

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

ESSAI PRÉSENTÉ À

L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE PROFIL INTERVENTION

PAR

LUCIE LABERGE

ART-THÉRAPIE ET INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE CHEZ DES JEUNES

PRÉSENTANT UN TROUBLE PÉDOPSYCHIATRIQUE

MAI 2005

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

Sommaire

L'étude de l'intelligence émotionnelle permet de constater l'évolution d'un jeune présentant un trouble psychiatrique participant à un suivi en art-thérapie. Les travaux sur l'intelligence émotionnelle se sont davantage attardés à des jeunes ayant un trouble de comportement ou des interventions en milieu organisationnel pour adulte. L'objectif de la présente étude consiste à vérifier l'hypothèse suivante : l'art-thérapie favorise chez le jeune qui présente une psychopathologie une plus grande capacité à gérer ses émotions. Comparativement au début, l'intelligence émotionnelle devrait donc être plus élevée à la fin du programme d'art-thérapie. Les résultats attendus sont des différences significatives entre les scores obtenus au pré-test et au post-test du test d'intelligence émotionnelle. Ainsi, nous pourrons constater s'il y a une relation entre le traitement en art-thérapie et le quotient émotionnel. L'étude consiste à analyser l'évolution de deux sujets et à les comparer: un préadolescent de 10 ans ayant un trouble anxieux avec anxiété de séparation et une adolescente de 15 ans qui présente une problématique d'anorexie de type restrictif. Les deux jeunes proviennent d'une clinique de pédopsychiatrie. Chaque jeune a complété un questionnaire explorant les dimensions du quotient émotionnel (QE) en pré- et post-test du *Bar-On Emotional Quotient Inventory : Youth Version*. Les résultats de ce projet de recherche démontrent que le suivi en art-thérapie s'est avéré bénéfique au niveau du quotient émotionnel pour les deux cas étudiés. Effectivement, on note des augmentations de scores pour plusieurs dimensions du quotient émotionnel suite au suivi. Dans les deux cas, des améliorations ont été constatées au niveau des résultats

au test du QE. L'étude a aussi permis de considérer l'évolution du processus d'expression pictural dans le temps. Le tableau d'interprétations cliniques a permis de voir l'impact positif au niveau des conflits intrapsychiques chez les deux participants suite au suivi en art-thérapie. Les résultats obtenus contribuent à l'avancement des connaissances concernant l'intelligence émotionnelle des jeunes ayant un trouble pédopsychiatrique et des méthodes d'intervention utilisées pour améliorer la gestion des émotions et l'équilibre émotif. Enfin, il serait possible d'ajuster le programme d'intervention en art-thérapie pour qu'il puisse améliorer toutes les facettes de l'intelligence émotionnelle afin d'outiller au maximum le patient en fonction de sa problématique.

Table des matières

Sommaire.....	ii
Liste des tableaux.....	viii
Liste des figures.....	ix
Liste des illustrations.....	x
Remerciements.....	xi
Introduction.....	1
I. Contexte théorique.....	4
L'intelligence émotionnelle.....	5
L'art-thérapie.....	10
Objectifs de l'étude.....	13
III. Méthode.....	16
Participants.....	17
Instruments de mesure.....	20
Déroulement.....	23
Lieu et matériel art-thérapeutique.....	27
IV. Résultat des deux études de cas et commentaires.....	33
Le cas de Léa.....	34
Description de la patiente et son histoire de vie.....	34
Motif de consultation.....	35

Résultat de la passation du pré-test d'intelligence émotionnelle.....	36
Compte-rendu des rencontres en art-thérapie.....	38
Rencontre 1.....	38
Rencontre 2.....	42
Rencontre 3.....	44
Rencontre 4.....	46
Rencontre 5.....	48
Rencontre 6.....	50
Résultat de la deuxième passation du test d'intelligence émotionnelle.....	53
Bilan des rencontres de Léa et commentaires	55
Le cas de Jacob.....	58
Description du patient et son histoire de vie.....	58
Motif de consultation.....	59
Résultat de la passation du pré-test d'intelligence émotionnelle.....	59
Compte-rendu des rencontres en art-thérapie.....	61
Rencontre 1.....	61
Rencontre 2.....	65
Rencontre 3.....	67
Rencontre 4.....	69

Rencontre 5.....	71
Rencontre 6.....	72
Rencontre 7.....	74
Rencontre 8.....	76
Rencontre 9.....	78
Rencontre 10.....	80
Réunion avec les parents de Jacob.....	81
Résultat de la seconde passation du test d'intelligence émotionnelle.....	81
Compte-rendu des rencontres 11 à 15 en art-thérapie.....	83
Résultat de la troisième passation du test d'intelligence émotionnelle.....	84
Compte-rendu des rencontres 16 à 22 en art-thérapie.....	86
Réunion avec les parents de Jacob.....	87
Résultat de la quatrième passation du test d'intelligence émotionnelle.....	87
Bilan des rencontres de Jacob et commentaires.....	90
V. Discussion.....	95
VI. Conclusion.....	108
Références.....	112
Appendices.....	118
Appendice A : Formulaire de consentement à la recherche.....	119

Appendice B: Formulaire d'identification du jeune en art-thérapie.....	123
Appendice C : Feuille de suivi en art-thérapie.....	125
Appendice D : Formulaire du bilan du jeune en art-thérapie.....	127

Liste des tableaux

Tableau

1	Les dimensions de l'intelligence émotionnelle selon Bar-On.....	8
2	Guide d'interprétation pour les scores standardisés.....	22
3	L'échéancier des médiums et des thèmes proposés lors du processus d'art-thérapie.....	26
4	Les résultats aux dimensions du quotient émotionnel (QE) lors des quatre passations de Jacob.....	88

Liste des figures

Figure		
1	Résultats de Léa aux sous-tests du test d'intelligence émotionnelle.....	37
2	Résultats de Léa à la première et à la seconde passation du test d'intelligence émotionnelle	53
3	Résultats de Jacob aux sous-tests du test d'intelligence émotionnelle	60
4	Résultats de Jacob à la première et à la seconde passations du test d'intelligence émotionnelle	82
5	Résultats de Jacob aux trois passations du test d'intelligence émotionnelle	85
6	Résultats de Jacob aux quatre passations du test d'intelligence émotionnelle.....	89

Liste des illustrations

Illustration

1	Moi et mon amie.....	40
2	Moi et ma famille.....	41
3	La vie d'une fille anorexique.....	43
4	Mon rêve.....	45
5	Explosions négatives et positives.....	47
6	Le serpent solitaire.....	52
7	Moi et mes amis.....	63
8	Ma famille.....	64
9	Les moments de ma vie.....	66
10	Ma vie à 30 ans.....	68
11	La recherche du monstre.....	73
12	Mon mandala.....	75
13	Négativien.....	77
14	Le pont.....	79

Remerciements

J’aimerais tout d’abord remercier Mme Colette Jourdan-Ionescu, professeure et chercheure au département de psychologie de l’Université du Québec à Trois-Rivières. Elle a su me guider avec doigté durant l’élaboration de cet essai en me partageant son expertise et sa créativité. Ses conseils judicieux, et au bon moment, étaient toujours les bienvenus.

Je désire aussi remercier M. André Cloutier, professeur au département de psychologie et superviseur de stage, pour m’avoir transmis l’importance du sens critique et pour son soutien moral.

Enfin, je tiens à remercier ma famille, mon conjoint, Jocelyn Auger, et mes amis pour leur appui et leurs encouragements constants tout au long de ce cheminement.

Introduction

Depuis plusieurs années, de nombreuses recherches scientifiques en psychologie se sont attardées sur le concept de l'intelligence. Ce concept a fait l'objet de plusieurs définitions dans l'histoire de la psychologie. Globalement, les définitions traitent d'une capacité d'adaptation à de nouvelles situations par un processus cognitif. Alfred Binet est d'ailleurs le premier à inventer un test d'intelligence fiable (Matarazzo, 1972). Plusieurs tests ont été construits par la suite : Wechsler-Bellevue, Barbeau-Pinard, Otis-Ottawa. Le quotient intellectuel a longtemps été considéré comme un déterminant de l'aptitude des gens à réussir dans la vie.

De plus en plus de recherches actuelles explorent l'intelligence comme ayant de multiples facettes. Gardner (1983) dénombre sept types d'intelligence : verbale, logicomathématique, spatiale, musicale, kinesthésique, interpersonnelle et intrapersonnelle. L'intelligence interpersonnelle est la capacité à comprendre les autres et à coopérer avec eux. L'intelligence intrapersonnelle correspond à la capacité de se créer une image de soi précise et fidèle et à l'utiliser efficacement dans la vie. L'intelligence émotionnelle s'impose dans cette nouvelle perspective. Elle englobe les intelligences inter- et intrapersonnelles de Gardner.

Dans une société de productivité comme la nôtre, que fait-on de nos émotions? Avons-nous un lieu et le temps pour les exprimer? Avons-nous la capacité de percevoir que quelqu'un ne va pas bien? Si nous partons avec l'idée que l'idéal est l'harmonie entre

le rationnel et les émotions, entre la tête et le cœur, il serait intéressant de voir comment mieux exprimer et mieux gérer nos émotions. Un programme d'intervention pourrait ainsi être mis sur pied pour viser l'amélioration de l'intelligence émotionnelle.

L'art-thérapie pourrait s'avérer être un très bon moyen de libérer les émotions retenues et d'apprendre à mieux les gérer en présence du thérapeute. La possibilité de participer à un programme d'intervention art-thérapeutique pourrait constituer pour des adolescents présentant un trouble psychiatrique un élément novateur dans le traitement en pédopsychiatrie. Ceci peut être pertinent avant qu'il n'y ait cristallisation de la personnalité à l'âge adulte au niveau de l'intelligence émotionnelle.

Afin de mieux comprendre la nouvelle notion d'intelligence émotionnelle, la première partie de la recherche présente un contexte théorique qui brosse un tableau des principes à la base de ce concept. L'art-thérapie sera ensuite abordée plus spécifiquement sous forme de programme d'intervention développé pour améliorer l'intelligence émotionnelle d'adolescents en psychiatrie. La deuxième partie de l'essai fait référence à la méthode employée. Elle contient la description des participants, du lieu et du matériel employé, de l'instrument de mesure utilisé ainsi que du déroulement prévu. La dernière partie de la recherche est constituée des résultats obtenus et d'une discussion. Finalement, la conclusion et de nouvelles pistes de recherches viennent compléter cet essai.

Contexte théorique

Le présent chapitre vise à mettre en lumière les deux concepts-clés de cette recherche. D'abord, la première section présentera le concept d'intelligence émotionnelle depuis ses tous premiers balbutiements. En seconde partie, la démarche visera à explorer l'art-thérapie. Finalement, la problématique et les objectifs de cet essai seront présentés.

L'Intelligence émotionnelle

Le concept d'intelligence émotionnelle a connu une popularité fulgurante depuis l'arrivée de plusieurs livres lors de la dernière décennie (Goleman, 1995a, 1995b et 1997, D'Ambra, 1997, Simmons et Simmons, 1999). Cependant, les bases de ce construct ont été élaborées il y a plus de quinze ans (Gardner, 1983, Salovey et Mayer, 1990). Plusieurs noms lui sont donnés: intelligence émotionnelle, quotient émotif ou quotient émotionnel. Dans une contribution récente, Salovey et Mayer définissent l'intelligence émotionnelle comme : « une série d'habiletés servant à l'appréciation et à l'expression juste de ses propres émotions et de celles des autres ; ces habiletés permettent de s'ajuster efficacement à ses propres émotions et à celles des autres ; de plus, cette sensibilité peut être utilisée pour se motiver, planifier et accomplir sa vie » (Salovey et Mayer, 1997). En d'autres termes, ces habiletés permettent l'expression et la régulation des émotions (Feldman et Cauchy, 1994). L'intelligence émotionnelle représente une capacité et un potentiel.

Un modèle analogue a été élaboré par Bar-On (1988 et 1997). Le *BarOn Emotional Quotient Inventory* a été développé à partir de ce modèle théorique. Selon le modèle de Bar-On sur l'intelligence émotionnelle, ce concept est défini comme : « une variété d'habiletés émotionnelle, personnelle et interpersonnelle qui influencent globalement l'aptitude à s'adapter aux demandes et aux exigences de l'environnement » (Bar-On et Parker, 2000b, p.1108). L'intelligence émotionnelle est un facteur déterminant dans la capacité de réussir sa vie (Bar-On et Parker, 2000b). Le concept d'intelligence émotionnelle s'apparente à plusieurs concepts psychologiques déjà existants: les habiletés de socialisation, l'équilibre affectif et la résilience.

Pour illustrer l'intelligence émotionnelle, il serait pertinent de voir à quoi ressemble un enfant ou un adolescent ayant une intelligence émotionnelle élevée. Celui-ci possède la capacité de reconnaître et d'exprimer ses émotions. Son image de soi est positive, il tend ainsi vers l'actualisation de son potentiel de capacités en vue d'être heureux. Sa compréhension des émotions des autres est bonne et il est capable de créer et de maintenir des relations interpersonnelles mutuellement satisfaisantes et responsables, sans pour autant devenir dépendant des autres. L'enfant ou l'adolescent qui a une intelligence émotionnelle élevée aura davantage tendance à être optimiste, flexible, réaliste et à s'adapter aux stress de la vie quotidienne, sans perdre le contrôle de ses émotions. En d'autres termes, selon Bar-On, l'intelligence émotionnelle combinée à d'autres déterminants (comme les traits de personnalité et les capacités intellectuelles)

permet à l'individu de s'adapter aux demandes de l'environnement. Cette intelligence progresse à travers le temps, change durant toute la vie et peut être développée à l'aide d'un entraînement, d'un programme de « rattrapage », ou avec la mise en place d'interventions thérapeutiques.

Le modèle de Bar-On est multifactoriel et est lié au potentiel de performance plutôt qu'à la performance elle-même. Le modèle comprend cinq dimensions majeures, chacune étant composée de sous-éléments représentant des habiletés et des capacités du jeune. Il y a la *dimension intrapersonnelle* (conscience de soi émotionnelle, confiance en sa capacité de s'exprimer, image de soi, auto-actualisation, indépendance et autonomie), la *dimension interpersonnelle* (empathie, responsabilité sociale, relation interpersonnelle), la *capacité d'adaptation* (testing de la réalité, flexibilité, résolution de problème), la *gestion du stress* (tolérance au stress, contrôle des impulsions) et l'*humeur générale* (optimisme, bonheur). Le Tableau 1 illustre les différentes dimensions de l'intelligence émotionnelle de Bar-On.

Tableau 1
Les dimensions de l'intelligence émotionnelle selon Bar-On

<i>Dimensions</i>	<i>Habiletés</i>	<i>Définition</i>
Intrapersonnelle	1. Conscience de soi émotionnelle 2. Confiance en sa capacité de s'exprimer 3. Image de soi 4. Auto-actualisation 5. Indépendance et autonomie	Elle représente la capacité à reconnaître et comprendre ses émotions en vue de les exprimer.
Interpersonnelle	1. Empathie 2. Responsabilité sociale 3. Relation interpersonnelle	Elle constitue la capacité à entretenir des relations mutuellement satisfaisantes et est caractérisée par un rapprochement émotionnel.
Capacité d'adaptation	1. <i>Testing</i> de la réalité 2. Flexibilité 3. Résolution de problème	L'adaptabilité consiste à ajuster ses émotions, ses pensées et ses comportements dans le but d'accepter ou de modifier une situation.
Gestion du stress	1. Tolérance au stress 2. Contrôle des impulsions	La capacité d'un individu à résister aux situations stressantes en s'adaptant activement et positivement au stress.
Humeur générale	1. Optimisme 2. Bonheur (qualité de vie subjective)	Elle constitue la capacité à voir le bon côté de la vie, à se sentir satisfait de sa vie et à avoir du plaisir.

L'étude empirique de l'intelligence émotionnelle chez l'enfant et l'adolescent est un domaine en émergence. Des données récentes auprès de cette population confirment la présence d'un lien entre une faible intelligence émotionnelle et les troubles de comportement internalisés tels que la dépression et l'anxiété (Reker et Parker, 2000). Il y a aussi une forte relation entre une faible intelligence émotionnelle et les troubles de comportement externalisés tels que l'hyperactivité et l'agressivité dans les conduites (Reker et Parker, 2000).

Dans leur étude, Parker et Bond (2001) confirment que les scores du quotient émotionnel des jeunes présentant des troubles de comportement et émotionnels sont significativement plus bas que ceux des enfants n'ayant aucun de ces problèmes. Il est à noter que l'échantillon d'enfants présentant des troubles de comportement provenait d'un centre d'accueil. Habituellement, les échantillons sélectionnés couvrent des âges fort différents : enfants et adolescents de 7 à 17 ans. Les recherches actuelles suggèrent que des difficultés au niveau de l'expression, de l'évaluation et de la régulation des émotions peuvent être reliées aux enfants et adolescents inadaptés, en incluant les sujets ayant des troubles d'hyperactivité, d'agressivité, de comportement et des problématiques de psychopathologie (Reker et Parker, 1999; Saarni, 1999).

L'intelligence émotionnelle fait l'objet de nombreuses recherches reliées particulièrement au milieu organisationnel. Dans *Working with emotional intelligence*, Goleman (1995b) applique le concept d'intelligence émotionnelle au milieu de travail. L'objectif est d'intégrer la mesure de l'intelligence dans le cadre d'un programme de perfectionnement professionnel et personnel plutôt qu'à la sélection des employés. De nombreuses recherches s'inscrivent dans le même courant s'appliquant au milieu de travail (Laabs, 1999, Sosik et Megerian, 1999, Kleinberg, 2000).

En bref, le concept d'intelligence émotionnelle apporte un éclairage nouveau et non négligeable dans la compréhension de l'être humain.

L'art-thérapie

L'expression par l'art n'est pas un concept nouveau. Dès la préhistoire, les humains ont dessiné sur les parois des cavernes dans le but de s'exprimer et de maîtriser leur monde (Junge et Asawa, 1994). C'est dans les années 60 que l'art-thérapie est reconnue en tant que profession. Margaret Naumburg est une pionnière de l'art-thérapie aux États-Unis. Elle conduit des recherches sur l'application de l'art-thérapie auprès d'enfants présentant un trouble de la conduite. Son approche est plutôt freudienne. Elle propose que les patients qui créent spontanément une image, sont ensuite portés à faire d'eux-mêmes des associations en verbalisant sur leur image. Elle est convaincue que l'art est un accès plus direct que les mots pour arriver à l'inconscient. Selon elle, l'utilisation de l'art comme moyen d'expression pourrait accélérer le processus thérapeutique et régler les conflits intrapsychiques (Naumburg, 1966 et 1973).

Une autre approche est née par la suite en art-thérapie. Edith Kramer (1971), accorde davantage de l'importance au processus créatif lui-même, qui constitue une route privilégiée pour en arriver à la compréhension du monde psychologique et émotionnel du patient. Elle mise à renforcer le Moi en favorisant le mécanisme de défense de la sublimation.

D'une manière générale, l'art-thérapie utilise le processus de création artistique (dessin, poésie, bricolage, peinture, modelage, danse, théâtre, etc.) comme élément

thérapeutique pour réduire les conflits internes chez une personne (Rodriguez et Troll, 1995). Selon l'Association des art-thérapeutes du Québec (2005), l'art-thérapie est une approche thérapeutique fondée sur certains principes de la psychologie et des arts visuels. L'art-thérapie propose une expérience créatrice, ludique et visuelle, et constitue une expression de soi non-verbale et symbolique. L'art-thérapie se déroule dans le cadre d'une relation thérapeutique où la création d'images est utilisée comme principal moyen de communication. L'activité artistique concrétise une expression consciente et inconsciente, et est, en soi, un agent thérapeutique. À partir de divers procédés artistiques, le client vit et exprime des émotions, des conflits ou évoque des souvenirs. Lors de la séance, le client peut explorer verbalement son symbolisme et la signification de son imagerie avec l'art-thérapeute.

La thérapie par l'art vise à amener le client à activer sa créativité pour enclencher un processus de réorganisation de son expérience humaine au niveau psychologique, affectif, biologique et neurologique (Grégoire, 1985). L'importance de ce langage créatif et de communication spécifique au cerveau droit est fondée sur le fait que bien avant de pouvoir mettre des mots sur son expérience, la personne y met des images (Muret, 1983).

L'objectif de l'art-thérapie est de permettre la réappropriation de la réalité par l'imaginaire. Les rencontres d'art-thérapie sont organisées dans un local qui représente un lieu spécifique où une relation privilégiée se construit avec le thérapeute. C'est dans ce

contexte que le patient va imaginer un monde qui lui est propre. Ainsi, en utilisant la peinture par exemple, la personne peut façonner ce monde de façon à le maîtriser; grâce à cette maîtrise, elle pourra trouver une place plus confortable dans le monde réel. Dans ce lieu privilégié l'individu pourra user de créativité, laisser tomber ses défenses sociales et exprimer ses émotions (Boyer, 2000). Hors des institutions, lorsque les jeunes se livrent à des passages à l'acte créatifs (tags, graffitis, rap, etc.), c'est le reflet d'une expression identitaire (Sudres, 1998).

Selon Boyer (2000), le processus d'expression picturale peut se décomposer en trois phases. D'abord, il y a l'angoisse de création, c'est à ce moment que les résistances sont le plus présentes. Elles se traduisent fréquemment par des expressions comme « Je ne sais pas dessiner ». Une fois que l'angoisse a diminué, c'est la période d'excitation. Le client est emporté par le mouvement, le déroulement à se laisser-aller aux couleurs et aux formes. Il y a ensuite la période de la prise de décision de terminer l'œuvre. Le thérapeute doit aider le créateur dans la reconnaissance de cette œuvre, qui sera signée et datée. Cette période peut être très difficile car elle a pour but « d'abandonner » l'œuvre. Tout au long du processus, l'art-thérapeute est présent pour accompagner le patient dans ce qu'il vit.

