

Les bienfaits de l'hortithérapie

Une étude exploratoire selon la perspective des intervenants
psychosociaux

Survole du sujet d'aujourd'hui...

- L'ensemble des activités de jardinage élaborées par un professionnel de la santé pour promouvoir des expériences de mieux-être sur différents types de souffrance psychologique (AHTA, 2021).
- P.ex.: réduit l'intensité de la **dépression et de l'anxiété**, favoriserait la **récupération psychologique** possiblement en créant un lien significatif et apaisant sur le plan affectif= donne la possibilité d'une nouvelle modalité d'investir l'autre et le monde.
- Présentation de données préliminaires d'analyse IPA de deux entrevues d'intervenants psychosociaux.

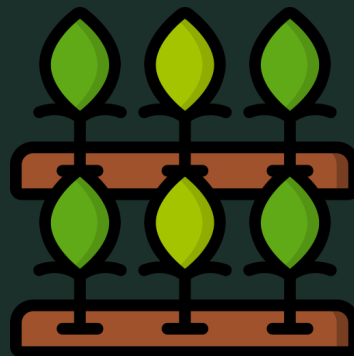
Mise en contexte...



- Méthode innovante de médiation par les plantes
- Thérapies pionnières au Québec à l'institut Douglas
- Davantage étudié en Asie, aux États-Unis et en France
- Visée: Visibilité de cette approche et reconnaissance de ses bénéfices sur la régulation émotionnelle en contexte de relation avec le jardin et la nature

Définition de l'hortithérapie

L'hortithérapie est une modalité de traitement qui utilise les plantes et les activités de jardinage comme thérapie complémentaire pour les personnes de tous les âges et de divers diagnostics. Ses avantages, qui proviennent principalement de l'entretien des plantes et de l'interaction avec le monde naturel, sont les suivants : une amélioration de l'adaptation mentale, physique, cognitive, comportementale et sociale des personnes, ainsi améliorant à son tour le bien-être mental, corporel et spirituel. [traduction libre] (Kim, 2003, p.7)



Contexte théorique



- Effets de **récupération au stress** et de relaxation (Ulrich et al., 1991; Song et al., 2016)
- Amélioration de la santé physique en général (Maller, Henderson-Wilson, & Townsend, 2009),
- Déterminant pour la mobilisation des fonctions cognitives et mnésiques (Jonveaux et al., 2013; Yzoard et al., 2017)
- Augmentation des interactions sociales (Son et al., 2004)
- Amélioration de l'humeur (Brooks et al., 2017; Ratcliffe, 2021) et du bien-être psychologique (Guglielmetti Mugion & Menicucci, 2020; Oh et al., 2020; Siu et al., 2020)

La théorie de la réduction du stress (Ulrich et al., 1991)

La perception visuelle de l'environnement naturel évoque des émotions positives, bloquant les pensées et les sentiments négatifs en contexte de stress.

