différences entre les cotes, justifiant ou modifiant leur choix. Par exemple, pour la participante 1, quatre juges avaient donné une cote dominante ou forte au processus affectif (A : xxXX). C'était la cote qui ressortait le plus dans l'analyse (voir Tableau 3), donc les juges ont déterminé que ce processus aurait la cote finale dominante (voir Tableau 4). Les principaux sujets débattus concernaient la présence ou l'absence d'un processus, ainsi que l'importance à lui accorder (X, x ou °). La cotation finale des dessins figure au Tableau 4¹.

¹ Les résultats seront présentés de manière plus exhaustive dans le chapitre suivant. Les tableaux ci-après visent à illustrer la démarche méthodologique effectuée afin d'arriver aux résultats finaux.

Tableau 3

Cotations des dessins par les cinq juges

Partici-pant	Kx	K	CRk-s	S	Sx	Px	P	CRp-a	A	Ax	Cx	C	CRc-sy	Sy	Syx
1	°	xX	X	x		°	°°x	xx	xxXX	x		xX	°x	°xX X	x
2		°	°X	°x	°	°	xx	xxX	xxxX	°x		°xX	x	°°xX X	
3				x	xxX	°XX		°	°x		x	xX		°	°
4	°x	°X	x			x	xx	xxx XX	°			°	x	xXX X	°
5	x				°xX	xxX	°	°°x	°		x	xxX XX		°°°x	°
6				°	xxX XX	xX				°	x	°°xx		°°x	°
7			°°x		°	xX	°X	°xxX			°xx	x	xXX X	x	
8			°°x		°°x	XXX XX	°x	xxxx			°	xx	x	°°xX	
9	°	°	°	x	XX	°x		°xX	°x	°x X X	x		°x	°xX	
10	x	°xx x		xx XX	°			°xXX	xX	x			x	x	

Note. X = composante dominante; x = présence forte de cette composante; ° = présence faible de cette composante

Tableau 4

Cotation finale des dessins

Participant	Kx	K	CRk-s	S	Sx	Px	P	CRp-a	A	Ax	Cx	C	CRc-sy	Sy	Syx
1		◦							X					x	
2									X					x	
3						x	X								
4									X					x	
5											x	X		◦	
6						X						x			
7														X	
8						X			x						
9											X			x	
10				x					X						

Note. X = composante dominante; x = présence forte de cette composante; ◦ = présence faible de cette composante

Suite à l'atteinte des consensus interjuges, la chercheuse a révélé des informations sur l'élaboration des dessins et sur les participants, dans le but d'évaluer si cela affecterait les cotes attribuées. Sauf une exception mineure, les cotes n'ont pas changé, les juges étant là encore en décision consensuelle.

Le travail de consensus a rencontré plusieurs défis mais aussi des cas de convergence plus facile. Cinq exemples figurent ci-dessous afin d'illustrer la démarche : il s'agit de la production des participantes 4, 3, 6, 5 et 10. Le premier cas illustre un fort accord interjuges (participante 4). Les autres cas exposent concrètement les défis typiques rencontrés à cette étape et les solutions trouvées. Parfois, les processus se démarquent moins clairement et il peut être difficile de trancher, particulièrement dans les cas où il y a présence de processus plus extrêmes et moins centrés (participantes 3, 5, 6). Enfin, la participante 10 montre un cas particulier où il fut nécessaire de connaître la manière dont le dessin avait été élaboré afin d'être capable de le coter adéquatement.

Participante 4. Ce dessin¹ a suscité une forte convergence d'accord interjuges, ayant amené facilement les juges au choix de la cote finale en nécessitant peu de discussion. Le Tableau 3 montre que les cinq juges ont donné d'un commun accord une cote pour le processus affectif, avec une importance dominante pour quatre d'entre eux (A : xXXXX). Dans les discussions justifiant leur cote, les juges ont nommé ces arguments : l'utilisation



¹ Les dessins sont présentés à l'Appendice F en grand format.

prédominante de la couleur, la présence de couleurs variées utilisées de façon expressive, les contours incomplets marqués par des formes ouvertes et dynamiques et le choix des pastels secs. Le deuxième regroupement important de cotes se situe au niveau du processus symbolique (Sy), où quatre juges ont attribué une cote dominante ou forte (Sy : xXXX). La justification tenait beaucoup au fait que la créature marquée par la ligne noire renvoie à une dimension symbolique (Sy). Le consensus a donc été rapidement atteint, de par l'importance de la démarcation de ces deux processus (A et Sy) par rapport aux autres cotes : aucun autre processus ne ralliait plus que deux juges. La cote finale est donc A (X) et Sy (x), du fait que A avait reçu des cotes plus nombreuses et plus importantes que Sy.

Participante 3. Ce dessin, constitué par deux productions graphiques successives, a suscité beaucoup de discussions parmi les juges, ceux-ci l'ayant généralement trouvé difficile à coter.



Certains juges voyaient un aspect cognitif, suggéré par la présence de structures rigides (Cx) ou par l'aspect de pictogramme (C). Par contre, le dessin semblait davantage montrer une recherche perceptive que constituer une représentation schématique d'un concept. En effet, la variation des formes et de la taille des personnages, ainsi que la prédominance des contours marqués au feutre noir suggéraient des processus perceptifs (P et Px) au premier plan. Le dessin, très concret, représente une personne humaine. La cote finale est donc P (X) et Px (x). Il est possible que la présence de variations psychopathologiques (Px) soit en lien avec une plus grande difficulté de cotation. La

simplicité du dessin pourrait également être une cause de difficulté, ce qu'on retrouve également dans le dessin suivant.

Participante 6. Les personnages humains stéréotypés, représentés sous forme de bonhommes allumettes, avec des traits minimalistes soulignant seulement les contours, les formes incomplètes (p. ex., il manque les mains) suggèrent une cote de Px. La ligne horizontale indiquant deux catégories constitue un processus cognitif (C). La participante semble donner un message simple sous forme schématique (petit/grand, avant/après, triste/sourire), ce qui confirme le même processus (C). La cote finale est donc Px (X) et C (x).



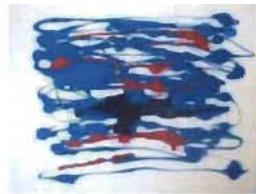
Participante 5. Comme pour les dessins de la participante 3, les juges ont hésité ici entre des processus perceptif et cognitif. Le fait que les formes du dessin semblaient clairement vouloir exprimer un message penchait en faveur de processus plus cognitifs. En effet, les formes et couleurs paraissent raconter une histoire, s'en allant de la gauche vers la droite en suivant le chemin, souligné par la flèche sur la pancarte indiquant « par là ». De plus, une résolution de problème, d'une zone plus sombre (pluie) vers une partie plus lumineuse (soleil) indiquait là encore plutôt des processus d'ordre cognitif. Les juges ont finalement ajouté une cote Cx (x) en plus de la cote dominante C (X) en raison de



l'intégration spatiale mal planifiée : le chemin tourne à droite et vers le haut, semblant manquer d'espace.

Cet exemple donne l'occasion de souligner l'importance de déterminer le processus principal relevé lors de la cotation. Il ne s'agit pas ici de coter tout ce que l'on retrouve dans le dessin. En effet, la plupart des dessins ont des formes et on pourrait ainsi être tenté de coter P partout. Mais si les formes évoquent plutôt un processus d'ordre cognitif (C), comme c'est ici le cas, alors on cote le processus primaire sous-jacent, qui est C.

Participante 10. La principale difficulté pour ce dessin a été de trancher entre les cotes K ou S, les juges ayant besoin d'informations sur la façon de procéder de la participante. En effet, celle-ci a réalisé sa peinture en versant de la gouache directement du pot. Le processus sous-jacent est-il plutôt kinesthésique, c'est-à-dire caractérisé par une recherche du mouvement, par le geste impulsif de déverser de la peinture pour relâcher des tensions, avec une action plus rapide et moins contrôlée? Ou bien le processus sensoriel est-il particulièrement actif, dans la recherche de sensations visuelles (les couleurs qui se mêlent, qui coulent, processus de réalisation plus lent)? La chercheuse a donc fourni aux juges les informations provenant des enregistrements vidéos, en racontant en détail l'élaboration de la peinture. En fait, la vitesse d'exécution a été moyenne. De plus, les deux processus semblent avoir été sollicités tour à tour, alors que la participante, ne sachant tout d'abord pas quoi dessiner, a tout-à-coup décidé spontanément de prendre le



pot de gouache et d'en verser de grandes quantités (processus plutôt kinesthésique). En même temps, des verbalisations sur le mouvement et le mélange des couleurs ont aussi évoqué le processus sensoriel : « Y en a coulé quand même pas mal pis, ça continue à... à s'étendre sur la feuille (rire). Fait que ça bouge, ça bouge tout le temps là ». Les juges ont donc décidé de coter CRk-s, également parce que l'œuvre semble avoir permis de dépasser une certaine immobilité ou tension antérieure au dessin, donc d'accéder à une aire créative permettant l'accès à d'autres processus (K et S notamment).

Mesure de l'accord interjuges. Le taux d'accord interjuges par dimension évaluée selon les quatre cotes possibles de l'échelle ordinaire (pas de cote, X, x ou °) varie de 58 % à 92 % (voir Tableau 5). Si l'on calcule le pourcentage d'accord entre les juges simplement selon la présence ou l'absence d'une cote, c'est-à-dire sans tenir compte de l'importance relative donnée à la cotation présente (X, x ou °), le taux d'accord interjuges varie alors de 70 % à 92 % (voir Tableau 6).

Tableau 5

Taux d'accord interjuges par processus (dessins)

Kx	K	CR k-s	S	Sx	Px	P	CR p-a	A	Ax	Cx	C	CR c-sy	Sy	Syx
92	84	88	74	90	68	64	74	58	80	84	62	88	58	80

Note. Les chiffres sont exprimés en pourcentages.

Tableau 6

Taux d'accord interjuges par processus (dessins toutes cotes confondues)

Kx	K	CR k-s	S	Sx	Px	P	CR p-a	A	Ax	Cx	C	CR c-sy	Sy	Syx
92	86	88	82	90	78	70	76	78	80	86	74	88	80	82

Note. Les chiffres sont exprimés en pourcentages.

Analyse du verbal

Grille d'analyse. En ce qui concerne l'analyse des données verbales, le modèle ETC n'incluait pas à ce jour de grille semblable à celle permettant d'évaluer le matériel graphique. Afin d'opérationnaliser son utilisation pour les données verbales, une grille d'analyse spécifique a donc été construite, basée sur les descriptions élaborées par Hinz (2009) (voir Tableau 7). En effet, dans ce livre, l'auteur détaille des exemples de questions et de thèmes verbaux pouvant favoriser l'expression de chacun des processus. Par exemple, le processus kinesthésique (K) est plus facilement sollicité lorsque le thérapeute pose des questions impliquant des mots d'action, de rythme, de mouvements, incluant une décharge d'énergie physique.

Tableau 7

Caractéristiques de l'expression verbale à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC)

NIVEAU 1 : KINESTHÉSIQUE/SENSORIEL

K = emphase sur l'action		S = emphase sur les sensations	
Kx <=====> K <=====>	CRk-s <====>	S <=====>	<=====> Sx
<p>+ Répétition de mouvements identiques, obsessions, tics (<i>maniaque de la propreté</i>)</p> <p>Recommencer, refaire sans cesse les mêmes actions : l'action reste infructueuse, l'énergie n'aboutit pas à une concréétisation satisfaisante.</p> <p>- Blocages pour le passage à l'action (<i>bloquer</i>)</p>	<p>ACTIONS, AGIR Verbes, mots d'action, de rythme, mouvements, libération d'énergie. Inclut le mouvement intérieur.</p> <p><i>bouger, marcher, courir, pédaler, nager, descendre, avancer, tourner, tomber, jeter, s'éloigner, manger, continuer, geste spontané, à mon rythme, trop vite, trop lent, fluide, l'énergie passe mieux, dynamique, aller vers du nouveau, revenir, passer à l'action, sortir du tourbillon</i></p> <p><u>Attention!</u> <i>*sortir</i> (action=K, vs faire sortir des émotions=A) <i>*aller</i> (action=K, vs aller bien/mal=S)</p>	<p>INTÉGRATION K-S</p> <p>Va-et-vient dynamique entre K et S, interaction réciproque, souple et constructive entre les deux pôles qui interagissent, se parlent et se répondent (pas seulement une alternance ou une succession entre les deux, mais bien un dialogue intégrateur entre les dimensions de mouvement et de sensation)</p>	<p>SENSATIONS, SENS Référence aux sensations physiques internes ou externes : information reçue par les sens, bruits, textures, température, odeurs, environnement.</p> <p><i>toucher, silence, entendre, goûter, facile, doux, lourd, pénible, pesant, chaud, sombre, up/down, calme, perdu, étourdi, solide, mal à la tête, désagréable, étouffer, je me sens bien, à l'étroit, ça va mal</i></p> <p><i>*aller bien/mal</i> (cf. K) <i>*voir</i> : renvoie au processus perceptif ou cognitif (coter selon le contexte S, P ou C) <i>*sentir, ressentir</i> (nomme sensation=S, vs émotion=A)</p>

Tableau 7

Caractéristiques de l'expression verbale à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC) (suite)

NIVEAU 2 : PERCEPTIF/AFFECTIF

P = emphase sur la description	A = emphase sur l'expression affective
Px <=====> P <=====>	CRp-a <====> A <=====> <=====> Ax
+ Descriptions rigides. Répétition marquée de thèmes, phrases stéréotypées. Excès de généralisations (<i>tout le monde dit ça, tout le temps, jamais</i>)	DESCRIPTION PHÉNOMÉNOLOGIQUE Décrit sa vie et ses expériences de façon factuelle, formelle, objective (faits). Décrit son monde interne, sa vision de la réalité externe, plutôt détaché de l'affect, observations. Rapporte un dialogue, relate un point de vue objectif ou extérieur à soi. <i>Je vais te décrire ce qu'il y a dans ma tête, j'ai fait des lignes pour faire une chaise, voir la situation de façon dégagée, voir autre aspect de la relation, voir la réalité, caricaturer mes adversaires, aborder la perspective de l'autre, chacun voit ça différemment, regard de l'autre</i>
+ Voir seulement un point de vue (p. ex. : parler juste du point de vue l'autre) - Manque du mot (n'arrive pas à trouver ses mots, oublie ses mots)	INTÉGRATION P-A Intégration harmonieuse, dynamique, souple, reflétant un dialogue fluide et créatif entre les perceptions et les affects <i>peur, gêné, ça me dérange, choqué, insécurité, rancœur, tanné, nerveux, déçu, frustré, espoir, avoir hâte, curieux, surpris, ça me frappe, content, bonheur, fun, ça m'émeut, déprimé, ça me plaît, détester, pleurer, sourire, chialer, sortir beaucoup d'émotions</i> *sentir, ressentir (cf. S) *sortir (cf. K)

* voir (cf. S, C)

Tableau 7

Caractéristiques de l'expression verbale à différents niveaux du Continuum de thérapies expressives (ETC) (suite)

NIVEAU 3 : COGNITIF/SYMBOLIQUE

C = emphase sur les opérations cognitives	Sy = emphase sur les symboles
<p>Cx <=====> C <=====></p> <p>- Discours désorganisé, séquence difficile à suivre, liens illogiques entre les idées. Incohérence dans la suite des phrases.</p> <p>Association d'idées qui ne vont pas ensemble.</p> <p><i>analyser des idées, cataloguer, me comparer, ça fait réaliser des choses, si... alors..., regard objectif sur ma façon de penser, j'aurais dû, se tromper, c'est pas juste, scénarios, pensées peuvent déformer, contrôle sur ma pensée, gérer ma vie, je comprends pas, doute, je vais (faire ceci), but, régler le problème, trouver d'où ça vient</i></p> <p>* voir (cf. S, P)</p>	<p>CRc-sy <==> Sy <=====></p> <p>RÉFLÉCHIR, EXPLIQUER, ANALYSER Pensée analytique, logique, causale, abstraite, métacognition (parler de ses propres processus cognitifs). Résout un problème, évalue, fait des liens, catégorise, trie, planifie (futur), prend des décisions, organise.</p> <p><i>sagesse, spiritualité, rêve, missionnaire, lumière qui s'est allumée, imaginaire, Capitaine Haddock, monstre du Loch Ness, arc-en-ciel d'eau, église, chemin qui représente la liberté, Ascension, je vois rouge, je me sens fuchsia</i></p> <p>INTÉGRATION C-Sy SYNTHÈSE, ACTUALISATION Intégration émergeant de l'interaction fluide et harmonieuse entre les dimensions cognitive et symbolique. Signification symbolique intégrée au fonctionnement cognitif.</p> <p>TRANSFORMÉ, TRANSCENDE Métaphores, contes, rêves, mythes, symboles, sacré, signification personnelle, rituel, art, folklore, archétype (p. ex., héros, méchant, grotte, montagne). Pensée intuitive globale, synthétique. Utilisation de mots symboliques qualifiant l'univers affectif.</p> <p>+ Symbolisme idiosyncrasique ou obscur. Sur-identification avec les symboles aux dépens de l'organisation conceptuelle. Perception trop symbolique de la réalité. Tout prend un sens spécial, déconnecté de la réalité pratique.</p>

Note. Les cotes Kx, Sx, Px, Ax, Cx et Syx constituent les variations psychopathologiques des processus K, S, P, A, C et Sy. Les cotes CRk-s, CRp-a et CRc-sy définissent les aires de transition créative.

La deuxième étape a impliqué une analyse en profondeur du verbatim de chaque entrevue. Cette étude approfondie visait à situer les extraits verbaux au sein de la grille déjà disponible pour les dessins. Une question principale a guidé l'analyse verbale tout au long : *quel est le processus révélé par ces mots à cet instant précis?* En d'autres termes, quand la personne utilise ces mots, quel processus utilise-t-elle ? Comme mentionné précédemment, cette interrogation permet de se centrer sur l'analyse des processus en cours et non celle du contenu, c'est-à-dire *comment la personne parle-t-elle?* et non *que dit-elle?* Dans le cas particulier de ces dix entrevues de recherche où les participants sont invités, surtout dans la première partie de l'entrevue, à raconter des expériences passées, la consigne a dû être adaptée ainsi : *quel processus la personne évoque-t-elle pour répondre à la demande?* Par exemple, l'extrait fictif « en thérapie j'étais triste » serait coté A, car l'individu évoque un processus affectif au sein d'une narration qu'on aurait pu coter P dans un autre contexte. Sans cet ajustement, le processus perceptif (P) aurait été grandement surévalué, à cause du biais des questions d'entrevue.

Ensuite, la grille préliminaire d'analyse du verbal a été validée par Lisa Hinz. Des exemples d'extraits verbaux ont été discutés afin de convenir quel processus leur correspondait le mieux. Certains verbatims plus problématiques ont ainsi pu trouver leur place définitive dans la grille d'analyse. En effet, la mise au point finale de la grille d'analyse verbale a suscité plusieurs questionnements et a nécessité des choix afin de clarifier et finaliser les cotations. La majorité des interrogations provenait des

distinctions et interrelations entre les niveaux. Par exemple, jusqu'où peut-on parler d'une sensation (processus sensoriel : S) et à partir de quel point parle-t-on d'une émotion (processus affectif : A)? Cela a particulièrement mis en évidence le caractère vivant et dynamique du modèle ETC, car on a pu constater que les différentes dimensions interagissaient activement les unes avec les autres. Voyons plus en détail les questions et nuances selon chacun des processus.