L'art-thérapie s'adresse particulièrement aux jeunes qui ne manipulent pas aisément le langage ou qui ont de la difficulté à communiquer avec leur entourage

(Sudres, 1998). Puisque l'art-thérapie implique un mode de communication non verbal, elle s'avère privilégiée pour les jeunes dont les limites développementales empêchent le niveau de participation souvent exigé dans la thérapie verbale (Newcomer, 1993). Ce type de thérapie est aussi utilisé pour les enfants ayant des problèmes relationnels, ou encore, souffrant de dépression, de traumatisme émotionnel ou de trouble de comportement (Boyer, 2000).

Plusieurs études sur l'art-thérapie se sont attardées sur diverses problématiques touchant les enfants et les adolescents. Rosal (1993) a conduit une étude qui a permis de constater l'efficacité de l'art-thérapie pour améliorer la capacité de contrôle d'enfants ayant des troubles du comportement. Depuis les années 80, un courant de recherches a aussi étudié l'art-thérapie comme traitement efficace auprès des victimes d'abus sexuel (Stember, 1980; Gil, 1991; Brooke, 1997; Murphy, 2001; Pifalo, 2002; Klorer, 2003). Cependant, il y a peu de documentations concernant la mise en place d'un cadre structuré d'intervention en art-thérapie.

Objectifs de l'étude

L'intelligence émotionnelle est une variable d'un grand intérêt en ce qui concerne l'amélioration de l'équilibre émotif des jeunes ayant une problématique en santé mentale. Dans les publications, peu de programmes d'intervention ont été mis sur pied pour

favoriser la gestion des émotions et l'augmentation du quotient émotionnel. Nous allons explorer le quotient émotionnel et l'art-thérapie. Il serait intéressant de voir si la présence d'un suivi en art-thérapie axé sur l'expression des émotions pourrait être en lien avec une amélioration du quotient émotionnel.

Une des fonctions de l'art-thérapie est de provoquer un effet de catharsis, d'améliorer l'estime de soi et de travailler à diminuer l'anxiété (Sudres, 1998). D'ailleurs, des sentiments d'angoisse et d'anxiété sont à la source de créations artistiques, il y a une créativité qui peut être en relation avec une sublimation de charge anxiueuse reconnue par l'artiste (Jalenques, Lachal et Coudert, 1992). Il est clair que l'art est un moyen de sublimer les émotions, de les canaliser pour mieux les exprimer. Une question se pose : peut-on mieux gérer ses émotions et son anxiété en suivant un programme d'art-thérapie ? Il serait intéressant de voir s'il y a, chez les participants du suivi en art-thérapie, une amélioration de la capacité à gérer ses émotions. Une meilleure capacité à gérer le stress est aussi envisagée.

Pour répondre à cet objectif, nous tenterons de voir s'il y a des différences significatives entre les scores obtenus au pré- et au post-test du test d'intelligence émotionnelle. Ainsi, nous pourrons constater s'il y a une relation entre un traitement en art-thérapie et le quotient émotionnel. Il est bien entendu qu'on ne parle pas ici d'une relation causale étant donné le contexte d'une étude de cas. D'autres variables peuvent

aussi avoir une influence : le temps, le thérapeute, etc. Ensuite, un sous-objectif consiste à mieux comprendre la relation, si elle existe, entre les deux variables. Ainsi, il sera important de comparer les scores de chaque dimension de l'instrument lors du pré- et du post-test afin de voir au niveau de quelle(s) dimension(s) les participants ont amélioré leur score. Il sera aussi nécessaire d'analyser le processus vécu par les participants en art-thérapie et voir les interprétations cliniques qui en découlent.

Il serait donc intéressant de voir si l'art-thérapie améliore l'intelligence émotionnelle (ou le quotient émotionnel) des participants. À la lumière des informations recueillies, nous posons l'hypothèse suivante : l'art-thérapie favorise chez le jeune qui présente une psychopathologie une plus grande capacité à gérer ses émotions. L'intelligence émotionnelle devrait donc être plus élevée à la fin du programme d'art-thérapie comparativement au commencement.

Méthode

Le présent chapitre sera consacré à la description des participants et de leur problématique, du lieu et du matériel utilisé, des instruments de mesure utilisés et du déroulement des séances en art-thérapie.

Participants

Tout d'abord, les jeunes doivent être en mesure de bien comprendre les questions et de bien répondre au questionnaire sur l'intelligence émotionnelle. Des jeunes de 10 et 16 ans ont été ciblés. Deux jeunes ont accepté de participer à l'étude, un de 10 ans et une de 15 ans. Le dénominateur commun de ces jeunes est qu'ils présentent une problématique d'ordre pédopsychiatrique. L'objectif est ainsi de leur permettre de liquider les émotions vécues à l'aide d'un processus thérapeutique par l'art et de voir l'impact du processus d'art-thérapie sur la mesure du quotient émotionnel.

Le suivi en art-thérapie de ces jeunes sera observé et analysé. D'abord, le premier cas est celui d'une adolescente nommée Léa¹, qui a 15 ans et qui présente une problématique d'anorexie de type restrictif en voie de guérison. Le DSM IV (Association Américaine de Psychiatrie, 1994) définit ainsi les symptômes de l'Anorexie de type restrictif :

¹ Évidemment, les prénoms cités dans cet essai sont des prénoms fictifs afin de protéger l'anonymat des jeunes ayant accepté de participer à la recherche.

- A. Refus de maintenir le poids corporel au niveau ou au-dessus d'un poids minimum normal pour l'âge et pour la taille.
- B. Peur intense de prendre du poids ou de devenir gros, alors que le poids est inférieur à la normal.
- C. Altération de la perception du poids ou de la forme de son propre corps, influence excessive du poids ou de la forme corporelle sur l'estime de soi, ou déni de la gravité de la maigreur actuelle.
- D. Chez les femmes post pubères, aménorrhée c'est-à-dire absence d'au moins trois cycles menstruels consécutifs.
- E. Type restrictif : pendant l'épisode actuel d'Anorexie mentale, le sujet n'a pas, de manière régulière, présenté de crises de boulimie ni recours aux vomissements provoqués ou à la prise de purgatifs (laxatif, diurétiques, lavements).

L'anorexie est une distorsion cognitive de l'image du corps. Le contrôle sur la nourriture doit être relâché pour une reprise de poids. Le besoin de garder un certain contrôle sur son alimentation est encore présent dans le cas de Léa. L'art-thérapie vise pour elle à relâcher le contrôle et à diminuer l'anxiété face à sa relation à la nourriture.

Ensuite, le deuxième cas présenté est celui d'un garçon nommé Jacob, qui a 10 ans et qui souffre d'un trouble anxieux généralisé avec anxiété de séparation. Le Trouble anxieux est défini dans le DSM IV comme suit :

- A. Anxiété et soucis excessifs (attente avec appréhension) survenant la plupart du temps durant au moins 6 mois concernant un certain nombre d'événements ou d'activités (tel les performances scolaires).
- B. La personne éprouve de la difficulté à contrôler cette préoccupation.
- C. L'anxiété et les soucis sont associés à un seul item chez l'enfant (ou plus) des six symptômes suivants (dont au moins certains symptômes présents la plupart du temps durant les 6 derniers mois).
 - a. Agitation ou sensation d'être survolté ou à bout.
 - b. Fatigabilité.
 - c. Difficultés de concentration ou trous de mémoire.
 - d. Irritabilité.
 - e. Tension musculaire.
 - f. Perturbation du sommeil.
- D. L'objet de l'anxiété et des soucis n'est pas limité aux manifestations d'un trouble de l'axe I.
- E. L'anxiété, les soucis ou les symptômes physiques entraînent une souffrance cliniquement significative ou une altération du fonctionnement social, scolaire ou dans d'autres domaines importants.
- F. La perturbation n'est pas due aux effets physiologiques directs d'une substance ou d'une affection médicale générale et ne survient pas exclusivement au cours d'un

Trouble de l'humeur, d'un Trouble psychotique ou d'un Trouble envahissant du développement.

Les jeunes ayant une problématique au niveau de l'anxiété seraient particulièrement indiqués pour participer à une thérapie par l'art. Le traitement psychologique des troubles anxieux en art-thérapie est d'aider le patient à traiter des données émotionnelles en se servant d'images pour vivre l'anxiété en thérapie (Durand et Barlow, 2002).

En général, autant pour un problème d'anorexie que pour un problème d'anxiété, l'art-thérapie permettra d'assouplir les défenses pour redécouvrir le plaisir primaire (Sudres, 1998).

Instruments de mesure

Deux types d'instruments sont utilisés. Dans un premier temps, il y a l'évaluation de la psychopathologie à l'aide des critères du DSM IV (Association Américaine de Psychiatrie, 1994). Le diagnostic est posé suite à une évaluation multidisciplinaire avec les parents et le jeune. L'observation des comportements du jeune en entrevue et les données incluses dans le dossier sont aussi utilisées pour guider l'évaluation.

Dans un deuxième temps, un test mesurant l'intelligence émotionnelle est utilisé.

À partir du modèle explicatif de Bar-On sur l'intelligence émotionnelle, un test a été réalisé avec des normes américaines et canadiennes : le *BarOn Emotional Quotient Inventory* (Bar-On, 1997). Ce test – le premier développé scientifiquement – donne un score qui représente le quotient émotionnel ou émotif (QE). Une version pour les jeunes de 7 à 18 ans a été développée, le *BarOn Emotional Quotient Inventory : Youth Version* (Bar-On & Parker, 2000a). Cet instrument est un test papier-crayon composé de 30 items. La durée de passation du test est d'environ 10 minutes. Le test est construit selon une échelle de type Likert à quatre choix de réponses : Très souvent vrai pour moi, souvent vrai, rarement vrai, très rarement vrai. Un score est associé à chacune des dimensions du quotient émotionnel mentionnées précédemment (Tableau 1).

Les normes du test sont divisées selon le sexe et l'âge, à un peu moins de trois ans d'intervalle : 7 à 9 ans, 10 à 12 ans, 13 à 15 ans et 16 à 18 ans. Les scores standardisés du test du QE ont une moyenne de 100 et un écart-type de 15. Le guide d'interprétation des scores est présenté au Tableau 2. Une échelle mesurant l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer positivement est aussi présente dans le test.

Tableau 2
Guide d'interprétation pour les scores standardisés

Score standardisé	Guide d'interprétation
130 et plus	Remarquablement élevé. Capacité émotionnelle et sociale atypiquement bien développée.
120 à 129	Très élevé. Capacité émotionnelle et sociale extrêmement bien développée.
110 à 119	Élevé. Capacité émotionnelle et sociale bien développée.
90 à 109	Moyenne. Niveau adéquat de capacité émotionnelle et sociale.
80 à 89	Faible. Capacité émotionnelle et sociale sous-développée, avec une place à amélioration.
70 à 79	Très faible. Capacité émotionnelle et sociale extrêmement sous-développée, avec une grande place à amélioration.
70 et moins	Remarquablement faible. Capacité émotionnelle et sociale atypiquement altérée.

Il est à noter que j'ai réalisé la traduction de ce test de l'anglais au français, cette traduction a été vérifiée par un traducteur professionnel. Ensuite, un processus de rétroatration a été effectué par une personne diplômée en traduction. Ce travail a consisté à traduire la version française à nouveau en anglais pour vérifier la concordance des thèmes. Le processus de traduction s'est avéré concluant.

La fidélité test-retest est probante selon les résultats obtenus par Bar-On et Parker (2000a). Le coefficient de corrélation pour la fidélité test-retest du quotient émotionnel global serait de .89.

L'objectif du test pour les enfants et les adolescents est d'évaluer la santé émotionnelle, ce qui permet ensuite l'identification d'une population à risque de développer des troubles affectifs.

Déroulement

Le déroulement de l'expérimentation permet de décrire en détail les différentes étapes. Après obtention du certificat d'éthique de l'Université du Québec à Trois-Rivières (CER-04-88-06.06), la première étape consiste à donner des informations dans le milieu et à obtenir l'autorisation pour la réalisation de l'essai dans leurs murs. Ensuite, pour chaque jeune, une première rencontre est organisée au Pavillon Arc-en-Ciel, département de pédopsychiatrie du Centre Hospitalier Régional de Trois-Rivières, avec le jeune et les parents. Ce département est le lieu où je réalise mon internat en tant qu'étudiante au doctorat en psychologie. Le but de cette rencontre est l'évaluation de la problématique par l'équipe multidisciplinaire. Le projet de recherche est alors expliqué aux parents et au jeune pour voir s'ils désirent y participer. Les modalités de la thérapie sont aussi abordées avec eux.

Un nombre de dix rencontres est prévu pour la thérapie par l'art. La fréquence des rencontres est d'une fois par semaine et, pour chaque séance, la durée est d'une heure. Le consentement écrit du parent ou du jeune, si celui-ci a 14 ans ou plus, est alors complété. Le formulaire de consentement est présenté dans l'Appendice A.

Une fiche d'inscription est complétée pour la participation du jeune au programme d'art-thérapie (Appendice B). Cette fiche inclut le numéro associé au nom du jeune pour conserver la confidentialité ainsi que la date du début du processus. Le motif de consultation est aussi noté sur la fiche d'inscription et il y a un espace pour inclure l'interprétation des résultats au pré-test sur l'intelligence émotionnelle.

Une première rencontre individuelle a lieu avec le jeune pour créer un climat de confiance et faire la passation pré-test du test sur l'intelligence émotionnelle. La rencontre vise aussi à l'informer sur le fonctionnement de la thérapie : cadre thérapeutique, confidentialité, etc. Tout au long des rencontres, la thérapeute et le jeune complètent un guide d'évolution, centré sur sa capacité à gérer ses émotions, guide qui permet de définir des objectifs pour la prochaine rencontre (voir Appendice C).

Il y a ensuite la première séance d'art-thérapie. Au préalable, une mise en train a lieu. Il s'agit d'explorer comment le jeune arrive en thérapie. Avant la phase de

réalisation, un moment pour se centrer sur soi est pris. C'est l'occasion pour le jeune d'identifier une couleur et une émotion qui lui vient, les yeux fermés. Ensuite, il s'agit, à cette étape de la création, de faire appel à l'imaginaire (projection) du jeune en lui suggérant le thème de la première rencontre.

Comme le déroulement de programmes d'art-thérapie est peu documenté dans les écrits scientifiques, j'ai créé en 2003 un tableau de l'évolution des médiums et des thèmes des différentes rencontres en me basant sur divers auteurs (Rodriguez & Troll 1995; Boyer, 2000; Sudres, 1998; Stepney, 2001). Le Tableau 3 présente les thèmes et les médiums prévus pour chacune des rencontres. Lorsque la phase de réalisation est enclenchée, on peut constater des résistances; celles-ci sont levées par divers moyens. Par exemple, on peut inciter l'adolescent à dire spontanément les idées qui lui viennent en tête avant de créer. Ensuite, il y a la mise en forme qui peut être angoissante au début. L'important pour réaliser cette phase est de franchir la barrière du « Je ne sais pas dessiner ». Le jeune a le choix de créer ou de ne pas créer. À la fin de la rencontre, le jeune doit à nouveau se recentrer sur lui-même et décrire comment il se sent à l'aide d'une couleur.

Tableau 3
L'échéancier des médiums et des thèmes proposés
lors du processus d'art-thérapie

Rencontre	Médium	Thème proposé
1	Crayons de couleur	« Moi et mes amis » et « Moi et ma famille »
2	Feutres	Ligne de vie
3	Collage	Un rêve (durant la nuit ou pour l'avenir)
4	Pastel à l'huile	Un volcan
5	Pâte à modeler	Vivre sur une île
6	Pastel gras	Gribouillis
7	Peinture (gouache)	Mandala
8	Pâte à papier	Masque d'une émotion
9	Peinture aux doigts	Le pont
10	Argile	Mon invention

Lieu et matériel art-thérapeutique

Il est nécessaire d'avoir un local bien aéré et bien éclairé pour les rencontres d'art-thérapie. Une blouse doit être mise à la disposition du jeune. En vue de réaliser les œuvres, l'équipement nécessaire est un accès à un lavabo, une grande table, des chaises, et des armoires pour ranger le matériel et les œuvres. Des matériaux artistiques plus spécifiques seront mentionnés en fonction des séances. Le choix du matériel a été fait en fonction des problématiques. Étant donné que les pathologies peuvent être associées à une difficulté à se laisser aller, un médium plus facile à contrôler peut être rassurant au départ. Au cours des rencontres, une évolution des médiums prévus permet d'apprivoiser l'expérience du laisser-aller. Les différents médiums utilisés de manière graduée sont présentés dans la deuxième colonne du Tableau 3.

La première rencontre d'art-thérapie vise à explorer un médium plus contrôlable et connu comme le crayon de couleur. Graduellement, au cours du processus, les médiums utilisés sont de moins en moins faciles à diriger, d'où l'apprentissage à laisser aller les choses. Pour des jeunes ayant davantage de difficultés à contrôler leurs pulsions ou ayant des troubles de comportement, la gradation des médiums devrait dans ce cas être inversée. Dans la section qui suit, nous présenterons les détails des rencontres précisant les thèmes choisis et les médiums utilisés.

Rencontre 1

Durant cette première entrevue, c'est le commencement du lien de confiance. Les médiums proposés sont dix crayons de couleurs. L'utilisation d'un médium connu au départ est plus rassurant. Le crayon est aussi plus contrôlable et maniable, ce qui aide le jeune à se familiariser avec la création. Le thème proposé est de réaliser un dessin de « moi et mes amis » et un autre dessin de « moi et ma famille ». L'importance dans ces thèmes est d'entrer dans le monde le plus familier de l'adolescent, c'est-à-dire ses amis et sa famille. Il permet aussi d'évaluer la relation qu'il entretient avec son réseau social et l'étendue de ce dernier.

Rencontre 2

Le médium utilisé durant cette rencontre est le crayon feutre (dix couleurs différentes). La texture est plus fluide que le crayon de couleur standard. Le thème proposé est la ligne de vie, c'est-à-dire que l'adolescent doit illustrer les événements marquants de sa vie. L'important est de voir la perception que le jeune a de sa vie et ce qu'il retient et ce qu'il ne retient pas. Cette rétrospective fait un bilan de sa vie en images pour ensuite mieux s'orienter vers le futur (Stepney, 2001).

Rencontre 3

Suite à la ligne de vie de la semaine dernière, on se tourne pour la troisième rencontre vers l'illustration d'un rêve nocturne ou d'un rêve que l'adolescent souhaite

pour l'avenir. Le thème vise à favoriser l'introspection et les désirs internes. Le collage est privilégié pour cette entrevue. Le matériel utilisé pour l'entrevue est la colle, les ciseaux, un grand carton, des catalogues variés. Le jeune doit d'abord sélectionner dans plusieurs catalogues des images significatives pour lui et les découper. Le rêve est ainsi représenté par le montage des images collées.

Rencontre 4

Lors de cette rencontre, le médium proposé est le pastel à l'huile. Le pastel à l'huile a une texture plus poreuse que les médiums utilisés précédemment. Le volcan représente l'explosion de la lave. Pour l'adolescent, le volcan consiste à extérioriser ce qu'il aimeraient exprimer, sa colère par exemple (Stepney, 2001). Il s'agit de sortir d'en dedans de soi ses émotions, ce qui exploserait s'il ne les contrôlait plus. Le médium ajouté au thème aide l'adolescent à se laisser plus aller, à diminuer le besoin de contrôle.

Rencontre 5

Durant cette entrevue, la pâte à modeler est proposée pour la création. C'est une matière manipulable avec les mains et qui permet la réalisation d'œuvres en trois dimensions. Le thème suggéré est : Vivre sur une île. Le but est de faire choisir au jeune ce qu'il emmènerait sur son île pour y vivre. Ainsi, on peut observer ce qui est important pour lui et ce qu'il désire garder à distance.

Rencontre 6

À l'aide du pastel gras, le thème des gribouillis sera suggéré. L'objectif est de favoriser un moyen d'expression par le mouvement spontané en réalisant des gribouillis. Une image peut ensuite être construite en choisissant trois gribouillis qui ressemblent à une chose. Une fois l'image réalisée, le jeune peut raconter une histoire à partir de ce qu'il voit.

Rencontre 7

La peinture sera utilisée pour faire un mandala. Le mandala est un symbole qui permet de se centrer sur soi pour y trouver une signification personnelle. Il est illustré par un cercle et un motif à l'intérieur du cercle au choix de la personne. La peinture est un médium plus fluide et plus difficile à contrôler que les médiums précédents.

Rencontre 8

La pâte à papier sera utilisée lors de cette rencontre pour former le masque d'une émotion. Le matériel nécessaire comprend de l'eau, de la farine et du papier journal. Le but est d'illustrer une émotion connue par l'adolescent. Le masque permettra d'élaborer sur sa capacité à reconnaître les émotions et à les exprimer.

Rencontre 9

Lors de cette rencontre le médium utilisé est la peinture aux doigts. Trois couleurs sont utilisées pour cette activité : le rouge, le bleu et le jaune. Le pont symbolise un lien, un passage et un moyen de traverser un obstacle. En représentant un pont l'adolescent illustre l'endroit d'où il part et l'endroit où il espère arriver. Le pont sera le moyen visuel pour se rendre à l'endroit désiré. La peinture aux doigts est un médium qui a une texture visqueuse. Il permet au jeune d'explorer ce qu'il peut construire avec ses mains. La créativité est sollicitée par le sens du toucher avec ce médium.

Rencontre 10

La dernière rencontre vise à illustrer une création montée de toute pièce par l'adolescent. Un bloc d'argile (10 cm x 10 cm x 10 cm) sera suggéré pour la création de l'œuvre. Des outils de plastiques sont aussi mis à la disposition du jeune (rouleau à pâte, roulette style à pizza, scie, etc.). Le but ici est d'accéder par l'imaginaire à la concrétisation d'une invention.