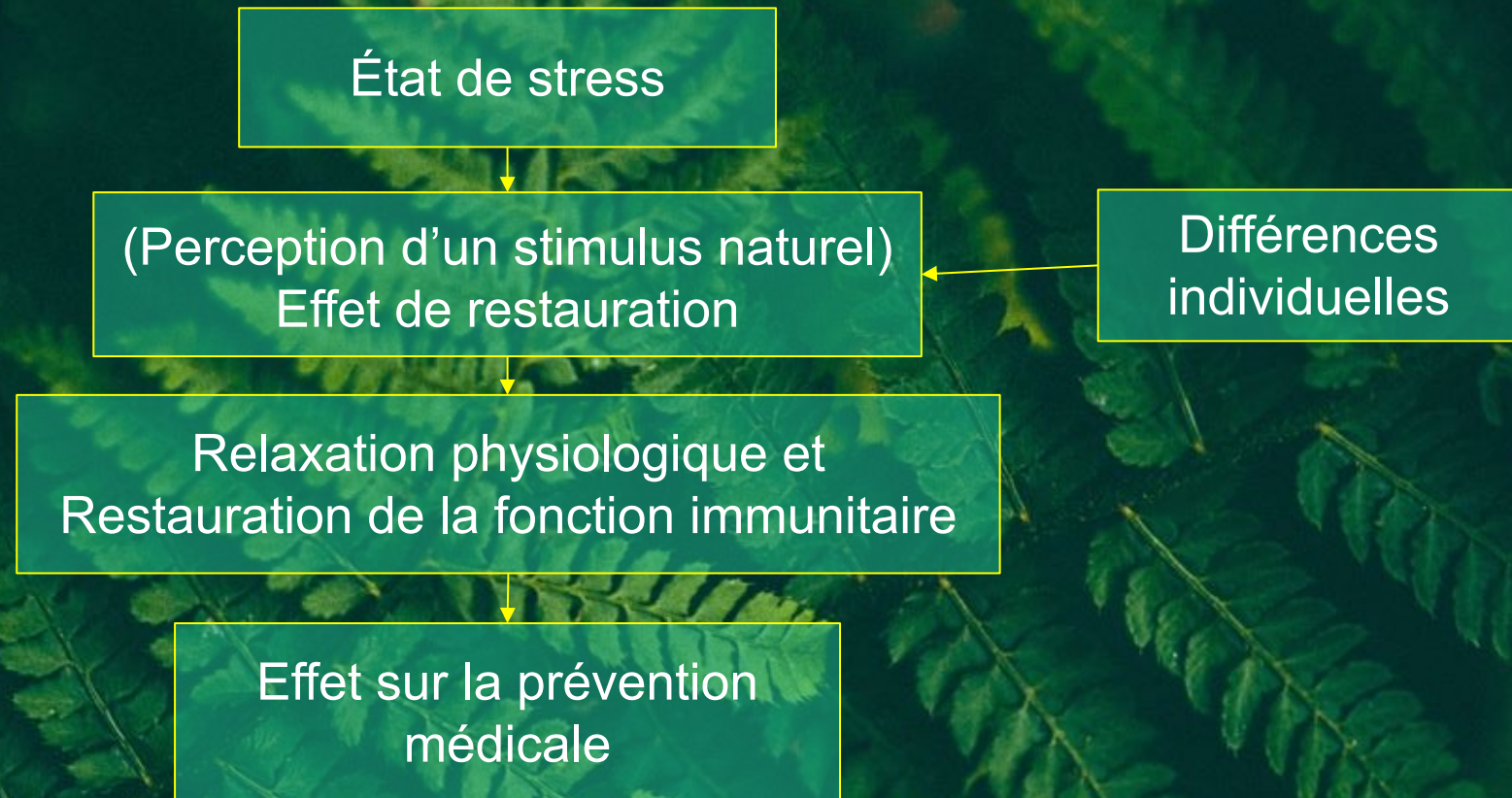


*La théorie de la restauration de
l'attention (R. Kaplan & S. Kaplan,
1989; S. Kaplan, 1995)*

Les aspects visuels de l'environnement sont intrinsèquement intéressants et permettent une attention sans effort (le repos du mécanisme inhibiteur neurocognitif sollicité en période de stress).



La modélisation du "Concept of natural therapy"
(Song et al., 2016)