Processus kinesthésique (K). On cote ce processus lorsque la personne utilise des mots indiquant une action, un mouvement, incluant une libération d'énergie (voir Tableau 7). Au fil du discours verbal, la personne utilise parfois les verbes d'action au passé, à la forme négative ou conditionnelle. Doit-on pour autant coter la dimension kinesthésique (K)? L'hypothèse retenue ici est que le mode d'expression principal de l'individu apparaît dans son dessin comme dans son discours verbal. Si le sujet parle de mouvements ou d'actions, quelle qu'en soit la forme, il ne mentionne pas de contenu sensoriel, perceptif, affectif, cognitif ni symbolique. Ces exemples ont donc généralement été cotés K. Par contre, il faut aussi tenir compte du contexte. Par exemple, une des personnes a demandé si elle pouvait « jeter » son dessin (« Ça je peux le jeter? », participante 3), mais ne l'a pas fait. Comme il s'agit d'une anticipation de l'action et non du mouvement comme tel, alors on a coté C, parce que la personne se situe probablement plutôt dans un processus de planification de l'action de type cognitif. Les mots explicitant des mouvements intrapsychiques ont également été cotés K :

« d'avoir en-dedans de moi des désirs des envies des croyances des... des sensations des impressions pis de toujours aller souvent à contre-courant » (participante 1).

Processus sensoriel (S). Le processus sensoriel est coté lorsque le participant identifie des sensations physiques internes ou externes (voir Tableau 7) : « J'ai mal à la tête [...] J'ai chaud, ouf » (participante 9). La principale difficulté consiste à déterminer la limite entre une sensation interne de nature plus affective (S) et un sentiment affectif comme tel (A). En effet, si certaines expressions dénotent sans équivoque des sensations (p. ex., avoir chaud), d'autres se rapprochent du registre affectif, même si c'est de façon minimalist (p. ex., je me sens bien). La décision a été prise de coter S jusqu'à des sensations comme « agréable » ou « se sentir bien ». Toute sensation jugée au-delà est cotée A.

Processus perceptif (P). Dans le discours verbal, on cote le processus perceptif quand le participant décrit ses perceptions de son monde interne et externe, lorsqu'il relate une histoire ou encore quand il se regarde à distance objectivement, sans juger ni expliquer. Il a fallu clarifier la frontière entre les processus perceptif (P) et cognitif (C). Où s'arrête la description (P) et où commencent l'interprétation, la métacognition et le jugement évaluatif (C)? Parfois, on retrouve plusieurs processus différents entremêlés au sein de la même phrase. Quand il s'agit d'une description plus objective de soi, à caractère phénoménologique ou basée sur des faits, on cote P. La personne partage alors l'organisation de son monde interne ou sa vision de la réalité externe. Au contraire,

lorsque le participant réfléchit sur son processus de pensée, c'est-à-dire qu'il démontre une plus grande distance réflexive, on cote C (métacognition).

Processus affectif (A). Lorsque le participant rapporte une émotion ou un affect, la cotation est A et ce, même si les émotions comportent une dimension physiologique et cognitive (Hinz, 2009) (voir Tableau 7). La démarcation entre les processus affectif et sensoriel a été discutée plus haut, mais la même question s'est posée par rapport aux processus kinesthésique et symbolique. Ainsi, on a décidé de coter A pour des comportements de type émotif (p. ex., « brailler »), même si ces mots se rapprochaient aussi du processus K. Par contre, une émotion nommée de façon plus symbolique relève de la cote Sy. En effet, une personne peut dire comment elle se sent grâce à un mot désignant une couleur (p. ex., « fuchsia », participante 1). Dans ce cas, la cote est Sy, car le lien entre le mot et l'état affectif est de nature symbolique.

Processus cognitif (C). Les verbalisations utilisant la pensée rationnelle, logique et analytique sont cotées C (voir Tableau 7). La personne porte un regard sur sa situation en la jugeant, en l'analysant ou en faisant des liens, ce qui accroît la distance réflexive par rapport au processus perceptif qui reste à un niveau plus descriptif et narratif (P).

Processus symbolique (Sy). Les expressions verbales donnant un sens métaphorique ou puisant dans les mythes et allégories sont cotées Sy. La personne utilise un registre de vocabulaire « comme si », avec un double sens qui ne serait généralement pas compris

de personnes trop concrètes ou autistes, par exemple. Donc, si un individu explique la signification symbolique d'une couleur de son dessin, on cotera Sy : « Le rouge que j'ai mis dans les yeux, j'essayais de les faire méchants dans le fond » (participant 7).

Maintenant que les questionnements et décisions majeures concernant la cotation des six processus du modèle ETC ont été clarifiés, il reste à expliciter l'identification de la dimension créative (CR) et des variations psychopathologiques (Kx, Sx, etc.) dans le discours verbal.

Dimension créative (CR). Contrastant avec les six autres processus du ETC, la notion d'aire de transition créative (CR) semble de prime abord inclure une dimension plus interprétative, dans le sens où le thérapeute doit porter un jugement sur l'équilibre entre les composantes : jusqu'à quel point est-ce que le client marie les deux composantes, est-ce plus ou moins fluide et équilibré? Est-il possible d'inclure des critères faisant moins appel à l'interprétation et plus à l'observation? Enfin, pourrait-on coter CR si les deux composantes d'un même niveau du modèle ETC se retrouvaient en proportion similaire dans le dessin? Par exemple, si un participant cote également P et A, serait-il indiqué de coter CRp-a d'emblée, ou seulement avec certains critères additionnels? Il a fallu nuancer et préciser ces points. La décision retenue s'appuie sur le fait qu'il existe une différence entre l'utilisation alternée de P et A, par rapport à leur réelle intégration. Un sujet peut coter fortement P et A, sans que l'on cote CRp-a pour autant. Il utiliserait alors les processus P et A dans une forme d'alternance. Pour coter

CRp-a, on doit retrouver un réel dialogue créatif entre les deux processus, donnant l'impression qu'ils sont entremêlés ou intégrés et représentent alors plus que la simple addition de P et A.

Variations psychopathologiques (Kx, Sx, Px, Ax, Cx, Syx). La cotation a fait émerger la nécessité d'utiliser les variations psychopathologiques et de les redéfinir pour le matériel verbal (voir Tableau 7). De façon générale, ces processus représentent des tendances inverses à la dimension créative (CR) : les participants font appel à des processus extrêmes ou plus rigides et non à l'intégration, la souplesse ou l'équilibre typiques de CR. Ces extrémités du Continuum de thérapies expressives se caractérisent en général par l'expression de « trop » ou « trop peu » du processus concerné. Ainsi, pour le processus kinesthésique, la mention de blocages, d'actions infructueuses ou répétitives permet d'identifier la variation psychopathologique (Kx). Sur le même niveau, Sx représente l'hypersensibilité au registre sensoriel. La variation psychopathologique au plan perceptif (Px) est marquée par des descriptions répétitives et stéréotypées. Par exemple, la participante 3 a répété à maintes reprises son appréciation négative de sa thérapie et les comportements de son thérapeute, sans variation au niveau de son discours verbal. Ainsi, la capacité de changer de point de vue importe beaucoup pour différencier P de Px. En ce qui concerne le processus affectif, la tendance extrême se caractérise par trop ou trop peu d'émotions (Ax). Soit la personne est submergée par un flot d'émotions qu'elle ne parvient pas à canaliser, soit elle met à distance ou inhibe son ressenti émotionnel. Dans l'exemple suivant, la personne semble ne pas pouvoir être

en contact affectivement avec son émotion de colère et verbalise ces mots à la toute fin de l'entrevue :

Ben, tout de suite le mot qui me vient en tête, depuis que je suis rentrée ici, c'est tout le temps le mot *colère*, je sais pas pourquoi qu'il me passe dans la tête là, je vais te le dire là, c'est le mot colère qui me passe dans la tête. Je sais pas pourquoi je pense à ce mot-là. C'est *colère*. (participante 6)

Le processus cognitif a des tendances psychopathologiques lorsque le discours verbal se relâche et manque de cohérence au plan de la logique et de l'organisation de la pensée (Cx). Enfin, lorsque l'utilisation des symboles devient difficile à comprendre et trop idiosyncrasique ou personnelle, alors on cote Syx. Toutes ces définitions ont permis d'élaborer une grille plus précise pour la cotation du verbal par les différents juges.

Cotation du verbal. La démarche pour la cotation du matériel verbal a été sensiblement la même que pour les dessins. Quatre juges, ayant déjà coté les dessins, ont effectué, de manière indépendante, la cotation des parties verbales des dix entrevues. Lisa Hinz, étant anglophone, n'a pas pu participer à la cotation du matériel verbal (entrevues en français). L'entrevue se divise en deux temps, antérieur et postérieur au dessin. La cotation a été effectuée sur le verbatim des entrevues, excluant les échanges verbaux durant le dessin. Une première cote est attribuée à l'entrevue verbale avant le dessin (a). Une deuxième cote mesure l'extrait verbal après le dessin (b). Enfin, une rencontre avec 3 des 4 juges a permis de déterminer la cotation finale basée sur l'accord interjuges (voir Tableaux 8 et 9). Ces discussions ont également amené des ajustements mineurs de quelques descripteurs pour les processus plus extrêmes.

Tableau 8
Cotations du verbal par les quatre juges

Partici-pant	Kx	K	CRk-s	S	Sx	Px	P	CRp-a	A	Ax	Cx	C	CRc-sy	Sy	Syx
1a	◦	X	◦◦			◦xXX		◦◦xX			◦XXX		◦◦		
1b	xx	◦X	x			x	X	◦◦x			◦◦	xX	◦◦		
2a	◦	◦x				◦x	X	xxX			xxXX		◦◦◦		
2b	◦x	x	◦xX				xxX	x			◦x	XX	◦x		
3a	◦x					XX	XXX		xx	xX	◦	◦◦x		◦	
3b	◦◦		◦◦			x	xXX	◦	◦xXX	x		◦◦◦x		◦	
4a	◦xX		◦X			◦x	XX	◦◦			xxX	X	◦xX		
4b	x	X	xX			X	xX	x◦			X	XXX	x		
5a	X		◦x			XXXX		◦◦◦x			x	◦x		◦◦	
5b	◦x		◦			XXXX		◦◦x			◦◦x		◦◦x		
6a	x		xx			x	◦xXX		◦◦xx		◦	◦xXX		◦	
6b	◦	◦X				◦	◦xxX		xxx	◦x		◦◦x		◦	
7a	◦◦		◦XX			◦XXX		◦x	x		◦xXX		x		
7b	◦x		◦xx			XXX		◦◦x			◦xXX		xxx		
8a	◦x	X	◦			XX	XX	xX			◦	X	◦◦◦		
8b	◦		xX			X	XXX	x			◦◦x		◦x		
9a	◦x	x	◦◦x			x	◦xXX		◦xX	X	X	◦x	◦xX	◦◦	
9b	◦	◦XX	◦◦x			◦	◦xXX		xXX	◦	◦	◦xxX	◦	◦XX	x
10a	◦◦		x			xx	◦xX		◦XX	x	◦X	◦x			
10b	◦xXX		◦◦			xX		◦XXX			◦◦x		◦x		

Note. X = composante dominante; x = présence forte de cette composante; ◦ = présence faible de cette composante.
a = premier extrait verbal de l'entrevue; b = deuxième extrait verbal de l'entrevue.

Tableau 9

Cotation finale du verbal

Partici-pant	Kx	K	CRk-s	S	Sx	Px	P	CRp-a	A	Ax	Cx	C	CRc-sy	Sy	Syx
1a				◦		X			x			x			
1b				x				x					x		
2a								x				x			◦
2b				x				x					x		
3a						↔ X			x	→		◦			
3b						X			x			◦			
4a		x						X					x		
4b			x					X					x		
5a		↔ x						X				◦			
5b								X				x			
6a						↔ X			x			x			
6b						X			x	→		x			
7a			x					X				x			
7b			x					X		x		x		x	
8a			◦					X					x		
8b			x					X				x		x	
9a						↔ X			x	→	↔ ◦	◦		x	→
9b		◦	◦			X			x	→	↔ X	x		x	→
10a						↔ X			X						
10b		x				x			X						

Note. X = composante dominante; x = présence forte de cette composante; ◦ = présence faible de cette composante.

a = premier extrait verbal de l'entrevue; b = deuxième extrait verbal de l'entrevue.

↔ Les flèches indiquent une tendance vers les processus extrêmes.

Enfin, comme mentionné plus haut pour l'analyse des dessins, la cotation vise à sélectionner les processus principaux. Il ne s'agit donc pas ici de coter tout ce que l'on retrouve dans le verbal, car vu le nombre de pages, on pourrait y retrouver la plupart des processus à un moment ou un autre. Les juges ont tranché qu'un processus est principal lorsqu'il s'exprime souvent (quantité des mots, fréquence d'utilisation) ou qu'il démontre une intensité dans son expression (qualité des mots utilisés).

Différences par rapport à la cotation des dessins. La cotation du verbal a présenté certains défis par rapport à celle des dessins. Tout d'abord, les juges ont reconnu la difficulté d'attribuer une cote finale lorsqu'ils procédaient à leur analyse indépendante. En effet, le verbal suscitait souvent une multiplicité de processus et le volume (nombre de pages) paraissait compliquer la synthèse finale. Par contre, lors de la rencontre de consensus interjuges, cette difficulté n'a pas vraiment transparu, les cotes des différents juges s'avérant relativement proches. Deuxièmement, la notion de « tendance » a été créée spécifiquement pour le verbal (indiquée par les flèches dans le Tableau 9). Cette méthode originale permet d'indiquer les variations des cotes en direction des extrêmes. Par exemple, la participante 3 présente principalement des processus d'ordre perceptifs en première partie d'entrevue (P) avec des tendances psychopathologiques (Px) qui sont absentes en deuxième partie d'entrevue. Enfin, pour la cotation de la dimension créative (CR), les juges ont aussi considéré les cotes se situant de part et d'autre de CR. Par exemple, dans la démarche du consensus pour l'entrevue de la participante 4, les juges ont considéré les cotes dans les CR ainsi que celles attribuées à K, S, P, A, C et Sy. De

plus, son discours verbal paraissait intégrer les divers processus entre eux. Ces raisons expliquent la cote finale pour 4b : CRp-a (X), CRc-sy (X) et CRk-s (x).

En bref, pour en arriver à la cote finale, les juges ont eu à discuter et à se recentrer sur les processus dominants présents dans les entrevues. Le choix de procéder par consensus a permis, lors des discussions et explications de chaque juge, d'acquérir une meilleure connaissance et compréhension du modèle ETC ainsi que de raffiner les grilles d'analyse des données. Voici deux exemples (sujets 4 et 9) illustrant des consensus interjuges atteints pour la cotation du matériel verbal.

Participante 4. Cette entrevue se compose globalement d'une variété de processus entremêlés et fluides. La participante décrit (P) et analyse (C) son processus thérapeutique, faisant référence à des sensations (S), affects (A), mouvements (K) et symboles (Sy). Les interactions dynamiques entre les processus reflètent la dimension CR. Le titre donné au dessin (« Le Monstre du Loch Ness en libération conditionnelle ») évoque des processus symboliques (créature mythique) intégrés à des processus cognitifs (bilan humoristique de sa psychothérapie), soit une cote CRc-sy.

Participante 9. Cette entrevue est caractérisée par des processus épars tendant vers des variations psychopathologiques. Le discours peut être un peu dur à suivre : « Non... non, c'est pas les mêmes sujets qui ont été discutés, mais c'était pour le même motif. Ben euh, je dis non, mais dans le fond c'est oui là. » (tendance vers Cx). La

personne est capable de nommer ses émotions : « peur », « anxiété », « fâchée » (A) mais peut tendre vers l'exagération : « j'adore », « j'haïs ça pour mourir » (Ax).

Mesure de l'accord interjuges. Le taux d'accord interjuges par dimension évaluée selon les quatre cotes possibles de l'échelle ordinaire (pas de cote, X, x ou °) varie de 55 % à 100 % (voir Tableau 10). Si l'on calcule le pourcentage d'accord entre les juges simplement selon la présence ou l'absence d'une cote, c'est-à-dire sans tenir compte de l'importance relative donnée à la cotation présente (X, x ou °), le taux d'accord interjuges varie alors de 64 % à 100 % (voir Tableau 11).

Tableau 10

Taux d'accord interjuges par processus (verbal)

Kx	K	CR k-s	S	Sx	Px	P	CR p-a	A	Ax	Cx	C	CR c-sy	Sy	Syx
96	59	93	56	100	89	64	85	55	89	91	55	90	61	96

Note. Les chiffres sont exprimés en pourcentages.

Tableau 11

Taux d'accord interjuges par processus (verbal toutes cotes confondues)

Kx	K	CR k-s	S	Sx	Px	P	CR p-a	A	Ax	Cx	C	CR c-sy	Sy	Syx
96	65	93	64	100	89	81	86	78	89	91	80	90	69	96

Note. Les chiffres sont exprimés en pourcentages.

Résultats

Ce chapitre présente les résultats répondant aux questions de recherche suivantes :

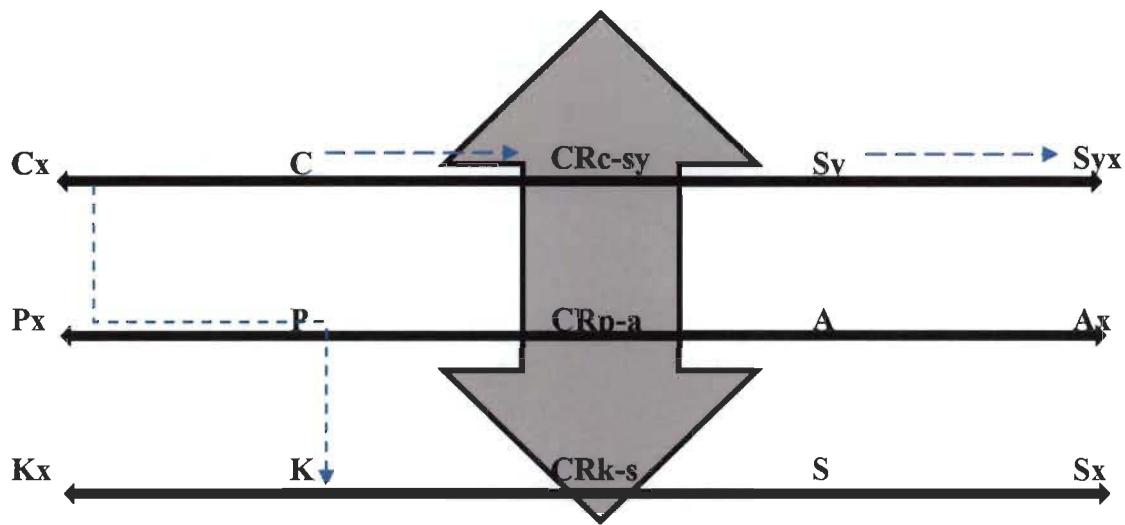
- 1- Quels processus, identifiés grâce au Continuum de thérapies expressives (ETC), sont mobilisés par le dessin? Par le discours verbal?
- 2- Peut-on constater des différences entre ces deux modalités? Observe-t-on une évolution entre le premier extrait verbal et le dernier faisant suite au dessin?
- 3- Certaines tendances générales se dégagent-elles quant aux impacts de l'utilisation du dessin ou de la parole?

Une première section détaille les processus mobilisés par le dessin et par le verbal pour chacun des participants, en les comparant afin de noter les éventuelles différences ou similarités. Ces résultats sont ensuite regroupés afin d'en dégager des conclusions générales.

Comparaison des processus individuels mobilisés par le dessin et par le verbal

Avant de débuter la description des processus pour chaque participant, rappelons que les cotes attribuées aux dessins et au matériel verbal recueillis au cours d'une seule rencontre ne constituent pas une évaluation psychologique. Ces cotations visent uniquement à répondre aux questions de recherche en analysant les processus utilisés dans une entrevue sollicitant l'art et le verbal.

La Figure 2 procure un rappel visuel schématique du modèle ETC afin d'illustrer les évolutions possibles des processus de chaque participant. Des exemples fictifs y figurent sous forme de flèches en pointillés. Les changements peuvent survenir sur deux axes, horizontal (intraniveau) ou vertical (interniveau). Tout d'abord, les processus peuvent bouger au sein même de chacun des trois niveaux (K/S, P/A ou C/Sy). L'individu peut ainsi s'écartier de la zone d'équilibre créative au milieu du continuum (CR) en se rapprochant des processus extrêmes vers la gauche (Kx, Px ou Cx) ou la droite (Sx, Ax ou Syx), ou le contraire. De la même façon, un participant peut se situer dans des processus plus à gauche du continuum (p. ex., P) et évoluer plus tard vers la droite (p. ex., A) ou réciproquement. Enfin, les participants peuvent se déplacer verticalement entre les niveaux (p. ex., utiliser le processus P en début d'entrevue, passer à Sy dans le dessin, puis K en fin d'entrevue).