Rencontres avec les parents

Durant le processus, il y a deux rencontres prévues avec les parents. Ces rencontres ont pour but d'échanger sur le déroulement des séances et les expériences majeures qui en découlent. Les rencontres visent aussi à aller chercher ce que les parents

vivent à la maison avec leur jeune. Cet échange permet d'apporter un soutien aux parents dans leurs difficultés.

Post-test

Après la dixième rencontre d'art-thérapie, une seconde passation du test sur l'intelligence émotionnelle est organisée avec le jeune. L'objectif est d'observer l'effet de la thérapie sur la capacité du jeune à gérer ses émotions. Un formulaire est prévu à cet effet pour indiquer l'interprétation des résultats au post-test, ainsi que le bilan découlant des observations faites durant les séances et les recommandations pour le jeune (Appendice D). Une rencontre bilan aura lieu ensuite avec le préadolescent ou l'adolescent et les parents.

Résultats des deux études de cas et commentaires

Cette section se divise en deux parties, d'abord, le processus d'art-thérapie de Léa, ses résultats et la discussion, ensuite, le processus d'art-thérapie de Jacob, ses résultats et la discussion associée. Il est à noter que la présentation des comptes-rendus des suivis thérapeutiques a été mise en tableau pour en faciliter la lecture.

Le Cas de Léa

Description de la patiente et son histoire de vie

Léa est une adolescente de 15 ans et demi au moment où elle est référée au service en psychologie. Elle est présentement en quatrième secondaire. Ses résultats sont supérieurs à la moyenne sur le plan académique.

La cellule familiale est composée de deux sœurs, une de 19 ans et une de 17 ans. Les deux ne demeurent plus dans le foyer familial. L'aînée a quitté le domicile à l'âge de 15 ans. Léa ressent beaucoup d'admiration pour sa sœur aînée, qu'elle trouve très belle. Sa sœur la plus jeune a quitté la maison il y a un mois. Léa décrit son père comme un père absent et d'humeur maussade. Il occupe un emploi de soudeur. Elle dit entretenir une bonne relation avec sa mère qui est couturière. Au niveau des antécédents de pathologie dans sa famille élargie, elle ne mentionne qu'une tante ayant une manie à vérifier à répétition si les ronds de poêle sont fermés.

Durant son enfance, Léa se souvient d'avoir eu des peurs importantes du noir vers l'âge de 5-6 ans. Elle devait dormir dans le lit parental pour se calmer. Sa mère la réconfortait dans ses moments de détresse. Elle affirme qu'elle a peu de souvenirs de son enfance.

L'arrivée au secondaire a été un événement marquant pour Léa. Elle a trouvé difficile de se faire accepter auprès de ses pairs. Elle avait à ce moment un surplus de poids, elle pesait 140 lbs à l'âge de 12 ans. Elle est hospitalisée pendant trois semaines suite à une importante perte de poids (40 lbs) en trois mois. C'est à ce moment qu'un diagnostic est posé : Anorexie restrictive. Elle est alors suivie par une diététicienne et un médecin généraliste pour conserver un poids santé. Un suivi est aussi entamé en psychoéducation pour une rééducation nutritionnelle jusqu'en janvier 2003. Durant cette même période, elle prend une médication d'antidépresseurs pendant trois mois. Léa est ensuite suivie par une intervenante sociale et par l'infirmière pour travailler sur sa peur de prendre du poids jusqu'en février 2004. Le transfert est alors fait en psychologie pour poursuivre le travail.

Motif de consultation

Les comportements restrictifs reliés à l'anorexie ne sont plus présents chez Léa. Toutefois, des pensées concernant l'idée d'engraisser lui reviennent fréquemment lorsqu'elle se nourrit. Son poids est stable. Il est à noter qu'elle dit consommer de la

drogue (marijuana) à l'occasion. Elle désire travailler sur sa confiance en soi. Elle a un intérêt particulier pour l'art utilisé en thérapie. Étant donné l'éloignement de son domicile, les thérapies ont été fixées une fois aux trois semaines. Au total, dans le cas de Léa, six séances d'art-thérapie ont eu lieu.

Résultat de la première passation du test d'intelligence émotionnelle

Le test sur l'intelligence émotionnelle a été administré à Léa. Elle collabore bien à l'évaluation. La mesure de l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer n'ont pas donné de résultats significatifs, ce qui renforce la validité du test. Le résultat global au test de Léa se situe au niveau de l'intelligence émotionnelle faible comparativement aux jeunes de son âge. La Figure 1 présente le profil des résultats obtenus.

De façon plus spécifique, Léa présente une faible capacité à exprimer ses émotions et elle a de la difficulté à avoir une image positive d'elle-même. Elle a plutôt tendance à se voir négativement. Elle a aussi plus tendance à être dépendante d'autrui. Elle se situe dans la moyenne quant à sa capacité d'entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage. Face à une nouvelle situation, elle a une bonne capacité à s'adapter. Au niveau de son anxiété, Léa a beaucoup de difficultés à gérer son stress et à contrôler ses impulsions. En général, son fonctionnement semble affecté par une humeur dépressive.

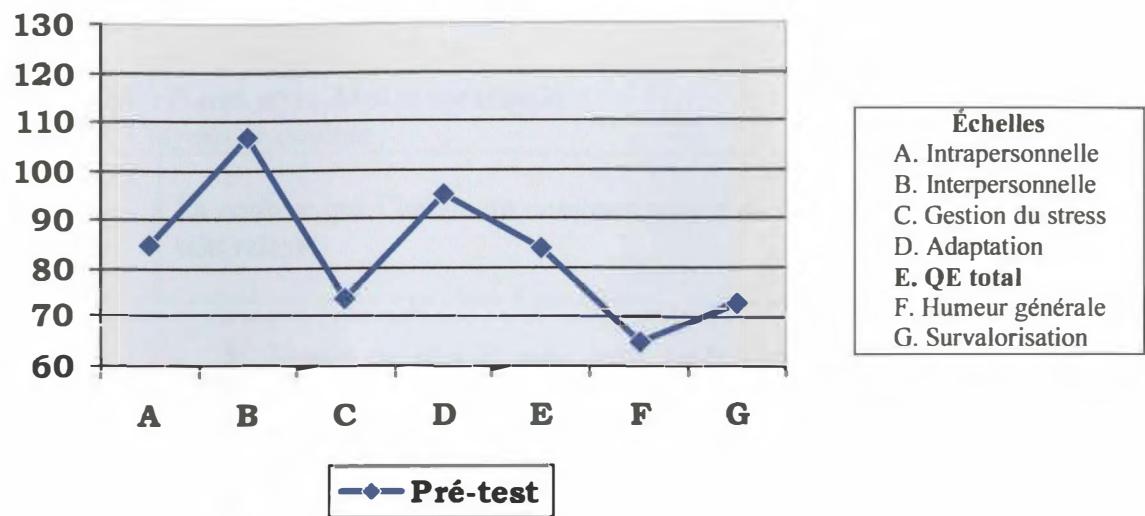


Figure 1. Résultats de Léa aux sous-tests du test d'intelligence émotionnelle

Compte-rendu des rencontres en art-thérapie avec Léa

Rencontre 1

Thème : Moi et mes amis. Moi et ma famille

Médium : Crayons de couleur

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et elle se sent relaxe.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dessin de moi et mon amie (voir Illustration 1²) : Elle se dessine et dessine une amie en train de pleurer. Elle console cette amie. Elle prend conscience qu'elle se confie peu à cette amie par peur de la surcharger de problèmes. Elle dit se confier à peu de gens. ➤ Plusieurs éléments observés peuvent être notés par rapport à ce dessin. Léa ne dessine que le haut du corps. Elle utilise davantage le centre-gauche de la feuille. Son tracé est repris. Il y a scotomisation des avant-bras et des mains. Une emphase est mise sur la bouche et les yeux des personnages. Il y a empiètement des personnages l'un sur l'autre. Elle utilise plusieurs couleurs mais davantage le bleu et le jaune. Il y a davantage de détails sur la tête des personnages que sur le reste du corps. ➤ Dessin de moi et ma famille (voir Illustration 2) : Elle mentionne que sa sœur plus jeune et sa mère sont plus proches d'elle. Elle exprime une distance entre le père et les autres membres de la famille. Elle dit être en admiration envers sa sœur aînée pour sa beauté et sa personnalité (même si elle la trouve dépensière). Léa exprime de la peine et de la colère face à sa famille. Elle dit avoir de la difficulté à dessiner les corps, elle dessine seulement les visages. ➤ Certains traits sont similaires chez les personnages : les yeux de Léa sont semblables à ceux de sa mère, et leurs expressions faciales montrent du mécontentement; ses sœurs sont souriantes, elles n'ont pas de cou, et elles ont la même couleur des yeux. La bouche des personnages féminins est accentuée. Le dessin du père de Léa a une expression de colère, il n'a pas de bouche, et le trait de crayon est plus appuyé. Une coupure physique est d'ailleurs illustrée entre son père et le

² Il est à noter que toutes les œuvres de Léa et de Jacob n'ont pu être représentées pour des raisons techniques.

	<p>reste de la famille. Il y a aussi présence d'une distance entre Léa et ses sœurs. Léa s'est dessinée près de sa mère. Il y a eu scotomisation du nez chez cette dernière. Encore une fois, il y a scotomisation du corps des personnages, mais cette fois, tout le corps est absent (non seulement le haut du corps comme à l'Illustration 1).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dessin supplémentaire : Sa meilleure amie est en centre d'accueil pour encore deux mois. Léa s'ennuie beaucoup d'elle. ➤ Elle exprime des commentaires dévalorisants sur l'esthétisme de ses dessins.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Dans le premier dessin, il y a absence de main qui peut être associée à une difficulté de contact avec les autres, à de la culpabilité et à des symptômes dépressifs (Machover, 1949). ➤ Une absence de corps des personnes dessinées révèle une problématique au niveau de l'intégration du schéma corporel. Il y a un lien possible entre l'anorexie et l'absence de corps. Le désir que le corps "s'efface". L'identité de Léa est en construction. Étant donné que les détails sont davantage sur la tête, on peut faire l'hypothèse de valorisation du contrôle par l'intellect ou l'imaginaire (Anzieu, 1973). La valorisation de l'intellect est ainsi faite au détriment des pulsions du corps. Un rapport conflictuel à la sexualité peut aussi être présent. ➤ Dans les deux dessins, Léa représente des émotions de tristesse et de mécontentement. Ces émotions peuvent représenter l'attitude affective qui l'habite au moment de la création (Royer, 1984). ➤ L'emphase sur les bouches est en lien avec un surinvestissement oral (Aubin, 1970). Il peut aussi refléter de la culpabilité chez les filles ayant un trouble alimentaire (Royer, 1984). Il est à noter que cet élément est présent uniquement chez ^{sur} les personnages féminins. ➤ Des éléments de recherche de proximité avec la mère sont présents. Elle s'identifie d'ailleurs à celle-ci. ➤ En se basant sur les éléments du dessin et ses verbalisations, il y a une valorisation de ses sœurs, mais plus particulièrement de sa sœur aînée. ➤ Le rapport à la figure masculine semble difficile par la projection de colère associée au père et les verbalisations de Léa. Une distance est aussi présente entre le père et le reste de la famille. ➤ Le type de trait de crayon de Léa est un trait repris, ce qui est associé à de l'impulsivité, de l'agressivité (Koppitz, 1964), et du perfectionnisme (Royer, 1984).

Appréciation	Léa aime plus ou moins les crayons de couleurs.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le jaune et elle ne sait pas comment elle se sent.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elle investit la tâche demandée. Le thème respecté. ➤ Elle utilise les crayons de couleurs pendant 45 minutes. ➤ Léa aborde les émotions vécues en milieu familial. ➤ Un lien de confiance commence à s'installer.



Illustration 1 : Moi et mon amie

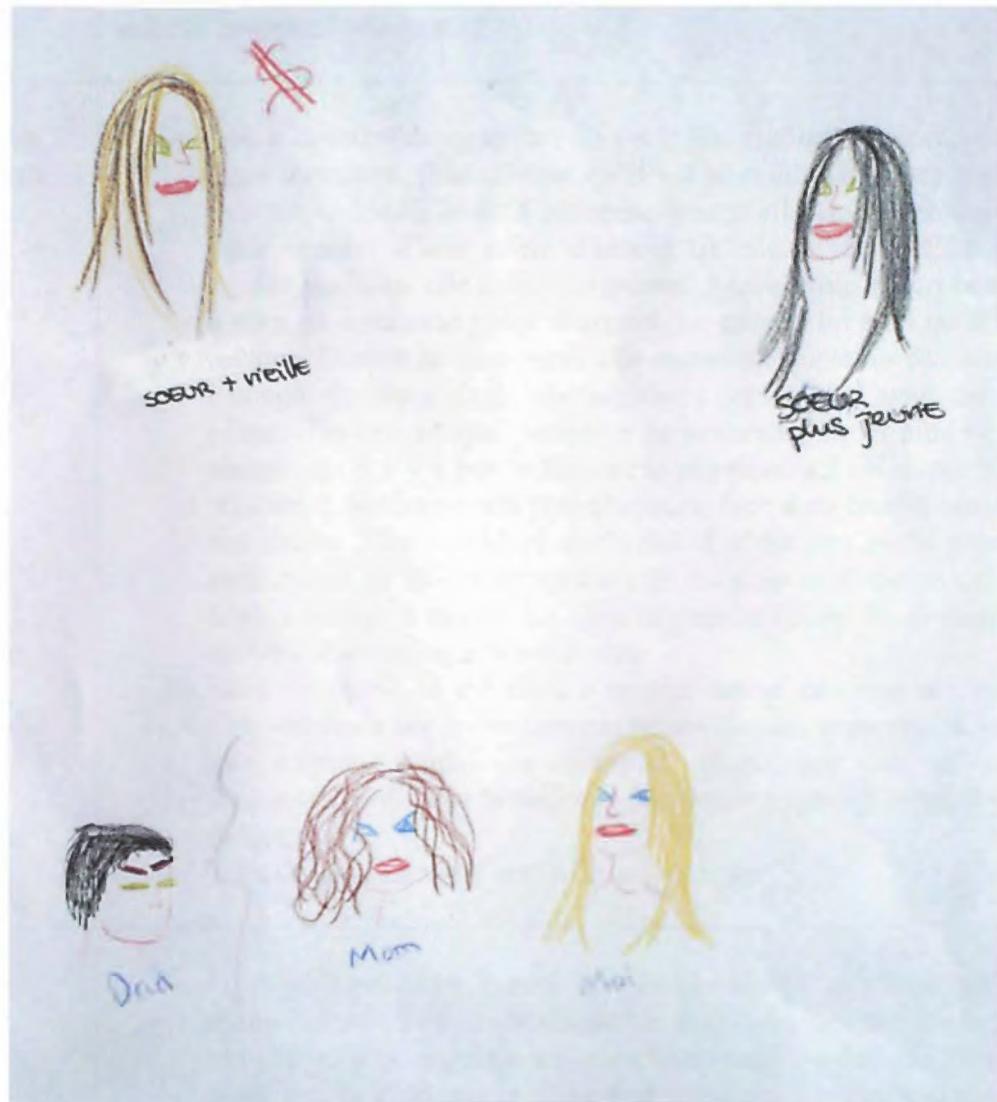


Illustration 2 : Moi et ma famille

Rencontre 2

Thème : Ligne de vie

Médium : Feutre

Mise en train	<p>La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et elle ne sait pas comment elle se sent.</p>
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa a dessiné sa ligne de vie (voir Illustration 3) représentée par une ligne tortueuse. Elle affirme qu'il y a plus de mauvaises choses qui ont marqué sa vie. Elle était heureuse lorsqu'elle était avec son amie. Elle parle ensuite d'une peine d'amour qu'elle a vécue. Elle s'est sentie rejetée parce qu'elle était trop grosse. Après avoir maigri beaucoup, elle a vécu sa deuxième peine d'amour. Le garçon lui a dit qu'elle était trop maigre. Durant la rencontre, elle remet en question des croyances sur l'image physique dans une relation : lorsqu'elle avait un surplus de poids, elle croyait que personne ne pourrait l'aimer ainsi. Elle se rend compte qu'il n'y a pas seulement le physique qui est important dans une relation. Léa aborde une préoccupation face à un conflit entre sa sœur et son chum. Elle considère que celui-ci n'est pas gentil avec elle. Elle parle aussi de sa consommation de drogues et d'alcool qui a diminué depuis quelques temps. Le déménagement récent de sa meilleure amie est un événement qui la rend triste. ➤ Dans ce dessin, il y a encore scotomisation du corps des personnages. Une emphase sur la bouche accentuée de son personnage lorsqu'elle a un surplus poids, sa maladie d'anorexie et sa dépendance drogues/alcool. Pour la majorité des personnages illustrés, il y a absence de nez. ➤ Titre donné : La vie d'une fille anorexique.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le travail en cours durant la thérapie vise à améliorer sa perception d'elle-même. Léa a tendance à voir son corps comme objet de séduction. Elle exprime un questionnement au-delà de l'image de soi mais sur la profondeur dans une relation. Le titre montre une forte identification à la maladie, englobant tout ce qu'elle est. ➤ L'absence de corps souligne la mauvaise intégration du schéma corporel. La place est complètement réservée au dessin de la tête, ce qui valorise encore le contrôle par l'intellect ou l'imaginaire (Anzieu, 1973). Le corps est légèrement dessiné lorsqu'elle a un surplus de poids.

	<p>L'hypothèse d'un lien entre un sentiment de perte de contrôle et son surplus de poids peut être établie.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Un rapport conflictuel à la sexualité peut être présent (Anderson & Anderson, 1965).
Appré-Ciation	Elle aime le feutre et les effets de couleurs plus vives. Elle dit que le feutre la réconcilie avec l'enfant en elle.
Boucler	La couleur présente à la fin de l'entrevue est le bleu et elle est calme.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa s'investit en thérapie. Elle fait des prises de conscience. ➤ Le thème est respecté. ➤ À la fin de la rencontre, elle est calme (couleur bleue). ➤ Elle utilise les crayons feutres pendant 27 minutes.

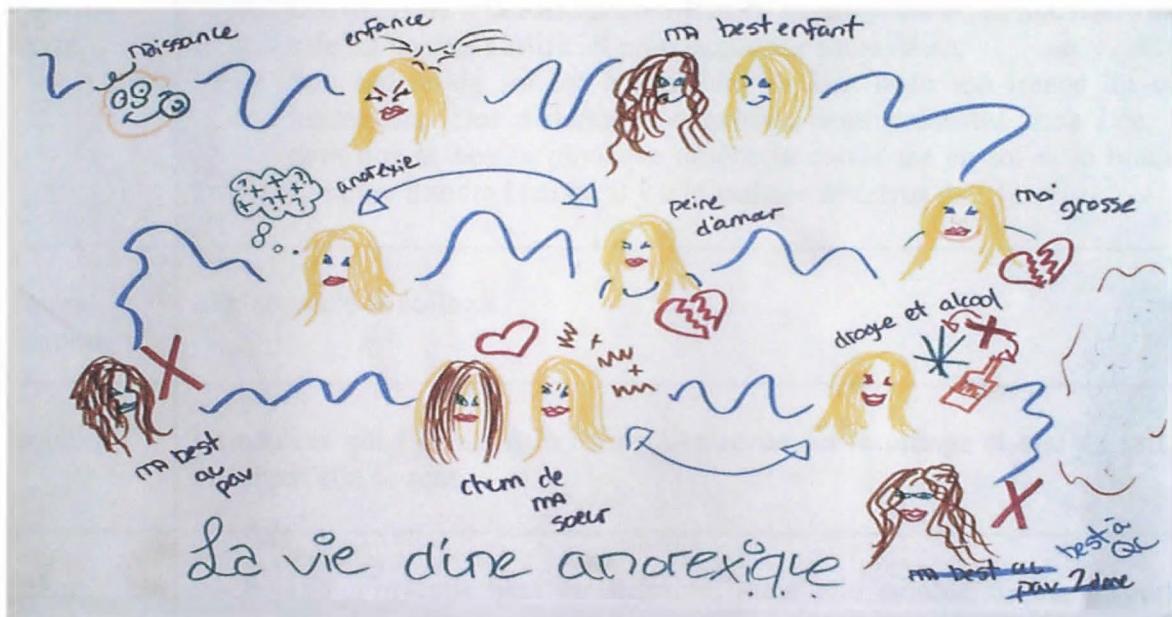


Illustration 3 : La vie d'une fille anorexique

Rencontre 3

Thème : Rêve nocturne ou rêve pour le futur

Médium : Collage

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le orange et elle ne sait pas comment elle se sent.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa rêve qu'elle prend de la drogue et qu'elle se sent bien (voir Illustration 4). ➤ Elle représente des mots dans son collage : gelé, accro, extase, excès, obsession, drogues, fête, plaisir. ➤ Elle fait une réflexion sur la possibilité d'accéder à un état de bien-être autrement que par la consommation de drogue. ➤ Elle affirme qu'elle ne se trouve pas belle et que si elle était top modèle, elle aurait confiance en elle et serait heureuse automatiquement. ➤ Titre donné : Mon rêve ☺
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa exprime à la fois un bien-être en se droguant et un malaise. Elle se crée un bonheur artificiel pour engourdir un malaise. ➤ Son estimate de soi est à travailler en lien avec son image du corps inadéquate. Des distorsions cognitives sont présentes chez Léa. Elle croit que la beauté physique amène la confiance en soi et le bonheur. L'œuvre montre bien qu'il y a le malaise intérieur de Léa.
Appré-Ciation	Elle apprécie le collage.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le orange et elle ne sait pas comment elle se sent.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa s'investit bien en thérapie, mais elle semble moins disponible émotionnellement à cette rencontre. ➤ Le thème est respecté. ➤ Elle réalise le collage en 49 minutes.