Les émotions et la régulation émotionnelle

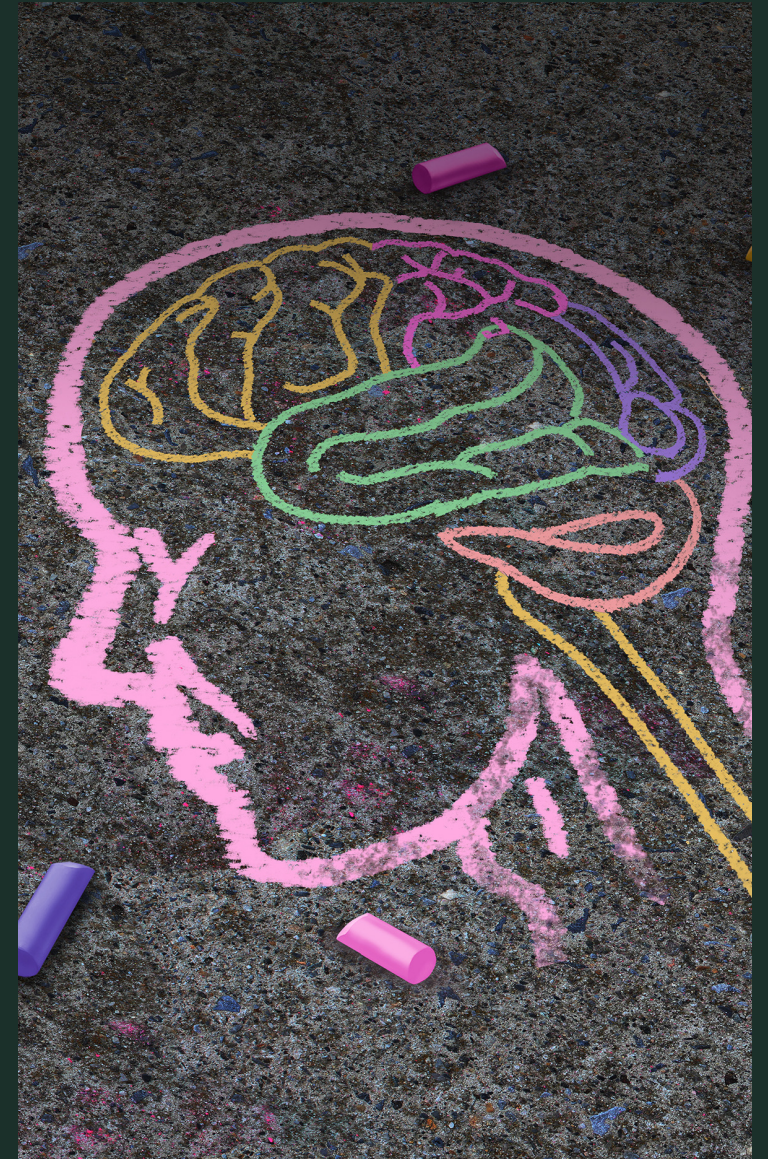


Selon le modèle de Gross (2008):

- **Émotion** = une réponse multisystémique (Khoury & Lecomte, 2012)
 - Coordonnée et malléable à l'interaction en cours
- **La régulation émotionnelle** = la modification de l'expérience de l'émotion au courant d'une des étapes de son traitement (c.-à-d. la perception, la reconnaissance, l'expression ou l'expérience générale de l'émotion (Khoury & Lecomte, 2012))

Schizophrénie et le trouble schizophréniforme

- Nombreuses psychopathologies → échec d'un processus adaptatif de régulation émotionnelle
- Schizophrénie= des symptômes positifs et des symptômes négatifs durables **impliquant des difficultés émotionnelles** (voir DSM V, American Psychiatric Association, 2013)
- Fortes corrélations entre la maltraitance infantile et le développement de troubles psychotiques (Varese et al., 2012)



Les possibilités aux jardins thérapeutiques...

- Les activités de jardinage mobilisent **le besoin de relations** des participants (Chen et al., 2001).
- Un facteur thérapeutique émerge lors que les participants prennent soin des plantes : **un lien significatif** prend forme à la suite de la prise en charge d'un être vivant (Relf & Dorn, 1995).
- Le jardin se présente comme un lieu où est **cultivé l'exploration et la croissance personnelle** en relation à un être vivant.
- P. ex. l'acte de prendre soin des plantes semble générer **des sentiments de compétence, de sécurité, de compassion** chez les participants (Sabra, 2016). Les jardins offrent des opportunités de ressentir un lien émotionnel d'attachement (Scott et al., 2015) et se mobiliser dans un lien affectif par sa participation active à l'entretien du jardin.

