

# Effets de la Danse-Thérapie sur la symptomatologie anxieuse au sein d'un hôpital de jour psychiatrique adulte : DAPSY, étude pilote contrôlée randomisée



A.Delacuisine<sup>1</sup>, CL.Charrel<sup>2,4</sup>, E. Krakowiak<sup>3</sup>

1 - Etablissement Public de Santé Mentale (EPSM) Val de Lys Artois | 2 - Fédération Régionale de Recherche en Psychiatrie et Santé Mentale des Hauts-de-France, Saint-André-lez-Lille  
| 3 - Clinique Le Ryonval -UGECAM Hauts-de-France, Sainte Catherine | 4 - Centre de psychothérapie Les Marronniers, Bully-les-Mines

## Contexte

- L'anxiété, fléau de santé publique, est connu pour être à l'origine de nombreux troubles psychiatriques, pouvant également les aggraver ou limiter la réponse aux traitements des patients.
- La danse-thérapie (DT) est une approche psychothérapeutique basée sur le mouvement corporel, visant une (re)connexion profonde au corps et aux émotions, améliorant l'intéroception, mettant l'accent sur la créativité et l'empathie kinesthésique(1).
- L'objectif est d'évaluer l'efficacité sur l'anxiété d'un protocole de DT de 4 séances sur 4 semaines.**

## Méthode

- Étude pilote exploratoire de catégorie 2, randomisée, comportant un groupe DT versus un groupe contrôle type occupationnel.
- Deux sessions ont été réalisées de décembre 2023 à août 2024 sur 22 patients suivis en hôpital de jour à la clinique Le Ryonval.
- L'anxiété a été mesurée à l'aide de trois échelles : STAI-Y1 et 2, BAI, et l'EVA anxiété.

## Résultats

- Le critère de jugement principal montre une diminution non significative de la STAI-Y2 (anxiété générale) au sein du groupe DT à 7 jours de la fin du protocole et une absence de différence entre le groupe interventionnel et le groupe contrôle.**
- Le critère de jugement secondaire (CJS) n°1 révèle une diminution significative de l'anxiété post-séance au sein du groupe DT, avec une diminution plus importante au sein de ce groupe en comparaison au groupe occupationnel.**
- Le CJS n°2 révèle une réduction non significative des symptômes physiques de l'anxiété au sein du groupe DT mesurés avec l'inventaire de Beck.**
- Le CJS n°3 rapporte une diminution significative de l'anxiété à long terme (à 2 mois post-protocole) au sein du groupe DT, avec une diminution plus importante au sein de ce groupe en comparaison au groupe occupationnel.**