Illustration 4 : Mon rêve

Rencontre 4

Thème : Volcan
 Médium : Pastel à l'huile

Mise en train	<p>La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et elle se sent heureuse.</p>
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa dessine son volcan (voir Illustration 5). Elle exprime un malaise à imaginer le fait qu'elle arrête de se contrôler et qu'elle exprime réellement ses pensées aux gens concernés. Si elle ne se retenait pas, elle engueulerait les gens qui ne l'aiment pas à l'école (elle ne les apprécie pas plus). Elle dit qu'elle mangerait comme avant l'anorexie. Elle parlerait fort au père du chum de sa sœur qui a eu des comportements irrespectueux envers sa sœur plus jeune. Elle parlerait aussi au chum de sa sœur aînée qui ne prend pas toujours soin de sa sœur. ➤ Dans cette image, il y a beaucoup de colère exprimée. Une expression de joie est présente lorsqu'il est question de la maladie et d'imaginer qu'elle pourrait remanger comme avant. ➤ Il y a toujours scotomisation du corps des personnages. L'illustration d'une seule main est présente. Il y a aussi absence de nez et de cou. L'emphase sur la bouche et sur les yeux sont à noter. Il y a aussi présence de nourriture. ➤ Titre donné : Explosions négatives et positives.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa présente une difficulté à diminuer le contrôle sans démontrer de l'impulsivité. ➤ Léa fait preuve d'un sens de la justice sociale. Elle exprime le désir de remettre à leur place ceux qui ont des comportements irrespectueux. ➤ L'expression de colère est dirigée principalement envers des hommes qui « traitent » mal les femmes (ses sœurs et elle-même). Léa frappe même un homme au visage. Le rapport à l'homme et à la sexualité semble conflictuel: absence de nez (Anderson & Anderson, 1965). Il y a aussi dévalorisation de la figure masculine. ➤ Les yeux de son personnage expriment de la sévérité. ➤ La présence de nourriture et l'emphase sur la bouche des personnages sont encore des éléments de surinvestissement oral (Aubin, 1970).

Appréciation	Elle apprécie le pastel à l'huile.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le bleu et elle se sent mélangée.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa exprime une certaine retenue à cette séance au départ. Par la suite, elle ressent un malaise à extérioriser les choses qu'elle garde en dedans d'elle. Le volcan ne crée pas de soulagement pour elle. ➤ Le thème est respecté. ➤ Elle réalise le dessin en 31 minutes.

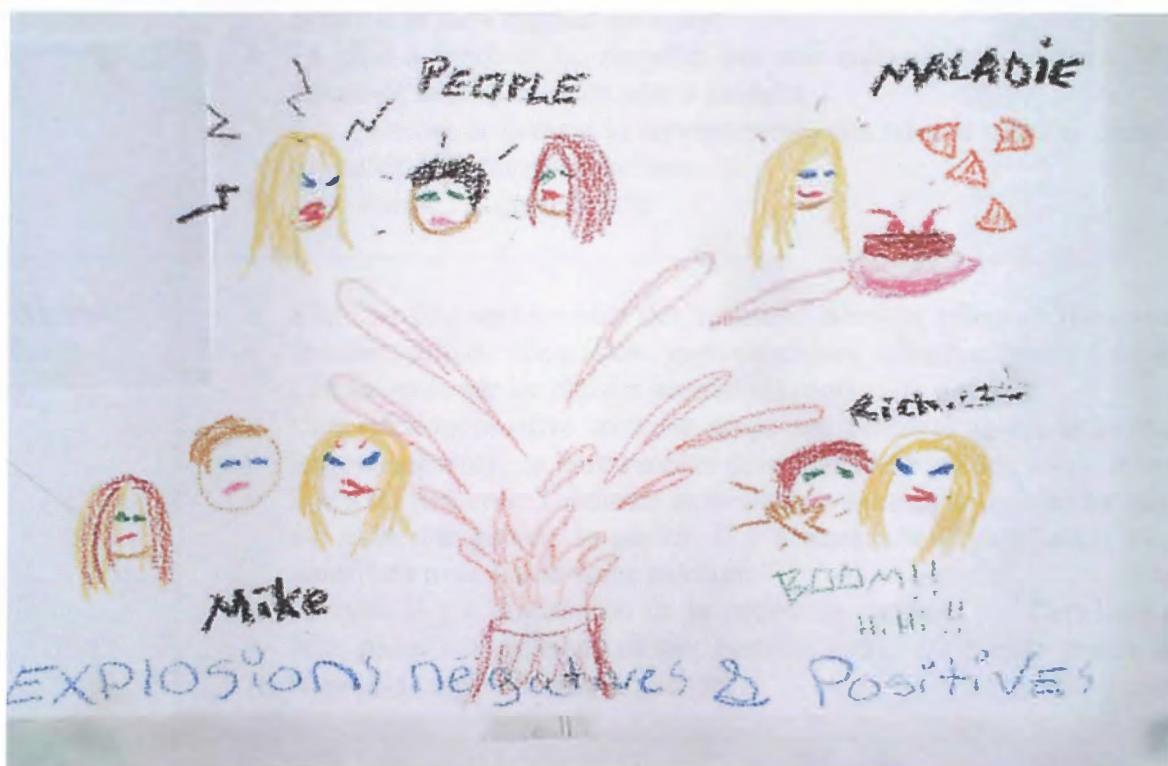


Illustration 5 : Explosions négatives et positives

Rencontre 5

Thème : Vivre sur une île
 Médium : Pâte à modeler

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le vert et elle ressent le goût de s'amuser.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa amène sur son île : son chat, une photo de famille parce que sinon elle s'ennuierait, sa meilleure amie, un gars qui lui plairait (obligé de venir), une radio (vivre sans musique elle dit qu'elle n'aimerait pas ça), un sac à dos vide pour ramener plein de souvenirs, du pot pour se donner un peu de plaisir. Elle affirme que les gars c'est essentiel à sa vie. L'ambiance sur l'île serait de s'amuser, de relaxer et d'avoir du plaisir à se faire bronzer au soleil. ➤ La pâte à modeler lui rappelle des souvenirs de son enfance, elle se faisait de la nourriture en pâte à modeler... ➤ Il y a encore seulement la représentation des têtes et non des personnes en entier. Un animal est présent. ➤ Titre donné : L'île de la joie.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elle identifie verbalement des besoins : Sécurité affective (lien avec la famille), joie de vivre (chat, gars, musique), affection (gars). La vie sur l'île est axée sur les plaisirs immédiats (pot). ➤ Une relation positive avec le corps est présente (mais le corps est toujours absent) : se faire bronzer pour la chaleur sur son corps, relaxer. ➤ Il y a un lien entre l'enfance et la relation avec la nourriture en bas âge qui était une source de plaisir. Il y a ainsi une réconciliation avec la nourriture avec l'aide de ce médium. ➤ En bref, il y a diminution de la notion de contrôle par l'intellect pour faire place aux pulsions et aux besoins vitaux du corps : plaisir de la sensation corporelle et manger.
Appréciation	Elle aime beaucoup la pâte à modeler, cela lui rappelle son enfance.

Boucler	La couleur présente à la fin de l'entrevue est le vert et elle est joyeuse.
Bilan	<ul style="list-style-type: none">➤ Léa s'investit bien en thérapie.➤ Le thème est respecté.➤ Elle réalise l'œuvre en 30 minutes.➤ Léa exprime le désir mettre fin à la thérapie puisqu'elle consulte depuis deux ans auprès d'intervenants.

Rencontre 6

Thème : Gribouillis

Médium : Pastel gras

Mise en train	<p>La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le orange et elle se sent fatiguée.</p>
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Garde trois gribouillis pour faire une image contenant un serpent, un soleil (une madame au départ lorsqu'elle la dessine, et elle la transforme en soleil ensuite) et un cactus (voir Illustration 6). Elle invente une histoire. C'est un serpent nommé Éric qui est seul dans le désert. Il s'ennuie et est triste. Il voudrait bien un ami. Sa copine serpent est morte. Mais personne veut être son ami parce que c'est un serpent à sonnette : il mange. Il décide de partir en voyage. À un moment donné lorsqu'il regarde le soleil, il entend soudain une voix. C'est le soleil qui lui parle. Le soleil lui demande s'il veut être son ami. Le serpent lui dit : « Toi tu es tout en haut dans le ciel et moi je suis seul en bas ». Le serpent essaie d'aller retrouver le soleil. Le serpent n'y arrive pas et s'en va et n'a plus jamais reparlé au soleil. ➤ Léa a de la facilité à se laisser aller dans la spontanéité de la tâche. ➤ Léa trouve que cette histoire lui ressemble parce qu'elle se sent seule et qu'elle aimeraient avoir un chum. ➤ Le serpent exprime un air triste et sort la langue. Léa représente la copine du serpent qui est décédée en illustrant la mort par une croix rouge. Le soleil est représenté par un visage féminin avec une boucle dans les cheveux. Les yeux du soleil sont accentués. Des lignes courbes sont très présentes dans ce dessin. ➤ Titre donné : Le serpent solitaire ; ➤ Léa mentionne qu'elle a appris beaucoup sur elle durant les différentes rencontres. Elle dit avoir aimé faire de l'art-thérapie.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Il y a possibilité de faire un parallèle entre l'histoire racontée ici par Léa et l'histoire du Petit Prince de St-Exupéry. ➤ Léa est plus en contact avec ses émotions. Elle s'identifie au serpent. Elle exprime ainsi de la solitude et de la tristesse. Elle est consciente de sa différence face aux autres jeunes. ➤ Le thème de la mort est présent. Il y a aussi présence d'anxiété de séparation, c'est-à-dire la peur de perdre quelqu'un de précieux.

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ La langue du serpent est un signe d'agressivité orale. ➤ Il y a présence du soleil qui est un symbole de la figure paternelle. Celui-ci est représenté par une femme. Un symbole masculin présent signifie la recherche de réassurance du père (Royer, 1984). L'hypothèse que c'est la figure maternelle qui détient le rôle de rassurer dans la perception de la jeune peut être faite. ➤ Le dessin illustre des éléments qui sont associés à la sexualité. Le serpent représente une symbolique phallique (désir). Le cactus est illustré comme symbole phallique même s'il est piquant... La boucle dans les cheveux est un accessoire de séduction féminin. ➤ Les lignes courbes peuvent signifier de la sensibilité, de la délicatesse et de la dépendance (Aschuler & Hattwick, 1943).
Appré-Ciation	Elle aime le médium.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le blanc et elle se sent réveillée.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Léa s'investit bien en thérapie. Elle invente facilement une histoire (représentant ses projections). ➤ Elle fait preuve d'une meilleure connaissance d'elle-même. ➤ Le thème est respecté. ➤ Elle réalise les gribouillis en 36 minutes. ➤ C'est la dernière séance de suivi de cette adolescente tel qu'entendu, suite à sa demande exprimée à la séance précédente.



Illustration 6 : Le serpent solitaire

Résultat de la seconde passation du test d'intelligence émotionnelle

Le test sur l'intelligence émotionnelle a été administré une seconde fois à Léa. Elle fait preuve d'une bonne collaboration en entrevue. Comme la première fois, la mesure de l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer n'ont pas donné de résultats significatifs, ce qui renforce la validité du test. Le résultat global du test de Léa se situe au niveau de l'intelligence émotionnelle moyenne, comparativement à faible avant le suivi en art-thérapie (son score global est passé de 84 à 100). La Figure 2 illustre le premier et le second profil des résultats obtenus par Léa.

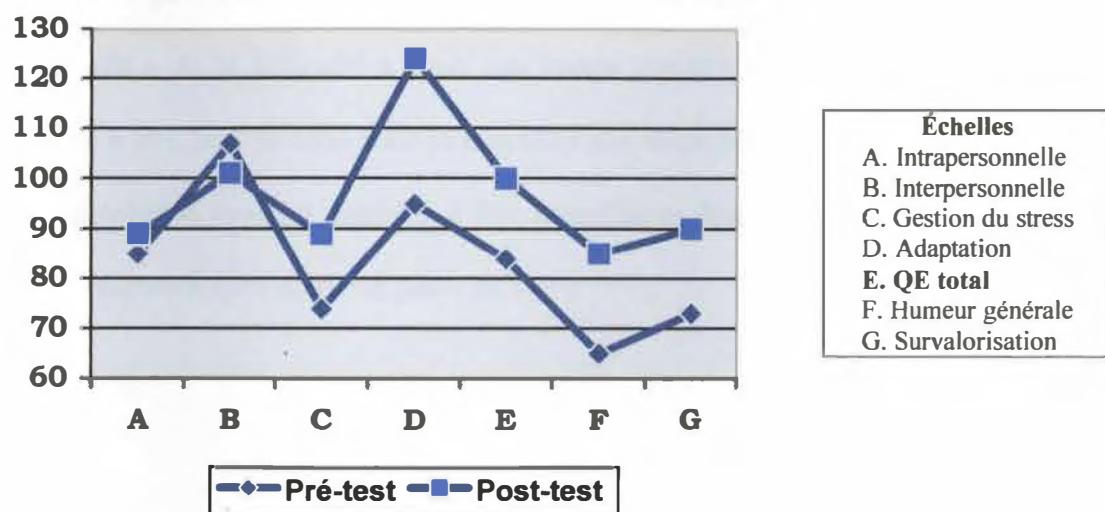


Figure 2. Résultats de Léa à la première et à la seconde passation du test d'intelligence émotionnelle

En comparant les résultats du pré- et du post-test, certains changements peuvent être constatés. Face à une nouvelle situation, Léa démontre à la première passation une

bonne capacité d'adaptation, alors qu'à la deuxième passation, Léa fait preuve d'une très forte capacité à s'adapter (score passé de 95 à 124). Au niveau de son anxiété, Léa est passée d'une bonne capacité à gérer son anxiété à une capacité très bonne (score passé de 74 à 89). Son fonctionnement général était au départ affecté par une humeur dépressive, tandis qu'à la fin du suivi en art-thérapie, son humeur s'est améliorée (score passé de 65 à 85).

De plus, des différences sont présentes mais non significatives entre le pré- et le post-test : Léa présente, comme au pré-test, une faible capacité à exprimer ce qu'elle ressent et elle a de la difficulté à avoir une image positive d'elle-même (son score est passé de 85 à 89). Elle se situe dans la moyenne aux deux passations quant à sa capacité d'entrer en relation avec les autres et d'être empathique face à ce que peuvent vivre les gens qui l'entourent (son score est passé de 107 à 101).

Bilan des résultats de Léa et commentaires

Suite aux six rencontres d’art-thérapie avec Léa, certaines constatations peuvent être faites. Nous verrons, en premier lieu, les éléments principaux qui marquent l’évolution de chacune des rencontres, et en second lieu, les changements observés entre le pré- et le post-test du QE.

En premier lieu, il est à noter que Léa consulte pour ses pensées récurrentes concernant l’idée d’engraisser. Dès la première rencontre, elle désire travailler sur sa confiance en soi.

Les premières rencontres sont caractérisées par la création du lien de confiance et l’éclaircissement de la problématique de Léa. Elle présente une intégration inadéquate de son image corporelle. Son estime de soi est faible et elle se connaît peu. Elle valorise l’intellect (et le contrôle) au détriment du corps et des pulsions. Elle entre en relation avec les autres en utilisant son corps comme outil de séduction.

À partir de la deuxième rencontre, un doute est présent chez Léa dans sa façon d’entrer en relation. Elle commence à considérer qu’il y a quelque chose de plus profond que le physique dans une relation. Elle croit aussi que la beauté lui apportera la confiance en soi. Des distorsions cognitives sont encore présentes.

À la quatrième rencontre, Léa mentionne sa difficulté à laisser aller son désir de contrôle et à lâcher prise. Elle exprime un désir de plaire aux gens autour d'elle. Paradoxalement à son désir de plaire en restant mince, elle précise que si elle se laissait aller, elle mangerait comme avant.

La cinquième rencontre semble décisive dans la façon de voir de Léa : le focus n'est plus centré sur le regard de l'autre, mais elle entre plutôt en contact avec ce qu'elle ressent. Elle apprend à mieux se connaître et à parler de ses besoins. Léa vit une expérience positive en touchant à la pâte à modeler : ce médium est particulier pour elle, il lui rappelle des souvenirs heureux de son enfance lorsqu'elle faisait de la nourriture en pâte à modeler.

Vers la fin du suivi, Léa exprime des émotions qu'elle ressent à travers son histoire. Elle est davantage en contact avec ses émotions et arrive à les exprimer davantage. Léa affirme avoir une meilleure connaissance d'elle-même et c'est ce qu'elle a aimé des rencontres en art-thérapie. Dans un deuxième temps, certaines comparaisons peuvent être effectuées entre le pré- et le post-test concernant l'intelligence émotionnelle. D'abord, à la première passation, le quotient émotionnel se situe au niveau de l'intelligence émotionnelle faible comparativement aux jeunes de son âge. À la seconde passation, son QE se situe au niveau de l'intelligence émotionnelle moyenne. Ainsi, on note une augmentation de son résultat global au test.

Plus précisément, certaines améliorations sont observées. Sa capacité d'adaptation est passée de bonne à très bonne lorsqu'il s'agit de réagir adéquatement face à une situation nouvelle. Son niveau d'anxiété a diminué, bien qu'il soit encore présent. Son humeur plutôt dépressive s'est améliorée.

Certains éléments n'ont pas été modifiés suite au programme d'art-thérapie. Léa présente une faible capacité à exprimer ses émotions et elle a de la difficulté à avoir une image positive d'elle-même, ce qui est resté semblable suite à la seconde passation. Elle se situe dans la moyenne quant à sa capacité d'entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage.

Somme toute, Léa n'a pas présenté de régression, mais bien des améliorations de certains aspects d'elle-même mis en évidence par l'augmentation du score de quotient émotionnel, même si d'autres aspects sont demeurés relativement inchangés.

Par contre, les problèmes qui l'ont amenée en thérapie n'ont pas été résolus : par exemple, le contrôle des pulsions par l'intellect est resté constant dans toutes les productions (absence de représentation des corps). Probablement, que Léa sent des changements profonds nécessaires et son désir d'arrêter la thérapie est peut-être en lien avec la peur de ces changements.

Le Cas de Jacob

Description du patient et son histoire de vie

Au niveau familial, Jacob est le deuxième d'une famille de deux enfants, dont l'aînée est une fille. Sa sœur a actuellement 13 ans. Jacob, quant à lui, a 10 ans. Il est très lié à sa mère. Depuis quelques mois, il partage une activité avec son père (le hockey), où les deux semblent se rejoindre, apprécier ces moments, et où Jacob semble valorisé. L'occupation de son père est opérateur de machineries lourdes. Sa mère, quant à elle, est coiffeuse.

Pour ce qui est de l'histoire du développement de Jacob, c'est un enfant désiré. La grossesse et l'accouchement se sont bien déroulés. Il est allaité jusqu'à l'âge d'un an. Il est décrit comme un bébé facile, tranquille qui a fait ses nuits à un mois. L'acquisition de la marche et de la propreté ont été dans la norme.

Jacob est en quatrième année du primaire lorsqu'il est référé au service de psychologie. Il présente des difficultés d'apprentissage importantes depuis le début de la fréquentation scolaire. Il a déjà doublé sa première année. Au plan comportemental, Jacob est très minutieux et réagit aux moindres changements dans sa routine. Il a aussi des difficultés à s'endormir et demande alors l'attention particulière de sa mère. Jacob est peu autonome dans les routines quotidiennes, surtout en présence de la mère avec qui il

se montre très dépendant. C'est un jeune qui exprime peu ses émotions, qui manque d'autonomie et de maturité. Il a aussi des difficultés à s'exprimer.

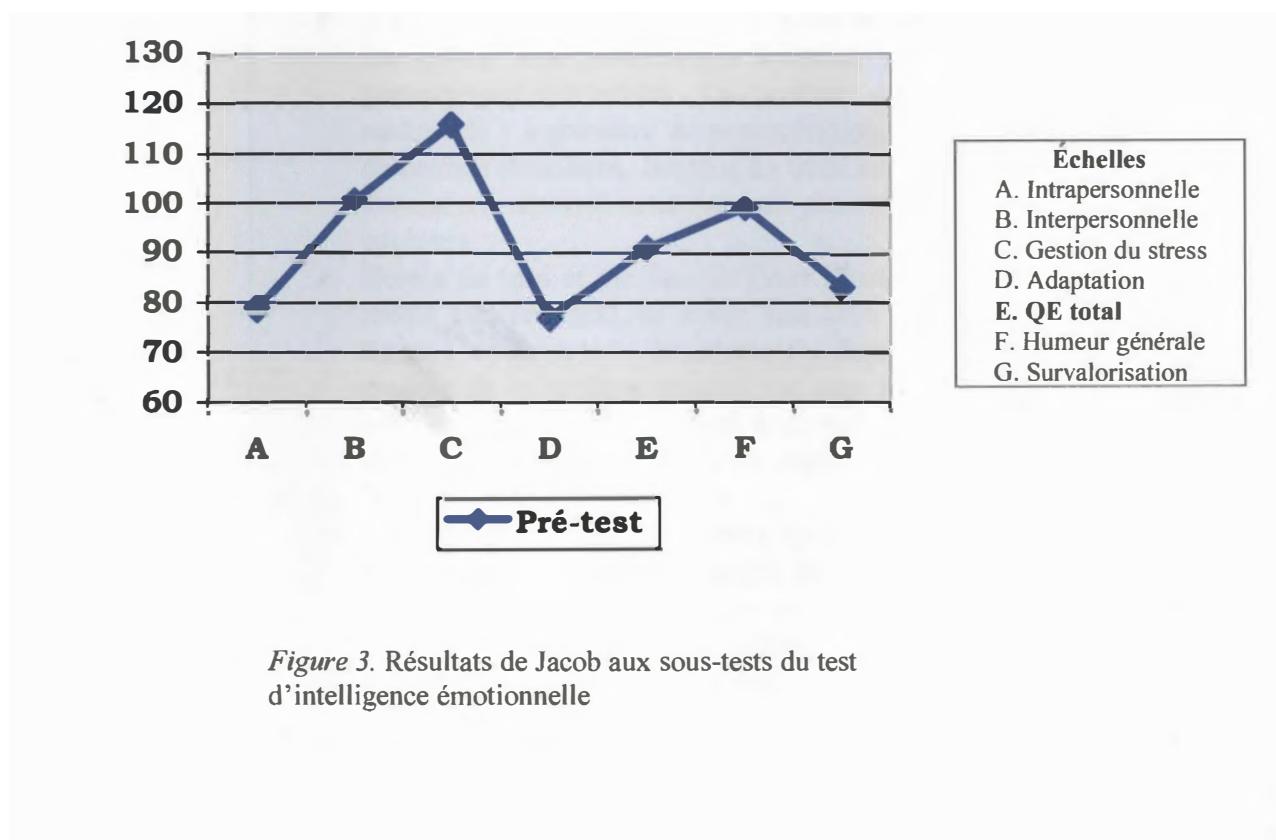
Motif de consultation

Les difficultés d'apprentissage de Jacob sont au centre des préoccupations des parents. Étant donné les difficultés d'affirmation de Jacob, l'art-thérapie semble toute indiquée pour favoriser l'expression de ses émotions et la liquidation de son anxiété. Dans le cas de Jacob, dix séances d'art-thérapie ont été précédées par l'administration du test de QE, puis suivies par une réévaluation. Une série de cinq autres séances s'est ajoutée et une administration du test du QE à la fin de la quinzième rencontre. Une évaluation finale a été réalisée à la fin de la vingt-deuxième séance d'art-thérapie qui s'est arrêtée en lien avec la fin de mon internat.

