



# Sole Expression : Intervention de danse adaptée au traumatisme

**Boost Child & Youth Advocacy Center (Boost CYAC)**

---

**1<sup>er</sup> avril 2015  
31 mars, 2021**

CONTRIBUER À LA SANTÉ DES SURVIVANTS DE VIOLENCE FAMILIALE  
Instructions relatives au rapport narratif final

Sole Expression : Intervention de danse adaptée au traumatisme



Période de financement de l'ASPC : du 1<sup>er</sup> avril 2015 au 31 mars 2021

Organisation responsable : Boost Child & Youth Advocacy Center (Boost CYAC)

Partenaires et collaborateurs : Ryerson University, UNITY

Personne-ressource du projet : Lindsay Jolie - [jolie@boostforkids.org](mailto:jolie@boostforkids.org)



Public Health  
Agency of Canada

Agence de la santé  
publique du Canada

La production de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées ici ne représentent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada. Le financement de ce projet a été rendu possible grâce à une contribution de l'Agence de la santé publique du Canada.

## 2. Introduction

Le besoin d'un soutien en santé mentale et d'interventions appropriées sur le plan du développement est urgent pour les jeunes qui ont vécu de la violence ou qui y ont été exposés. Il n'est pas rare de devoir attendre de six à huit mois pour obtenir des services cliniques, ce qui peut aggraver les symptômes du traumatisme. De plus, certains jeunes s'abstiennent de participer à des services thérapeutiques traditionnels, comme la thérapie cognitivo-comportementale, parce qu'elle repose sur l'expression verbale des émotions, ce qui peut être gênant pour certains.

L'objectif de Sole Expression était de mettre en œuvre une intervention de danse adaptée au traumatisme pour les jeunes qui ont vécu de la violence ou qui y ont été exposés, dans le but de réduire les symptômes du traumatisme. Notre projet, d'une durée de cinq ans comprenait une intervention pilote à Toronto, une refonte du programme et une intervention à plus grande échelle à Toronto et à Simcoe/Muskoka. L'étude visait à déterminer si un programme de danse réduit les symptômes liés au traumatisme chez les jeunes qui ont vécu des mauvais traitements ou qui y ont été exposés, et comment.

L'intervention de danse a été encadrée par un programme adapté aux traumatismes et s'est déroulée sur une période de 10 semaines pendant la durée du projet. On ne s'attendait pas à ce que les participants au programme parlent directement de leur expérience de mauvais traitements ou de traumatisme à quelque moment que ce soit pendant les volets danse ou recherche du projet. Chaque programme était coordonné par une équipe composée d'un thérapeute spécialisé en traumatismes et de deux professeurs de danse. L'objectif principal de Sole Expression était de adapter, de mettre en œuvre et d'évaluer en collaboration une intervention de danse adaptée au traumatisme qui était novatrice et créative, afin de promouvoir la guérison et le bien-être des jeunes (de 12 à 17 ans) qui ont subi de mauvais traitements ou de violence. Nos objectifs particuliers étaient de 1) adapter et mettre à l'essai une intervention de danse adaptée au traumatisme pour les jeunes hommes et femmes qui ont subi la maltraitance ou la violence familiale comme enfant; et 2) adapter davantage l'intervention de danse en fonction des résultats de l'étude pilote, déterminer la taille de l'échantillon pour assurer une signification statistique, et mettre en œuvre et évaluer une intervention de danse adaptée au traumatisme sur plusieurs sites à Toronto et à Simcoe/Muskoka. L'Agence de la santé publique du Canada a versé 1 140 736,00 \$ du 20 juillet 2016 au 21 mars 2022 dans le cadre de l'investissement Contribuer à la santé des victimes de violence familiale.

## 3. Contexte

La recherche a montré que les gens réagissent différemment aux événements traumatisants. Pour les jeunes qui ont subi un traumatisme à un très jeune âge, les conséquences peuvent être particulièrement dévastatrices et entraîner des effets négatifs sur le développement au cours de

la vie, y compris le développement du cerveau. Plus précisément, « le traumatisme constitue une menace pour le bien-être d'une personne, déclenchant ainsi une réaction neurobiologique au stress. Bien qu'elles soient nécessaires à la survie, les réactions chroniques et fréquentes au stress physiologique peuvent altérer le développement du cerveau, ce qui entraîne la dysrégulation des circuits neuronaux. Les enfants exposés à un stress traumatique peuvent développer un trouble de stress post-traumatique (TSPT) ou ses symptômes (SSPT) ». (Carrion et Wong, 2012 : S23). Il peut donc être difficile pour les jeunes de réguler leurs émotions et de contrôler leur comportement, et ce trouble peut mener à des états persistants d'hyperexcitation et d'hypervigilance où ils peuvent sembler sous-réagir ou réagir de façon excessive à diverses situations. Le traumatisme peut également avoir un effet sur la santé physique et causer des douleurs chroniques, des maux de tête, des problèmes gastro-intestinaux et d'autres problèmes (BC Provincial Mental Health and Substance Use Planning Council, 2013).