K/S : niveau kinesthésique/sensoriel
P/A : niveau perceptif/affectif
C/Sy : niveau cognitif/symbolique
x : variations psychopathologiques (tendance vers les extrêmes)
CR : niveau d'intégration créative (tendance vers l'équilibre)

Figure 2. Représentation schématique de l'ETC et des changements possibles.

Le Tableau 12 résume la cotation des dessins et des extraits verbaux des dix entrevues. Les résultats y figurent pour chaque participant suivant l'ordre de l'entrevue de recherche : d'abord pour la première partie verbale de l'entrevue (a), puis pour le dessin (D), enfin pour le deuxième extrait verbal (b). La section ci-dessous expose, pour chacun des participants, les processus mobilisés par le dessin et par le verbal selon la même séquence (a – D – b). Ensuite, la comparaison de ces résultats, présentée sous forme de synthèse pour chaque participant, permettra de constater si des différences existent entre les processus sollicités par les deux modalités.

Tableau 12

Processus mobilisés par le dessin et le verbal

Partici-pant	Kx	K	CRk-s	S	Sx	Px	P	CRp-a	A	Ax	Cx	C	CRc-sy	Sy	Syx
1a			◦				X		x			x			
1D			◦							X					x
1b			x					x				x			
2a								x			x		◦		
2D									X					x	
2b			x					x				x			
3a						X			x	⇒		◦			
3D						x	X								
3b						x		x				◦			
4a	x							X				x			
4D									X					x	
4b		x						x				x			
5a			↔ x				X		◦						
5D											x	X		◦	
5b							X		x						
6a						X			x			x			
6D						x						x			
6b						x			x	⇒		x			
7a	x					X						x			
7D														x	
7b		x				x			x			x		x	
8a			◦					X				x			
8D							X		x						
8b		x					x					x			
9a						X			x	⇒	↔	◦		x	⇒
9D											X				x
9b			◦	◦		X		X	⇒	↔	X				
10a						X			x						
10D			x						X						
10b	x							x		x					

Note. X = composante dominante; x = présence forte de cette composante; ◦ = présence faible de cette composante.

a = premier extrait verbal de l'entrevue; b = deuxième extrait verbal de l'entrevue.

D = dessin.

⇒ Les flèches indiquent une tendance vers les processus extrêmes.

Participante 1

(1a) **Verbal avant le dessin : P(X), A(x), C(x), CRk-s(○).** Cette personne relate beaucoup son vécu et ses expériences de psychothérapie avec de nombreuses descriptions impliquant sa manière de se voir (P) : « [...] voir la situation d'une façon plus euh, dégagée, que complètement à l'intérieur [...] capable de voir ça plus comme quelque chose que j'ai à cheminer, à l'intérieur de ça ». Elle parle aussi de son thérapeute qui ouvrirait la porte à de nouvelles perceptions :

« J'avais déjà fait une thérapie avec une autre psychologue [...] mais là je suis arrivée avec cette personne-là, qui elle avait euh, une façon différente d'accueillir », « ce thérapeute-là m'a amenée sur le chemin pis en me disant [...] y a toujours une façon de t'organiser, y a possibilité de, y a des avenues qui peuvent être possibles. »

De plus, elle exprime plusieurs fois ses émotions dans le début de l'entrevue (A) : « insécurité », « je suis vraiment contente d'être ici », « là ça m'émeut ». Elle aborde aussi des thèmes affectifs, comme son anxiété, qui était son motif de consultation : « moins euh, paniquée », « anxieuse ». Certains processus cognitifs sont présents (C), comme lorsqu'elle analyse ses problèmes, prend des décisions et les évalue :

« Plus capable de réfléchir », « Pis j'ai fait le choix, d'aller vers l'autre personne en sachant pas trop où je m'en allais, en sachant pas trop si ça allait convenir. Pis finalement, j'ai pas regretté du tout », « une échelle peut-être un peu sur laquelle arriver à me situer », « c'était beaucoup l'aspect financier qui était la problématique dans le fond ».

Enfin, une intégration entre les processus kinesthésique et sensoriel porte à coter CRk-s :

« Être prise là », « arriver à sortir de ça », « trouver plus difficile ou lourd », « un petit peu plus calme », « je m'en vais là », « d'avoir en-dedans de moi des désirs des envies des croyances des sensations des impressions pis de toujours aller souvent à contre-courant », « aller vers l'autre personne », « je suis en

train de faire des démarches, je vais changer d'emploi », « Autant, autant j'avais vraiment un élan vers ça, pis autant à l'inverse j'avais la force opposée qui, qui était très très très très apeurée de tout ça là, donc je me promenais vraiment dans les deux extrêmes. »

(1D) Dessin : A(X), Sy(x), K(o). L'utilisation des pastels secs et de couleurs vives évoquent un processus affectif dominant (A), aussi marqué par l'usage prédominant et expressif de la



couleur ainsi que les contours dynamiques (voir Appendice F pour le dessin en grand format). Les étoiles ainsi que le personnage « zen » en rouge semblent illustrer un processus symbolique fortement présent (Sy). Le rythme et l'énergie impliqués dans les mouvements répétés de spirales reflètent un processus kinesthésique (K). La participante choisit de ne pas donner de titre à son dessin.

(1b) Verbal après le dessin : CRk-s(x), CRp-a(x), CRc-sy(x). Après le dessin, le processus symbolique s'exprime plus fortement qu'en début d'entrevue et en lien avec le processus cognitif, quand elle évalue ou analyse ses propres processus (métacognition) ou son dessin (CRc-sy) : « comme à l'envers des aiguilles d'une montre... c'est encore mieux ça, c'est pas conforme ! », « je vais rentrer dans mes connaissances, cerveau droit, cerveau gauche [...] la gauche, c'est un peu comme revenir en arrière ». La participante évoque plus de mouvements (K) : « sortir », « tourne », « bouge ». Comme en début d'entrevue, on remarque la présence des processus sensoriels et affectifs, mais légèrement moins de processus perceptifs. L'impression globale qui se dégage de cette partie verbale suggère des cotations CR pour les trois niveaux du continuum. En effet, les

différents processus semblent tellement intégrés qu'ils coexistent souvent au sein des mêmes phrases :

Ça sort de ce tourbillon-là, mais c'était là au début tu sais, y a l'étoile là [...] cette possibilité-là de, de sortir de ça mais sans savoir comment quand, être pris pis hum, bien... le trajet rouge c'est vraiment que oui ça fait son chemin là c'est (léger rire) c'est le rouge qui montre que bon, tu sais, y a des possibilités de sortir [...] le voir comme ça, c'est plus facile de me, parce que je le vois, de me remettre dans cette émotion-là et dans... dans... dans le senti de... de rester accrochée ici là, à cette expérience-là que oui ça sort [...] je voyais aussi la Terre, la Terre dans cet univers-là. Et puis je suis quand même aussi reliée à la Terre, mais je peux flotter aussi (rit). C'est bon ça, parce que souvent, quand je me relie trop à la Terre, on dirait que je me laisse prendre dans les « faut que ce soit comme ça », tandis que là oui, je suis reliée, je suis pas complètement exaltée!

Synthèse participante 1. Le dessin de la participante 1 l'amène dans des processus un peu à droite du continuum pour les niveaux P/A et C/Sy (A et Sy), alors qu'elle se situait un peu plus à gauche en début d'entrevue (P et C). De plus, l'expression affective, déjà là en début d'entrevue (A), s'accentue dans le dessin (la cote passe de x à X). Le dessin, par ses spirales, semble dynamiser plus la dimension kinesthésique par rapport au côté sensoriel (K), alors que les deux figuraient auparavant dans le verbal (CRk-s). En fin d'entrevue, la participante rapporte plus de mouvements, de façon intégrée avec la dimension sensorielle, ce qui accroît l'importance relative de la cote CRk-s par rapport au début d'entrevue (passe de ° à x). Le discours verbal suivant le dessin est aussi globalement marqué par une plus grande intégration entre les processus des trois niveaux (CRc-sy, CRp-a et CRk-s). Ainsi, durant l'entrevue et le dessin, les trois niveaux de l'ETC sont sollicités chez la participante 1. Son dessin, en stimulant des

processus plus affectifs et symboliques (droite du continuum), semble permettre une intégration finale créative et équilibrée au plan verbal.

Participante 2

(2a) Verbal avant le dessin : C(X), CRp-a(x), Sy(°). La participante tire le bilan de son expérience de psychothérapie et explique les causes et conséquences dans ses problèmes conjugaux (C) : « ça m'avait beaucoup aidée, de savoir le pourquoi que j'étais comme ça » ; « encore dans ce même pattern-là d'avant », « c'était un bon petit pattern qui s'en venait ». Les processus perceptifs et affectifs interagissent l'un avec l'autre, d'où la cote CRp-a : « le père de mes enfants veut toujours revenir avec moi, fait que ça m'angoisse beaucoup ». Enfin, quelques aspects symboliques sont évoqués : « trou noir », « comme une lumière blanche au bout du tunnel ».

(2D) Dessin : CRp-a(X), Sy(x). La participante utilise exclusivement le pastel et remplit de couleurs toute la feuille en utilisant des formes dynamiques et esthétiques. Les arbres ont des formes variées et expressives. Le côté esthétique et intégré fait pencher la cote pour CRp-a, car les formes se marient avec les couleurs. Enfin, le chemin qui s'en va en s'inclinant vers le ciel semble constituer un message symbolique (Sy), dans le sens où il conduit à la lumière en contournant les arbres, d'où le titre « La jungle ». Notons que le premier titre donné au dessin était « Le cheminement », reprenant l'autre élément graphique d'importance sur la feuille.



(2b) Verbal après le dessin : CRp-a(X), CRc-sy(X), CRk-s(x). Le discours verbal semble plus intégré après le dessin, utilisant tous les processus des trois niveaux de l'ETC de manière fluide et interreliée :

Je sens que j'ai des choses à régler pis à faire. Ça me fait du bien d'être ici, justement de voir un peu les émotions que j'ai [...] ça fait du bien, parce que tu fais le dessin et tu réfléchis pendant que tu fais le dessin, après ça, tu prends le temps de regarder ton dessin, pis tu vois un peu tes émotions, comment tu te sens, ça fait du bien. Tu l'as en plein visage [...] pis ça fait réaliser des choses : faut que je tasse les arbres.

Les processus kinesthésique et sensoriel interagissent ensemble (CRk-s) : « Justement les deux lignes qu'on voit c'est les petites traces qu'il faut que je suive, comme la direction. C'est plus doux, c'est une ligne plus douce. »

Synthèse participante 2. Concernant la participante 2, son dessin accentue deux processus déjà évoqués dans le verbal (CRp-a s'accroît de x à X; Sy augmente de ° à x). La prédominance du processus cognitif (C) du début d'entrevue disparaît lors du dessin. En fin d'entrevue, le niveau K/S apparaît, de façon intégrée (CRk-s). Le niveau P/A continue à s'exprimer de façon intégrée, aussi intensément que dans le dessin (CRp-a). Enfin, le niveau C/Sy atteint plus d'équilibre (CRc-sy), intégrant le processus cognitif présent en début d'entrevue (C) avec la perspective symbolique accrue dans le dessin (Sy). Au final, le discours verbal semble bien plus intégré après le dessin, utilisant les processus des trois niveaux de l'ETC de manière fluide, interreliée et équilibrée.

Participante 3

(3a) Verbal avant le dessin : P(X) tendant vers Px, A(x) tendant vers Ax, C(°).

Cette participante décrit abondamment sa psychothérapie en rapportant de nombreux dialogues intérieurs ou en relation avec d'autres personnes (P) :

Et la première chose que je lui ai dite, j'ai dit : « Regarde bien. Si ton genre de thérapie c'est t'asseoir pis dire « comment ça va » pis faut que je remplisse l'heure », j'ai dit « Regarde, moi je pogne mes cliques pis mes claques, je m'en vais tout de suite! »

Elle tend à parler surtout du point de vue de la thérapeute (Px) : « Mais c'est parce que ça été quasiment plus marquant pour elle que pour moi. ». Elle présente un discours un peu stéréotypé reprenant les mêmes thèmes, répétant sa vision négative de la thérapie (Px) : « J'étais obligée de remplir l'heure. » De plus, elle répète plusieurs fois les mêmes mots (Px) : « Pantoute pantoute pantoute », « Ah oui oui oui oui oui », « je disais non non non non non non non ». Elle nomme son monde affectif, mais parfois plus sous forme de comportement émotif (A) : « agressive », « je chiale tout le temps », « je braillais comme un bébé ». Elle fait aussi référence à l'absence ou l'inhibition d'émotions chez elle ou d'autres personnes comme sa mère ou sa thérapeute (Ax) : « elle était tellement neutre », « distante ». Elle ne trouve pas toujours ses mots pour nommer ses sentiments (Ax) : « Pis je me suis sentie euh, ben ben ben euh, voyons... c'est parce je cherche mes mots, là. Euh, comment tu dis ça? ». Enfin, elle analyse sa thérapie de manière cognitive (C) : « On va régler le problème, on va essayer de trouver d'où ça vient, pis on va le régler [...] Mais ça n'a pas fait grand-chose. Ça n'a pas rien fait [...] j'ai trouvé que j'ai régressé ».

(3D) Dessin : P(X), Px(x). La participante 3 représente une personne humaine par l'élaboration de deux dessins successifs (le premier essai ne lui convenait pas et elle voulait le jeter, alors elle a recommencé sa production). Le premier dessin montre une personne plus grande les bras collés au corps, tandis que dans le deuxième la personne est plus petite avec les bras en l'air. La suite de l'entrevue révélera qu'il s'agit du même individu, ce que l'on peut déjà supposer en constatant la similarité des couleurs, d'où le titre : « Moi extérieur, Moi intérieur ». Les formes simples, la variation des lignes, de la taille des personnages et de leur expression faciale dans les deux productions suggère la prédominance du processus perceptif (P), aussi évoqué par les contours au feutre noir. Les couleurs semblent avoir plutôt une fonction de remplissage des formes, sans réelle implication affective. Le choix du matériel (feutres) met aussi l'emphase sur le contrôle du dessin et la précision de ses lignes, plutôt que sur l'expression émotionnelle. La détérioration formelle de la deuxième production graphique, visible dans l'absence des mains ou la transparence des lignes, ainsi que dans l'utilisation réduite de l'espace de la feuille, témoigne d'un glissement vers la tendance psychopathologique du même processus (Px).



(3b) Verbal après le dessin : P(X), A(X), C(°). Cette partie d'entrevue illustre encore une forte majorité de processus perceptifs et affectifs, avec une tendance vers plus d'intégration. La participante parle plus d'elle-même et montre plus d'introspection (changement de perceptions : P), révélant d'autres difficultés que son motif de

consultation initialement nommé en début d'entrevue (dépendance affective, agressivité) : « J'ai été anorexique », « Je restais anonyme parce que je voulais pas que le monde sache j'étais qui. ». Elle se montre capable d'exprimer des émotions plus nuancées, même si cela passe parfois par des comportements émotifs ou par certaines exagérations (A) : « j'ai peur », « toute énervée », « ça me frappe beaucoup beaucoup », « je suis tannée », « je tombe à terre », « je suis vraiment vraiment surprise ». Enfin, certains processus cognitifs transparaissent lorsqu'elle s'auto-évalue ou qu'elle compare ses deux dessins (C) : « Je me suis tout le temps trouvée grosse », « mon image extérieure est complètement différente de ce que je suis intérieure », « je découvre quelque chose que je pense je le savais pas ».

Synthèse participante 3. Le dessin de la participante 3 vient confirmer le processus perceptif et sa tendance extrême du début d'entrevue (P, Px). Les émotions exprimées verbalement ainsi que le côté cognitif évoqués verbalement (A, C) transparaissent moins dans le dessin. La fin d'entrevue réactive les mêmes processus qu'en début d'entrevue, mais sans leur tendance extrême (P, A, C). L'expression émotionnelle est plus nuancée et importante qu'avant le dessin (A passe de x à X). Ainsi, le discours suivant le dessin semble plus centré et moins extrême qu'auparavant (absence de Px et Ax).

Participant e 4

(4a) Verbal avant le dessin : CRp-a(X), CRc-sy(X), K(x). La première partie de l'entrevue illustre une fluidité de processus entremêlés qui interagissent de manière intégrée en utilisant tous les niveaux (CR) :

Je caricaturais mes adversaires, entre parenthèses parce dans le fond [...] j'ai compris aujourd'hui qu'une personne, qu'à l'époque je considérais comme un adversaire, est là pour justement pour nous faire réagir et avancer dans la vie, pis de se voir comment on est par rapport aux autres. Alors euh, je leur donnais des noms, Capitaine Haddock [...] ça me faisait rire pis ça faisait rire mon thérapeute, pis euh, ça... ça soulageait, ça apportait vraiment un [...] soulagement.

La participante rapporte clairement son processus thérapeutique en renvoyant à des émotions (CRp-a) (« triste », « rire », « déçue ») et à des mouvements (K) : « marcher », « avançait à mon rythme », « j'ai pédalé ». Elle analyse son processus thérapeutique tout en utilisant plusieurs symboles renvoyant à l'eau (CRc-sy), ce qui se retrouvera également plus tard dans son dessin : « pas juste patauger [...] mon thème c'était vraiment d'être d'abord juste la tête sortie de l'eau [...] bouée de sauvetage [...] capable de nager [...] bateau ».

(4D) Dessin : A(X), Sy(x). L'utilisation prédominante de la couleur, la présence de couleurs variées utilisées de façon expressive, les contours dynamiques et incomplets marqués par des formes ouvertes et le choix des pastels secs vont en faveur du processus affectif (A). Le



titre donné au dessin (« Le monstre du Loch Ness en libération conditionnelle ») ainsi que la créature mythique dont le contour est tracé en noir renvoient à une dimension symbolique (Sy) évoquant un univers marin.

(4b) Verbal après le dessin : CRp-a(X), CRc-sy(X), CRk-s(x). Le deuxième extrait verbal reflète généralement les mêmes processus que le premier. L'impression d'équilibre et de fluidité domine pour les trois niveaux. Seuls de petits changements apparaissent, par exemple la sensorialité est plus présente : « pesanteur », « sombre », « agréable ». Les processus cognitifs et symboliques s'illustrent encore plus nettement qu'en début d'entrevue (CRc-sy) :

« Ça vient comme boucler la boucle, ça vient comme confirmer ce que j'ai dit. Sans m'en rendre compte, j'ai dessiné effectivement, instinctivement, je pense ce que j'ai dit. Il y avait des belles périodes, il y avait des moins belles périodes, ça a été un amalgame de tout, mais dans l'ensemble, c'est toujours en mouvement pis en continu, je suis toujours en train de travailler sur moi, je vais travailler sur moi jusqu'à ma mort je suis sûre, fait que, le fait du mouvement vers le haut, j'imagine, pour moi reflète ça, pis les couleurs qui sont plus douces aussi. Fait que j'imagine que je suis en train de m'assagir avec l'âge, la sagesse peut-être qui rentre en ligne de compte, intégrée dans le blanc », « Ben, je te dirais que ça m'a permis de comprendre que j'étais très chanceuse d'avoir eu ce thérapeute-là [...] qui dès la première journée je me disais « ah non, ça marchera pas ça c'est sûr et certain », en fin de compte je suis très contente, je trouve ça m'a apporté beaucoup de... j'ai des outils que j'utilise encore, ma boîte à outils me suit tout le temps, pis j'ai beaucoup, je verbalise beaucoup par l'humour pis je continue à le faire, pis je nomme beaucoup les choses qui peuvent être agressantes par des surnoms ou des personnages typiques comme le capitaine Haddock ou le Monstre du Loch Ness, pis c'est bizarre, ça allège beaucoup la situation. Je suis bien contente. »

Synthèse participante 4. Le dessin amène la participante 4 dans des processus plus à droite du continuum (A et Sy) alors qu'une tendance plus intégrative se dévoilait dans

le verbal (CRp-a et CRc-sy). La dimension de mouvement évoquée en début d'entrevue (K) s'atténue lors du dessin. Suite au dessin, le discours verbal reflète une forte impression d'équilibre et de fluidité pour les trois niveaux (CRk-s, CRp-a et CRc-sy).