L'hortithérapie pour cette clientèle

- Réduction des **symptômes négatifs et positifs** (Ascencio, 2019; Oh et al., 2020; Lu, Zhao, Liu, Xu, & Wang, 2021)
- Contribue à la **régulation émotionnelle** en réduisant la réponse au stress (Oh et al., 2020)
- Les **environnements non hospitaliers** = meilleur effet thérapeutique pour leurs symptômes généraux, leur réadaptation, leur qualité de vie et leur fonctionnement social (Lu & al., 2021)
- Augmentation de **l'expression de leurs désirs** en définissant les activités qu'il préfère (Minei, Kiyuna, Tanaka, & Takaesu, 2008)

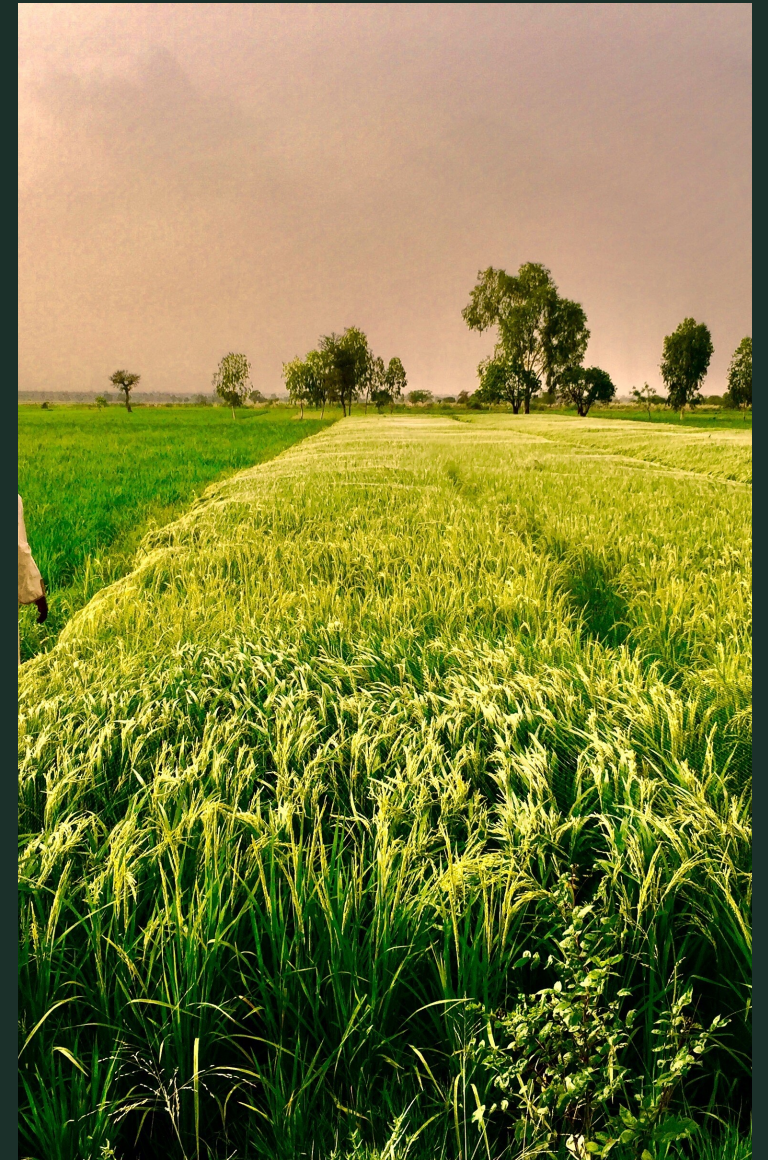
*Saisir l'effet thérapeutique et de mieux
comprendre le processus de régulation
émotionnelle en contexte d'hortithérapie en
unifiant les connaissances actuelles à l'expérience
vécue de participants souffrants de symptômes
psychotiques du point de vue des intervenants
psychosociaux*