Le projet proposé visait à réduire les symptômes du traumatisme au moyen d'une approche adaptée au traumatisme qui était fondée sur la danse (plus précisément le hip-hop) et l'expression créative. La demande de services pour les victimes de mauvais traitements faits aux enfants et de violence familiale augmente de façon exponentielle, et les ressources existantes ne suffisent pas à répondre aux besoins de cette population. Boost Child & Youth Advocacy Centre (Boost CYAC) a investi beaucoup de temps et de ressources pour élaborer un modèle d'évaluation et de traitement axé sur les traumatismes et fondé sur les pratiques exemplaires et les recherches actuelles, qui offre également une approche novatrice et adaptée aux besoins des enfants, des jeunes et des familles. Toutefois, la liste d'attente pour cette évaluation et ce traitement est longue et ce ne sont pas tous les enfants ou les jeunes qui ont besoin d'une intervention aussi intensive.

Sole Expression, une intervention de danse adaptée au traumatisme pour les jeunes qui ont subi de mauvais traitements faits aux enfants ou de violence familiale a offert une autre approche. Une récente recension des écrits menée par Boost CYAC a produit des données probantes selon lesquelles le traitement par mouvements et par la danse (TMD) est efficace pour réduire les symptômes du traumatisme. En particulier, une étude a révélé que le TMD était efficace pour renforcer l'adaptation et améliorer la régulation des émotions chez les enfants qui ont subi de mauvais traitements (Betty, 2013). Rassembler Boost CYAC, UNITY et le Centre d'appui aux enfants et aux jeunes de Simcoe Muskoka (CACSM) avec des chercheurs universitaires dans le cadre de ce projet concerté fait en sorte que notre intervention novatrice comblera les lacunes en matière de services et de connaissances grâce à des renseignements et des ressources fondés sur des données probantes. De plus, notre programme adapté aux traumatismes a été élaboré au cours d'étapes de mise en œuvre et d'évaluation afin que le programme final puisse tenir compte des divers besoins des jeunes victimes de mauvais traitements faits aux enfants ou de violence familiale. Tous les animateurs du programme ont reçu une formation sur les approches adaptées aux traumatismes, y compris des danseurs de UNITY et du personnel de recherche. Le

résultat final du projet sera une intervention durable qui pourra être utilisée par d'autres partout au Canada.

#### **4. Principales activités et produits livrables**

Au cours de la durée du projet, l'intervention Sole Expression a été réalisée en entier, à onze reprises. Deux autres programmes ont été lancés : l'un a pris fin en raison de problèmes de dotation en personnel et l'autre en raison de la COVID-19. L'intervention a eu lieu à la fois à Toronto et à Simcoe/Muskoka par l'entremise du Centre d'appui aux enfants et aux jeunes de Simcoe-Muskoka. Les inscriptions ont rassemblé de 5 à 16 jeunes par programme, mais tous les participants n'ont pas réalisé les mesures de recherche. Le programme a utilisé divers espaces accessibles pour offrir l'intervention, y compris des studios de danse privés, des centres communautaires et des carrefours communautaires.

Les membres de l'équipe ont participé à de nombreuses activités de diffusion des connaissances, y compris des séances d'information sur la recherche, des conférences, des présentations de sensibilisation, des ateliers sur le mieux-être et des séminaires expérimentaux. Parmi les intervenants présents se trouvaient des chercheurs, des praticiens, des intervenants, des organismes communautaires, des thérapeutes des arts expressifs et des travailleurs juridiques et de proximité. Au total, les membres de l'équipe de projet ont participé à 58 activités de diffusion et d'échange de connaissances, et on estime la portée à 2 810 personnes. De plus, le projet Sole Expression a permis de mettre au point 113 nouveaux produits de connaissance, dont la portée est estimée à 2 600 personnes. Également, un manuscrit a été publié et un autre manuscrit est actuellement en cours d'examen; il est difficile à ce stade d'estimer le public de ces publications évaluées par les pairs.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10926771.2018.1544182> (en anglais seulement)