Participant 5

(5a) Verbal avant le dessin : P(X), K(x) tendant vers Kx, A(○). La participante 5 se situe majoritairement dans le récit, avec de longues descriptions factuelles de sa thérapie et racontant le déroulement de sa vie quasiment mot à mot (P) :

J'avais fait une dépression, là. J'étais sous médication quand je suis venue ici. Parce que j'avais perdu mon emploi [...] J'ai trouvé euh, un emploi mais c'était, j'ai été pendant 3 ans à cet endroit-là. Finalement là quand j'étais... quand je suis venue ici, j'étais encore... euh, j'étais encore là. C'est que cet emploi là ne me garantissait pas d'heures, j'étais seulement sur appel.

Toujours dans ce même mode perceptif, elle parle de ses rêves, sans toutefois accéder au registre symbolique : « on a euh... étudié mes rêves. » Elle mentionne aussi souvent des actions (K), mais celles-ci semblent rarement fructueuses (Kx) :

Je cogne à différentes portes pis [...] des refus j'en ai... j'en ai eu [...] des efforts, j'en ai fait là, mais... (léger rire) mais par contre, c'est encore à recommencer parce que ça fait quoi 2-3 ans de... que ces démarches-là ont été faites. Pis je suis encore en... en démarche présentement, fait que je me dis c'est un pro... un processus qui est, qui est pas terminé encore.

Enfin, elle effleure son monde affectif en nommant quelques émotions (A) dans cette portion d'entrevue : « rancœur », « angoissée », « découragée », « insécurité », « fière ».

(5D) Dessin : C(X), Cx(x), Sy(○). Ce dessin, intitulé « Cheminement », utilise principalement des crayons de couleur pâle pour représenter une personne humaine et un chemin, parsemé d'éléments naturels ou construits par l'homme (végétaux, pont, maison, oiseau, soleil). Les aspects formels du dessin semblent transmettre une histoire, évoquant un processus majoritairement cognitif (C) : le chemin s'en va de la gauche vers la droite, passant par-dessus le pont, suivant la flèche sur la pancarte indiquant « par là ». De plus, le passage d'une zone plus sombre (pluie) vers une partie plus lumineuse (soleil) laisse penser à une recherche de solution à un problème (C). D'ailleurs, le premier titre spontané donné au dessin était « Vers le ciel ». Le dessin s'appuie sur le bas et la droite de la feuille, témoignant d'une intégration spatiale mal planifiée : le personnage est incomplet, le chemin semble manquer d'espace vers le haut (Cx). Cela semble illustrer visuellement ce que le verbal préfigurait en début d'entrevue, c'est-à-dire une difficulté à planifier et organiser son action pour qu'elle soit profitable : « Je continuerais bien mais je me... (rire) je me suis enlignée vers le... là-bas, là » (mentionnant qu'elle n'a plus de place à droite pour poursuivre son dessin). De plus, les couleurs de certains végétaux ne correspondent pas toujours à la réalité (p. ex., arbre complètement vert), d'où la cote Cx. Une présence symbolique (Sy) transparaît dans le fait de traverser un pont, marquant un passage de la noirceur à la lumière, de la pluie vers la maison.



(5b) Verbal après le dessin : P(X), A(x). Comme dans la première partie d'entrevue, la participante décrit beaucoup, racontant l'élaboration de son dessin

(P) : « y a des affaires que j'aimerais faire mais ça marche pas », « je m'en allais pas mal au fur et à mesure ». Elle mentionne les détails concrets des images comme si elle marchait réellement sur la feuille :

Là y a une pancarte, c'est marqué « par là ». Fait que, je continue. Puis, ici, c'est des... un jardin, des fleurs là, avec une petite rocaille là, que j'ai faite là. Puis euh après euh, ben là-bas, c'est une maison, rose là c'est une maison ça. Et puis euh avec un arbre, ben là lui il était supposé être plus beau que... c'est parce c'est loin, c'est pour ça qu'il est petit là.

Elle nomme certaines émotions (A) : « pas triste là, mais elle rit pas fort », « espoir », « surprise », « je suis contente ». Elle souhaite continuer à explorer son univers affectif : « J'ai bien aimé l'expérience du dessin, pour te dire ben franchement j'ai peut-être plus le goût de laisser parler mes émotions, mon côté enfant qui est pas exprimé peut-être là... »

Synthèse participante 5. Alors que le début d'entrevue de la participante 5 révèle des processus des niveaux K/S et P/A, le dessin stimule principalement le niveau C/Sy. Dans les deux cas, il y a présence d'une tendance extrême (Kx dans le verbal, Cx dans le dessin). Il est possible que ces deux processus psychopathologiques soient reliés chez cette personne, dans le sens où une mauvaise planification ou un manque d'organisation sur le plan cognitif (Cx) mène ensuite à des actions répétitivement infructueuses (Kx). La fin d'entrevue sollicite deux processus du même niveau (P et A), présents en début de rencontre. La tendance extrême disparaît du discours verbal (Kx), laissant place à plus d'expression émotionnelle (A passe de ° à x). Au final, le discours suivant le dessin semble plus centré et moins extrême qu'auparavant (absence de Kx et Cx), même si seul

un niveau s'exprime (P/A) au lieu de deux. Les processus sont également mieux répartis entre la gauche et la droite du continuum.

Participante 6

(6a) Verbal avant le dessin : P(X) tendant vers Px, C(X), A(x). En première partie d'entrevue, la participante raconte beaucoup (P) tout en analysant (C) son expérience de thérapie : « Ça m'a fait voir beaucoup de choses », « je pensais beaucoup que... que ma difficulté que j'avais, était par rapport à ma mère. Pis c'est... je me suis aperçue que c'était pas ça du tout ». Elle utilise une pensée rationnelle, se questionne et tire des conclusions par rapport à elle-même (C) : « J'ai découvert que j'étais une personne importante », « j'ai encore des... du questionnement en-dedans de moi », « je cherche à comprendre pourquoi ». Quelques oubliers nuisent à la netteté des perceptions (Px) :

« Ça je ne m'en souviens plus », « y a des choses que j'... que j'ai oubliées », « Il m'était venu une autre idée, pis je l'ai perdue », « Je ne peux pas me souvenir », « j'aurais peut être pu te dessiner des choses, parce que je sais qu'à un moment donné, j'avais des colères tu sais. Mais je ne me souviens plus de mes colères. J'aurais pu te les exprimé... te dessiner mes colères. »

Elle évoque aussi plus ou moins directement son monde affectif (A) : « très nerveuse », « j'ai pleuré souvent [...] j'ai eu beaucoup d'émotions... en tout cas, ça je me souviens que la boîte de kleenex, je l'ai utilisée beaucoup », « je sortais ma colère », « contente ».

(6D) Dessin : Px(X), C(x). La géométrisation des formes des personnages humains, représentés sous la forme stéréotypée de bonhommes allumettes, suggère des processus perceptifs à tendance psychopathologique (Px). De plus, seulement les contours sont représentés, avec des formes très simples et incomplètes (p. ex., il manque les mains, certains pieds de chaise) et peu de couleurs. La ligne horizontale semble catégoriser un avant-après, indiquant un processus cognitif (C). La participante semble donner un message simple sous forme schématique (petit/grand, triste/sourire), renforçant le même processus (C) et confirmé par les multiples titres donnés à la production : « Le bien-être de soi », « Le goût de la vie », « Le regain », « J'ai redécouvert plein de choses en moi ».



(6b) Verbal après le dessin : P(X), C(X), A(x) tendant vers Ax. Après le dessin, le discours verbal demeure très collé sur le perceptif (P) : « Les lignes, moi ça me dit rien là. (rire) J'ai fait des lignes comme ça pour faire une chaise », « ça paraissait clair clair clair clair, j'étais tout petite, pis je me suis vue grande grande après ». Comme en début d'entrevue, elle s'analyse et s'auto-évalue (C) : « Je me pose beaucoup de questions », « constater que ça m'a vraiment fait du bien la thérapie [...] Je me trouve mieux, pas mal mieux maintenant qu'avant », « je suis devenue plus moi. J'ai grandi ». De plus, elle exprime là encore plusieurs émotions : « sourire », « triste », « contente », « ça me choquait », « j'ai pas pleuré », « surprise ». Lors de la dernière question de

l'entrevue, une difficulté de connexion affective se manifeste par le blocage du ressenti de l'émotion de colère (Ax) :

Ben, tout de suite le mot qui me vient en tête, depuis que je suis rentrée ici, c'est tout le temps le mot *colère*, je sais pas pourquoi qu'il me passe dans la tête là, je vais te le dire là, c'est le mot colère qui me passe dans la tête. Je sais pas pourquoi je pense à ce mot-là. C'est *colère*.

Synthèse participante 6. Le dessin de la participante 6 sollicite des processus déjà présents dans le discours du début d'entrevue (Px et C), même si la dimension affective (A) s'exprime seulement dans le verbal. La fin d'entrevue évoque les mêmes processus qu'en début de rencontre (P, A, C) et avec la même intensité, sauf que la tendance psychopathologique se situe sur le plan affectif (Ax) et non plus perceptif (Px) comme en début de rencontre. En somme, aucun changement majeur n'apparaît chez cette participante. La seule évolution se situe au niveau de la tendance extrême du processus perceptif (Px) glissant vers l'affectif en fin de rencontre (Ax).

Participant 7

(7a) Verbal avant le dessin : P(X), C(X), S(x). Le participant décrit son expérience de thérapie en parlant de situations précises de sa vie où il a ressenti de l'angoisse (P) : « Pis j'étais allé prendre un café en attendant [...] dans la cafétéria en haut. Pis, là, j'avais avalé ma gomme ». Il partage aussi ses perceptions de lui et des autres : « Les yeux des autres, là, c'était important pour moi, pis je vivais pas ma vie en fonction de moi-même mais tout le temps en fonction de qu'est-ce que les autres vont dire ». Il utilise souvent une pensée analytique avec beaucoup d'auto-évaluation (C) : « C'est pas du 80[%],

j'aurais aimé ça améliorer plus, y a des affaires que [...] j'ai compris, que je pouvais même analyser ». Enfin, il parle de ses crises d'anxiété (motif de consultation) principalement sous forme des sensations corporelles ressenties (S) : « mal dans ma peau », « impression de faire une crise cardiaque », « j'avais toujours une pression », « pénible », « mal à l'aise », « évanoui », « physiquement ».

(7D) Dessin : Sy(X). La taille importante de l'œil, symbole culturel à teneur paranoïde, donne un message assez chargé sur le plan symbolique (Sy), renforcé par le chemin et l'arbre. Les couleurs, utilisées surtout pour définir les objets, n'évoquent pas assez le processus affectif pour qu'il soit retenu dans la cotation. De plus, l'implication dans l'expression graphique pourrait être plus grande. Le participant a choisi de ne pas donner de titre à son dessin.



(7b) Verbal après le dessin : P(X), C(X), S(x), A(x), Sy(x). Le participant présente les trois mêmes principales cotes qu'en début d'entrevue. Il décrit son dessin et son élaboration, évoquant son point de vue sur les autres (P) : « Je le sais que si les gens me jugent, moi je juge les gens là. La journée que je ne jugerai plus personne, je ne me sentirai plus jugé ». Après le dessin, le côté rationnel et analytique demeure à l'avant-plan : le participant explique son choix de couleurs, critique la qualité de son dessin, tout en étant conscient de ses propres processus cognitifs (C) :

« Le côté analytique, tout le temps « pourquoi je fais ça? » pis là, des fois, il disait tu penses trop. [...] C'est toujours de même pour moi. C'est... J'analyse

tout », « je vais analyser ça longtemps, toute la semaine sûrement, pourquoi je me suis dessiné de même »

Les aspects sensoriels occupent encore une certaine place dans son discours (S) : « me sentir, quoi... pogné », « trop pesant encore, peut-être, ça, ça pousse fort ». Cependant, ils laissent aussi la place à une dimension plus affective (A) : « ça m'a surpris », « j'ai hâte », « content », « je me déçois toujours », « ça me manque », « sourire », « je suis embêté pour toi ». Suite au dessin, le discours verbal dévoile plus de symboles personnels (Sy) : « Le rouge que j'ai mis dans les yeux, j'essayais de les faire méchants », « je m'évade de ça. [...] Oui m'évader. Peut-être le terme est fort, là, mais [...] je me sens en prison ».

Synthèse participant 7. Concernant le participant 7, son dessin l'amène vers une expression symbolique (Sy) absente jusqu'alors du verbal (P, C, S). En fin d'entrevue, les trois mêmes processus s'expriment avec la même force que dans le premier extrait verbal (P, C, S). En plus, deux nouveaux processus apparaissent dans le verbal : la dimension symbolique (Sy) évoquée dans le dessin, conjointement à une expression émotionnelle (A). Au final, les processus postérieurs au dessin sont les mêmes qu'avant, plus deux nouveaux processus affichant une tendance vers plus d'équilibre entre les côtés gauche et droit du continuum.

Participant 8

(8a) Verbal avant le dessin : CRp-a(X), CRc-sy(x), S^o. Le discours de cette participante intègre globalement les divers processus de façon fluide. Elle raconte son cheminement en thérapie en exprimant ses émotions (CRp-a) :

Je me suis mise à sourire, j'ai dit [...] je suis en train de reprendre le contrôle tranquillement là, parce que [...] il n'y avait tout simplement rien. Je faisais juste sourire pour sourire, pis je m'en suis aperçue à ce moment-là.

En même temps, elle analyse aussi son processus thérapeutique et l'illustre par des métaphores (CRc-sy) :

« C'était vraiment d'extérioriser, ce qui se passait, pis en même temps d'en comprendre une nouvelle signification. [...] C'était vraiment un changement de perceptions », « Pis, ça devient 'flat' et tu n'as plus d'émotions reliées à ça », « ça me fait peur pis tout ça, mais en même temps, je sentais un détachement [...] un peu comme quand tu te retrouves sur le bord de la mer [...] tu te mets sur le bord de la falaise juste pour regarder la mer », « l'impression que c'est vraiment fini [...] C'est la fin de l'histoire [...] ça fait partie d'un livre de ma vie [...] pis c'est correct qu'il soit dans la bibliothèque. Pis il va y en avoir un autre qui va s'écrire après ».

Enfin, quelques aspects sensoriels figurent dans son discours (S) : « légèreté [...] libération [...] poids enlevé [...] j'étais comme vraiment légère, faire comme... ah ça fait du bien », « lourd », « désagréable », « réconfort », « le cœur [...] m'a pompé un peu ».

(8D) Dessin : P(X), A(x). Le dessin met l'emphase sur de petites formes variées et répétées, en utilisant adéquatement l'espace de la feuille, ce qui évoque un processus perceptif fort



(P). L'abondance de couleurs diverses, effectuées à la gouache, au pastel sec ou au

feutre, dénote aussi l'expression de processus affectifs (A). Par contre, la participante ne transmet pas de message ou d'histoire personnelle (absence du niveau C/Sy). En effet, le dessin n'a pas de titre, les différents objets paraissent isolés et sans relation entre eux, sauf le cercle qui les réunit par sa forme englobante. Les éléments, représentant principalement la nature (fleurs, arbre, soleils), semblent plutôt plaqués et stéréotypés que réellement intégrés dans un sens symbolique.

(8b) Verbal après le dessin : CRp-a(X), C(x), S(x). Comme en première partie d'entrevue, les processus perceptifs et affectifs semblent interreliés, car ils s'expriment de manière fluide et intégrée (CRp-a) :

« C'était la joie totale dans ma tête, c'est comme, on va prendre ah la peinture c'est le fun euh, après ça, il y a le pastel sec, parce que je trouve que le pastel sec c'est, c'est avec ceux-là que t'es capable d'aller chercher les plus belles couleurs », « Quand tu m'as laissée tout le matériel pis... oh là là, je te dirais que c'était la joie là, c'était le moment marquant tu sais là, venir chercher les couleurs facilement. Je pense que c'est ça vraiment qui va m'avoir marquée le plus, c'était le moment fort. »

En même temps, la participante analyse et explique son dessin, en faisant parfois des liens avec sa thérapie, la dimension symbolique étant moins présente qu'en début d'entrevue (C) :

Ce qui m'agace [...] c'est les places que je suis restée logique [...] logique parce que je suis allée avec la couleur du poteau de bois pour que ça ressemble à un poteau de bois. [...] un des points dans la thérapie justement c'était arrêter de penser avec ma tête. Parce que souvent j'ai resté pognée à ma tête.

Enfin, elle évoque des sensations plus précises qu'auparavant, surtout reliées à ses émotions (S) :

Sur la grande feuille je ne me sentais pas pognée [...] c'est drôle, mais avec la grande feuille, c'est comme si mes épaules pouvaient se rendre jusqu'aux deux bouts de mon heu... de ma feuille. J'aurais eu une petite feuille, je... tu sais, même là, je parle de la petite feuille, là, pis je te dirais que je sens, je sens mes épaules se coincer genre. Moi, j'aurais été pognée sur une petite feuille. Tandis que là, je suis... je suis bien.

Synthèse participante 8. Le dessin de la participante 8 fait appel à des processus déjà présents en début d'entrevue, mais leur degré d'intégration diminue : CRp-a devient P et A dans le dessin. Les processus CRc-sy et S s'expriment dans le discours verbal ne sont pas conservés lors du dessin. La fin d'entrevue sollicite les mêmes processus qu'en début de rencontre (CRp-a, S), les seuls changements consistant en une baisse de l'expression symbolique (CRc-sy devient C), alors que les aspects sensoriels deviennent plus saillants (S passe de ° à x). Ainsi, aucun changement majeur ne transparaît entre le dessin et le verbal, si ce n'est une tendance légère vers moins d'intégration créative débutant lors de l'expression graphique. Par contre, l'équilibre entre la gauche et la droite du continuum s'accentue légèrement entre le début et la fin de l'entrevue.

Participant e 9

(9a) Verbal avant le dessin : P(X) tendant vers Px, A(x) tendant vers Ax, Sy(x) tendant vers Syx, C(°) tendant vers Cx. Cette portion d'entrevue montre une certaine complexité, caractérisée par de nombreux processus avec des tendances vers les extrêmes (variations psychopathologiques). La participante raconte sa thérapie en relatant des exemples de situations vécues (P), avec une tendance à généraliser (Px) : « *J'ai toujours peur* », « *c'est toujours une épreuve pour moi* », « *jamais rien faite* »

comme il faut », « C'était *jamais* correct ». Elle nomme facilement ses émotions (A) : « J'ai encore peur », « anxiété », « triste ». Par contre, elle peut tendre vers une certaine exagération (Ax) : « j'adorais mon père », « très très fâchée ». Elle utilise certains symboles (Sy), dont le contenu paraît parfois très idiosyncrasique ou obscur (Syx). Par exemple, elle relie son « obsession envers les roches » qu'elle voulait enlever à ses « problèmes » dont elle souhaitait se débarrasser. Elle parle aussi d'un rêve symbolisant sa relation à sa mère : « j'ai vu ma mère en rêve pis elle était habillée tout en blanc, pis elle avait retrouvé sa pureté, [...] elle va disparaître de ma vie, mais ce sera pas aussi si noir que c'était ». Sur le plan cognitif, elle explique et évalue sa thérapie, mais son discours devient parfois dur à suivre lorsqu'elle saute d'une idée à l'autre (tendance vers Cx) : « je dis non mais dans le fond c'est oui là ». Elle constate elle-même que ses idées peuvent manquer de clarté : « Ça se mêle un petit peu en moi », « Pis ça se mêle, je prends beaucoup de médicaments fait que ma vie ça me mêle ! ».