Résultat de la passation du pré-test d'intelligence émotionnelle

Le test d'intelligence émotionnelle a été administré à Jacob en pré-test. Il collabore bien à l'évaluation. Il est inhibé et peu expressif en entrevue. La mesure de l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer n'ont pas donné de résultats significatifs, ce qui renforce la validité du test. Le résultat global au test situe Jacob au niveau de l'intelligence émotionnelle moyenne inférieure comparativement aux jeunes de son âge. Les résultats du pré-test sont présentés dans la Figure 3.

De façon plus spécifique, Jacob présente une très faible capacité à exprimer ses émotions et il a de la difficulté à avoir une image positive de lui-même. Il a tendance à se voir négativement. Il a aussi une propension à être dépendant des gens qui l'entourent. Jacob se situe dans la moyenne quant à sa capacité d'entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage. Face à une nouvelle situation, il a une très faible capacité à s'adapter. Au niveau de son anxiété, Jacob a un fort contrôle sur ses impulsions. Son humeur générale est bonne.



Compte-rendu des rencontres avec Jacob en art-thérapie

Rencontre 1

Thème : Moi et mes amis. Moi et ma famille

Médium : Crayons de couleur

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le vert et il ne sait pas comment il se sent.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob me questionne sur ce qu'il doit faire et comment le faire. ➤ Il veut un crayon de plomb au lieu des couleurs. ➤ Il hésite longtemps avant de dessiner. Il me questionne sur ce qu'il peut ou ne peut pas faire. ➤ Dessin de moi et mes amis (voir Illustration 7): Il se dessine lui-même (en premier) et trois amis. Titre donné au dessin : Moi et mes amis. ➤ Il y a une distance plus grande entre le personnage qui le représente et les autres. Les personnages arborent un sourire figé. Le tronc des personnages est mince. La posture des personnages montre de la raideur. Il y a présence de persévération, c'est-à-dire qu'il y a répétition de formes similaires. Jacob a un tracé appuyé. L'ensemble du dessin est dessiné en monochrome (crayon plomb), même s'il avait le choix des couleurs. ➤ Dessin de moi et ma famille (voir Illustration 8): Jacob se dessine lui-même (en premier), sa sœur, son père et sa mère. Pour ce dessin, il dessine en premier l'ensemble du dessin au crayon plomb. Il ajoute ensuite de la couleur orange sur tous les vêtements. Son chandail et celui de sa mère sont dessinés d'un trait plus appuyé. Le pantalon de son père et celui de sa sœur sont aussi dessinés d'un trait appuyé. Titre donné au dessin : Ma famille. ➤ Une distance est présente entre lui et le reste de sa famille. Jacob et sa mère sont les deux personnages les plus éloignés. L'expression de ses personnages est représentée par un sourire figé et leur posture est rigide. Il n'y a pas de différences corporelles au niveau de l'identité sexuelle, excepté la longueur des cheveux.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob vit de l'anxiété de performance (demande de préciser les consignes, hésite longtemps avant de dessiner, me pose des questions

	<p>sur ce qu'il peut ou ne peut pas faire).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob a besoin de définir le dessin en s'assurant d'un cadre avant de mettre la couleur et de contrôler la couleur qui ne doit pas dépasser du cadre. On peut dire que la rationalité prime sur l'émotion (Royer 1984). Il a peu accès au monde émotif et il utilise peu les couleurs (il emprunte surtout une couleur le orange). On note un élément de rigidité lié à l'utilisation de la même couleur pour tous les vêtements de tous les membres de la famille. ➤ Il a peu accès à la spontanéité et à la créativité. Par exemple, il y a peu de mouvement dans la représentation de ses amis et de sa famille. Les postures corporelles rigides sont associées à de l'anxiété et de l'inhibition face à des pulsions (Royer, 1984). Jacob utilise les mêmes formes chez tous ses personnages. Il nomme aussi ses dessins par le même titre que les thèmes présentés. ➤ Le tronc mince de ses personnages peut indiquer un état de faiblesse ou un désir de rester enfant (Aubin, 1970). Le désir de rester enfant a déjà été confirmé par les dires de la mère. ➤ Il exprime un sentiment de rejet en mettant une distance avec le reste de sa famille (Aubin, 1970). Un conflit émerge entre le désir verbalisé de rester près de sa mère et la distance qu'il doit prendre avec elle pour développer son autonomie. ➤ Des sous-systèmes sont représentés par le trait : sa sœur et son père d'une part, et lui-même et sa mère d'autre part. ➤ L'absence de différenciations sexuelles entre les personnages indique un retard au niveau de son développement affectif.
Appré-Ciation	Jacob trouve les crayons couleurs corrects (mais les utilise peu...), il me demande un crayon de plomb.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le vert et il ne sait pas comment il se sent.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Il investit la tâche demandée. Le thème est respecté. ➤ Il utilise peu les crayons de couleurs (10 minutes). ➤ Il parle très peu en entrevue.

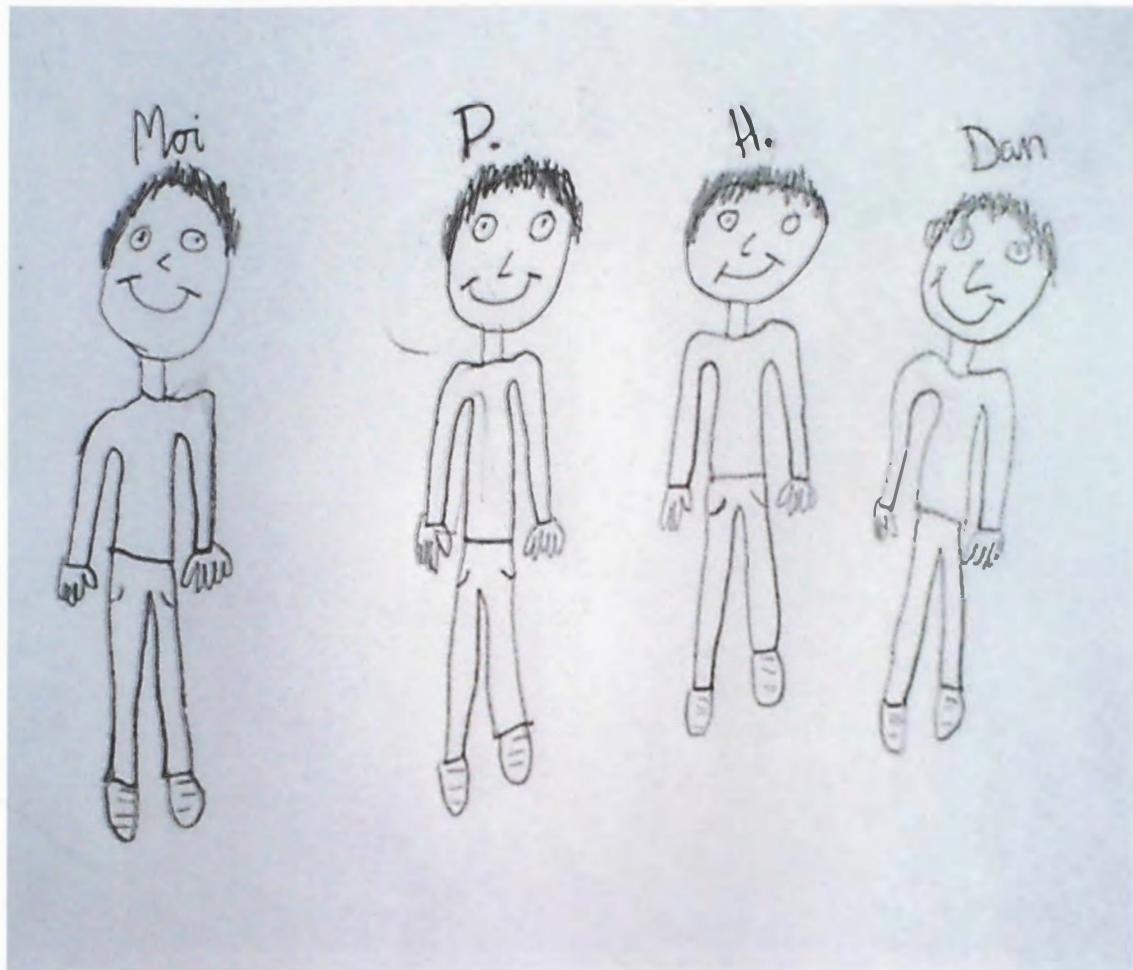


Illustration 7 : Moi et mes amis

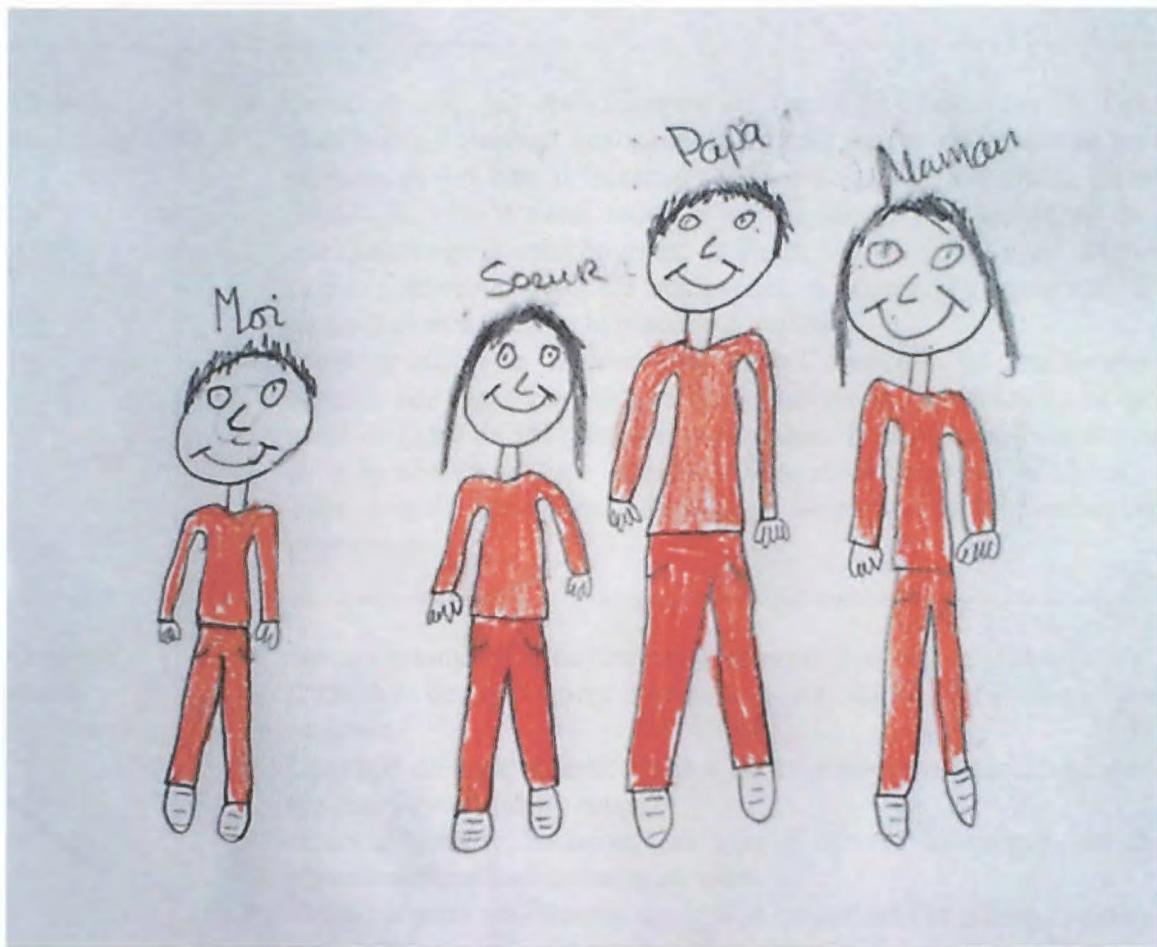


Illustration 8 : Ma famille

Rencontre 2

Thème : Ligne de vie

Médium : Feutre

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le jaune et il se sent heureux.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob aborde son cheminement de vie (voir Illustration 9). Lorsqu'il était bébé, il dormait beaucoup et pleurait peu selon ce que sa mère lui raconte. À 4-5 ans, il faisait du vélo avec ses petites roues. Ensuite, il faisait du vélo à deux roues et ça lui faisait peur au début et après quelque temps il était heureux. À 7 ans, il s'est perdu dans un magasin et il se souvient d'avoir été très inquiet. À 10 ans, il a commencé à jouer au hockey et à faire de la planche à roulette. ➤ Jacob a utilisé la couleur bleu pour l'ensemble de son dessin. Il a dessiné une ligne horizontale pour illustrer la chronologie, ce qui sert aussi de ligne de sol pour son personnage. Il utilise peu l'espace central de la feuille, ce qui crée un espace blanc entre l'âge de 7 et 10 ans. ➤ Titre donné : Les momen de ma vie (avec une faute d'orthographe à <i>moments</i>).
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob exprime un attachement à la mère. Son souvenir montre un vécu d'anxiété de séparation lorsqu'il a été laissé à lui-même dans le magasin. ➤ Un autre élément montre qu'il a les ressources internes pour affronter ses peurs (vélo à deux roues). ➤ Jacob s'identifie beaucoup au père à travers le hockey, ce dernier affectionne particulièrement ce sport. ➤ Jacob présente un élément de rigidité en utilisant la même couleur pour l'ensemble de son dessin. Le bleu signifie le calme, la douceur et la tendance à valoriser l'intellect (Royer, 1984).
Appré-Ciation	Il aime le feutre.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le rouge et il ne sait pas comment il se sent.

Bilan	<ul style="list-style-type: none">➤ Jacob s'investit en thérapie.➤ Le thème est respecté.➤ Il utilise les crayons feutres pendant 46 minutes.
-------	---



Illustration 9 : Les moments de ma vie

Rencontre 3

Thème : Rêve nocturne ou rêve pour le futur

Médium : Collage

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et il se sent endormi.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Son rêve est tourné vers le futur lorsqu'il aura 30 ans (voir Illustration 10). Il choisit et colle (dans cet ordre) une automobile, lui-même, une profession de capitaine de bateau, deux chiens, une femme, un enfant, une maison, un équipement de hockey. ➤ Titre donné : Ma vie à 30 ans. Le «Ma» dans le titre est écrit avec plus d'ampleur que le reste du titre. ➤ Le collage est placé vers la gauche de la feuille. ➤ Plusieurs couleurs sont présentes dans le collage, mais il y a toutefois une dominance de la couleur bleue. ➤ Les personnages ont une expression de joie. Ils sont représentés dans des situations où il y a du mouvement. ➤ Toutefois, le fait de ne pas investir la partie droite de la feuille questionne son assurance de posséder tout cela dans l'avenir.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ La grandeur du «Ma» dans le titre indique un besoin de Jacob de s'affirmer dans son individualité. ➤ Le mouvement illustré peut être un signe de vitalité. Selon Kim Chi (1989), il peut aussi être associé à une tension présente chez la personne. ➤ Il y a une identification au père (celui-ci aime le hockey et les automobiles). ➤ La dominance de bleu peut symboliser le calme, la douceur et la tendance à valoriser l'intellect (Royer, 1984). ➤ Le titre résume bien le thème qu'il a choisi pour son rêve. Il est capable de se projeter dans l'avenir en ayant sa famille à lui plus tard. Un certain désir de devenir autonome est présent chez lui.
Appré-Ciation	Il aime le collage.

Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le gris et il se sent heureux.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob s'investit bien en thérapie. Il est aussi plus disponible émotionnellement. ➤ Le thème est respecté. ➤ Il réalise le collage en 55 minutes.



Illustration 10 : Ma vie à 30 ans

Rencontre 4

Thème : Volcan
 Médium : Pastel à l'huile

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le orange et il se sent heureux.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob me dit avoir de la difficulté à comprendre le thème. ➤ Il met en scène le volcan. Il affirme que s'il ne se retenait pas, il parlerait à un garçon à l'école pour que celui-ci arrête d'être tannant. Il dirait aussi à sa sœur qu'elle le fatigue vraiment souvent. Il mangerait au moins cinq biscuits. À l'école, il poserait des questions plus souvent s'il était moins gêné. Il dit avoir peur que les gens rient de lui quand il pose des questions. Il ferait aussi plus de skate board. ➤ Le dessin est dessiné en monochrome de vert : une couleur qu'il aime beaucoup. ➤ Titre donné : Ma vie que je dis tout.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob ressent un désir de sortir de la sécurité (parler à l'école devant les autres, skate board) ➤ Il y a présence d'élément d'oralité. ➤ Une certaine rivalité semble être présente avec sa sœur aînée. ➤ Jacob fait preuve de peu de confiance en lui en ayant peur de faire rire de lui en classe. Cependant, il ressent le besoin de s'exprimer davantage. Il fait preuve d'originalité et de créativité dans le titre, qui exprime un aspect libérateur. Toutefois, il manque de créativité par l'utilisation d'une seule couleur, le vert pour l'ensemble du dessin. Cette couleur peut signifier l'espoir, la renaissance, ou encore l'amertume et la colère (Royer, 1984). C'est encore une marque de rigidité.
Appré-Ciation	Il apprécie le pastel à l'huile.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le rouge et il se sent fatigué.

Bilan	<ul style="list-style-type: none">➤ L'extériorisation des pensées et des émotions que Jacob garde en dedans de lui semble le soulager.➤ Le thème est respecté. Bon investissement de la thérapie.➤ Il réalise le dessin en 31 minutes.
-------	--

Rencontre 5

Thème : Vivre sur une île

Médium : Pâte à modeler

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le bleu et il se sent souriant.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob amène sur son île : sa famille, son chat, des jeux de société, son Nintendo, des legos, de la nourriture : pâté chinois, pizza, frites, un four. ➤ Titre donné : Mon île. ➤ La réalisation en pâte à modeler est complètement de couleur bleu. Il y peu de différences entre les personnages représentés tant au niveau de l'identité sexuelle qu'intergénérationnelle.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Les besoins identifiés suite à ce qu'il amène dans l'île : sécurité affective (lien avec la famille), élément d'oralité (nourriture). L'île recrée sa réalité de vie actuelle avec sa famille, ses jeux et la nourriture qu'il aime, même un four (en espérant qu'il y ait de l'électricité). ➤ Besoin de demeurer dans le nid familial, c'est sécurisant pour Jacob. ➤ Le bleu présent dans son œuvre peut signifier le calme, la douceur et la valorisation de l'intellect (Royer, 1984). Encore une fois, la rigidité l'empêche d'employer une variété de couleurs.
Appré-Ciation	Il aime la pâte à modeler, il trouve ça amusant.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le rouge et il se sent heureux.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob parle peu. Il a de la difficulté à élaborer lorsque je lui pose une question. ➤ Le thème est respecté. ➤ Il réalise l'île en 32 minutes.

Rencontre 6

Thème : Gribouillis

Médium : Pastel gras

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et il est content aujourd'hui.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob pose des questions sur la tâche. ➤ Il garde trois gribouillis pour faire une image contenant un drapeau américain, un sous-marin (de l'armée), et un monstre (voir Illustration 11). Il invente l'histoire d'un sous-marin, provenant des États-Unis, qui cherche un monstre dans l'eau. Les gens dans le sous-marin trouvent le monstre et l'attrapent. Ils mettent le monstre dans une grosse piscine qui ressemble à un lac. Ils l'ont capturé pour l'étudier. ➤ Titre donné : La recherche du monstre (faute d'orthographe à <i>recherche</i>). ➤ Dans le dessin de Jacob, le monstre est uniquement représenté par une tête et il y a une emphase sur sa bouche et ses dents. Il y a deux couleurs présentes dans le dessin : le bleu et le vert. L'illustration est concentrée vers la gauche.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob présente de l'anxiété de performance face à la tâche à accomplir. Il a de la difficulté à se laisser aller à la réalisation de la tâche au départ. Il prend ensuite plaisir à faire des gribouillis. ➤ Son histoire est teintée par la guerre actuelle des États-Unis avec l'Irak. Il a une sensibilité face aux événements d'actualité qui l'entourent. ➤ Il vit une angoisse face à une menace pouvant provenir de l'inconnu. Et finalement, il a la capacité d'apprioyer l'inconnu en l'observant. ➤ L'absence de corps chez le monstre peut être une valorisation du contrôle par l'intellect ou l'imaginaire (Anzieu, 1973). Les dents sont associées à l'agressivité orale. ➤ Pour la première fois, il associe deux couleurs qu'il aime. ➤ Il privilégie encore la partie gauche de la feuille (difficulté à investir l'avenir). ➤ On peut confirmer les difficultés scolaires étant donné les fautes au niveau de l'écriture.