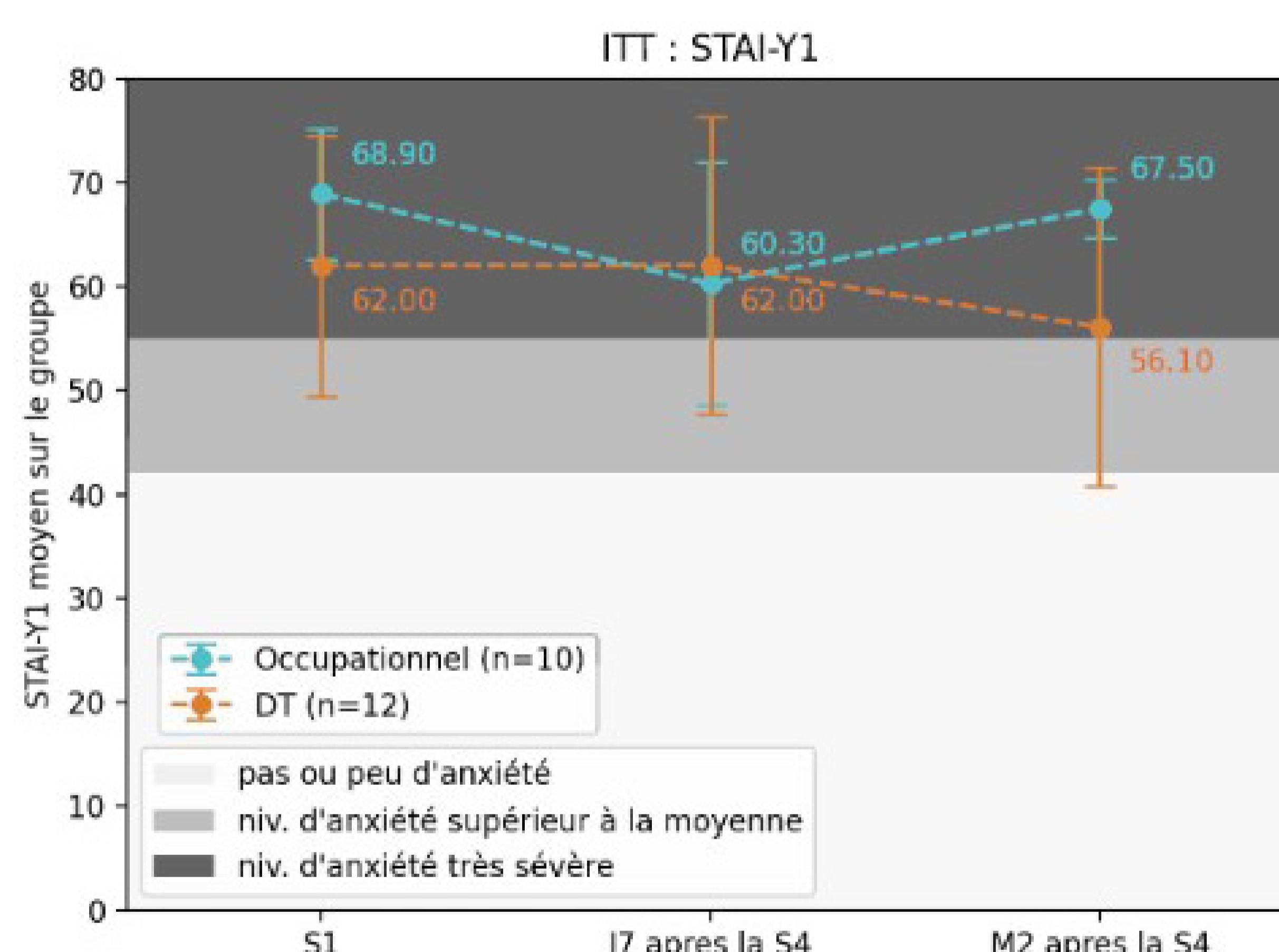


Fig1. Evolution des moyennes des scores STAI-Y1 entre le groupe DT et occupationnel en ITT  
STAI-Y1 ≤42 : peu ou pas d'anxiété / >42 : niveau d'anxiété supérieur à la moyenne / >55 : anxiété très sévère