(9D) Dessin : Cx(X), Syx(x). Ce dessin, nommé « L'Ascension », illustre des processus éparpillés tendant principalement vers les extrémités pathologiques du continuum (Cx



et Syx). En effet, les objets sont incomplètement dessinés et la relation entre ces divers éléments (personnes, têtes, coeurs, chemin) est difficile à comprendre. Le manque de logique et d'intégration spatiale suggère un processus cognitif psychopathologique (Cx). Le symbolisme idiosyncrasique évoqué par les coeurs, l'eau ou les éclairs demeure somme toute assez obscur (Syx).

(9b) Verbal après le dessin : C(X) tendant vers Cx, Sy(X) tendant vers Syx, P(X) tendant vers Px, A(X) tendant vers Ax, K(°), S(°). La complexité caractérisant le début d'entrevue se retrouve encore après le dessin, même si les processus extrêmes s'expriment plus légèrement. Le dessin donne l'occasion à la participante d'analyser sa vie, de prendre des décisions (p. ex., continuer dans son projet de théâtre) et de tirer des conclusions (C) : « je m'en rends compte là, va falloir que je vive avec ça ». Son discours verbal, rapide et abondant, peut déraper et devenir moins compréhensible (Cx) :

Mais pour vraiment exprimer, mais je l'ai pas dessiné là, mais pour vraiment exprimer ce que... faut y penser. [...] Comment je vais faire mon éclair, ça a pas l'air d'un éclair. Mais je vais pas lui dire. Je vais lui dire de toute façon (rire), même si elle veut pas le savoir. Parce que là, c'est pas juste des paroles là... Ah ça pourrait être ça aussi des paroles.

Les références symboliques prennent beaucoup de place (Sy), demeurant parfois obscures (Syx) : « mur de marbre », « roches », « noir et blanc ». De plus, les processus perceptifs (P) et affectifs (A) sont présents et en alternance : « Pis il n'y a plus de roches. Pis j'ai pas peur de l'inconnu ». L'exagération ou l'emphase affective se constate à nouveau, mais moins fréquemment (Ax) : « j'adore », « j'haïs ça pour mourir ». De même, les généralisations du début d'entrevue se présentent encore (Px) : la participante utilise encore souvent les mots « toujours » et « jamais » (12 et 6 fois respectivement). La participante nomme plusieurs fois son univers sensoriel (S) : « chaud », « Ça me fait mal à la tête ». Enfin, quelques mouvements sont évoqués, surtout en parlant du dessin (K) : « Pis là, je cours », « Ben tout bouge! Tout bouge! Même l'eau. »

Synthèse participante 9. Le dessin de la participante 9 vient confirmer deux processus extrêmes déjà présents au début de l'entrevue (Cx et Syx). Après le dessin, les processus semblent se rapprocher un peu plus de l'équilibre : A, C et Sy augmentent, tandis que Px, Ax et Cx diminuent quelque peu. De plus, le niveau K/S apparaît dans le discours verbal. Au final, le profil demeure caractérisé par des processus s'éparpillant vers les extrêmes sur les deux mêmes niveaux du début d'entrevue (P/A et C/Sy), avec un début d'expression sur un nouveau niveau (K/S).

Participant 10

(10a) Verbal avant le dessin : P(X) tendant vers Px, A(X). En début d'entrevue, cette participante décrit sa thérapie, narrant par exemple les exercices pratiques qu'elle faisait (P) :

« Ben, quand il me donnait ces exercices à faire », « il me faisait décrire les... les émotions aussi quand il y avait un événement. Après ça les... les pensées automatiques, quelle émotion... Pis après ça, après coup euh, quelle euh, quelles pensées, j'aurais pu avoir. »

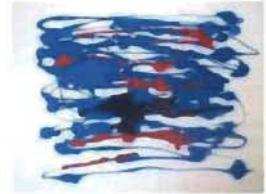
En même temps, son expression verbale dénote un aspect décousu et inhibé, marqué par des hésitations, silences et blocages (Px) : « Je sais pas comment dire ça là », « Euh... des fois c'est dur de trouver un mot ». Elle paraît avoir du mal à nommer son vécu et rit parfois, semblant gênée :

Peut-être que ça... ça m'a faite euh... réaliser, plus ou moins sur le coup peut-être là mais, que... Tu sais, des fois on... nos, nos pensées vont, peuvent déformer un peu la réalité, là. Ou disons... peut-être pas déformer la réalité mais... empirer les choses... Ben, hum... je sais pas, c'est pas vraiment ça non plus là mais... [...] Les, comment qu'il appelait ça... ça les euh...? Les pensées automatiques là? (rire) Pis les pensées euh... je ne me souviens plus comment

ils appellent ça là. Pas alter... alternatives?... Ben les autres, les autres idées là qui... Quand on s'arrête dans le fond pour penser autrement là. J'me souviens pu comment ça s'appelait là mais...

Enfin, elle exprime plusieurs affects dans son discours verbal (A) : « stressée », « insécuré », « un peu déprimée », « j'ai pleuré tout le long », « je ressentais beaucoup de culpabilité ».

(10D) Dessin : A(X), CRk-s(x). La participante a laissé couler la gouache du pot, sans jamais toucher elle-même directement la peinture ni la feuille de papier, pour réaliser ce dessin nommé « Dérangement ». L'utilisation peu contrôlée et en grande quantité de ce medium fluide et coloré évoque fortement un processus affectif (A). Ensuite, comme il a été expliqué précédemment (voir la cotation des dessins plus haut), le processus d'exécution du dessin intègre les processus kinesthésique et sensoriel (CRk-s) : la décharge énergétique du mouvement spontané (verser la peinture) se trouve créativement intégrée à un processus un peu plus lent et sollicitant les sensations visuelles par le fusionnement des couleurs. Le dessin a mis longtemps à sécher et la participante a apprécié et commenté le mélange des peintures.



(10b) Verbal après le dessin : K(X), A(X), P(x). En fin d'entrevue, la dimension affective s'exprime plus précisément et facilement qu'au début de la rencontre (A) :

« [...] toutes les sortes d'émotions dans le fond. La tristesse, la colère », « c'est quelque chose que... que j'ai en-dedans de moi pis qui... qui me dérange », « j'étais bien angoissée avant », « étonnée », « j'étais un peu stressée mais finalement je suis contente ».

De plus, la participante fait abondamment référence à des mouvements, d'où l'apparition du processus kinesthésique dans le discours verbal (K) :

« Je vais boire de l'eau encore », « Au début j'ai pris le pinceau, je pensais m'en servir. Pis quand j'ai pris la bouteille, euh ça m'a tenté de les vider tout de suite euh. Pis j'ai pas pris le pinceau finalement là. », « C'est le geste, spontané. », « c'est vraiment quand j'ai pris le... le pot de bleu. Que là, que là on dirait que je me suis laissée aller. Avant c'est ça, comme je disais, c'était plus l'angoi... l'angoisse de : « Qu'est-ce que je vais faire, qu'est-ce que je vais faire là? » (rire) Finalement ça a bien été. [...] spontanément j'ai eu l'imp... le goût de verser là. De ne plus prendre le pinceau. Pis ce que je trouve intéressant aussi, c'est que, tu sais, il y en a coulé quand même pas mal pis, ça continue à... à s'étendre sur la feuille (rire). Fait que ça bouge, ça bouge tout le temps là dans le fond là. Même après que... On dirait que l'œuvre continue à travailler même si je n'y touche plus. »

Enfin, elle décrit son dessin et son processus pour arriver à sa production (P) :

« J'ai guidé euh, la bouteille là mais... Dans le fond, c'est comme... euh... un peu le... le hasard des choses aussi », « c'est sûr que j'ai mis la tache noire, vraiment au centre », « ça permet de s'exprimer d'une autre façon, ça c'est sûr... C'est un autre langage là. »

Synthèse participante 10. Concernant la participante 10, le dessin fait apparaître un niveau absent jusque-là (CRk-s). De plus, il confirme le processus affectif déjà évoqué (A) et élimine la cote perceptive présente dans le verbal (P tendant vers Px). Le discours final présente les mêmes processus qu'en début d'entrevue (P et A) et sans le processus extrême (Px disparaît). Le niveau K/S apparu dans le dessin est également évoqué en fin de rencontre, mais de manière moins intégrée que dans l'expression graphique (forte présence de K). En résumé, un deuxième niveau s'exprime dès le dessin (K/S), en parallèle à une tendance vers plus d'intégration (disparition de Px).

Impacts de l'utilisation de l'art

La comparaison des résultats permet de constater certaines similarités ainsi que des différences entre les processus sollicités par l'art et le verbal, notamment sur le plan des processus évoqués ou du nombre de niveaux sollicités. De plus, au sein d'un même niveau, des changements se produisent dans l'expression des tendances extrêmes et intégratives. Enfin, un résumé des tendances générales présentera les principaux impacts de l'utilisation de l'art.

Expression des processus et niveaux

Pour la majorité des participants, le dessin évoque des processus déjà présents dans l'entrevue (participants 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10). La moitié des processus stimulés par le dessin se situent au niveau perceptif/affectif (P/A), suivi de près par le niveau cognitif/symbolique (C/Sy). Deux dessins (participants 1 et 10) ont reçu des cotes sur le niveau kinesthésique/sensoriel (K/S).

Certains dessins font aussi appel à des processus différents du discours verbal. Ainsi, le processus symbolique (Sy) apparaît lors de trois dessins (participants 1, 5, 7). De plus, l'expression graphique sollicite un nouveau niveau chez les participantes 5 (C/Sy) et 10 (K/S).

Si l'on compare entre eux les deux extraits verbaux pour voir l'impact du dessin, on constate que chaque participant connaît des changements. Dit autrement, du premier

extrait verbal au deuxième, les processus cotés présentent des différences. Comme pour les dessins, on peut remarquer l'apparition de nouveaux processus en fin d'entrevue chez les participants 2, 7 et 10 : respectivement CRk-s; A et Sy; K. Un nouveau niveau apparaît chez les participantes 2, 9 et 10 (K/S). Certains processus déjà présents en début d'entrevue peuvent aussi s'exprimer avec plus d'intensité. C'est le cas pour les participants 1, 2, 3, 5, 8 et 9 : respectivement CRk-s; CRp-a; A; A; S; A, C et Sy.

Ainsi, chez l'ensemble des participants, la comparaison des deux extraits verbaux montre une stabilité ou une augmentation du nombre de niveaux sollicités. La seule exception consiste en la participante 5, chez qui seul un niveau s'exprime en fin d'entrevue (P/A) alors que deux niveaux étaient présents en début de rencontre (K/S et P/A). Par contre, dans ce cas, la disparition du niveau K/S contribue simultanément au départ du processus extrême (Kx), ce qui démontre une tendance positive vers plus d'équilibre.

Pour résumer les changements observés sur le plan des processus, autant lors de la production graphique que dans la comparaison des deux extraits verbaux, le dessin semble avoir un impact stimulant sur le niveau K/S chez la moitié des participants (1, 2, 8, 9, 10), touchant légèrement plus le processus kinesthésique (K) que sensoriel (S). Concernant le niveau P/A, le dessin favoriserait son expression également pour la moitié des sujets (2, 3, 5, 7, 9). Notons ici que les changements se situent surtout du côté droit (A) alors que le processus perceptif est très peu affecté (P). Enfin, le niveau C/Sy voit

son expression augmenter aussi dans 5 cas sur 10 (1, 2, 5, 7, 9) plus à cause du processus symbolique (Sy : 5 cas) que du processus cognitif (C : 2 cas).

Expression des tendances extrêmes

Parmi les participants dont le premier extrait verbal évoquait des tendances extrêmes (3, 5, 6, 9, 10), quatre ont un dessin présentant un processus extrême (3, 5, 6, 9) et seulement deux présentent encore une telle tendance lors du deuxième extrait verbal (6 et 9). En fin d'entrevue, la participante 9 fait appel à des processus plus près du centre du continuum, même si les processus extrêmes se manifestent encore.

La participante 6 présente un glissement d'une tendance extrême (Px) vers une autre (Ax), donc ne montrant pas de signe vers une plus grande intégration. Dans ce cas précis, il semble que le processus perceptif pouvait servir de défense à une expression émotionnelle jugée menaçante par la personne. Le glissement vers Ax marquerait en ce sens une certaine évolution en révélant le dysfonctionnement affectif sous-jacent.

Enfin, aucune tendance extrême n'apparaît lors du deuxième extrait verbal : l'évolution globale est donc à la baisse (participants 3, 5, 10) ou au maintien du nombre de processus se situant dans les extrémités du continuum (participantes 6 et 9).

Expression des tendances intégratives

Des 10 participants, 4 finissent l'entrevue avec des processus plus intégrés. En effet, le dessin de la participante 10 lui permet d'accéder à une aire d'intégration créative (CRk-s). De plus, les participantes 1, 2 et 4 présentent des processus fluides et intégrés sur les trois niveaux en fin d'entrevue (CRk-s, CRp-a, CRc-sy), ce qui n'était pas le cas en début de rencontre. Dans ces trois cas, le dessin favorise l'expression de processus plus à droite (p. ex., A et Sy) alors que le verbal se situait au début plus à gauche (p. ex., P, C, K). Cette harmonisation latérale des processus (gauche-droite) peut amener l'équilibre final parfait constaté au plan verbal (expression des CR des trois niveaux).

Ce rééquilibrage latéral des processus semble survenir chez plusieurs autres sujets en fin d'entrevue : les côtés gauche (K, P, C) et droit (S, A, Sy) du continuum s'expriment alors dans des proportions plus égales qu'au début de la rencontre. En plus des participantes 1, 2 et 4 déjà mentionnées plus haut, l'équilibrage horizontal des processus se constate chez les participants 5, 7, 8 et 9, où le verbal après le dessin évoque plus de processus à droite qu'en début d'entrevue. Le participant 7, p. ex., présente un glissement de ses cotes vers la droite en fin d'entrevue, offrant des processus plus équilibrés entre les deux côtés du continuum.

Parfois, la production graphique évoque des processus moins centrés. Ainsi, la participante 8 passe momentanément de CRp-a à P et A durant son dessin. Dans ce cas

particulier, le dessin révèle une dissociation des processus qui paraissent plus intégrés dans l'expression verbale.

En outre, on constate que certains participants (3, 5, 6 et 10) expriment en fin d'entrevue des processus situés plus à gauche du continuum (K, P, C). Or, cela coïncide avec la plupart des personnes qui montraient des tendances extrêmes en début d'entrevue.

Tendances générales

À la lumière de l'analyse des résultats effectuée, certaines tendances générales se dégagent quant aux impacts de l'utilisation du dessin par rapport au verbal. Pour une majorité de participants, les changements observés tendent vers l'expression de processus plus nombreux, de façon plus intégrée et centrée, avec moins de processus extrêmes et plus d'équilibre entre la gauche et la droite du continuum. Ainsi, le dessin pourrait avoir un impact sur les processus évoqués en permettant d'élargir le répertoire de l'individu. Enfin, les principaux changements s'observent pour les processus affectif (A) et symbolique (Sy) ainsi que le niveau kinesthésique/sensoriel (K/S).

Discussion

Les objectifs de l'étude consistaient à identifier et comparer les processus sollicités par deux modalités d'intervention thérapeutique, l'art et le verbal. Précisons qu'il n'est pas question ici de lien de cause à effet : le caractère exploratoire de la recherche ne permet pas de dégager de lien causal. En bref, l'étude comparative des processus évoqués par l'entrevue verbale et par le dessin à l'aide du Continuum de thérapies expressives (ETC) conduit aux constats suivants :

- Le dessin semble amener la personne dans des processus parfois identiques, parfois différents du verbal. Il paraît stimuler l'utilisation d'un plus grand nombre de processus et de niveaux dans la suite de l'entrevue.
- Après l'utilisation du dessin, une tendance générale semble se manifester vers plus d'intégration et de centration : l'expression présente moins de processus extrêmes, plus de cotes d'intégration créative (CR) et un équilibre accru entre les processus à gauche (K, P, C) et ceux à droite (S, A, Sy) du continuum.

La prochaine section présente l'analyse des résultats tout en discutant de leurs implications et limites. En fin de chapitre figurent les contributions et limites de l'étude.

Interprétation et discussion des résultats

Les résultats présentés dans le précédent chapitre sont ici résumés et discutés. La discussion porte sur les apports thérapeutiques du dessin et l'utilisation du Continuum de thérapies expressives (ETC), en incluant les implications et limites des résultats de l'étude.

Apports thérapeutiques du dessin

Le dessin stimule l'utilisation d'un plus grand nombre de processus ou niveaux, élargissant le répertoire de l'individu. Les processus mis en relief dans le dessin ou dans le discours verbal suite à l'expression graphique sont principalement de nature affective (A), symbolique (Sy) ou kinesthésique/sensoriel (K/S).

Le dessin stimule l'expression affective et symbolique. Ce résultat confirme les données présentées lors du contexte théorique de cette étude exposant que l'art facilite l'expression des émotions et d'aspects symboliques (Hinz, 2009; Malchiodi, 2005; Meijer-Degen & Lansen, 2006; D. Waller, 2006). Cette tendance semble se vérifier pour les participantes 1, 2, 4 et 7 dont le dessin stimule particulièrement les processus affectifs et symboliques (A, Sy) et également chez la participante 5, dans une moindre mesure. De plus, les participantes 3 et 9 ont amélioré la qualité de leur expression émotionnelle suite au dessin.

Ces différences processuelles peuvent être constatées dans le contenu même du discours. En effet, une participante utilise le mot « anxiété » à quatre reprises en début d'entrevue (il s'agit de son motif de consultation), mais pas du tout après le dessin : elle décrit alors plutôt le processus du mouvement qui tourne, le « tourbillon » ou la spirale qu'elle a dessinée. Cela illustre comment elle se représente intimement son anxiété et donne accès à une signification plus personnelle et symbolique. En ce sens, cela semble thérapeutique, plus chargé affectivement et proche de la personne, s'éloignant du diagnostic issu du vocabulaire médical :

[...] l'image me permet vraiment d'ancrer quelque chose à laquelle je peux me référer, que ça doit matérialiser dans le fond, l'émotion ou ce que je porte à l'intérieur de moi [...] C'est vraiment aidant en tous cas pour moi. (participante 1)

Le dessin stimule le niveau kinesthésique/sensoriel du modèle ETC. Ce résultat confirme les données sur les bienfaits de la mise en action du corps dans des expérimentations concrètes stimulant mouvement et sensorialités (Meijer-Degen & Lansen, 2006). De nombreux auteurs reconnaissent que c'est là une des spécificités de l'art-thérapie (Association des art-thérapeutes du Québec, 2012). La moitié des participants ont exprimé plus de processus de nature kinesthésique/sensoriel durant ou après leur dessin. On aurait pu penser que ce niveau serait plus stimulé, étant donné la sollicitation du corps dans le dessin. Des matériaux comme l'argile ou des feutres parfumés, peindre en musique ou les yeux fermés auraient été des manières d'encourager l'expression à ce niveau (Hinz, 2009). Comme c'était une première

entrevue avec des personnes généralement peu familières à l'art, on pouvait également s'attendre à plus de retenue.

Le dessin stimule des processus perceptifs et cognitifs. Trois participantes ont connu des changements sur les processus perceptifs et cognitifs. La participante 3 a pu améliorer la qualité de ses perceptions. La participante 5 a fortement exploré des processus cognitifs lors du dessin. Enfin, l'intensité des processus cognitifs a augmenté chez la participante 9 après le dessin. Ces résultats rejoignent là encore des connaissances sur les apports thérapeutiques de l'art. En effet, plusieurs auteurs reconnaissent l'impact du dessin pour percevoir son univers interne différemment, faire des liens et résoudre des problèmes (Hinz, 2008; Malchiodi, 2003; Nowicka-Sauer, 2007; C. S. Waller, 1992). Par contre, on peut se questionner sur la faible proportion de participants (à peine un tiers) touchés par ces changements. Deux pistes de réponse s'offrent dans le contexte particulier de la structure de l'entrevue de recherche. Premièrement, la première partie de l'entrevue sollicitait beaucoup les processus perceptifs et cognitifs de par la nature des questions sur la psychothérapie. Ainsi, les processus perceptifs, déjà très présents dans le premier extrait verbal, n'augmentent pas plus dans le deuxième. Ensuite, les participants étaient principalement invités à se centrer sur leurs ressentis ou émotions durant le dessin (voir la grille d'entrevue à l'Appendice D). Ces deux facteurs peuvent avoir influencé les résultats.