Appré-Ciation	Il aime le médium utilisé, il trouve ça amusant.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le bleu et il se dit souriant.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob s'investit bien en thérapie. Il commence à prendre du plaisir à se laisser aller à être spontané. ➤ Le thème est respecté. ➤ Il réalise les gribouillis en 45 minutes.

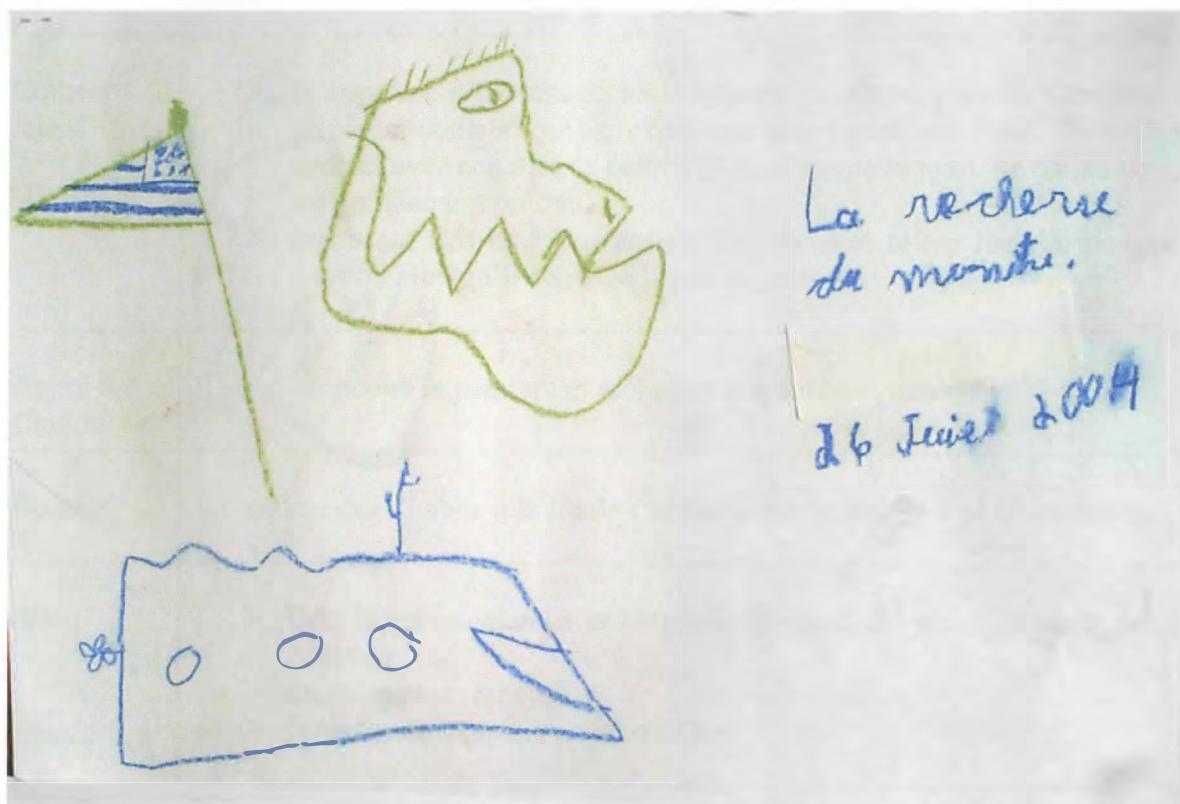


Illustration 11 : La recherche du monstre

Rencontre 7

Thème : Mandala

Médium : Peinture

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le jaune et il est content aujourd'hui.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob dessine une fleur et utilise plusieurs couleurs vives (bleu, rouge, jaune, vert). Il exprime du plaisir à peindre et à mélanger les couleurs. Il dit qu'il a fait un dessin joyeux. Il prend l'espace central du carton (voir Illustration 12). ➤ En entrevue, il échappe un pot de peinture et présente une attitude de mécontentement face à lui-même. ➤ Titre donné : Mon mandala.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Il apprivoise davantage les couleurs, il utilise pour la première fois plusieurs couleurs vives, exprimant des sentiments forts. Il est plus en contact avec son monde émotif (il exprime de la joie). Le plaisir de créer est grandement présent. ➤ Jacob est très exigeant envers lui-même et tolère mal le manque de contrôle lorsqu'il échappe le pot de peinture.
Appré-Ciation	Il aime beaucoup la peinture et mélanger des couleurs ensemble.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le bleu et il se dit souriant.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bon investissement à la thérapie. Il prend du plaisir à jouer avec les couleurs ➤ Le thème est respecté. ➤ Il réalise le mandala en 26 minutes.

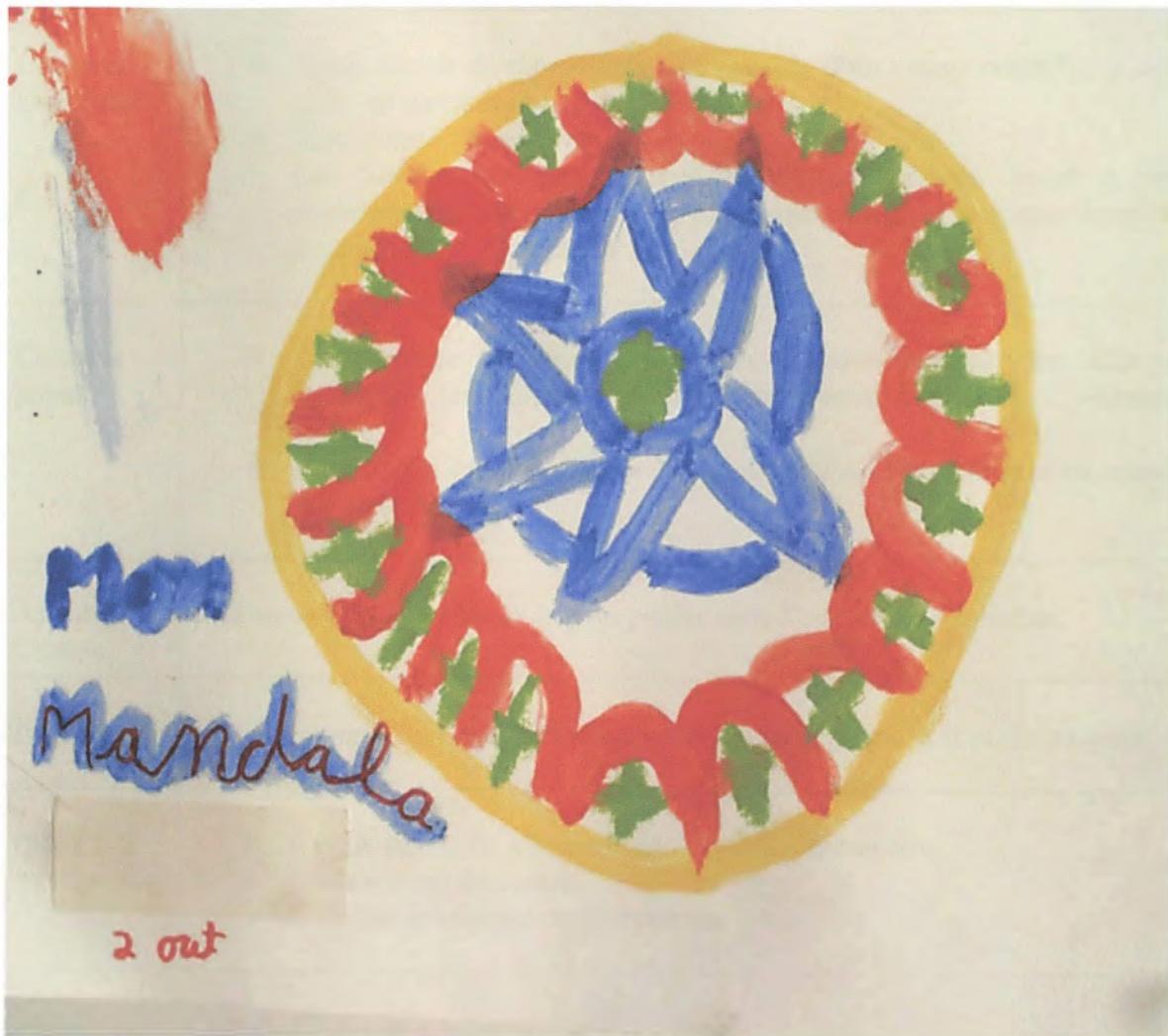


Illustration 12 : Mon mandala

Rencontre 8

Thème : Masque d'une émotion

Médium : Pâte à papier

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et il se sent heureux.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob décide de représenter «un masque d'un visage négatif». Il me dit qu'il est rarement en colère. ➤ Titre donné : Négativien. ➤ Les sourcils du masque sont légèrement froncés. Jacob a utilisé plusieurs couleurs vives : vert, jaune, bleu, brun, et avec une dominance de rouge (voir Illustration 13).
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob utilise de nombreuses couleurs pour exprimer ses affects. Il apprivoise les émotions considérées comme «négatives», comme la colère. ➤ Il y a de la créativité et de l'originalité dans l'invention d'un nouveau mot pour le titre.
Appré-Ciation	Il trouve ça amusant de mettre du papier dans l'eau avec de la farine.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le jaune et il se dit souriant.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Il parle peu mais s'investit dans la tâche demandée. ➤ Le thème est respecté. ➤ Il réalise le masque en 42 minutes.



Illustration 13 : Négativien

Rencontre 9

Thème : Le pont

Médium : Peinture aux doigts

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le jaune et il se sent heureux.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le pont part d'une maison jaune où il y a un garage (voir Illustration 14). L'endroit où il se rend c'est le paradis, l'endroit idéal. Pour arriver au paradis Jacob désire plusieurs choses : avoir un « chat bébé », être meilleur à l'école et aller en avion avec sa famille. Titre donné : Le pont. ➤ Il utilise tout l'espace central de la feuille avec de la peinture bleue, jaune et rouge. Il est très minutieux en entrevue.
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob exprime le besoin de rester près de sa famille en incluant un nouveau membre, un chat bébé. Une hypothèse peut être amenée: le bébé est un âge d'or pour Jacob, c'est-à-dire l'âge qu'il aimeraient avoir. ➤ Il se sent rend compte de sa différence au plan académique. Il a le désir de correspondre aux attentes parentales sur le plan scolaire. ➤ Le paradis illustre les désirs inconscients de Jacob. ➤ Maintenant, pour représenter son pont, il utilise plusieurs couleurs.
Appré-Ciation	Il aime beaucoup la peinture aux doigts.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le bleu et il se sent joyeux.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Il reconnaît sa faiblesse au plan académique. Jacob fait preuve de plus d'introspection. ➤ Il respecte le thème proposé. ➤ Il réalise la peinture en 40 minutes.



Illustration 14 : Le pont

Rencontre 10

Thème : Mon invention

Médium : Argile

Mise en train	La couleur qui l'habite au commencement de l'entrevue est le rouge et il se dit souriant aujourd'hui.
Contenu manifeste	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob parle davantage en thérapie. ➤ Son invention consiste à créer une machine à argent. Il fait une manette pour faire marcher la machine. Il y a aussi une souris, une antenne et un ordinateur. La machine existe pour qu'on n'ait plus besoin d'argent. Il dit qu'il n'y aurait plus de pauvres et ni de riches non plus. Titre donné : ôteur d'argent (enleveur d'argent).
Contenu latent	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob a davantage accès à son imaginaire et à sa créativité. Le temps d'attente de l'idée avant de créer est moins long. Il se met en action plus rapidement. ➤ Il y a une amélioration de sa capacité à s'exprimer. ➤ Jacob exprime une préoccupation face à l'égalité dans le monde et face à la place de l'argent dans la vie des gens.
Appré-Ciation	Le thème de l'invention l'a beaucoup amusé.
Boucler	La couleur qui l'habite à la fin de l'entrevue est le bleu et il se dit souriant.
Bilan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jacob s'exprime plus et prend plus de place en thérapie. Il est plus autonome dans sa prise de décision. ➤ Il ressent un désir d'égaliser les différences entre les gens (riches et pauvres). ➤ Le thème suggéré est respecté. ➤ Il réalise son invention en 37 minutes.

Réunion avec les parents de Jacob

La discussion avec les parents de Jacob a pour but de voir leur perception actuelle de leur fils et de leur donner des informations concernant l'évolution de Jacob. La mère dit qu'elle voit des changements chez son fils. Elle affirme qu'il exprime plus ce qu'il pense. Elle trouve que son anxiété est moins présente. Monsieur me parle de la lenteur d'évolution de la situation. Les recommandations aux parents se résument à stimuler l'autonomie de penser et d'agir de leur fils pour diminuer son inhibition et sa dépendance aux adultes, ainsi qu'à lui donner du temps pour qu'il continue à son rythme, ce qui devrait diminuer son anxiété.

Résultat de la deuxième passation du test d'intelligence émotionnelle

Le test sur l'intelligence émotionnelle a été administré une deuxième fois à Jacob. Il fait preuve d'une bonne collaboration en entrevue. La mesure de l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer n'ont pas donné de résultats significatifs, ce qui renforce encore une fois la validité du test. Le résultat global du test de Jacob se situe au niveau de l'intelligence émotionnelle supérieure tandis qu'il se situait à la moyenne inférieure à la première passation du test (score est passé de 91 à 116). Les résultats comparés (première/deuxième passation) de Jacob au test d'intelligence émotionnelle sont présentés à la Figure 4.

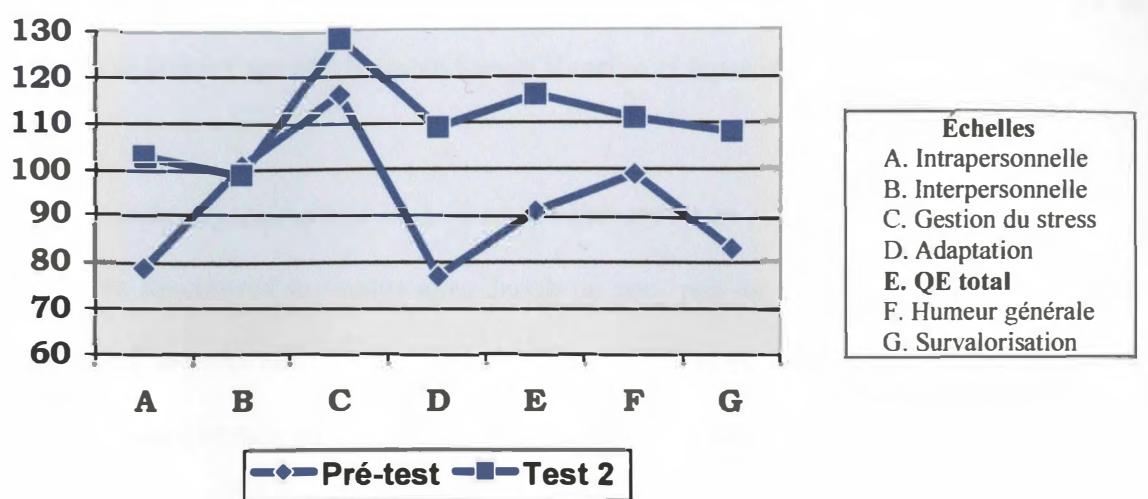


Figure 4. Résultats de Jacob à la première et à la seconde passation du test d'intelligence émotionnelle

Plus précisément, la capacité de Jacob à exprimer ses émotions est passée de très faible à bonne (son score est passé de 79 à 103). Il a maintenant une image plus positive de lui-même. Il se situe dans la moyenne, tant à la première qu'à la deuxième passation, quant à sa capacité à entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage (son score est passé de 101 à 99). Au niveau de son anxiété, Jacob a un contrôle très supérieur à la moyenne sur ses impulsions et sur sa capacité à gérer son stress, alors qu'à la première passation il était déjà supérieur à la moyenne (score passé de 116 à 128). Face à une nouvelle situation, sa capacité d'adaptation est passée de très faible à bonne (le score est passé de 77 à 109). Son

humeur générale est passée de bonne à très bonne (score passé de 99 à 111), ce qui se remarque d'ailleurs par son humeur lorsqu'il arrive et repart de la séance d'art-thérapie.

Compte-rendu des rencontres 11 à 15 en art-thérapie

Les rencontres suivantes avec Jacob ne sont pas du tout structurées pour laisser libre place à la créativité. Il n'y a plus de thème proposé et le jeune a la liberté de choisir le matériel qui l'inspire parmi les médiums utilisés dans les dix séances précédentes.

De la rencontre 11 à la rencontre 15, Jacob semble désorienté par l'absence de consigne. Il a tendance à retourner à ce qu'il connaît déjà plutôt que de créer quelque chose de nouveau, ce qui semble être sécurisant pour lui. Jacob prend plus de temps avant de se mettre à l'action que lorsqu'il y avait un thème. Le choix d'une idée et d'un médium semble difficile pour lui. Il arrive toutefois à accéder à son monde imaginaire lorsque des questions lui sont posées concernant sa création. Au cours des rencontres, il arrive plus spontanément à inventer par lui-même une histoire suite à la création de son œuvre. Des thèmes d'identification au père sont présents dans ses histoires. Jacob se laisse davantage aller à faire des mouvements sans forme précise et à mélanger les couleurs. Il y a progressivement diminution du besoin de contrôle, il fait preuve de plus de spontanéité. Il n'éprouve plus nécessairement le besoin de créer quelque chose qui existe dans la réalité. Il prend plaisir à faire des œuvres qui sont abstraites.

Résultat de la troisième passation du test d'intelligence émotionnelle

Le test sur l'intelligence émotionnelle a été administré une troisième fois à Jacob après la quinzième séance d'art-thérapie. La troisième passation du test d'intelligence émotionnelle a été faite après la quinzième rencontre pour observer l'évolution de Jacob suite à la modification de la consigne.

Sa collaboration est bonne en entrevue. La mesure de l'inconsistance interne et la tendance à se surestimer n'ont pas donné de résultats significatifs, ce qui renforce encore une fois la validité du test. Jacob a obtenu, au cours des deux premières passations, un résultat global se situant au niveau de l'intelligence émotionnelle moyenne inférieure et ensuite un résultat supérieur à la moyenne. À la troisième passation, son résultat se situe dans la moyenne comparativement aux jeunes de son âge (le score est passé de 91 à 116 puis à 106). La Figure 5 montre le profil des résultats de Jacob aux trois passations du test.

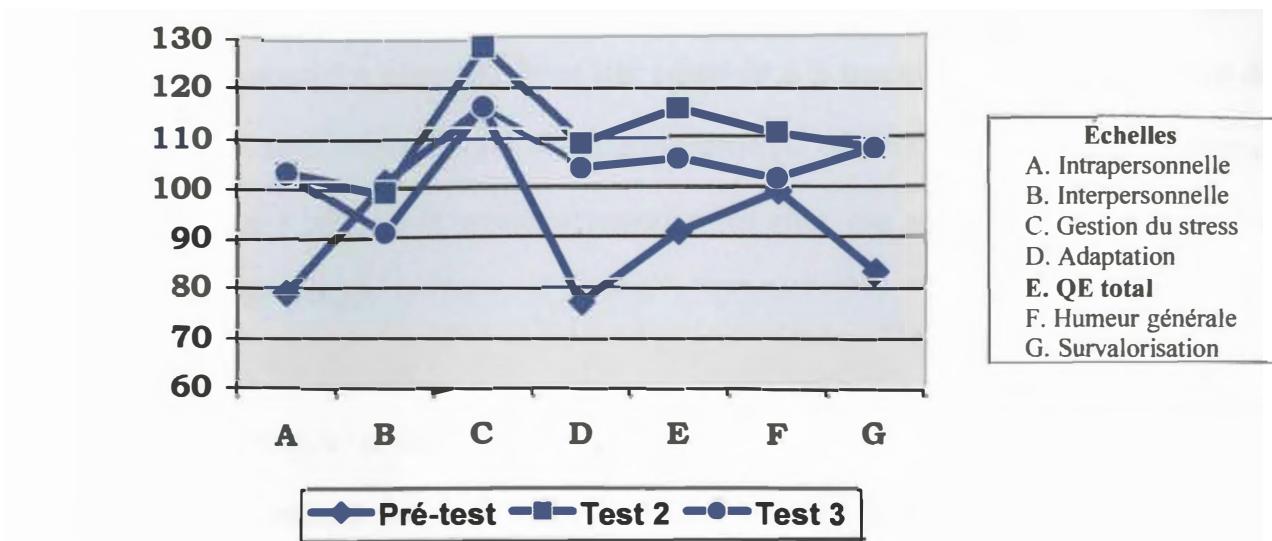


Figure 5. Résultats de Jacob aux trois passations du test d'intelligence émotionnelle

De façon plus détaillée, le test révèle que Jacob présente une bonne capacité à exprimer ses émotions et qu'il a une image positive de lui-même. Celle-ci est passée de très faible avant le processus d'art-thérapie à bonne à la deuxième passation et reste à ce niveau à la troisième passation (le score est passé de 79 à 103, puis reste à 103). Il se situe dans la moyenne à chacune des trois passations quant à sa capacité à entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage (son score est passé de 101 à 99, puis à 91). Lorsqu'il est confronté à une situation nouvelle, il a une bonne capacité à s'adapter. Sa capacité d'adaptation est passée de très faible à bonne (le score est passé de 77 à 109, puis à 104). Au niveau de son anxiété, Jacob a obtenu un résultat supérieur à la moyenne, à la première et la dernière

passation du test, alors que le deuxième résultat démontre un contrôle sur ses impulsions et sur sa capacité à gérer son stress très supérieur à la moyenne (son score est passé de 116 à 128, pour revenir à 116). Son humeur générale est passée de bonne à très bonne et est revenue à bonne à la troisième passation (en effet, son score est passé de 99 à 111 pour revenir à 102).

