

Effet de l'imagerie mentale sur l'anxiété et la perception de contrôle interne sur la santé des personnes atteintes de cancer

Louise Perron

24265230

RÉSUMÉ

Ce travail de recherche a pour but de vérifier si une intervention psychothérapeutique utilisant l'imagerie mentale permet d'offrir un soutien psychologique aux personnes atteintes de cancer dont le nombre est sans cesse croissant au Québec. Plus spécifiquement, cette étude vise à évaluer si l'imagerie mentale diminue l'anxiété des personnes atteintes de cancer et augmente la perception de contrôle sur leur santé comparativement à un groupe de thérapie et à un groupe de soutien. De plus, elle explore, au moyen de présentation de cas, l'expérience vécue par les participants avec l'imagerie et les bénéfices qu'ils ont retirés de l'intervention. Pour ce faire, 34 personnes atteintes de cancer de la population québécoise participent à trois différents types d'intervention : groupe d'imagerie mentale ($n = 19$), groupe de thérapie ($n = 6$) et groupe de soutien ($n = 9$). Chaque participant de l'échantillon est soumis à trois évaluations : un questionnaire socio-démographique, l'Inventaire d'anxiété situationnelle et de trait d'anxiété (IASTA-Y; Spielberger, Gorsuch, Luschene, Vaag, & Jacobs, 1983) mesurant le niveau d'anxiété et enfin l'échelle du Multidimensional Health Locus Control Scale (MHLC-C; Wallston, Wallston, & DeVellis, 1978) évaluant la perception de contrôle sur la santé. Les résultats quantitatifs de cette étude montrent que l'imagerie mentale diminue l'anxiété des personnes atteintes de cancer et que ce type d'intervention s'avère plus efficace qu'un groupe de thérapie pour empêcher une diminution de la perception de contrôle sur la santé chez les individus souffrant de cancer. Les résultats qualitatifs émergeant des présentations de cas montrent que l'imagerie facilite l'exploration psychologique, aide à la prise de conscience de conflits psychiques et favorise leur

dénouement chez plus de la moitié des participants de ce groupe. De plus, contrairement aux données quantitatives, l'étude révèle que l'imagerie permet à ces malades de contacter leurs ressources intérieures et de développer des sentiments de contrôle, de sécurité et d'espoir. L'utilisation de l'imagerie, durant les traitements de chimiothérapie et de radiothérapie, permet de diminuer l'anxiété et encourage le malade à se centrer sur la guérison et à participer activement au traitement. L'imagerie mentale apparaît en somme une intervention efficace pour réduire l'anxiété des personnes atteintes de cancer ce qui ouvre la porte à son utilisation comme support psychologique auprès de ces malades et comme méthode complémentaire aux traitements médicaux.