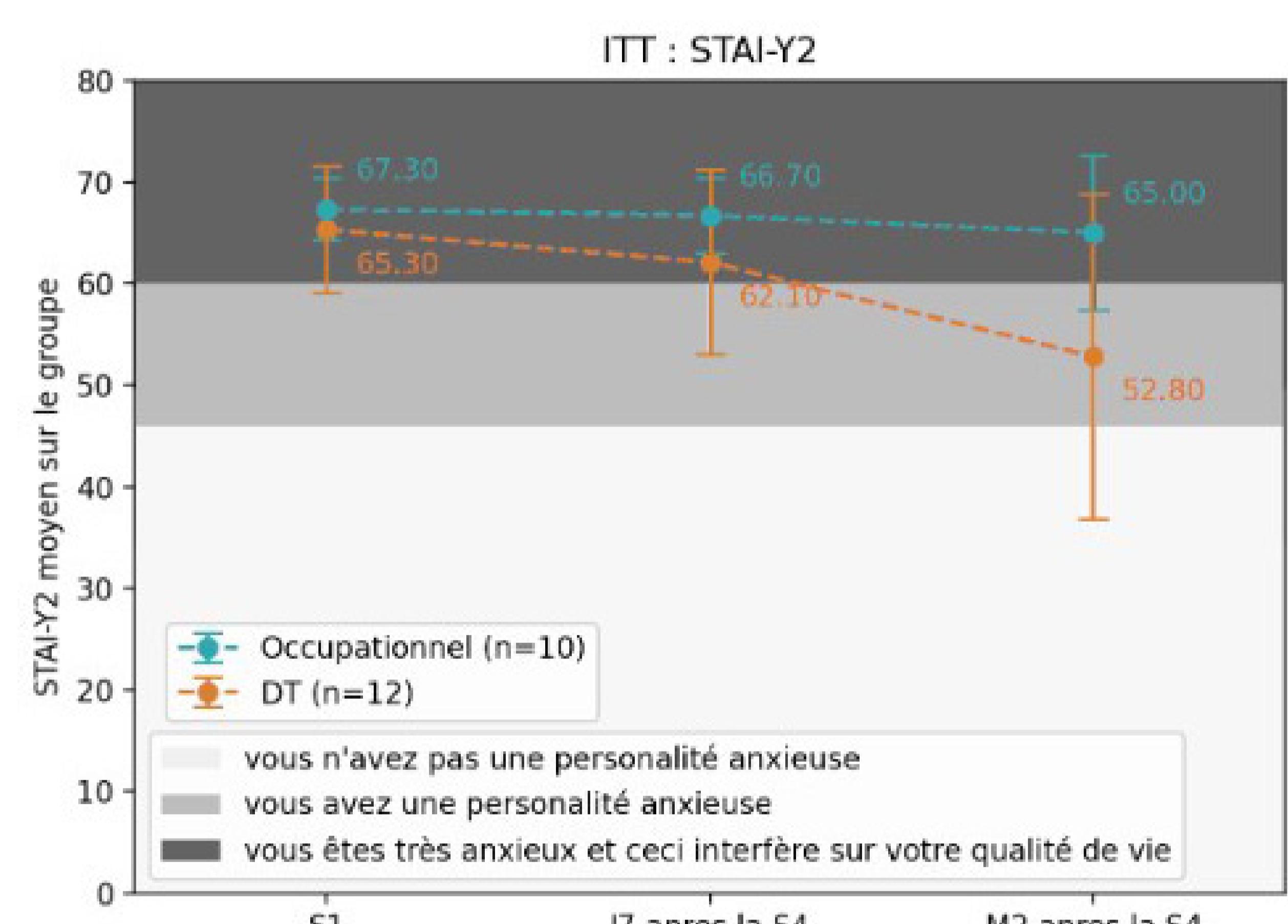


Fig2. Evolution des moyennes des scores STAI-Y2 entre le groupe DT et occupationnel en ITT  
STAI-Y2 ≤46 : vous n'avez pas une personnalité anxieuse / >46 : vous avez une personnalité anxieuse / >60 : vous êtes très anxieux et ceci interfère sur votre qualité de vie



## Discussion - Conclusion

- Ce protocole révèle une **efficacité significative sur l'anxiété généralisée à long terme** de manière inédite, **sans conclure à une véritable causalité**. De plus, l'étude confirme l'efficacité de la danse thérapie sur l'anxiété à court terme comme décrite au sein de la littérature. **Le manque d'efficacité sur les symptômes physiques invite à repenser leur évaluation**
- Plusieurs résultats sont à la frontière de la significativité projetant de futures recherches de ce même protocole sur un plus grand échantillon.



## Références bibliographiques

1. Vaysse, Jocelyne. 2014. La danse-thérapie : histoire, technique, théorie. Toulouse : Érès.