

# Une nouvelle approche de l'art-thérapie basée sur les écoles primaires

Par Zoe Moula et Alex McDonald- 11 mai 2021 –

<https://baat.org/insights-updates/art-therapy-in-primary-schools/>

À la suite de la pandémie de COVID-19, le rôle que jouent les écoles dans le soutien à la santé sociale, émotionnelle et mentale des enfants est encore plus vital. Les rédacteurs de l'International Journal of Art Therapy, Moula et McDonald passent en revue la base de preuves pour la thérapie par l'art à l'école primaire...

L'impact indirect du Covid-19 par le biais de fermetures d'écoles et de mesures d'isolement social peut avoir de profonds effets à court et à long terme sur le bien-être des enfants. Les résultats d'études mondiales achevées entre 2020 et 2021 montrent que plus de 1,5 milliard d'enfants et de jeunes ont été touchés dans le monde par les fermetures d'écoles dans 188 pays (UN, 2020). Un examen systématique de l'impact des fermetures d'écoles a révélé que 27 études de 20 pays ont identifié un impact négatif sur les problèmes émotionnels, comportementaux, d'agitation et d'attention des enfants. Dans ces études, 20 à 60 % de tous les participants ont obtenu des scores supérieurs aux seuils de risque d'anxiété et de dépression (Viner, Russell, Saule et al., 2021).

Au Royaume-Uni, selon le commissaire à l'enfance (2021) et la Children's Society (2020), un enfant sur cinq (1,1 million) se sent malheureux dans sa vie depuis la crise du Covid-19. Les conditions de santé mentale cliniquement significatives dans l'enfance ont augmenté de 50 %, tandis que les deux tiers des enfants de l'école primaire ont connu un isolement social et une solitude; également une augmentation de 50 % par rapport à l'avant-Covid-19. En outre, bien que le nombre d'enfants victimes de violence familiale ait augmenté d'au moins 30 %, le nombre d'enfants dont l'attention a considérablement diminué. Compte tenu de ce qui précède, il n'est pas surprenant que, dans une récente enquête menée auprès de 2 438 enfants et jeunes (Young Minds, 2021), près de 70 % aient déclaré que la pandémie aurait un effet négatif à long terme sur leur santé mentale.

Pour mieux comprendre comment l'augmentation des besoins des enfants en matière de santé mentale peut être répondu, le Centre Anna Freud (2021) a interrogé 3 298 enfants et jeunes, où 93 % ont déclaré que les conversations en matière de santé mentale devaient être normalisées et introduites à l'école. Les problèmes de santé mentale les plus importants identifiés que les enfants devaient discuter à l'école étaient liés à la dépression, à l'anxiété, à l'image corporelle et à l'identité. Le ministère de l'Éducation, de la santé et de la protection sociale (2018) a également reconnu l'importance des écoles pour répondre aux nouveaux besoins sociaux, affectifs et de santé mentale des enfants.

Les écoles ont de plus en plus employé des thérapeutes par l'art pour aider les enfants à exprimer et à comprendre leurs émotions, à faire face au stress et aux soucis, ainsi qu'à développer la conscience de soi et l'estime de soi (Karkou, 2010; Moula et al., 2020). La dernière enquête sur la population active menée par la British Association of Art Therapists (BAAT) (2019) a montré que 68 % des membres (no 630) travaillaient avec des enfants et des jeunes, dont 35 % étaient basés dans des établissements scolaires.

## Examen des éléments de preuve existants

En 2019, un examen systématique des examens systématiques des services de santé en milieu scolaire a été réalisé par des chercheurs de l'Organisation mondiale de la santé (Levinson et al., 2019), qui

comprenait un examen de la thérapie artistique à l'école primaire (McDonald et Drey, 2018). Il a été constaté que les interventions en matière de thérapies artistiques indiquaient des résultats positifs pour une série de conditions et de difficultés, telles que l'autisme (Gold et al., 2006); les problèmes de comportement des salles de classe (Rosal, 1993); le trouble de défi de l'opposition (Khadar et al., 2013a); et le trouble de l'anxiété de séparation (Khadar et al., 2013b). Cependant, la prudence a été recommandée lors de l'interprétation des résultats en raison de la taille de petits échantillons, la plus grande étude ayant 109 participants, y compris des groupes témoins, et des approches thérapeutiques disparates rendant difficile la comparaison des résultats (Levinson et al., 2019). Des résultats positifs ont également été rapportés en ce qui concerne les symptômes liés aux traumatismes chez les enfants réfugiés et traumatisés par la guerre, à la suite d'interventions socio-émotionnelles (y compris les thérapies artistiques) (Sullivan et Simonson, 2016).