Compte-rendu des rencontres 16 à 22 en art-thérapie

Le contenu des dernières rencontres (16 à 22) en art-thérapie est présenté ici. Jacob commence à faire des liens entre ce qu'il fait et des choses dans sa vie à lui. Il prend moins de temps avant de se mettre en action pour créer une œuvre. Il prend de plus en plus de plaisir à créer. Il me demande de l'aider à faire des choses et dit qu'il est capable lui-même. Il prend des initiatives sans me demander la permission, contrairement à ce qu'il faisait auparavant. Jacob prend clairement goût à l'autonomie.

Il est à noter que la fin de la thérapie a eu lieu dans le cadre de la fin de mon internat. Jacob me dit qu'il est triste que le cheminement en ma présence se termine et il se dit inquiet pour le prochain suivi. Il poursuit actuellement son processus avec l'aide d'un autre intervenant que nous avons rencontré ensemble préalablement.

Réunion avec les parents de Jacob

La discussion avec les parents de Jacob à ce moment-ci (entre la rencontre 20 et 21 du suivi avec Jacob) vise à faire un bilan et le transfert à l'intervenant qui prend la relève. À la maison, les parents parlent de la diminution de l'anxiété chez leur fils. Celui-ci prend davantage d'initiatives et est plus de bonne humeur en général. Madame affirme qu'il commence à prendre plaisir à grandir : à apprendre et à faire de nouvelles choses. Au niveau scolaire, il est davantage autonome dans sa façon de fonctionner face aux tâches demandées.

Résultat de la quatrième passation du test d'intelligence émotionnelle

Le test sur l'intelligence émotionnelle a été administré une quatrième et dernière fois à Jacob à la fin des séances d'art-thérapie. Sa collaboration est toujours bonne lors de la passation. La validité du test est adéquate.

Les résultats de Jacob à cette quatrième passation sont très élevés. Il a obtenu un résultat global se situant au niveau de l'intelligence émotionnelle très supérieure comparativement aux jeunes de son âge (son score est passé de 91 à 116, puis à 106 pour finir par 123). Le tableau 4 présente les scores aux différentes dimensions du test d'intelligence émotionnelle obtenus lors des quatre passations du test. La Figure 6 illustre le profil des résultats de Jacob aux quatre passations du test.

Tableau 4
**Les résultats aux dimensions du quotient émotionnel (QE) lors
des quatre passations de Jacob**

Dimensions du QE	Score de QE au pré-test	Score de QE au test après les 10 séances d'art-thérapie directive	Score de QE au test après la 15 ^{ème} séance	Score final de QE (22 ^{ème} séance)
Intrapersonnelle	79	103	103	111
Interpersonnelle	101	99	91	110
Adaptation	77	109	104	114
Gestion du stress	116	128	116	124
Humeur	99	111	102	115

De façon plus détaillée, le test révèle que Jacob fait preuve d'une très bonne capacité à exprimer ses émotions et il a une image positive de lui-même (son score est passé de 79 à 103, à 103 et finalement à 111). Il a une très bonne capacité à entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage (le score est passé de 101 à 99 à 91 à 110). Quand il vit une situation nouvelle, il a une excellente capacité à s'adapter (son score est passé de 77 à 109 à 104 à 114). Au niveau de son anxiété, Jacob démontre un contrôle fortement supérieur à la moyenne sur ses impulsions et sur sa capacité à gérer son stress (le score est passé de 116 à 128 à 116 à 124). Son humeur générale est excellente (son score est passé de 99 à 111 à 102 à 115).

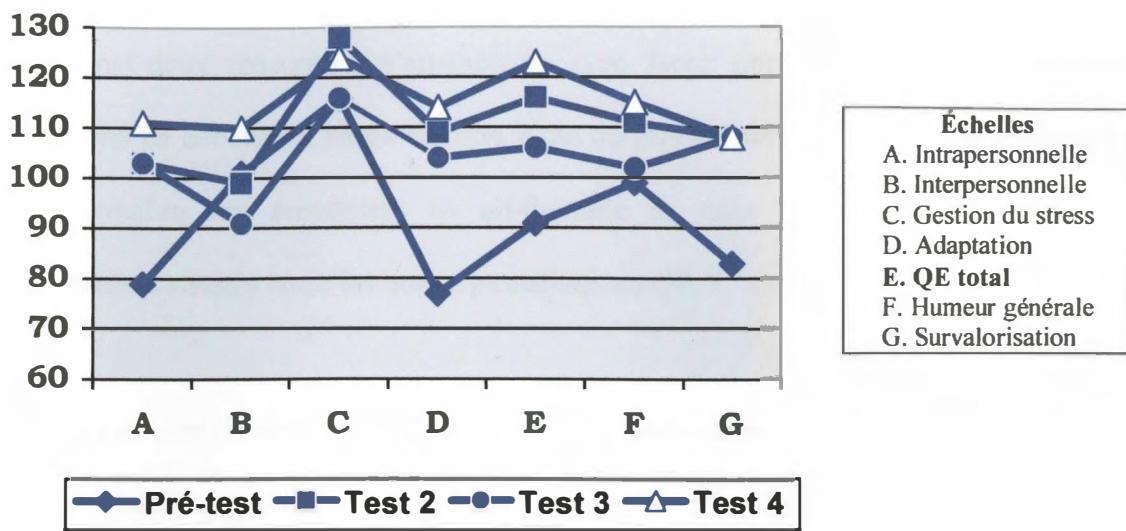


Figure 6. Résultats de Jacob aux quatre passations
du test d'intelligence émotionnelle

Bilan des rencontres de Jacob et commentaires

Vingt-deux rencontres d'art-thérapie avec Jacob ont été effectuées. Certaines observations en découlent. Nous verrons, dans un premier temps, les éléments centraux dans l'évolution des rencontres en art-thérapie et, dans un deuxième temps, les changements constatés entre les quatre passations du QE.

Les rencontres de 1 à 8 sont teintées par l'établissement du lien de confiance avec Jacob. C'est un jeune inhibé et qui a peu accès à son monde affectif. Il est peu spontané et a de la difficulté à être créatif. Une certaine anxiété de performance est présente lorsqu'il s'agit de créer. Au cours des rencontres, des éléments fusionnels à la mère sont présents. Jacob ressent un besoin de sécurité et l'anxiété de séparation est présente.

À la longue, il se développe une ambivalence chez Jacob entre son désir de sécurité et un besoin d'affronter ses peurs par lui-même. Ainsi, un certain désir de devenir autonome émerge. Une identification au père est de plus en plus présente dans ses œuvres. Le désir de s'exprimer est plus présent pour Jacob et semble libérateur. Il fait preuve de plus en plus d'originalité et de créativité par sa spontanéité et les couleurs plus variées qu'il utilise. Vers la cinquième rencontre, une régression est présente : des éléments de sécurité et d'oralité apparaissent. Un besoin de rester dans le nid familial en sécurité est présent. Jacob exprime des angoisses face à l'inconnu, ce qui lui fait peur, et ce qu'il finit par apprivoiser ensuite. Il accède davantage à son monde émotif. Il prend

plaisir à jouer avec les couleurs et à les mélanger. Il se laisse plus aller mais revient au contrôle. La limite entre le laisser-aller et le contrôle est fragile. À la huitième rencontre, Jacob commence à apprivoiser les émotions plus «négatives» comme la colère.

Au cours des rencontres 9 et 10, le processus thérapeutique de Jacob entre dans une phase d'éveil et de productivité. Jacob est capable de définir clairement ses désirs. Il est plus conscient de ce qui lui arrive dans la vie (par exemple, de sa différence au plan académique comparativement aux autres élèves). Il veut aussi être à la hauteur des attentes parentales face à l'école. La créativité et l'imagination de Jacob sont plus prononcées que lors des rencontres précédentes. Il s'exprime plus. Un désir d'égalité entre les gens et une conscience sociale sont exprimés par Jacob.

Une phase de régression s'amorce ensuite entre les rencontres 11 et 14. Or, ces rencontres ne sont plus structurées pour laisser libre place à la créativité. Il n'y a plus de thème proposé et Jacob a la liberté de choisir le matériel qui l'inspire. Ce garçon semble désorienté par l'absence de cadre clair. Il va vers une œuvre qu'il a déjà commencée. On constate que la création d'une nouvelle œuvre est difficile pour le moment. On peut supposer qu'il a besoin d'une structure pour s'exprimer et de se sentir plus en sécurité pour créer. Il prend beaucoup de temps avant de se mettre en action. Il apprivoise de nouveau la création et commence à réinventer une histoire. Des thèmes d'identification au père sont présents.

Les rencontres 15 à 22 sont marquées par une nouvelle ascension de la spontanéité. Jacob a de plus en plus de facilité à se laisser-aller à créer avec les couleurs. Il ne ressent pas le besoin de créer des objets de la réalité et crée ainsi deux œuvres abstraites. Son monde imaginaire est plus développé. Il fait de plus en plus de liens par lui-même. Jacob prend plaisir à créer et à jouer. Son désir d'autonomie d'agir et de penser est de plus en plus présent chez lui. L'anxiété a grandement diminué. Tout ceci est confirmé par les changements notés par les parents en dehors de la thérapie.

Dans un deuxième temps, des comparaisons peuvent être réalisées entre les résultats du premier, du deuxième, du troisième et du quatrième test sur l'intelligence émotionnelle de Jacob. Au niveau du quotient émotionnel global, la première passation suggère que Jacob présentait un niveau d'intelligence émotionnelle moyen inférieur aux jeunes de son âge. La deuxième passation, suite à dix rencontres d'art-thérapie, montre un niveau d'intelligence émotionnelle supérieure. La troisième passation, suite à cinq rencontres de plus mais aussi suite à la disparition de la directivité dans le matériel et la thématique, illustre un niveau d'intelligence émotionnelle moyen. Jacob a obtenu à son dernier résultat (quatrième passation) un quotient émotionnel très supérieur comparativement à celui des jeunes de son âge.

Plusieurs améliorations sont observées chez Jacob. Il présente au départ une très faible capacité à exprimer ses émotions et il a de la difficulté à avoir une image positive

de lui-même. À la deuxième et à la troisième passations, Jacob présente une bonne capacité à exprimer ses émotions et il a une image plus positive de lui-même. À la dernière passation, Jacob se situe à un niveau supérieur quant à cette même capacité. Sa capacité à s'adapter à une nouvelle situation a évolué de très faible à son premier résultat à bonne pour les deux résultats suivants. Les résultats de la quatrième passation montrent que la capacité d'adaptation de Jacob est maintenant excellente. Pour la première et la troisième passations, Jacob a démontré une bonne capacité à gérer son stress. Pour la deuxième et la dernière passation, Jacob a fait preuve d'une capacité à gérer son stress encore plus grande. Son humeur générale est passée de bonne à très bonne et est revenue à bonne. À la dernière passation, l'humeur de Jacob est excellente.

Dans les trois premières passations du test, Jacob se situe dans la moyenne quant à sa capacité à entrer en relation avec les autres et à être empathique face à ce que peuvent vivre les gens de son entourage. À la quatrième passation, Jacob a dépassé la moyenne pour atteindre un niveau supérieur.

On peut constater que certaines habiletés se sont améliorées entre la première et la deuxième passation, pour ensuite rester stables ou régresser à la troisième passation. On peut expliquer ce phénomène par la modification du cadre d'art-thérapie, et plus spécifiquement de la consigne à la onzième rencontre. On peut ainsi supposer que des rencontres d'art-thérapie plus structurées, composées d'un thème et d'un médium

proposés, ont permis à Jacob d'accéder plus facilement à la création. S'appuyant sur le lien de confiance créé, après un temps d'adaptation à l'absence de consigne, Jacob a continué d'améliorer ses habiletés émotionnelles.

Discussion

La discussion est constituée de trois sections principales. La première section vise à faire l'interprétation des résultats obtenus au test d'intelligence émotionnelle en lien avec le suivi en art-thérapie pour chacun des deux participants. La deuxième section a pour but d'analyser le processus de création vécu par les jeunes en art-thérapie. La troisième section consiste à intégrer les interprétations cliniques pour les deux cas étudiés.

Intelligence émotionnelle et suivi en art-thérapie

Certaines améliorations ont été constatées au niveau de l'intelligence émotionnelle des patients. Selon le modèle de Bar-On, l'intelligence émotionnelle est définie comme : « une variété d'habiletés émotionnelles, personnelle et interpersonnelle qui influencent globalement l'aptitude à s'adapter aux demandes et aux exigences de l'environnement » (Bar-On, 2000, p. 1108).

En ce qui concerne Léa, elle consultait en psychologie pour des pensées récurrentes concernant la peur de prendre du poids. Les comportements restrictifs en lien avec son anorexie ne sont plus présents. Léa voulait travailler sur sa confiance en soi. Au total, six séances d'art-thérapie ont eu lieu avec elle. Suite au processus d'art-thérapie, Léa a augmenté significativement son niveau global d'intelligence émotionnelle. Elle a des habiletés émotionnelles, personnelle et interpersonnelle qui influencent globalement

son aptitude à s'adapter aux demandes de son environnement comme la moyenne des jeunes de son âge. Certaines dimensions ont été améliorées (gestion des émotions, adaptation, humeur générale), alors que pour les deux autres dimensions mesurées, on ne relève pas d'augmentation significative (intrapersonnelle et interpersonnelle).

En effet, Léa a amélioré sa capacité à résister aux situations stressantes en s'adaptant activement et positivement au stress. La rencontre 4 est un moment clé où elle a vécu beaucoup d'anxiété en crissant son volcan. Léa s'est laissé aller à la création et s'est adaptée positivement en verbalisant le malaise qu'elle ressentait.

Suite au processus d'art-thérapie, Léa a aussi augmenté sa capacité d'adaptation, c'est-à-dire qu'elle arrive à ajuster ses émotions, ses pensées et ses comportements dans le but d'accepter ou de modifier une situation. Léa s'est adaptée aisément tout au long du processus d'art-thérapie. Elle acceptait avec ouverture les nouveaux thèmes et les nouveaux médiums à chacune des rencontres comme étant une expérience enrichissante.

Léa a évolué positivement quant à sa capacité à voir le bon côté de la vie, à se sentir satisfaite de sa vie et à avoir du plaisir. On peut voir que la rencontre 3 a été un point tournant concernant sa tendance à consommer de la drogue pour se sentir bien. Cette rencontre a permis de soulager le malaise de Léa pour en arriver à s'engourdir par la consommation. Ainsi, elle a remis en question sa façon d'obtenir du plaisir dans la vie.

De plus, tout au long du processus, Léa a pu exprimer et liquider une partie des émotions de colère et de tristesse (rencontre 2, 4 et 6). Elle a eu le lieu pour parler de ses souvenirs traumatisants du passé, comme sa rupture amoureuse qui l'a beaucoup affecté. Elle a aussi verbalisé sur ses émotions et ses préoccupations : sa peur d'engraisser à nouveau, sa relation difficile avec son père, le bien-être de ses sœurs face aux conflits qu'elles ont avec leur conjoint, le déménagement de sa meilleure amie. Le fait de vivre ses émotions refoulées a permis à Léa d'accéder par la suite à une plus grande capacité et une plus grande sérénité.

En ce qui a trait aux dimensions qui n'ont pas augmenté de façon marquée, il y a les dimensions intrapersonnelle et interpersonnelle. Premièrement, la dimension intrapersonnelle constitue la capacité à reconnaître et comprendre ses émotions en vue de les exprimer. Dans cette dimension, Léa n'a pas suffisamment amélioré son image d'elle-même. On peut expliquer cette stagnation par plusieurs explications. D'abord, Léa a une image de soi et un schéma corporel qui sont grandement déficients compte-tenu de ses représentations graphiques. Elle a aussi de la difficulté à ne pas dépendre des autres pour être heureuse. Au niveau de la dimension interpersonnelle, cela signifie la capacité d'entretenir des relations mutuellement satisfaisantes et est caractérisée par un rapprochement émotionnel. En ce qui concerne Léa, elle a de la difficulté à s'investir dans une relation sans dépendre de l'autre. La poursuite d'un suivi au-delà des six rencontres aurait pu permettre d'améliorer davantage ces dimensions. Toutefois,

ressentant quelques bienfaits de ces rencontres, Léa a préféré arrêter plutôt que d'avoir à vivre un réaménagement plus important de son fonctionnement.

Pour ce qui est de Jacob, il venait consulter pour des difficultés d'apprentissage et d'affirmation de soi. L'art-thérapie est le mode d'intervention privilégié pour favoriser l'expression de ses émotions et la liquidation de son anxiété. Dans le cas de Jacob, dix séances ont eu lieu dans le programme structuré d'art-thérapie. Ensuite, douze séances ont eu lieu sans consigne structurée. Au total, Jacob a participé à vingt-deux rencontres en art-thérapie. Jacob a augmenté significativement son niveau global d'intelligence émotionnelle suite au suivi. Il a maintenant une très grande capacité émotionnelle, personnelle et interpersonnelle à s'adapter aux exigences de son environnement. Ce résultat au test du QE est confirmé par les observations des parents de Jacob à la maison. Il se débrouille plus par lui-même et il voit maintenant des avantages à grandir. Au niveau scolaire, il est plus autonome dans ses devoirs et leçons. Ces observations des parents constituent des éléments de validité écologique du résultat du test obtenu par Jacob. Toutes les dimensions du QE ont été améliorées, en lien avec le suivi en art-thérapie, par rapport à ses scores du départ. Plusieurs variations ont été observées pour chacune des dimensions du QE de Jacob.

Suite aux dix premières rencontres structurées en art-thérapie, Jacob est plus en contact avec son monde émotif. Il fait preuve de plus d'introspection et son anxiété a

diminué. Les résultats à la deuxième passation du test d'intelligence émotionnelle montrent une amélioration de la gestion du stress, de son humeur, de sa capacité d'adaptation (suite aux thèmes et médiums variés à chaque rencontre) et de sa capacité à se connaître et à gérer ses émotions. Le comportement de Jacob en entrevue est en concordance avec les résultats obtenus à la deuxième passation du test.

Ensuite, Jacob prend un certain temps pour s'adapter à l'absence de consigne durant les séances 11 à 15. Son comportement durant les séances d'art-thérapie est modifié; en effet, Jacob est plus anxieux et moins spontané. La troisième passation du test d'intelligence émotionnelle permet de confirmer son comportement plus figé en entrevue. Ses résultats à trois dimensions demeurent les mêmes (intrapersonnelle, interpersonnelle et adaptation). Sa gestion du stress et son humeur sont deux dimensions dont les scores ont diminué. En d'autres termes, l'absence de consigne a eu un impact négatif dans un premier temps sur le comportement de Jacob en art-thérapie et a fait stagner ou diminuer ses résultats au test.

Le suivi en art-thérapie s'est poursuivi jusqu'à la vingt-deuxième rencontre. En entrevue, Jacob s'est progressivement adapté à l'absence de consigne et a pris plaisir à créer. Il est aussi devenu plus autonome. La quatrième passation du test d'intelligence émotionnelle permet de constater que Jacob développe toutes les dimensions du QE comparativement à la passation précédente. Une des dimensions qui n'avait pas évolué

depuis le départ est la dimension interpersonnelle. En étant plus autonome, Jacob peut de cette façon interagir davantage avec la thérapeute comme il l'a démontré lors des dernières rencontres. Ainsi, l'évolution de Jacob s'est réalisée en plusieurs étapes et à tous les niveaux.

En regardant l'évolution de chacune des dimensions du QE de Jacob, du départ à la fin des rencontres d'art-thérapie, on peut constater plusieurs éléments. D'abord, il y a eu l'amélioration de sa capacité à reconnaître et comprendre ses émotions en vue de les exprimer. Il a aussi amélioré sa confiance en lui-même et est devenu plus autonome. Au début du processus d'art-thérapie, Jacob a appris à se développer avec un cadre thérapeutique plus structuré. Il a ensuite pu expérimenter l'absence de consigne, ce qui a contribué à développer davantage son autonomie. Il prend maintenant de plus en plus de décisions et plus rapidement.

Jacob fait preuve d'une plus grande adaptabilité, c'est-à-dire qu'il arrive à ajuster ses émotions, ses pensées et ses comportements dans le but d'accepter ou de modifier une situation (résolution de problème). Jacob s'est bien adapté au processus d'art-thérapie, malgré l'anxiété de performance plus présente au départ. Il s'adaptait bien face aux nouveaux thèmes et aux nouveaux médiums proposés à chacune des séances. Il a finalement réussi aussi à s'adapter au passage de la directivité (matériel et thème fournis) à la non directivité.

En ce qui concerne le niveau d'anxiété de Jacob, il a grandement diminué au fil des rencontres. Jacob a fortement amélioré sa capacité à résister aux situations stressantes en s'adaptant activement et positivement au stress. Le climat art-thérapeutique a favorisé la diminution du stress chez Jacob. Il a eu le choix de créer ou de ne pas créer et tout le temps nécessaire à la production de ses œuvres (dans l'heure consacrée). Le résultat de l'œuvre n'était pas évalué sur son esthétique ou sur sa justesse. Le transfert avec la thérapeute a permis à Jacob de se sentir soutenu pour progresser vers les prises de décision tout en se laissant aller, vers l'autonomie. Ainsi, c'est dans ce climat sécurisant que son anxiété de performance a diminué.

Au niveau interpersonnel, Jacob a amélioré sa capacité à entretenir des relations mutuellement satisfaisantes et caractérisées par un rapprochement émotionnel. Le respect de son individuation par sa thérapeute lui a permis de devenir plus autonome dans la salle d'art-thérapie face au matériel et à la créativité et, ensuite, plus autonome à la maison. En étant plus autonome dans la vie, il peut maintenant s'investir dans une relation en conservant son individualité et mieux comprendre les gens qui l'entourent.

En ce qui a trait à son humeur générale, Jacob a aussi amélioré cet aspect. Il a une bonne capacité à voir le bon côté de la vie, à se sentir satisfait de sa vie et à avoir du plaisir. Chez Jacob, cette capacité à apprécier la vie est sans contredit reliée à la diminution de son anxiété et à une plus grande capacité d'autonomie. En demeurant

dépendant des autres, il vivait de l'insécurité et était refermé sur lui-même. C'est en étant de plus en plus autonome qu'il a constaté ses ressources internes et les nouvelles portes que cela ouvre sur le monde.