<https://kh-cdc.ca/fr/project-profiles/sole-expression.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=4yQRL9ervy8&t=5s>[https://kh-cdc.ca/fr/project-profiles/pdfs/Sole\\_Expression\\_French\\_Fact\\_Sheet.pdf](https://kh-cdc.ca/fr/project-profiles/pdfs/Sole_Expression_French_Fact_Sheet.pdf)<https://www.uvic.ca/hsd/cyc/assets/docs/2019-cycinaction-fullprogram.pdf> (pg. 6) (en anglais seulement)

#### **5. Résultats du projet**

Sole Expression a été livré onze fois au cours du projet à un groupe diversifié de participants. Le programme a été bien accueilli, comme en témoigne le nombre de jeunes qui ont demandé à participer à d'autres programmes pour « s'amuser ». On a demandé aux participants de remplir la Liste de contrôle des symptômes traumatiques chez les enfants (TSCC) et l'Échelle multidimensionnelle d'anxiété chez les enfants (MASC-2) avant le programme et dans les deux semaines suivant le programme. Dans le cadre de l'analyse de la recherche, on a examiné les scores de référence et on les a comparés aux scores qui suivent l'utilisation de Sole Expression. De plus, les participants ont été invités à participer à une entrevue avec un assistant de

recherche après la fin du programme afin de partager leurs expériences dans le cadre du programme et de commenter la façon dont les éléments de Sole Expression soutenaient ou entravaient leur bien-être et leur capacité d'adaptation. Le nombre total de participants inclus dans l'analyse quantitative était de 48, tandis que 14 jeunes ont participé à des entrevues qualitatives semi-structurées.

Dans l'ensemble, les données de l'étude indiquent que le programme Sole Expression a eu un effet favorable sur la réduction des symptômes de traumatisme, en appuyant l'utilisation accrue du hip-hop pour améliorer le bien-être et favoriser la guérison des jeunes qui ont subi de la violence et des traumatismes. Le TSCC et le MASC-2 ont montré des améliorations importantes à plusieurs des sous-échelles de ces outils. Des entrevues qualitatives ont ressortie la nécessité d'un environnement sans jugement où les participants sont en mesure de reprendre le pouvoir et d'exploiter l'énergie des autres pour soutenir leur capacité à gérer leur santé mentale.

À titre de produit livrable du Plan stratégique 2022-2024 de Boost CYAC, l'organisation effectuera des examens approfondis pour tous les programmes et départements. En ce qui concerne les programmes de service à la clientèle, comme le Programme de thérapie dirigée par l'évaluation, qui a mis en œuvre les programmes de Sole Expression, cet examen inclura divers facteurs liés au soutien de nos clients, y compris quels services sont offerts et comment, le temps d'attente, les mesures d'atténuation des temps d'attente existants, etc. Les résultats du projet Sole Expression seront sérieusement envisagés comme un moyen d'aider les jeunes qui attendent des services complets, ainsi que ceux qui n'ont peut-être pas besoin de tels services intensifs. Comparativement au soutien individuel, les services de groupe sont un moyen efficace de servir un plus grand nombre de personnes; il s'agit d'un facteur important pour accroître la capacité d'un organisme de servir sa collectivité.

Notre projet nous a permis de mieux comprendre le pouvoir du mouvement, et du hip-hop en particulier en tant qu'intervention adaptée aux traumatismes chez les jeunes. Le travail avec des experts de UNITY a offert de nombreuses occasions d'en apprendre davantage sur l'héritage de la culture hip-hop et d'intégrer ces apprentissages dans les activités de diffusion des connaissances à mesure que le projet progressait.

## **6. Prochaines étapes**

À l'heure actuelle, la poursuite de Sole Expression n'est pas possible en raison du manque de ressources. Toutefois, si ces ressources devenaient disponibles, les prochaines étapes consisteraient à évaluer l'intérêt de la collectivité à l'égard du programme, à obtenir des ressources et à planifier la mise en œuvre.

Toutefois, grâce au manuel, des vidéos, des articles scientifiques et des présentations à des conférences, nous continuerons de partager l'apprentissage qui a été acquis dans le cadre de ce projet dans l'espoir de fournir à d'autres organisations l'apprentissage nécessaire pour réfléchir

aux services de traitement des traumatismes d'une manière qui n'est peut-être pas habituellement envisagée.