Deux autres études systématiques ont porté sur l'efficacité de la thérapie par l'art pour les enfants, en trouvant des résultats positifs et sans effets négatifs pour: la qualité de vie (Moula, 2020); l'estime de soi et les difficultés sociales (Cohen-Yatziv et Regev, 2019); l'anxiété et les difficultés émotionnelles (Moula, 2020); les difficultés comportementales (Cohen-Yatziv et Regev, 2019; Moula, 2020). Cependant, là encore, les preuves étaient limitées par le petit nombre d'études et de tailles d'échantillons, des approches disparates rendant difficile la comparaison des résultats.

Des recherches qualitatives auprès des enfants, des parents et des enseignants ont montré que la thérapie par l'art à l'école a été rapportée comme aidant les enfants à expliquer plus facilement les sentiments et les émotions (Deboys et al., 2017) tandis que les sessions sont également agréables (Deboys et al., 2017; McDonald et al., 2019; McDonald et Holtum, 2020). Les enfants qui s'intéressent à l'art-thérapie étaient perçus comme plus heureux, plus établis, plus calmes, ayant moins d'explosions comportementales, plus confiants et mieux s'engageant avec les travaux scolaires (Deboys et al., 2017; McDonald et al., 2019; McDonald et Holtum, 2020). Malgré certaines difficultés liées à la mise en œuvre de la thérapie par l'art dans les écoles (par exemple, le manque de vie privée, d'équipement, de contraintes financières), une méta-analyse qualitative de la thérapie par l'art dans le système éducatif israélien (Snir et al., 2018) a révélé que la capacité des art- thérapeutes à travailler au sein du système scolaire est apparue comme un avantage majeur pour la collaboration entre toutes les parties impliquées dans la vie des enfants (par exemple, le personnel éducatif et la famille). Les enseignants ont déclaré que la thérapie artistique à l'école permettait un système de soutien plus complet pour les objectifs thérapeutiques en dehors de la salle de thérapie, et les enfants estimaient que l'école dans son ensemble était plus favorable. En outre, la thérapie par l'art à l'école a amélioré l'accessibilité pour les enfants issus de milieux socioéconomiques défavorisés, et les enfants dont les parents ont du mal à initier la thérapie. Il a également été constaté que la fréquentation d'une thérapie artistique dans les écoles, par opposition aux hôpitaux et aux cliniques de santé mentale, réduisait également la stigmatisation entourant le besoin de thérapie (Snir et al., 2018).

## Recherche sur la thérapie artistique à l'école primaire dans le monde

Les articles suivants décrivent certains des services de thérapie de l'art fournis dans différents contextes scolaires à travers le monde.

Une thérapie artistique pour augmenter les résultats positifs pour les enfants souffrant de troubles sociaux, émotionnels et mentaux:

*Thérapie artistique à l'école primaire: étude exploratoire sur les changements dans la santé sociale, émotionnelle et mentale* des (McDonald, Holtum et Drey, 2019). Cette étude de méthodes mixtes au Royaume-Uni a montré des tailles d'effets significatives et moyennes pour des changements positifs notés par l'enseignant dans le stress, la conduite, l'hyperactivité et le comportement prosocial des enfants, et un effet important sur l'impact perçu des difficultés des enfants sur leur vie.

*Une étude de l'efficacité des interventions des thérapies artistiques sur les mesures de la qualité de vie et du bien-être: une étude pilote randomisée contrôlée dans les écoles primaires* (Moula, Powell et Karkou, 2020). Cette étude contrôlée expérimentale randomisée au Royaume-Uni a révélé que la thérapie par art avait un effet cliniquement significatif sur le fonctionnement de la vie, la durée du sommeil, les difficultés émotionnelles et comportementales, et une petite taille d'effet sur la qualité de vie liée à la santé.

*Recherche comparative de thérapie par art en groupe pour évaluer les changements dans le locus de contrôle chez les enfants souffrant de troubles du comportement* (Rosal, 1993). Dans cette étude contrôlée avant et après aux États-Unis, les groupes de thérapies artistiques étaient significativement plus efficaces que le groupe témoin pour améliorer le comportement adaptatif des enfants en classe et accroître les attitudes positives envers l'école.