En comparant les résultats de Léa et de Jacob, certains éléments communs peuvent être observés. Dans les deux cas, il y a eu augmentation du quotient émotionnel global. De plus chez les deux jeunes, il y a eu augmentation de certaines dimensions de façon significative. La capacité d'adaptation, la gestion du stress et l'humeur générale sont des dimensions qui ont été améliorées dans le cas de Léa et de Jacob. Aussi, en comparant le premier suivi structuré en art-thérapie de Jacob (10 premières séances) et le suivi de Léa (6 séances), la dimension interpersonnelle n'a pas été modifiée dans les deux cas. On pourrait expliquer ce phénomène par le besoin d'un enfant de consolider son identité et sa sécurité avant de commencer à s'investir dans des relations interpersonnelles. Comme le mentionne Edith Kramer (1971), l'art-thérapie vise avant tout à renforcer le Moi en favorisant le mécanisme de défense de la sublimation. L'accent est mis au départ à renforcer leurs ressources internes pour, par la suite, pouvoir comprendre et se mettre à la place des gens qui les entourent.

Processus de création en art-thérapie

Le suivi en art-thérapie est composé de plusieurs moments où il y a processus de création. Selon Boyer (2000), le processus d'expression picturale peut se décomposer en trois phases. L'angoisse de création constitue la première phase. Une fois que l'angoisse s'est atténuée, c'est la période d'excitation. La création peut être débordante à ce moment-ci. Il y a ensuite la reconnaissance de cette œuvre, qui sera signée et datée. Cette période consiste à « abandonner » l'œuvre. Il est opportun d'appliquer ces éléments théoriques au processus de création de Jacob et de Léa.

D'abord, Léa a été très peu touchée par l'angoisse de création. Elle avait un grand intérêt dès le départ pour l'art. Elle entrait spontanément dans l'activité de création en ayant peu de résistances. Les seules résistances observées sont les remarques dévalorisantes face à ses talents artistiques, ce qui était occasionnel. La période d'excitation est la plus longue pour Léa. Elle s'applique à la réalisation de son œuvre pour que celle-ci soit le plus près possible de ce qu'elle imagine. La fin de la création, en trouvant un titre, en inscrivant sa signature et une date, se fait spontanément une fois l'œuvre complétée par Léa.

Le processus de création de Jacob est différent de celui de Léa. Au début de chacune des rencontres, un long moment est consacré à la réflexion avant la mise en action. Il exprime de l'indécision quant à ce qu'il va accomplir. L'angoisse de création et

l'anxiété de performance sont très élevées pour Jacob. Ces moments de nervosité ont grandement diminué au fil des rencontres. Une fois la mise en action commencée, le temps restant est consacré à réaliser l'œuvre avec minutie. Plus Jacob évolue en art-thérapie, plus il fait des mouvements expansifs et plus il se laisse aller au mélange des couleurs (rappelons-nous qu'il ne pouvait utiliser que le crayon noir, puis une seule couleur dans les premières séances!). En d'autres termes, Jacob entre de plus en plus intensément dans la période d'excitation créatrice. La période de la prise de décision de terminer l'œuvre est difficile pour lui. En ayant passé beaucoup de temps à réfléchir, il a moins de temps pour accomplir son œuvre. L'indécision est présente lorsqu'il s'agit de donner un titre à sa création. L'abandon de l'œuvre semble difficile pour Jacob.

En bref, on peut constater que le processus d'expression picturale est un phénomène qui peut être plus ou moins prononcé selon les individus. La similarité qui peut être observée dans les deux cas est, lorsque la création est entamée, la présence d'une période d'excitation. Toutefois, des différences sont à noter en ce qui concerne les deux cas étudiés. Chez Léa, l'angoisse de création était peu présente alors que chez Jacob elle était très forte. La finalité de l'œuvre se déroule bien dans le cas de Léa, alors que pour Jacob il est difficile de terminer.

Interprétations cliniques

Margaret Naumburg (1966 et 1973) a abordé l'art comme étant une voie privilégiée pour accéder à l'inconscient. Elle affirme que l'utilisation de l'art comme moyen d'expression peut accélérer le processus thérapeutique et peut régler les conflits intrapsychiques.

Dans le cas de Léa, ses verbalisations et ses œuvres nous donnent un portrait global de son fonctionnement. Son principal conflit interne est sa difficulté à avoir une perception positive d'elle-même. Son identité est en construction. Elle dépend du regard des autres pour être heureuse. Léa néglige ses pulsions au profit du contrôle de l'intellect. Le rapport de Léa avec les hommes est conflictuel, elle cherche à se faire constamment valider auprès d'eux. Certains éléments dépressifs ressortaient de ses productions et du test du QE. Ainsi, l'art-thérapie a permis de dresser un portrait de la dynamique de fonctionnement de Léa. Certains éléments ont été améliorés dans la problématique de Léa. Comme elle le mentionne, l'art-thérapie lui a permis de mieux se connaître et de se centrer davantage sur ce qu'elle vit et non sur ce qu'elle projette comme image. Son humeur générale s'est améliorée. Elle accepte davantage les situations difficiles et les vit, plutôt que les fuir (comme prendre de la drogue). Notons, toutefois, que le travail de l'art-thérapie si il a eu du succès n'a sûrement pas permis de régler tous les problèmes de Léa. Son désir de cesser l'art-thérapie va peut-être dans le sens de la fuite par peur du changement.

En ce qui concerne Jacob, c'est un jeune qui a peu accès à son monde affectif. Il est plutôt inhibé. Il vit beaucoup d'anxiété et se laisse peu aller à ses pulsions. Le conflit de Jacob se situe entre son désir de demeurer dans la sécurité et l'obligation de grandir qu'il a, de devenir un individu à part entière et autonome. Il aurait voulu demeurer un jeune garçon. Ce conflit a été exprimé dans ces créations. Jacob a progressé vers l'autonomie en prenant plus de décisions et d'assurance. Il a aussi pris plaisir à se laisser aller dans la création, vers l'inconnu d'une certaine manière. L'anxiété a diminué et il appréhende moins les situations nouvelles.

En résumé, le processus d'art-thérapie a permis de brosser un portrait concernant la dynamique de personnalité des deux cas étudiés. Dans les deux cas, un conflit intrapsychique était présent et a évolué avec le suivi. Cependant, des éléments sont encore à travailler étant donné que le processus d'art-thérapie a été écourté soit par Léa, soit par la fin de l'internat.

Globalement, plusieurs changements ont été observés dans les deux études de cas présentées. Ainsi, cette recherche a permis d'éclairer l'impact du suivi en art-thérapie sur l'intelligence émotionnelle d'un préadolescent et d'une adolescente présentant un problème d'ordre pédopsychiatrique.

Conclusion

La présente étude sur l'art-thérapie et l'intelligence émotionnelle contribue à promouvoir les connaissances scientifiques concernant les jeunes présentant un problème d'ordre pédopsychiatrique, l'art-thérapie et l'intelligence émotionnelle. Plus spécifiquement, dans le cadre de cet essai, l'élaboration d'un programme d'art-thérapie a permis de voir l'impact de celui-ci sur l'intelligence émotionnelle d'un préadolescent et d'une adolescente.

Plusieurs éléments sont venus influencer le déroulement de la recherche. Le programme d'art-thérapie avait d'abord été élaboré pour dix rencontres; or dans les deux études de cas présentées le nombre de rencontres a varié. L'arrêt volontaire de la thérapie de Léa avant la fin des rencontres n'a permis de faire que six séances. Dans le cas de Jacob, par contre, le suivi thérapeutique a duré vingt-deux rencontres. La réalité de l'intervention a demandé une certaine créativité afin de finaliser le recueil de données pour cet essai...

L'objectif de cette recherche a été, d'une part, de mettre sur pied un programme d'intervention visant à améliorer l'intelligence émotionnelle et, d'autre part, d'observer les effets sur deux cas provenant d'une population pédopsychiatrique. L'intention de la recherche voulant que l'art-thérapie améliore le quotient émotionnel est confirmée; en effet, les résultats des deux études de cas ont donné des résultats concluants. Dans les deux cas, en effet, des améliorations ont été constatées au niveau des résultats au test du

QE. L'étude a aussi permis de considérer l'évolution du processus d'expression pictural dans le temps. Le tableau d'interprétations cliniques a permis de voir l'impact positif au niveau des conflits intrapsychiques chez les deux participants suite au suivi en art-thérapie.

Les conclusions de cette étude peuvent orienter les éventuels projets de recherche concernant l'intelligence émotionnelle chez les jeunes ayant un trouble psychiatrique. Ce projet a permis d'apporter un éclairage nouveau sur le traitement de jeunes en pédopsychiatrie et leur intelligence émotionnelle. Pour bonifier cette recherche, il faudrait sélectionner un échantillon représentatif de jeunes qui consultent en pédopsychiatrie divisé en deux groupes : un groupe participant à un suivi psychologique conventionnel et un groupe participant à un suivi d'art-thérapie. Cette recherche était toutefois impossible dans le cadre d'un essai de doctorat.

Il serait en outre intéressant de comparer de façon expérimentale l'impact de l'art-thérapie sur l'intelligence émotionnelle auprès de clientèles ayant différentes problématiques en santé mentale.

Enfin, il serait pertinent d'ajuster le programme d'intervention en art-thérapie pour qu'il puisse améliorer toutes les facettes de l'intelligence émotionnelle afin d'outiller au maximum le patient. Ceci pourrait se faire en tenant compte des

caractéristiques personnelles (âge, sexe, besoins manifestés par la personne, etc.), familiales, (attente des parents, etc.), et des objectifs de l'intervention en fonction de la problématique du patient.

Références

Alschuler, R.H. & Hattwick, L.A. (1943). Painting as an index of personality in preschool children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 13, 616-625.

Anderson, H. & Anderson, I. (1965). *Techniques projectives*. Paris : Éditions universitaires.

Anzieu, D. (1973). *Les méthodes projectives*. Paris : P.U.F., Collection S.U.P.

Association Américaine de Psychiatrie. (1994). *DSM IV*. Washington: Masson.

Association des art-thérapeutes du Québec. Montréal, Québec, Canada. [Site internet consulté le 18 février 2005]. <http://iquebec.ifrance.com/aatq/>.

Aubin, H. (1970). *Le dessin de l'enfant inadapté*. Toulouse : Privat

Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological well-being* (Unpublished doctoral dissertation). Afrique du Sud: Rhodes University.

Bar-On, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory: technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.

Bar-On, R. (2000). Emotional expression and implications for occupational stress; an application of the Emotional Quotient Inventory. *Personality and Individual Differences*, 28, 1107-1118.

Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000a). *BarOn Emotional Quotient Inventory: Youth Version (EQ-I:YV): technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.

Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000b). *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco: Jossey-Bass.

- Boyer, A. (2000). *Manuel d'art-thérapie*. Paris : Dunod.
- Brooke, S. L. (1997). *Art therapy with sexual abuse survivors*. Springfield : Charles C. Thomas Publisher, Ltd.
- D'Ambra, G. (1997). *Testez votre quotient émotionnel (QE)*. Alleur : Marabout.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2002). *Psychopathologie: une perspective multidimensionnelle*. Paris: De Boeck Université.
- Feldman, S. G., & Cauchy, F. (1994). *Introduction à la psychologie: approches contemporaines*. Montréal : McGraw-Hill.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Gil, E. (1994). *The healing power of play: Art therapy with sexually abused children*. New York: Guilford Press.
- Goleman, D. (1995a). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1995b). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1997). *L'intelligence émotionnelle : comment transformer ses émotions en intelligence*. Paris : Robert Laffont.
- Grégoire, P (1985). Art et thérapie, dans *Traité d'anthropologie médicale* de J. Dufresne, F. Dumont et Y. Martin. Québec : Presses de l'Université du Québec.

- Jalenques, I., Lachal, C., & Coudert, A.-J. (1992). *Les états anxieux de l'enfant*. Paris : Masson.
- Junge, M.B., & Asawa, P. P. (1994). *A history of art therapy in the United States*. Mundelein: The American Art Therapy Association Inc.
- Kim Chi, N. (1989). *La personnalité et l'épreuve de dessin multiple*. Paris: P.U.F.
- Kleinberg, J. L. (2000). Beyond emotional intelligence at work: Adding insight to injury through group psychotherapy. *Group*, 24 (4), 261-278.
- Klorer, P. G. (2003). Sexual abused children: Group approaches, dans *Handbook of art therapy*. New York: Guilford Press.
- Koppitz, E. (1964). *The Bender Gestalt test for young children*. London: Grune & Stratton inc.
- Kramer, E. (1971). *Art as therapy with children*. New York: Schocken Books.
- Laabs, J. (1999). Emotional intelligence at work. *Workforce*, 78 (7), 68-71.
- Machover, K. (1949). *Personality projection in the drawing of human figure*. Springfield: Thomas Publishers.
- Matarazzo, J. D. (1972). *Wechsler's measurement and appraisal of adult intelligence (fifth edition)*. Baltimore: The Williams & Wilkins Company.
- Muret, M. (1983). *Les arts-thérapies*. Paris : Editions Retz.

- Murphy, J (2001). *Art therapy with young survivors of sexual abuse: Lost for words.* Philadelphia: Brunner-Routledge.
- Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice.* New York: Grune & Stratton. (Réimprimé en 1987. Chicago: Magnolia Street).
- 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: Teachers College Press.
- Newcomer, P. (1993). Art, music, and dance therapy, dans Newcomer, P. (Éds.), *Understanding and teaching emotionally disturbed adolescents* (pp.515-553). Austin: Pro-ed.
- Parker, J. D. A., & Bond, J. B. (2001). *Emotional intelligence and behavior problems in children and adolescents.* Québec: Présentation au colloque annuel de l'Association Canadienne de Psychologie.
- Pifalo, T. (2002). Pulling out the torns: Art therapy with sexually abused children and adolescents. *Art-Therapy*, 19 (1), 12-22.
- Reker, D. L., & Parker, J. D. A. (2000). *Emotional intelligence in children and adolescents : relationships with internalizing and externalizing behaviours.* Ottawa: Présentation au colloque annuel de l'Association Canadienne de Psychologie.
- Reker, D. L., & Parker, J. D. A. (1999). *Emotional intelligence, mood, and problem behaviors in children and adolescents.* Boston: Présentation au colloque annuel de l'Association Canadienne de Psychologie.
- Rodriguez, J., & Troll, G. (1995). *L'art-thérapie: pratiques, techniques et concepts.* Paris: Ellebore.

- Rosal, M. L. (1993). Comparative group art therapy research to evaluate changes in locus of control in behavior disordered children. *The arts in Psychotherapy*, 20, 231-241.
- Royer, J (1984). *La personnalité de l'enfant à travers le dessin du bonhomme*. Bruxelles : Editest, 2^e édition.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York: Guilford Press.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1997). What is emotional intelligence?, dans Salovey, P., & Sluyter, D. J. (Éds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp.3-31). New York: Basic Books.
- Simmons, S., & Simmons J. C. (1999). *Mesurez votre intelligence émotionnelle*. Montréal : Le Jour.
- Sosik, J. J. et Megerian, L. E. (1999). Understanding leader emotional intelligence and performance: The role of self-other agreement on transformational leadership perceptions. *Group & Organization Management*, 24 (3), 367-390.
- Stember, C. (1980). *Art therapy: A new use in the diagnosis and treatment of sexually abused children*. Washington: US Government Printing Office.
- Stepney, S. A. (2001). *Art Therapy with Students at Risk*. Springfield: Charles C. Thomas Publisher LTD.
- Sudres, J.-L. (1998). *L'adolescent en art-thérapie*. Paris: Dunod.

Appendices

Appendice A

Formulaire de consentement à la recherche



Université du Québec à Trois-Rivières

Département de psychologie
C.P. 500, Trois-Rivières, Canada / G9A 5H7
Téléphone (819) 376-5011

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT A LA RECHERCHE

Il est important que vous compreniez bien toutes les informations contenues dans ce formulaire de consentement. N'hésitez pas à poser des questions.

Titre de l'étude

Art-thérapie et intelligence émotionnelle chez des adolescents présentant une problématique en santé mentale

Chercheures

Lucie Laberge, étudiante au Doctorat en psychologie - profil intervention, Université du Québec à Trois-Rivières. Colette Jourdan-Ionescu, Ph.D., Département de psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières.

But de l'étude

Vous êtes invité à participer à la recherche dont le but est d'identifier l'impact de la thérapie par l'art sur la capacité des adolescents ayant une problématique en santé mentale à gérer leurs émotions.

Description de la recherche et de votre rôle

Si vous acceptez de participer à cette étude, vous aurez à participer à une rencontre d'accueil pour établir le premier contact. Un questionnaire sera complété avec vous sur la capacité à gérer ses émotions. Ensuite, dix rencontres de suivi en art-thérapie sont prévues. Lors de ces rencontres, un thème est alors proposé. Un thème différent est abordé à chacune des rencontres. Aussi, durant la rencontre, un moment de création est à la disposition du patient pour élaborer sur le thème ou sur ce qu'il désire. À la fin du processus, une rencontre-bilan est prévu pour revoir ensemble le questionnaire sur la capacité à gérer ses émotions. Il se peut que nous vous demandions la permission de

photographier les œuvres produites au cours du processus. Cela dans le but de produire éventuellement un ouvrage sur le sujet. Si c'est le cas, soyez assuré que des mesures de confidentialité seront suivies.

Préjudices et inconvénients possibles

Il n'existe pas de risques prévisibles à participer à la présente étude. Il est toutefois possible que vous soyez bloqué par le manque d'inspiration. Ce sentiment est normal et sachez que personne ne vous oblige à la création. Mis à part cet inconvénient, il n'existe pas, à notre connaissance, de risque à participer à la présente étude.

Bienfaits possibles

L'étude peut avoir plusieurs bienfaits. L'art-thérapie permet aux patients d'avoir accès à plusieurs types de thérapies combinées : verbale, non-verbale, en mouvement. L'aspect verbal de la communication n'est pas essentiel mais est stimulé. La thérapie favorise l'établissement d'une relation privilégiée avec le thérapeute, ce qui peut se généraliser à l'ensemble des relations sociales. Au niveau physique, l'exécution de mouvements permet de développer la motricité fine. L'art peut permettre au jeune de faire découvrir une nouvelle façon de s'exprimer. Ce type de thérapie favorise le changement par la créativité. L'étude aura des retombées cliniques, organisationnelles et scientifiques importantes. Les informations recueillies permettront, entre autres, de mieux connaître l'impact du processus d'art-thérapie sur diverses problématiques. De plus, elles permettront une meilleure compréhension des adolescents présentant un problème de santé mentale. Enfin, elles permettront d'étayer d'autres pistes d'intervention susceptibles d'améliorer la pratique en pédopsychiatrie.

Confidentialité

À moins qu'ils ne soient exigés par la Loi ou que votre vie (ou votre intégrité) ou celle d'une autre personne ne soit en danger, tous les renseignements obtenus au cours de cette recherche demeureront confidentiels. Les chercheurs ne divulgueront aucune information vous concernant. Afin d'assurer la confidentialité un code numérique sera utilisé dans le but d'identifier les questionnaires des participants. La liste maîtresse qui permet de faire le lien entre le nom du participant et son code numérique sera conservée dans un endroit différent des questionnaires. Cette liste de noms et numéros sera détruite un an après la fin de l'étude. De plus, les questionnaires remplis ainsi que la liste maîtresse seront gardés dans un classeur barré et seul le personnel de recherche autorisé aura accès à ces documents.

Participation

Votre participation à l'étude est tout à fait volontaire. Que vous décidiez de participer ou non ne changera en rien les services que vous recevez actuellement ou que vous allez recevoir dans l'avenir. De plus, vous pouvez mettre fin à votre participation à n'importe quel moment et cela n'affectera en rien les services que vous recevrez.

Consentement

Pour toute question relative à la présente étude, n'hésitez pas à joindre Lucie Laberge au ou Colette Jourdan-Ionescu, professeure, au

Si vous décidez de participer à cette étude, une copie de ce document vous sera remise.

Votre signature signifie que vous avez lu (ou que l'intervenant vous a lu et expliqué) les informations ci-dessus, que vous les comprenez et que vous consentez librement à participer au projet sur la base des renseignements qui vous ont été transmis.

Nom du patient : _____

Signature du patient
(si il a 14 ans ou du parent si il a moins de 14 ans) : _____

Date : _____

Nom du témoin : _____

Signature du témoin : _____

Date : _____

Merci d'accepter de participer à ce projet de recherche!

No d'approbation du Comité d'éthique de la recherche de l'Université du Québec à Trois-Rivières :
CER-04-88-06.06, certificat émis le 25 juin 2004.

Appendice B

Formulaire d'identification du jeune en art-thérapie

IDENTIFICATION DU JEUNE EN ART-THÉRAPIE

Numéro du patient : _____

Date du début de processus : _____

MOTIF DE RÉFÉRENCE

INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS AU TEST DU QE : PRÉ-TEST

Appendice C

Feuille de suivi en art-thérapie

No. De la rencontre : _____

SUIVI EN ART-THÉRAPIE

Numéro de patient : _____
Médium utilisé : _____

Date : _____
Thème : _____

Objectif fixé pour la rencontre :

Appréciation du jeune :

Thème respecté ou non :

Matériel utilisé et le temps :

Contenu :

➤ **Manifeste (synthèse des verbalisations) :**

➤ **Latent :**

Objectif atteint?

Autres commentaires et objectifs pour les prochaines rencontres

Appendice D

Formulaire du bilan du jeune en art-thérapie

BILAN DU JEUNE EN ART-THÉRAPIE

Numéro du patient : _____
Date de fin de processus : _____

INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS AU TEST DU QE : POST-TEST

BILAN ET RECOMMANDATIONS