Le dessin stimule l'intégration créative, augmente la centration et l'équilibre.

La majorité des participants présente des processus plus intégrés, équilibrés ou centrés en fin d'entrevue. Ce résultat rejoint les données de la littérature. Le dessin peut constituer une expérience intégrative, impliquant des prises de conscience ou la réunion de polarités opposées (Hinz, 2009; McNiff, 1992; Meijer-Degen & Lansen, 2006; Shechtman & Perl-Dekel, 2000).

Ainsi, les résultats découlant de cette étude semblent cohérents avec les données connues en art-thérapie : l'utilisation de l'art « favorise l'intégration, l'intégrité et la cohérence » par « un processus à la fois physique, émotionnel et intellectuel » (Association des art-thérapeutes du Québec, 2012). Cela confirme la notion de santé psychologique basée sur le modèle ETC présentée par Hinz (2009) comme l'expression fluide et intégrée de tous les processus, tendant vers l'équilibre plutôt que vers des polarités extrêmes rigides et pathologiques.

Il convient toutefois de nuancer ces résultats en présentant d'autres explications possibles des changements trouvés, en considérant la durée de l'expérience graphique et en examinant un cas particulier où peu de changements ont été observés (participante 6).

Considérations nuançant les résultats

Explication alternative des changements. Les changements notés entre le début et la fin des entrevues pourraient avoir d'autres causes que l'expérimentation artistique. Par

exemple, il est possible que les participants se sentent moins tendus et plus en confiance à la fin de la rencontre, du fait de l'aise développée avec l'intervieweuse au cours de l'entrevue. Certains participants peuvent aussi se sentir soulagés d'avoir fini de dessiner. C'est notamment le cas pour cette participante qui le verbalise en fin de rencontre :

Ben c'est sûr que j'appréhendais pas mal ce moment-là, je savais qu'il y aurait quelque chose à faire. Pis une fois que c'est fait...c'est fait, fait que...c'est plus...il y a comme un poids de moins (rit), c'est moins angoissant peut-être qu'au début (participante 10).

Les changements constatés dans l'entrevue pourraient également résulter, en tout ou partie, de l'élaboration continue, verbale et graphique, sur un même thème. En réponse à cela, il importe de mentionner certains indices relevés dans la rencontre. Ainsi, le seul fait de penser à dessiner ou de visualiser une possible production semble déjà créer un changement, comme chez la participante 3 : celle-ci commence à changer de discours déjà un peu avant le dessin, à partir du moment où l'intervieweuse lui demande de cibler un moment significatif qu'elle aimerait dessiner. Alors, elle arrête de parler de sa thérapie et ouvre sur un nouveau problème personnel non abordé auparavant :

Hé j'essaie de voir là. [...] il y a une autre affaire là. Je pense que ça serait plus de ça que je ferais le dessin là. À ce moment-là [...] un de mes bobos : je voulais un chum absolument. Je voulais un chum. Et je pogne pas. Pourquoi je pogne pas? [...] C'était vraiment pas drôle.

Cela marque un changement perceptif important dans son cas, qui semble survenir en lien avec la préparation au dessin.

Durée du dessin. On pourrait aussi argumenter que les participants ont eu peu d'exposition au matériel artistique, limitant ses effets potentiels. Dans la présente étude, le temps d'exécution du dessin a varié de 3 à 27 minutes. Le temps de latence s'élevait à moins d'une minute (54 secondes en moyenne) tandis que la durée d'élaboration du dessin avoisinait 14 minutes (13,7 min). Cependant, certaines études ont montré des résultats de réduction sur le stress ou l'anxiété avec une production artistique limitée à aussi peu que 30 minutes (Sandmire, Gorham, Rankin, & Grimm, 2012). La manipulation de l'argile durant seulement 5 minutes a permis d'améliorer l'état émotionnel dans une étude randomisée et contrôlée (Kimport & Robbins, 2012). De plus, le coloriage durant 20 minutes de mandalas peut réduire l'anxiété (Curry & Kasser, 2005; Van der Vennet & Serice, 2012). Plusieurs art-thérapeutes reconnaissent justement le fort pouvoir thérapeutique de l'art, allant droit au but en peu de temps (Malchiodi, 2005).

Cas particulier de la participante 6. Enfin, dans certains cas, on peut se demander pourquoi le dessin amène peu ou pas de changement visible. Il semble en effet avoir favorisé un discours verbal émotionnel plus pathologique chez la participante 6, en diminuant le processus perceptif extrême, sans autre changement majeur apparent.

La participante 6 semblait avoir plus de difficultés pour se mettre à dessiner (temps de latence = 3,4 min). Le faible temps d'exécution (3,1 min) a-t-il pu contribuer au peu de changements retrouvés chez elle? Une autre participante (10) a connu un processus

similaire, avec un long temps de latence (3,9 min) et une courte exécution (2,8 min). Pourtant, son dessin lui a permis une élaboration créative (CRk-s). Le choix des matériaux a peut-être eu plus d'impact pour stimuler des processus créatifs. En effet, la participante 6 a choisi deux crayons de couleur sur une petite feuille, ce qui est, après la participante 9, le plus petit nombre de matériaux utilisés. Les crayons et une feuille plus petite favorisent généralement plus de contrôle dans l'exécution (Hinz, 2009). La participante 10 a spontanément opté pour la gouache, sur une grande feuille, deux aspects reconnus pour faciliter l'expression affective (Hinz, 2009). De plus, elle n'a pas pris de pinceaux, ce qui a davantage diminué la possibilité de contrôler le medium. Par contre, la participante 9 a uniquement utilisé un crayon de plomb sur une petite feuille. Elle a réussi à montrer plus de centration en fin d'entrevue, avec l'expression d'un niveau supplémentaire (K/S). La participante 6 aurait peut-être bénéficié de plus d'accompagnement lors de la mise en train du dessin. L'intervention de la chercheuse lui demandant de fermer les yeux semble avoir été le déclencheur pour démarrer l'exécution du dessin : « Je vous inviterais à juste...ne plus parler. Puis vous recentrer en dedans de vous, et puis si ça vous aide de fermer les yeux pour un petit bout. Puis dessiner ce qui vient ». À peine une minute après avoir fermé les yeux, elle s'est mise à dessiner. L'intervention de l'intervieweuse pour engager la participante 10 a consisté à l'inviter à toucher le matériel : cela aurait été une autre piste intéressante à explorer dans ce cas-ci.

Les résultats de la recherche concernant les apports du dessin viennent d'être discutés. De plus, selon nos connaissances, c'est la première fois, que le Continuum de

thérapies expressives (ETC) est utilisé dans une recherche combinant l'art et verbal. Il importe donc de présenter les nuances à apporter à cet instrument, notamment par rapport à la cotation et à l'illustration visuelle du modèle ETC.

Discussion par rapport au Continuum de thérapies expressives (ETC)

Cotation. Tous les participants présentent des cotes différentes pour les dessins. Dit autrement, aucun dessin n'a obtenu exactement la même cotation. De plus, la quasi-totalité des entrevues verbales présente un profil unique en comparaison avec les autres participants. La seule exception concerne la fin d'entrevue des participantes 2 et 4 qui montre exactement les mêmes processus s'exprimant avec les mêmes intensités : CRp-a(X), CRc-sy(X), CRk-s(x). L'outil utilisé semble donc capable de donner des profils individuels distinctifs.

Les juges ont constaté que certaines entrevues ou dessins donnaient lieu à des cotations facilement convergentes (p. ex., participante 4, qui présentait un profil plus uniforme et intégré). Par contre, il est arrivé à quelques reprises que des divergences de cotations soient relevées, ou que certains dessins ou entrevues soient trouvés plus difficiles à coter et ce, pour l'ensemble des juges (p. ex., participantes 3 et 6). Dans quels cas faut-il s'attendre à une cotation plus divergente? Il semble que la source de la divergence puisse être interne à la personne. En effet, la présence de pathologie ou de processus moins intégrés est susceptible d'entraîner des cotations multiples et éparpillées.

Les difficultés de cotations pourraient également provenir de l'instrument utilisé. Il est effectivement possible que les dimensions plus extrêmes (Px, Ax, etc.) aient été moins bien définies au début de l'étude. La grille de cotation verbale a notamment permis de préciser ces notions en leur donnant une nouvelle lecture.

De plus, on peut se questionner sur la cote Sx, qui n'a jamais été attribuée, autant dans les dessins que dans les entrevues. Il conviendrait probablement de revoir ce concept pour mieux le définir.

Un autre problème de cotation s'est posé pour les cotes dans le continuum intraniveau : est-il possible de coter simultanément des processus psychopathologiques, normaux et intégrés pour un même niveau ? Le cas de la participante 9, montrant des processus très éparpillés, a suscité une question concernant notamment la cotation verbale 9b : pourrait-on coter CRp-a et CRC-sy, vu que la personne montre des processus plus équilibrés en fin d'entrevue, ou si la dimension créative ne peut pas être cotée lorsque le profil présente également d'autres processus (Px, P, Ax, A, Cx, C, Syx, Sy) ? La discussion entre juges a statué que la cote CR et les autres cotes étaient mutuellement exclusives pour un même niveau. La décision retenue est donc de coter soit CR, soit P, Px, A, Ax, etc. Plusieurs participants expriment une variété de processus allant de normal à pathologique (3, 5, 6, 9, 10). Par contre, quand on cote CR, cela implique l'intégration harmonieuse des processus, excluant donc les autres cotes.

Enfin, il apparaît nécessaire de mieux définir la cote CR du niveau créatif d'intégration globale et les cotes CR intraniveau (CRk-s, CRp-a et CRC-sy). Là où les auteurs parlent d'un « quatrième niveau » (Hinz, 2009, p. 5), il nous semble qu'il s'agisse plutôt d'une dimension différente, ne décrivant pas spécifiquement des processus et ne devant à ce titre pas être nommée « niveau ». Cette dimension intégrative permet de préciser le degré de fluidité et de dialogue créatif des processus entre eux.

Vers une autre représentation du modèle ETC? En plus de ces nuances par rapport à la cotation, l'utilisation du modèle ETC a suscité d'autres questionnements concernant la représentation schématique du continuum dans sa forme actuelle (voir Figure 1). Le schéma illustre principalement le continuum des trois niveaux horizontaux et souligne l'axe médian créatif. L'usage du modèle ETC effectué dans cette recherche montre une interaction verticale importante interniveaux qui mériterait de figurer plus explicitement sur le schéma. En effet, le besoin d'ajouter la notion de « tendances » pour la cotation du verbal (voir Tableau 9) a permis de mieux comprendre la notion de *continuum* du modèle ETC. De plus, l'utilisation de la grille verbale a amené à préciser les frontières de chaque processus, horizontalement mais aussi et surtout verticalement : quand est-ce qu'un processus perceptif se complexifie pour devenir un processus cognitif? Quelle est la frontière entre une sensation (« je me sens bien ») et une émotion (« je suis content »)? Ce que Lisa Hinz (2009) nomme « fonction émergente » (*emergent*

function) dans le dessin s'observe donc également dans le verbal. Par exemple, quand une personne se décrit et partage sa vision du monde (processus P), cela vient bien souvent s'entremêler à une réflexion plus large, des analyses ou conceptualisations plus profondes (processus C). Les décisions de cotation, particulièrement pour la grille d'analyse verbale, reflétaient le caractère dynamique du modèle ETC et l'interrelation des processus entre eux, semblant bien plus complexe que la Figure 1. Ces réflexions mènent à la proposition de revisiter le schéma représentant le modèle ETC et à en proposer une autre image illustrant plus fortement ces notions de continuum.

En conclusion, une compréhension plus approfondie du modèle ETC ainsi que des améliorations à la solidité de l'instrument ont résulté du travail en équipe de cotation interjugés. Cet important exercice a permis d'articuler plus précisément les liens entre les processus intra- et interniveaux et de mettre à jour la complexité du modèle ETC.

Cette recherche apporte du même coup des contributions à plusieurs niveaux, autant sur le plan de la clinique et de la pratique professionnelle qu'un apport méthodologique dans le domaine de la recherche.

Contributions de la recherche

Applications à la pratique professionnelle

La méthode qualitative de cette recherche a permis d'explorer plus en profondeur la dynamique processuelle de deux modalités d'intervention utilisées en thérapie, soit l'art

et le verbal. Elle permet de montrer l'intérêt du dessin comme outil pour amener les clients en thérapie vers des processus différents, en favorisant l'expression fluide et équilibrée de tous les processus. Le modèle ETC peut se révéler à la fois un guide pour l'évaluation mais aussi pour l'intervention.

Premièrement, le modèle ETC permet de mieux saisir la complexité psychique d'un individu en utilisant plusieurs lunettes, autant l'art que le verbal. Par exemple, le dessin de la participante 9 permet d'illustrer les processus extrêmes qui se retrouvent aussi éparsillés dans le discours verbal. Chez la participante 8, le dessin vient révéler des processus plus dissociés par rapport à un discours verbal en apparence bien intégré et fluide. Ces deux sources d'informations permettent donc de mieux comprendre la dynamique psychique des clients en thérapie. Des individus pourraient avoir des diagnostics assez semblables (p. ex., dépression) mais sollicitant des processus très différents.

Deuxièmement, le modèle ETC peut servir à éclairer le cheminement lors des interventions thérapeutiques. Il est intéressant de noter que certains participants de l'étude décrivent très bien leurs processus intérieurs sans connaître le modèle ETC. Ils donnent même l'impression qu'ils verbalisent comment ils se promènent à l'intérieur du modèle ETC. Dans l'exemple ci-dessous, la participante 8 décrit ses processus intrapsychiques travaillés lors de sa psychothérapie. On peut supposer que son processus

de départ était plutôt cognitif (C), puis qu'elle a descendu (niveaux P/A ou K/S), pour ensuite remonter (niveaux P/A ou C/Sy) et atteindre l'équilibre (CR) :

[...] c'est la logique, mais c'est [...] un des points dans la thérapie justement, c'était arrêter de penser avec ma tête. Parce que souvent j'ai resté pognée à ma tête pis c'était, comme, j'étais dans ma tête. Tout était logique dans ma tête. Jusqu'à temps que je fasse débloquer la logique. Pis après ça, ben, tout a été, en dedans, vraiment descendu, là j'ai dit bon ben là faut que ça remonte à la tête aussi. Fait que ça a été de faire l'équilibre entre les deux.

Cela rejoint l'utilisation pouvant être faite du modèle ETC en thérapie (Hinz, 2009). En effet, Lisa Hinz enseigne le modèle à ses clients et ceux-ci expliquent ensuite où ils se situent, ou bien quel processus ils ressentent le besoin de travailler dans la séance, etc. (Hinz, 2012).

Apports à la recherche

L'étude apporte aussi certaines contributions méthodologiques : la création d'un outil d'analyse réunifiant l'art et le verbal au sein d'une même théorie. Cet instrument original permet d'obtenir un dialogue entre ces deux modalités, pouvant capter les processus autant de l'approche verbale que de l'approche par l'art.

L'instrument semble relativement fiable, exposant des processus communs entre le dessin et le discours verbal d'un même participant. De plus, les résultats démontrent la possibilité de capter des processus différents, les dix participants présentant chacun un profil propre. Aucun participant n'a exactement le même profil de cotation quand on compare les deux extraits verbaux de son entrevue. Le modèle ETC semble donc permettre une bonne différenciation des processus ainsi que des profils individualisés.

Ainsi cette étude a contribué à l'avancement des connaissances théoriques, a offert une méthode originale pouvant être réutilisée dans d'autres recherches et ayant des applications pratiques dans le domaine psychothérapeutique. Elle présente néanmoins certaines limites qui sont à prendre en compte.

Limites de la recherche et recommandations

Toute recherche connaît des limites et celle-ci n'y fait pas exception. Notamment, il apparaît important que toute personne souhaitant utiliser le modèle ETC soit formée adéquatement à la cotation et à l'interprétation des dessins. Bien entendu, une formation sur le modèle ETC demeure primordiale.

Étant donné le caractère qualitatif de cette étude, dix participants semblaient suffisants. Par contre, la petite taille de l'échantillon ne permet pas une généralisation à plus grande échelle. D'autre part, un seul homme a participé à l'étude. Il est donc impossible, à ce stade, d'étudier s'il existe des différences entre les sexes par rapport au modèle ETC ou à l'expression des processus. Les précédents auteurs du modèle ETC ne mentionnent rien non plus à ce sujet. Il serait intéressant d'élaborer de nouvelles recherches avec un plus grand nombre de participants, autant des femmes que des hommes, pour continuer à valider le modèle ETC ainsi que les grilles de cotation du dessin et du verbal. Enfin, l'application à une clientèle non adulte pourrait également faire l'objet d'études additionnelles.

Lors d'une future recherche utilisant des cotations interjugés, il pourrait être utile de demander aux juges d'attribuer un nombre fixe de cotes. Dans la présente étude, des différences entre les juges existent concernant le nombre de cotations données pour chaque participant : certains ont coté de un à trois processus par dessin, d'autres beaucoup plus. De plus, la cotation pourrait utiliser une échelle plus précise que celle de l'étude (X, x, °) : p. ex., une échelle Likert. Cela permettrait, dans une recherche de validation de type quantitatif, de calculer des données statistiques.

Nous recommandons d'utiliser les grilles de cotation simplement comme exemples de descripteurs de chaque processus. En ce sens, l'avertissement donné par Lisa Hinz, concernant « le caractère artificiel de la séparation des processus » tient pour de futurs chercheurs : ce découpage décompose la théorie afin d'aider à l'enseigner et la comprendre, mais il est « difficile, voire indésirable, en pratique. » [traduction libre] (2009, p. 263). Il importe avant tout de comprendre le modèle ETC dans sa globalité, avec les niveaux et processus, en interrelation et opposition.

Les descripteurs pour la dimension CR gagnent à être davantage précisés. Comme mentionné précédemment pour la cotation verbale, la cote CR peut être définie comme une réelle intégration, plutôt qu'une alternance entre des processus de même niveau. Dans ces parties d'entrevue, la personne utilise plusieurs processus de l'ETC d'une manière fluide, créative et les processus dialoguent ensemble, s'enrichissant mutuellement. Il serait également intéressant de continuer à raffiner les descripteurs pour

les variations psychopathologiques des processus (Kx, Sx, Px, Ax, Cx, Syx). Les grilles de cotation et le modèle ETC sont encore jeunes et gagneront certainement à être enrichis par d'autres chercheurs.

Conclusion

Cette recherche visait à comparer l'expression par l'art et le verbal sous l'angle peu fréquenté des processus intrapsychiques. L'utilisation du Continuum de thérapies expressives (ETC) et son application novatrice aux données verbales a permis la traduction des données entre l'art et le verbal au sein d'une même théorie unificatrice. Ce modèle théorique facilite la compréhension des processus sous-jacents impliqués par les deux modalités. Ainsi, les résultats suggèrent que l'expression graphique permettrait d'élargir le répertoire de l'individu. Elle activerait généralement l'utilisation d'un plus grand nombre de processus et de niveaux, augmente l'intégration créatrice, la centration et l'équilibre, tout en diminuant l'expression de processus pathologiques.

Cette recherche offre plusieurs retombées importantes. Le modèle ETC présente un intérêt clinique pour guider les interventions thérapeutiques en ciblant les processus psychiques. De plus, il vient enrichir le domaine de la recherche en fournissant un outil additionnel pour recueillir des données sur le processus thérapeutique. Plusieurs chercheurs mentionnent la nécessité d'utiliser l'art dans les méthodes de recherche afin d'enrichir les connaissances : « Nous avons besoin à la fois du savoir scientifique et esthétique. » (McNiff, 1998, p. 15). Enfin, cette étude constitue un effort de rendre accessible ce modèle pour la communauté francophone et de le populariser plus largement dans les autres disciplines connexes à l'art-thérapie utilisant l'art comme outil

thérapeutique. En plus des psychothérapeutes, cet outil pourrait notamment intéresser les professionnels oeuvrant dans le domaine éducatif ou social.