*Effet de la thérapie de peinture sur l'agressivité chez les étudiants handicapés intellectuels ducs* (Hashemian et Jarahi, 2014). Cette étude contrôlée randomisée en Iran a montré que la thérapie par art était efficace pour réduire les comportements agressifs chez les enfants présentant un handicap intellectuel.

*L'efficacité du programme de thérapie de peinture pour le traitement des comportements d'externalisation chez les enfants souffrant de déficience intellectuelle* (Beh-Pajoo, Abdollahi et Hosseinian, 2018). Dans cet essai clinique randomisé en Iran, la thérapie par art a été jugée efficace pour soulager l'externalisation des comportements des enfants présentant un handicap intellectuel.

*Processus de changement dans la thérapie artistique scolaire avec les enfants: une étude qualitative systématique* (Deboys, Holtum et Wright, 2017). Cette étude théorique au Royaume-Uni a montré qu'à la suite d'une thérapie par l'art, les enfants ont présenté des améliorations dans leur expression, leur humeur, leur confiance, leur communication, leur compréhension, leur résilience et leur apprentissage.

### **L'art-thérapie des enfants qui ont été victimes d'événements traumatisants, tels que les migrations et les catastrophes naturelles:**

*Tremblement de terre LA '94 aux yeux des enfants: thérapie par l'art avec les enfants de l'école primaire victimes de catastrophes* (Roje, 1995). Dans cette étude qualitative aux États-Unis, les enfants ont été encouragés, à traverser leur histoire de tremblement de terre en paroles et en images, à explorer leurs pensées actuelles et répétitives, à travailler à travers leurs sentiments vers la résolution du traumatisme.

*Thérapie d'art avec les enfants rescapés du tsunami à Sri Lanka* (Chilcote, 2007). Dans cette étude qualitative au Sri Lanka, l'art-thérapie a permis aux jeunes survivants du tsunami de révéler des expériences traumatisantes du tsunami, d'exprimer leur traumatisme avec d'autres survivants, la douleur à cause de la perte d'êtres chers et de reprendre le contrôle émotionnel.

*L'art du bien-être: un programme de thérapie artistique de 14 semaines pour les jeunes à risque* (Sitzer et Stockwell, 2015). Dans cette étude contrôlée avant et après aux États-Unis, la thérapie par l'art a conduit à des améliorations significatives de la résilience, du fonctionnement social et émotionnel chez les jeunes à risque.

### **Pratiques de thérapie de l'art qui soutiennent les enfants autistes:**

*Reconnaître les émotions: tester une intervention pour les enfants autistes* (Richard, More et Joy, 2015). Cette étude pilote avant et après aux États-Unis a montré que le groupe de thérapie artistique avait des améliorations plus importantes dans les capacités des enfants autistes à identifier les émotions représentées dans les photographies faciales par rapport au groupe témoin.

*Façonner l'expérience et le partage de signification de la thérapie artistique pour les enfants autistes* (Evans, 1998). Des études de cas sur une période de trois ans dans une école spéciale au Royaume-Uni ont montré que la thérapie par l'art soutenait le développement des compétences de communication et augmentait la relation thérapeutique avec les enfants autistes.

Pratiques de thérapie de l'art qui aident à résoudre les problèmes de santé:

*Un essai randomisé visant à tester l'efficacité du traitement par l'art chez les enfants asthmatiques* (Beebe, Gelfand et Bender, 2010). Dans cette étude randomisée contrôlée en Norvège, le traitement par art s'est avéré efficace pour diminuer l'anxiété et améliorer la qualité de vie des enfants asthmatiques.

Pratique de thérapie de l'art qui améliore l'engagement dans l'apprentissage en classe:

*Thérapie artistique à l'école primaire: étude comparative des méthodes mixtes sur l'apprentissage en classe des enfants* (McDonald et Holtum, 2020). Ces méthodes mixtes avant et après au Royaume-Uni ont montré que les enfants et les enseignants percevaient la thérapie de l'art comme utile pour l'engagement avec l'apprentissage en classe, les relations avec les enseignants et les pairs, et le temps d'apprentissage.

M. Moula, rédactrice en chef adjointe de l'International Journal of Art Therapy (IJAT)

Alex McDonald, rédacteur en chef de l'IJAT

Vous pourriez également être intéressé de lire le numéro spécial de l'IJAT sur l'art-thérapie avec les enfants

Références: L'art-thérapie dans les écoles primaires