

# Fiche de lecture



Pôle d'expertise et de recherche  
EN SANTÉ ET BIEN-ÊTRE  
DES HOMMES

---

## Telepsychotherapy for generalized anxiety disorder: Impact on the working alliance

---

**Référence:** Watts, S., Marchand, A., Bouchard, S., Gosselin, P., Langlois, F., Belleville, G., et Dugas, M. J. (2020). Telepsychotherapy for generalized anxiety disorder: Impact on the working alliance. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 208-225

### Objectif

Évaluer l'effet de la thérapie cognitivo - comportementale (TCC) sur la force et l'évolution de l'alliance thérapeutique, selon qu'elle soit effectuée par vidéo ou en face à face, à partir du point de vue de client.es ayant un trouble d'anxiété généralisé (TAG) et de leur intervenant.e.

### Méthodologie

Essai contrôlé-randomisé auprès de 115 client.es avec un diagnostic de TAG ayant bénéficié de 15 séances de TCC, par vidéo (n=50) ou en face à face (n=65), et auprès des 23 intervenant.es ayant mené la thérapie.

Dans cette étude, la thérapie **par vidéo** réfère à l'interaction en temps réel entre les intervenant.es et les client.es à travers un support électronique (ordinateur, tablette, téléphone intelligent), via une plateforme comme Zoom, FaceTime ou WhatsApp, qui permettent aussi d'échanger texte, images et documents par messagerie instantanée.

## Résultats

- Les client.es ont vu la sévérité de leur TAG diminuer significativement entre le début et la fin de leur thérapie, pour les deux modalités d'intervention (vidéo et face à face).
- L'alliance thérapeutique évoluait de façon similaire avec les deux modalités : elle augmentait rapidement au début de la thérapie, se stabilisait au fil des séances, puis augmentait à nouveau rapidement vers la fin. Ce schéma était plus prononcé chez les client.es que chez les intervenant.es.
- Du point de vue des intervenant.es, la force de l'alliance thérapeutique était équivalente pour les deux modalités.
- Du point de vue des client.es, l'alliance thérapeutique était plus forte avec la modalité par vidéo.

## Implications pour la pratique

- L'utilisation de la vidéo ne semble pas affecter la force et l'évolution de l'alliance thérapeutique dans la TCC pour le traitement du TAG, autant du point de vue des client.es que des intervenant.es.
- L'idée que les intervenant.es auraient un biais négatif envers la modalité par vidéo est remise en question.
- Les client.es qui consultent pour un TAG semblent à l'aise avec la vidéo, qui leur permettrait de percevoir une meilleure alliance thérapeutique qu'en face à face, du moins en contexte clinique.
- Les intervenant.es doivent savoir faire face aux problèmes techniques de la vidéo (difficultés de connexion, délai dans la transmission du son ou de l'image, etc.), par exemple en poursuivant la séance au téléphone.

## Limites

- Résultats pas nécessairement représentatifs de toutes les personnes ayant un TAG.
- Thérapie par vidéo réalisée en contexte clinique plutôt qu'à domicile.

## Pistes pour les recherches futures

- Étudier le phénomène en réalisant la thérapie par vidéo à domicile plutôt qu'en contexte clinique.
- Documenter l'occurrence de problèmes techniques liés à la thérapie par vidéo, et leur influence sur l'alliance thérapeutique et sur les autres résultats du traitement.