Enfin, il serait intéressant que des recherches futures poursuivent la validation des grilles d'analyse avec de plus grands échantillons. Cela permettrait peut-être de raffiner certains descripteurs et d'avoir des exemples plus variés des différents processus. Le Continuum de thérapies expressives semble un modèle transtheorique très prometteur pour la recherche en art-thérapie. Son application au domaine verbal ouvre des portes vers la reconnaissance de méthodes d'intervention thérapeutiques stimulant des processus psychiques de manière complémentaire au verbal. Souhaitons que le modèle ETC permette de soutenir positivement l'évolution des psychothérapies expressives.

Références

- Association des art-thérapeutes du Québec (2012). *À propos de l'art-thérapie*. Repéré à <http://aatq.org/fr/arttherapy.php>
- Baribeau, C. (2005). Le journal de bord du chercheur. *Recherches qualitatives, Hors série*(2), 98-114.
- Bennink, J., Gussak, D. E., & Skowran, M. (2003). The role of the art therapist in a juvenile justice setting. *The Arts in Psychotherapy*, 30(3), 163-173. doi: 10.1016/s0197-4556(03)00051-0
- Chan, K. M., & Horneffer, K. (2006). Emotional expression and psychological symptoms: A comparison of writing and drawing. *The Arts in Psychotherapy*, 33(1), 26-36. doi: 10.1016/j.aip.2005.06.001
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York, NY: Harper and Row.
- Curry, N. A., & Kasser, T. (2005). Can coloring mandalas reduce anxiety? *Art Therapy*, 22(2), 81-85. doi: 10.1080/07421656.2005.10129441
- Estrella, K. (2005). Expressive therapy: An integrated arts approach. Dans C. A. Malchiodi (Éd.), *Expressive therapies* (pp. 183-209). New York, NY: Guilford Press.
- Higenbottam, W. (2004). In her image: A study in art therapy with adolescent females. *The Canadian Art Therapy Association Journal*, 17(1), 10-16.
- Hinz, L. D. (2008). Walking the line between passion and caution in art therapy: Using the expressive therapies continuum to avoid therapist errors. *Art Therapy*, 25(1), 38-40. doi: 10.1080/07421656.2008.10129352
- Hinz, L. D. (2009). *Expressive therapies continuum: A framework for using art in therapy*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Hinz, L. (2012, Septembre). *ETC assessment and customizing treatment goals in art therapy*. Présentation inédite donnée au Centre Gériatrique Donald Berman Maimonides, Montréal, QC.

- Houle, I. (1990). *Étude comparative des effets de la thérapie par l'art sur le concept de soi des enfants mésadaptés socio-affectifs et des enfants de classe régulière* (Mémoire de maîtrise inédit). Université du Québec à Montréal, Montréal, QC.
- Junge, M. B., & Linesch, D. (1993). Our own voices: New paradigms for art therapy research. *The Arts in Psychotherapy*, 20(1), 61-67. doi: 10.1016/0197-4556(93)90032-W
- Kagin, S. L., & Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy*, 5(4), 171-180. doi: 10.1016/0090-9092(78)90031-5
- Kaplan, D. E. (1995). Creating a frame: Object relations theory and the expressive therapies continuum. *Pratt Institute Creative Arts Therapy Review*, 16, 17-22.
- Karterud, S., & Pedersen, G. (2004). Short-term day hospital treatment for personality disorders: Benefits of the therapeutic components. *Therapeutic Communities*, 25(1), 43-54.
- Kimport, E. R., & Robbins, S. J. (2012). Efficacy of creative clay work for reducing negative mood: A randomized controlled trial. *Art Therapy*, 29(2), 74-79. doi: 10.1080/07421656.2012.680048
- Kramer, E. (1972). *Art as therapy with children*. New York, NY: Schocken Books.
- Laberge, L. (2005). *Art-thérapie et intelligence émotionnelle chez des jeunes présentant un trouble pédopsychiatrique* (Thèse de doctorat inédite). Université du Québec à Trois-Rivières, Trois-Rivières, QC.
- Lusebrink, V. B. (1990). *Imagery and visual expression in therapy*. New York, NY: Plenum Press.
- Lusebrink, V. B. (1991). A systems oriented approach to the expressive therapies: The expressive therapies continuum. *The Arts in Psychotherapy*, 18(5), 395-403. doi: 10.1016/0197-4556(91)90051-b
- Lusebrink, V. B. (2004). Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. *Art Therapy*, 21(3), 125-135. doi: 10.1080/07421656.2004.10129496
- Lusebrink, V. B. (2010). Assessment and therapeutic application of the expressive therapies continuum: Implications for brain structures and functions. *Art Therapy*, 27(4), 168-177. doi: 10.1080/07421656.2010.10129380
- Malchiodi, C. A. (2003). *Handbook of art therapy*. New York, NY: Guilford Press.

- Malchiodi, C. A. (2005). *Expressive therapies*. New York, NY: Guilford Press.
- McNiff, S. (1992). *Art as medicine: Creating a therapy of the imagination*. Boston, MA: Shambhala.
- McNiff, S. (1998). *Art-based research*. London, PA: Jessica Kingsley.
- Meijer-Degen, F., & Lansen, J. (2006). Alexithymia - A challenge to art therapy: The story of Rita. *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), 167-179. doi: 10.1016/j.aip.2005.10.002
- Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practices*. New York, NY: Grune & Stratton.
- Naumburg, M. (1973). *An introduction to art therapy: Studies of the free art expression of behavior problem children and adolescents as a means of diagnosis and therapy*. New York, NY: Teachers College Press.
- Nowicka-Sauer, K. (2007). Patients' perspective: Lupus in patients' drawings. Assessing drawing as a diagnostic and therapeutic method. *Clinical Rheumatology*, 26(9), 1523-1525. doi: 10.1007/s10067-007-0619-9
- Paillé, P. (1991, Mai). *Procédures systématiques pour l'élaboration d'un guide d'entrevue semi-directive: un modèle et une illustration*. Communication présentée au 39^e congrès de l'Association canadienne-française pour l'avancement des sciences, Sherbrooke, QC.
- Paillé, P. (1996). De l'analyse qualitative en général et de l'analyse thématique en particulier. *Recherches qualitatives*, 15, 179-194.
- Paillé, P. (2009). Analyse qualitative. Dans A. Mucchielli (Éd.), *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines* (3^e éd., pp. 202-205). Paris, France: Armand Colin.
- Reynolds, M. W., Nabors, L., & Quinlan, A. (2000). The effectiveness of art therapy: Does it work? *Art Therapy*, 17(3), 207-213. doi: 10.1080/07421656.2000.10129706
- Sandmire, D. A., Gorham, S. R., Rankin, N. E., & Grimm, D. R. (2012). The influence of art making on anxiety: A pilot study. *Art Therapy*, 29(2), 68-73. doi: 10.1080/07421656.2012.683748
- Shechtman, Z., & Perl-Dekel, O. (2000). A comparison of therapeutic factors in two group treatment modalities: Verbal and art therapy. *Journal for Specialists in Group Work*, 25(3), 288-304. doi: 10.1080/01933920008411468

- Slayton, S. C., D'Archer, J., & Kaplan, F. (2010). Outcome studies on the efficacy of art therapy: A review of findings. *Art Therapy, 27*(3), 108-119. doi: 10.1080/07421656.2010.10129660
- Tibbetts, T. J., & Stone, B. (1990). Short-term art therapy with seriously emotionally disturbed adolescents. *The Arts in Psychotherapy, 17*(2), 139-146. doi: 10.1016/0197-4556(90)90024-k
- Van der Vennet, R., & Serice, S. (2012). Can coloring mandalas reduce anxiety? A replication study. *Art Therapy, 29*(2), 87-92. doi: 10.1080/07421656.2012.680047
- Waller, C. S. (1992). Art therapy with adult female incest survivors. *Art Therapy, 9*(3), 135-138.
- Waller, D. (2006). Art therapy for children: How it leads to change. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 11*(2), 271-282. doi: 10.1177/1359104506061419
- Yin, R. K. (2009). *Case study research: Design and methods* (4^e éd.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Appendice A
Lettre de présentation de la recherche

« Utilisation de l'art dans l'analyse de moments significatifs en psychothérapie »

Présentation de la recherche

Dans le cadre de ses études doctorales en psychologie, Céline Périer mène le projet de recherche «Utilisation de l'art dans l'analyse de moments significatifs en psychothérapie», sous la direction de Marie-Claude Denis, professeure associée du département de psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR).

Cette recherche vise à explorer les moments marquants de psychothérapie rapportés par les clients une fois que leur thérapie est terminée. Elle cible spécifiquement l'impact d'utiliser les arts visuels par rapport à raconter seulement verbalement ces moments importants.

Pour cette recherche, nous recherchons des personnes adultes ayant terminé un processus de psychothérapie au cours de la dernière année. Ils doivent avoir suivi une psychothérapie d'une durée totale d'au moins 15 séances. Nous recherchons des personnes sans formation préalable en arts visuels et n'ayant pas, ou très peu, utilisé l'art au sein de leur psychothérapie.

La participation à cette recherche implique d'assister à une entrevue d'une durée d'environ 1h30 qui aura lieu au pavillon Michel Sarrazin de l'UQTR. Les participants devront compléter un bref questionnaire durant 5 minutes, à la suite de quoi il leur sera demandé de raconter un ou des événements marquants de leur psychothérapie. Ils devront également réaliser un dessin ou une peinture à ce propos. Les participants seront guidés tout au long de l'entrevue par la chercheuse. Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner pour participer à la recherche.

La participation à cette recherche peut entraîner un faible risque d'inconfort psychologique. En effet, cela peut être plus difficile d'aborder leur vécu personnel pour certaines personnes et il est possible que certains éprouvent des émotions déplaisantes lors du rappel de certains événements passés. Des mécanismes visant à atténuer ces effets négatifs sont prévus et le participant pourra communiquer au besoin avec Céline Périer à l'UQTR.

À part Céline Périer, chercheuse principale, les autres personnes impliquées dans la recherche sont Marie-Claude Denis, René Marineau et Jean-Marie Miron, professeurs de l'UQTR. Les informations recueillies lors de cette recherche seront utilisées strictement dans le cadre de cette recherche. De plus, elles seront uniquement accessibles par ces personnes et elles seront conservées jusqu'à leur destruction prévue à la fin de décembre 2010. Ces données seront traitées de façon strictement confidentielle : un code numérique sera utilisé à la place du nom du participant de façon à ce que personne ne puisse l'identifier; le formulaire de consentement sera placé dans un classeur sous clé pour en assurer la confidentialité, et les rapports de recherche ne diffuseront aucune information permettant d'identifier un des participants. Le participant

donnera son accord quant à la reproduction de sa production graphique aux fins de la diffusion des résultats de la recherche. S'il le désire, le participant pourra connaître les résultats généraux de la recherche en les demandant à la responsable du projet, Céline Périer.

Le participant est libre de se retirer de la recherche à tout moment, sans avoir à justifier sa décision et sans en subir de préjudice. Le participant ne recevra aucune rémunération pour sa participation. À l'issue de la recherche, il aura le droit de réclamer son dessin ou sa peinture s'il le désire.

Cette recherche est approuvée par le comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières et un certificat portant le numéro CER-08-132-06.08 a été émis le 19 février 2008.

Appendice B
Formulaire de consentement



FORMULAIRE DE CONSENTEMENT DU PARTICIPANT

Je soussigné(e), _____, reconnaiss avoir été
(nom du participant)
suffisamment informé(e) sur le projet de recherche « Utilisation de l'art dans l'analyse de moments significatifs en psychothérapie » et de bien comprendre ce que ma participation à cette recherche implique pour moi. En toute connaissance et en toute liberté, j'accepte d'y participer et j'autorise la responsable à utiliser les résultats de ma participation selon les informations qu'elle m'a fournies. Je comprehends que je peux me retirer de la recherche à tout moment sans avoir à fournir d'explication ni subir aucun préjudice.

Je comprehends qu'il est possible que ma production graphique soit reproduite anonymement aux fins de la diffusion des résultats (thèse ou article) et j'autorise la chercheuse à faire cette reproduction :

oui

non

Signature du participant

Date

ENGAGEMENT DE LA CHERCHEUSE

Je soussignée, Céline Périer, étudiante au doctorat en psychologie à l'UQTR sous la supervision de Marie-Claude Denis, professeure associée en psychologie à l'UQTR, m'engage à mener la présente recherche portant sur l'« Utilisation de l'art dans l'analyse de moments significatifs en psychothérapie » selon les dispositions acceptées par le Comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Je m'engage aussi à protéger l'intégrité physique, psychologique et sociale des participants tout au long de la recherche et à assurer la confidentialité des informations recueillies. Je m'engage à fournir aux participants tout le support permettant d'atténuer les effets négatifs pouvant découler de la participation à cette recherche.

Céline Périer, étudiante au doctorat

Date

Département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières

celine.perier@uqtr.ca

Une copie de ce formulaire doit être remise à chaque participant. Pour toute question ou plainte d'ordre éthique, vous devez communiquer avec le comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières, par téléphone (819) 376-5011 poste 2136, ou par courrier électronique CEREH@uqtr.ca.

Appendice C
Questionnaire d'informations générales

Questionnaire d'informations générales

1- Cochez selon votre sexe : Femme Homme

2- Veuillez indiquer votre âge : _____ ans

3- Veuillez mentionner votre profession : _____

4- Durée de la psychothérapie :

Vous avez consulté de _____ 200__ (mois/année) à _____ 200__
pour un total de ___ rencontres.

5- Indiquer brièvement les raisons ou difficultés vous ayant amené(e) à consulter en psychothérapie :

6- Quelle est votre satisfaction globale envers votre psychothérapie?

1- pas du tout 2- un peu 3- moyennement 4- beaucoup 5- énormément
0% 100%

7- Selon vous, à quel point avez-vous changé à cause de votre psychothérapie?

1- pas du tout 2- un peu 3- moyennement 4- beaucoup 5- énormément
0% 100%

Appendice D
Grille d'entrevue détaillée

Grille d'entrevue détaillée

* **Aide mémoire**

N. B. : *Mon rôle de chercheuse qualitative :*

- Répondre à mes questions de recherche, en interagissant avec des sujets
- Guider les personnes dans leur élaboration, sans viser une démarche thérapeutique
- Entrevue semi-structurée et exploratoire : guide/cadre & ouverture/souplesse/liberté

* Question de recherche : L'art permet-il d'apporter un éclairage différent de la parole? Que permet-il d'aller chercher? À quelles conditions?

Introduction, présentation du cadre (chercheuse, recherche, déroulement de l'entrevue)

* si dans cadre CUSP : mentionner que je n'ai pas d'informations sur leur thérapie

Merci pour votre participation

Lire « présentation de la recherche », explications sur la recherche (avez-vous des questions?)

Signature du formulaire de consentement (2 copies)

Remplissage du questionnaire d'informations générales

Vous avez suivi une thérapie de telle date à telle date : aujourd'hui, je vais vous demander de vous rappeler de certains moments particuliers de cette expérience. Mais avant, pouvez-vous dire globalement en quelques mots :

- Où pensiez-vous que votre psychothérapie vous mènerait?
- Où vous a mené votre psychothérapie finalement?

A) Élaboration verbale narrative sur un moment significatif* vécu en psychothérapie

* *significatif n'ayant pas de valence positive ni négative : un moment significatif est un moment fort, clé, dont on se souvient longtemps après que la thérapie soit finie car ce moment nous a marqué. (Il peut y avoir plusieurs moments significatifs lors d'une psychothérapie).*

- Période de réchauffement !
- Comment vous sentez-vous en ce début d'entrevue? (émotion, couleur, image)
- Inviter à fermer les yeux si la personne est à l'aise, afin de se centrer sur soi-même. Respirez librement et calmement (sans parler).
- Revoir la thérapie : laisser défiler les images sous ses yeux... (début...fin)
- Laisser émerger les moments importants, significatifs : choisir un moment qui s'impose comme plus important et marquant pour soi-même
- Ouvrir les yeux. Décrire le moment significatif (exploration...on creuse !)
- * *Si la personne a plusieurs moments en tête : en choisir un plus significatif? Parler de tous? Choix du plus significatif qu'elle va ensuite dessiner.*
- * *Si la personne ne trouve aucun moment : lui demander de formuler dans ses mots ce que je lui ai demandé (ce qu'elle comprend qu'est un moment significatif) ; l'encourager ; possibilité de donner des exemples variés (insight, incompréhension, ...)*
- Pouvez-vous me parler du moment significatif dont vous vous rappelez?
(Quoi)
- Comment s'est déroulé ce moment marquant? (narration de l'histoire : début – milieu – fin ; et situer le contexte) – **décrire au présent**

Comment a-t-il débuté? Que s'est-il passé? Qu'avez-vous dit? (discours)

Qu'a dit ou comment a réagi le/la thérapeute? Ton de voix?

Quels étaient les ingrédients de ce moment?

Combien de temps a duré l'événement?

Où cela se passe? (description bureau, ...)

Comment pouvez-vous décrire l'ambiance générale du lieu?
(contexte+émotion)

Quelle(s) étaient les émotions que vous avez ressenties?

Comment était positionné votre corps? Quels étaient vos gestes?

Comment était assis le thérapeute? Avez-vous bougé?

- À quel moment se situe-t-on dans votre thérapie? (Quand – processus macro)

À quel moment de la séance approximativement? (Quand – processus micro)

À quelle période de votre vie correspond-il? (Quand – vie globale ; âge ; situation)

Événements de votre vie autour? (avant...pendant...après)

- En quoi est-il significatif pour vous? quel est le sens de ce moment pour vous?

(Essence du moment : pistes de changement, d'évolution? dépassement des conflits ou blocages? insight? incompréhension? prise de décision? être centré profondément sur soi? mouvement créatif de jaillissement de soi? ...)

- Pourquoi choisissez-vous de parler de ce moment-là? (signification)
- Pourquoi pensez-vous que vous vous remémorez cet événement à ce moment-ci de votre vie? (Quand – aujourd'hui)
- Ce moment a-t-il apporté des changements?
- Ce moment vous a-t-il aidé? (oui, non, évaluation affective 0-10)
- Pensiez-vous avant l'entrevue que vous parleriez de ce moment-là?

(Dessin) Dessiner votre expérience de ce moment fort en pensant aussi aux sensations corporelles, vécu émotionnel

- Prenez votre temps (vous disposez d'une vingtaine de minutes)
- Libre d'utiliser n'importe quel medium à disposition (crayons, feutres, gouache, pastels, etc.).
- Amusez-vous comme un enfant, faites-vous plaisir à explorer autrement votre vécu de psychothérapie ! ♫ ☺
- Non verbal. Pas de notion de performance esthétique ou artistique.
- Si question : « Vous faites comme vous voulez ».

B) Moment de retour

*** Retour sur l'expérience graphique**

1- Échange sur la production : processus, contenu, ce qui émerge après l'expérience

- Vous avez terminé? Que souhaitez-vous partager? (1^{er} temps : liberté)
- Que pouvez-vous dire de votre dessin?
- Où regardez-vous / par quoi est attiré votre regard?
- Que voyez-vous qui se dégage de votre dessin, qu'est-ce qui vous frappe de votre dessin? (couleurs, lignes, mouvement, ...)
- Le dessin est-il statique ou en mouvement (dynamique)?
- Le processus : globalement, comment avez-vous trouvé l'expérience de dessiner? ex : si (difficile), qu'est-ce qui était particulièrement (difficile) pour vous? Que voulez-vous dire par (difficile)?
- Dans le détail, que se passait-il en dedans de vous (images, pensées, etc.)? Y a-t-il eu des moments plus particuliers dans le processus? (moments significatifs ☺)

- Couleurs (lignes, formes, ...): Pourquoi avez-vous choisi ce medium, cette couleur ? Est-ce que cela signifie quelque chose pour vous? (recherche du niveau symbolique)
- Pouvez-vous donner un titre à votre dessin/peinture?

2- Lien avec la narration du moment significatif : découvertes, confirmation, qu'ajouterait la personne de nouveau?

- Quels liens pouvez-vous faire entre les lignes (couleurs, formes, ...) utilisées dans le dessin et le moment dont vous avez parlé?
- De quoi avez-vous pris conscience? (si c'est le cas)
- Est-ce différent de l'avoir dessiné vs en avoir parlé? En quoi est-ce différent?
- Y a-t-il des similarités?

*** Retour sur l'expérience vécue dans l'entrevue**

- Comment voyez-vous maintenant votre moment significatif?
- Comment vous sentez-vous en fin d'entrevue? Y a-t-il eu des changements pour vous? (humeur, émotion, idées, ...)
- Comment voyez-vous l'expérience tout juste réalisée?
- Est-ce la première fois que vous utilisez ainsi le dessin (=pour vous explorer)? Cela vous a-t-il apporté quelque chose? Quoi?

(Appris choses nouvelles sur vous ; avoir vision plus claire ; souvenir d'une émotion oubliée ou refoulée ; rendu le moment significatif plus présent ; ...)

- Le moment marquant dans l'entrevue dont la chercheuse devrait tenir compte ☺
- Que souhaitez-vous que la chercheuse retienne particulièrement de l'entrevue?

Conclusion de l'entrevue, remerciements pour sa participation

- Avant de terminer, aimeriez-vous ajouter autre chose qui vous semble important par rapport à ce thème et que nous n'avons pas abordé?
- Suites: informations si problèmes après l'entrevue (ex : émotions douloureuses, se sent mal, besoin références en santé mentale); si souhaite récupérer sa production graphique (envoyer e-mail avant fin 2010); si souhaite ajouter des informations qui lui reviennent après l'entrevue
- Je vous remercie pour votre participation !

Appendice E
Précisions relatives à la cotation des dessins

L'Appendice E présente des informations additionnelles relatives à l'utilisation de la grille de cotation des dessins. Les précisions sur les descripteurs y figurent selon le processus concerné.

Processus kinesthésique (K)

La dimension kinesthésique (K) se centre sur les mouvements et actions. La planification d'un geste relève par contre de la dimension cognitive. Ainsi, vouloir jeter son dessin mais ne pas le détruire aura une cote de C (cognitif).

Processus sensoriel (S)

La dimension sensorielle s'intéresse à l'exploration des matériaux par les sens. Par contre, comment peut-on juger du « manque d'intégration sensorielle (Sx) » seulement grâce à un dessin?

Processus perceptif (P)

La composante perceptive (P) regroupe les caractéristiques formelles du dessin et s'intéresse particulièrement à l'organisation et la structure du dessin. Concernant les descripteurs, il a fallu nuancer « formes incomplètes (Px) » de « contours incomplets (A) ». Le premier terme fait référence à l'ensemble de la forme et non seulement à la ligne extérieure traçant son contour. Par exemple, une personne humaine dont le corps est à moitié représenté est coté Px. On cotera A si le tracé manque de définition ou est vite fait, même si la forme est reconnaissable et complète.

On cote une « utilisation adéquate de l'espace (P) » lorsque le dessin occupe environ 2/3 de la feuille.

La cote Px est attribuée à un dessin de bonhomme allumette, car il s'agit d'une version stéréotypée ou géométrique d'une forme humaine. Par opposition, une étoile constitue une forme organique.

Processus affectif (A)

Le terme « contours dynamiques (A) » renvoie aux tracés des formes effectués rapidement, avec énergie et montrant des lignes variées avec des directions différentes. Mais ce descripteur nécessite un éclairage supplémentaire : où commence et où s'arrête le côté dynamique par rapport à des formes « désintégrées » ou « agitées » (Ax)?

De plus, une différenciation plus claire est nécessaire entre les descripteurs traitant de la couleur : « utilisation descriptive » ou « expressive de la couleur (A) », « désintégration de la couleur (Ax) » et des « couleurs hautement incompatibles (Ax) ». doivent être précisées plus clairement, afin de moins laisser de place au jugement interprétatif lors de la cotation. Par exemple, pour le dernier descripteur, parle-t-on de couleurs qui jurent car il s'agit de couleurs complémentaires avec de forts contrastes, ou bien de couleurs froides vs chaudes? Il faudrait probablement inclure dans Ax une cote concernant l'absence de couleur, c'est-à-dire l'usage exclusif du noir et du blanc.

La couleur étant reliée au processus affectif, il semble naturel que l'« usage expressif de la couleur » se retrouve classé dans la dimension « A ». Par contre, l'« usage descriptif de la couleur », renvoyant à l'utilisation de la couleur principalement pour délimiter une forme, se retrouve également dans cette catégorie. Cela semble questionnant, car ce descripteur devrait logiquement se retrouver dans CRp-a, voire dans P? Dans une autre version du même tableau, il se trouve classé sous « CRp-a » (Hinz, 2009, p. 206).

Processus cognitif (C)

Le descripteur « formation de concept (C) » demande à être explicité plus en détail, ainsi que « signification objective (C) ». De plus, donner un titre à un dessin s'apparente généralement à la dimension cognitive (C) (Hinz, 2009). Par contre, la composante symbolique (Sy) pourrait également être impliquée dans ce processus. Une personne nomme son dessin « le Monstre du Loch Ness en libération conditionnelle » (participante 4). Il semble bien que la composante symbolique se retrouve dans ce titre qui fait appel à une figure imaginaire mythique. Ainsi la frontière entre C et Sy gagnerait à être clarifiée.

Processus symbolique (Sy)

Comme pour la dimension précédente, les termes « formation intuitive de concept (Sy) » et « signification symbolique (Sy) » restent à valider pour une cotation plus précise.

Processus créatif (CR)

Le descripteur « implication dans l'expression (CRp-a) » mérite une clarification. Une personne complètement absorbée dans la réalisation de son dessin peut se trouver dans une phase créative, une expérience de « flow » au sens où l'entend Csikszentmihalyi (1990).

Appendice F
Dessins



Figure 3. Sans titre – Dessin de la participante 1 (45,7 cm x 61 cm).

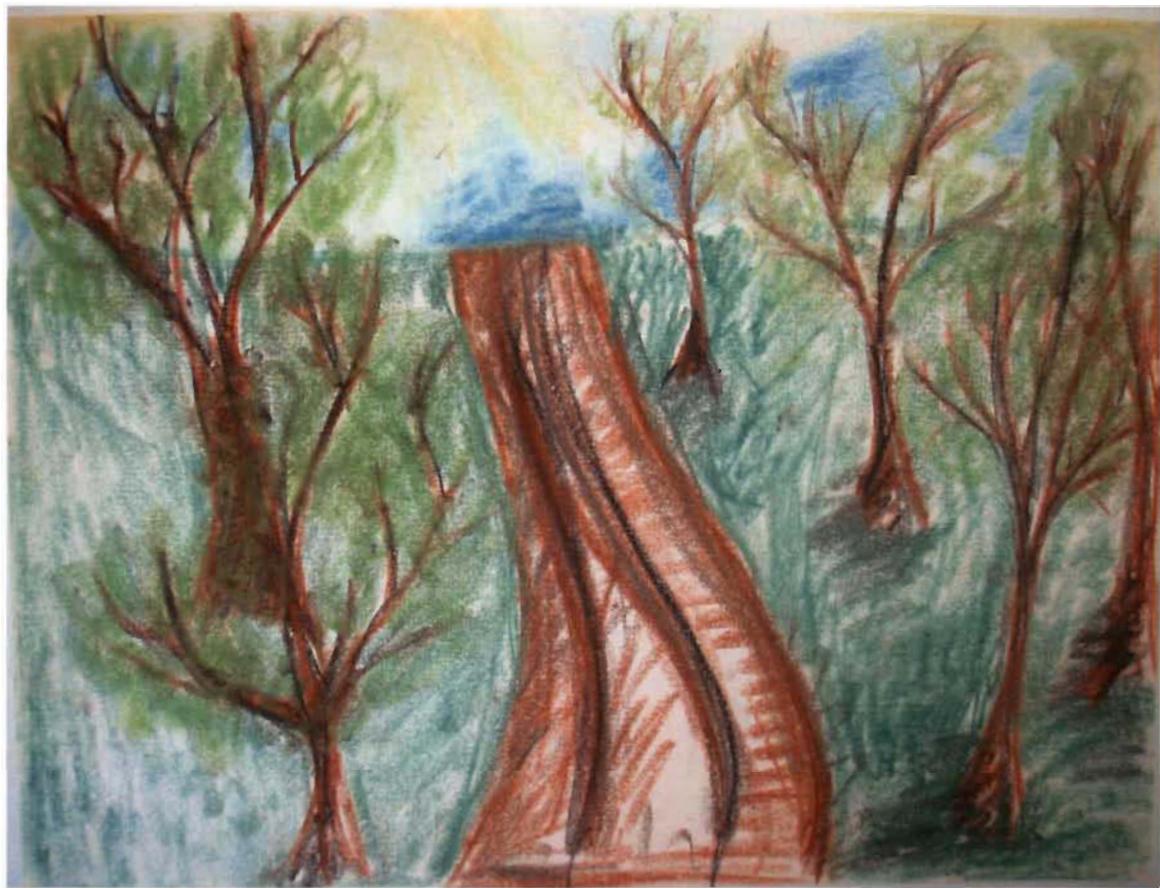


Figure 4. La jungle – Dessin de la participante 2 (45,7 cm x 61 cm).



Figure 5. Moi extérieur, Moi intérieur – Dessins de la participante 3 (deux feuilles 22,9 cm x 30,5 cm).

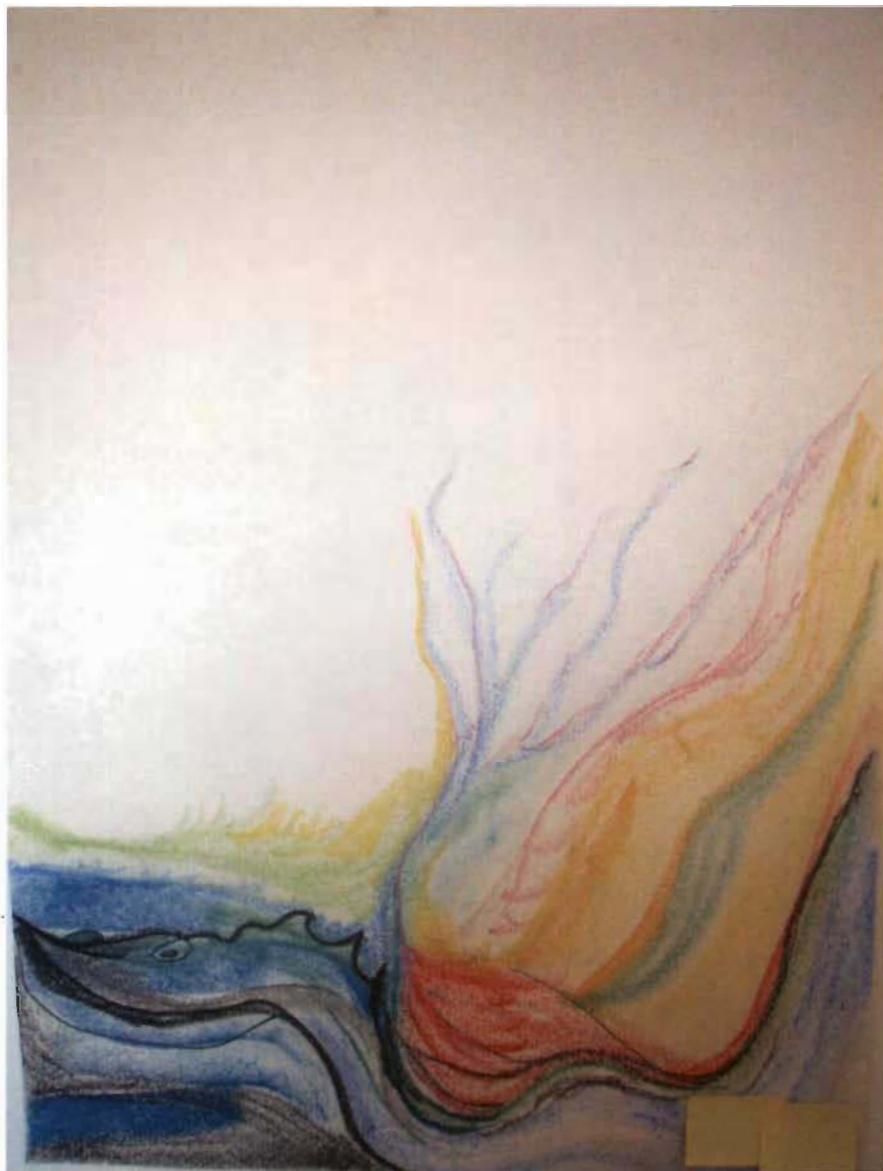


Figure 6. Le Monstre du Loch Ness en libération conditionnelle – Dessin de la participante 4 (45,7 cm x 61 cm).



Figure 7. Cheminement – Dessin de la participante 5 (feuille 22,9 cm x 30,5 cm).

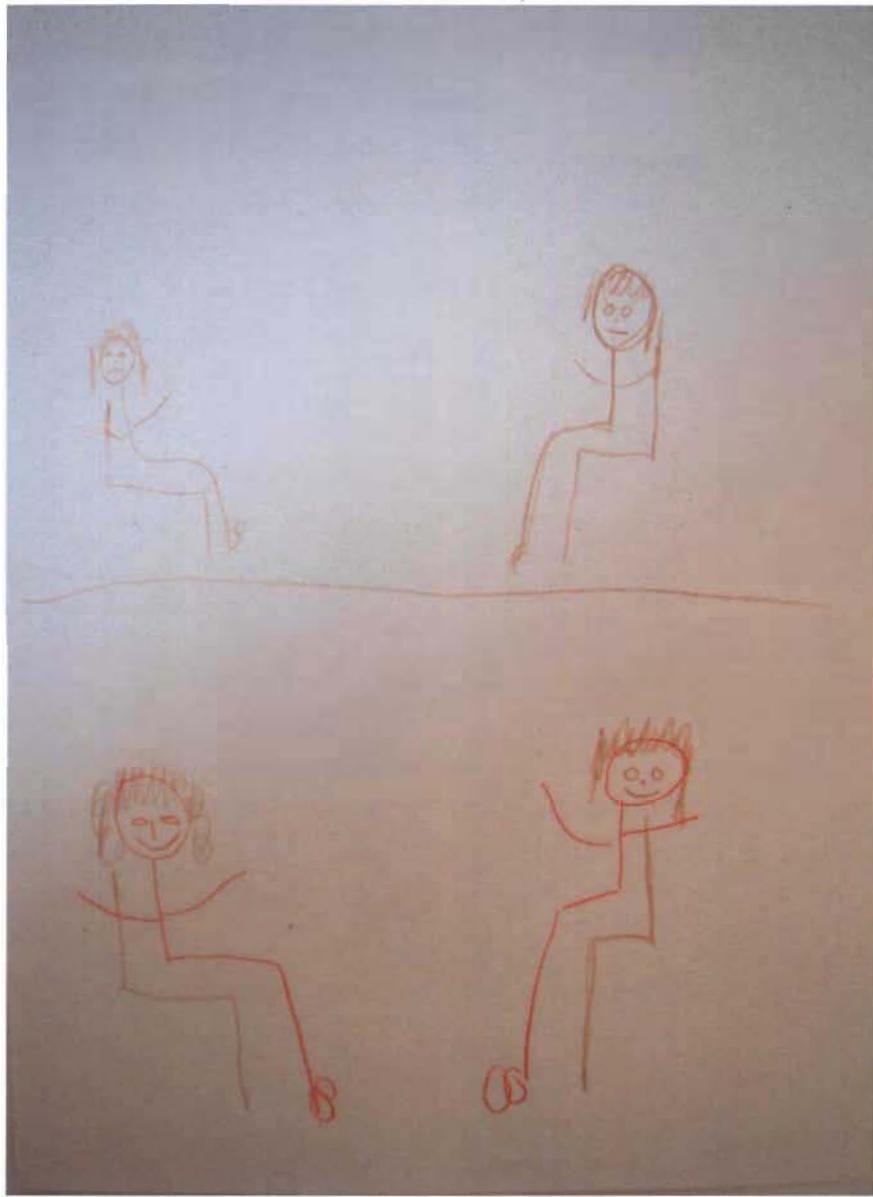


Figure 8. Le bien-être de soi – Dessin de la participante 6 (feuille 22,9 cm x 30,5 cm).



Figure 9. Sans titre – Dessin du participant 7 (45,7 cm x 61 cm).



Figure 10. Sans titre – Dessin de la participante 8 (45,7 cm x 61 cm).



Figure 11. L'Ascension – Dessin de la participante 9 (22,9 cm x 30,5 cm).

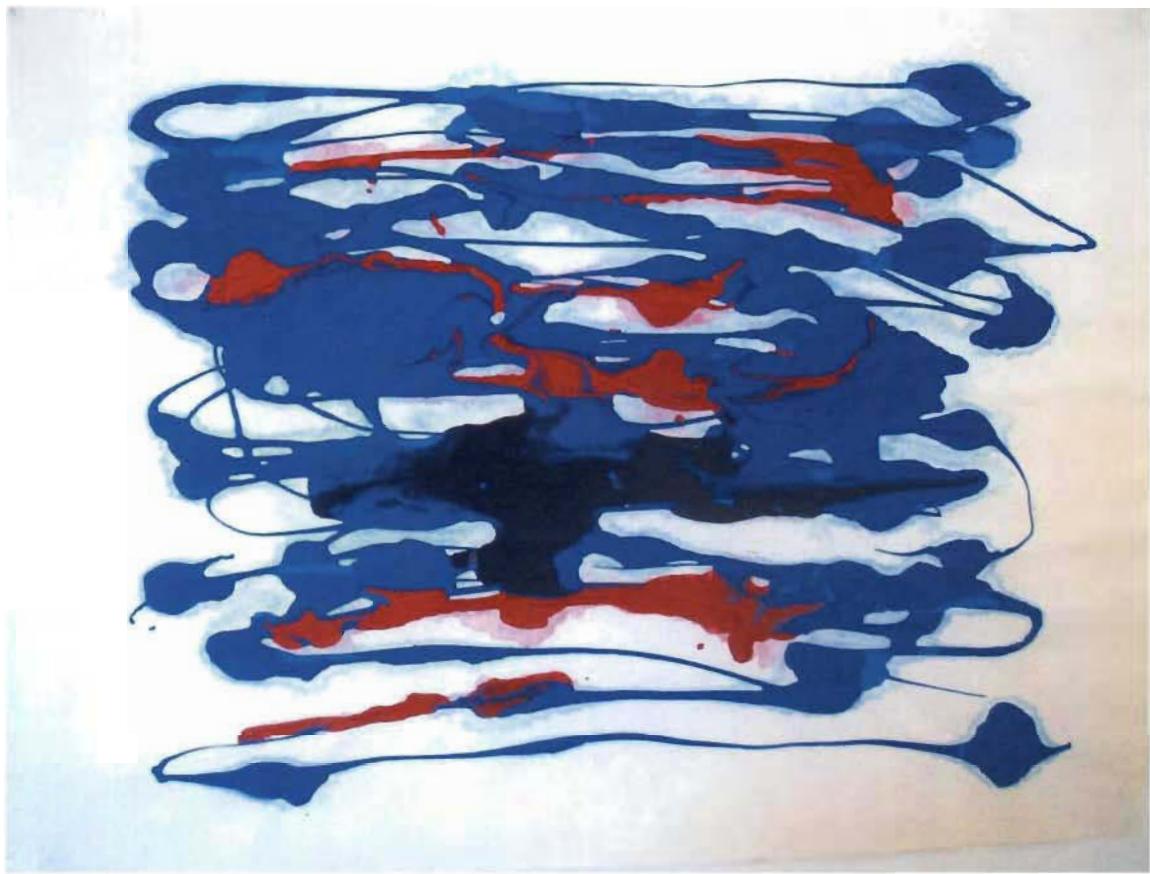


Figure 12. Dérangement – Dessin de la participante 10 (45,7 cm x 61 cm).