Objectifs de l'étude

Méthode

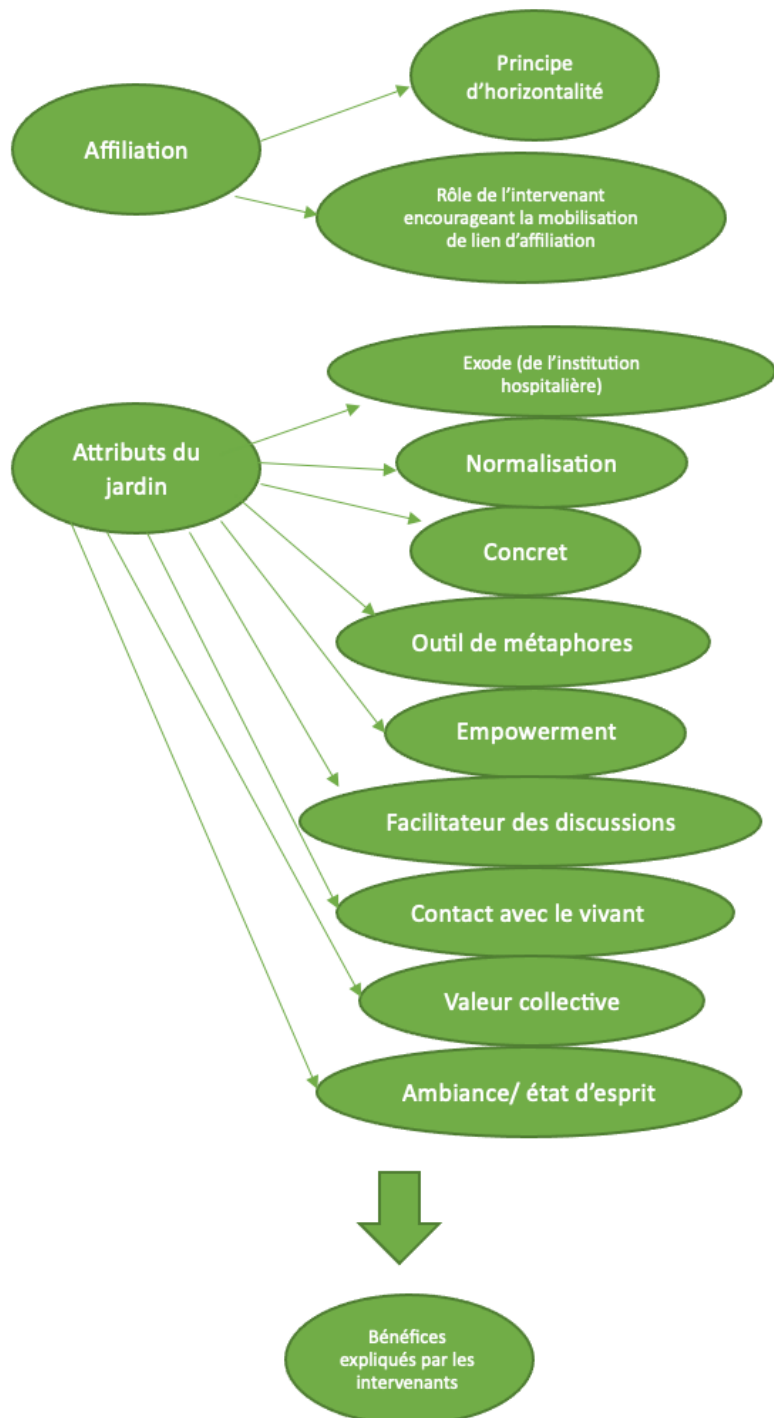
Qualitative - IPA

- Explorer l'expérience des individus dans leur milieu naturel à l'aide de la passation d'entrevue (réalisé sur TEAM)
- IPA= méthode d'analyse de thème complexe comme les émotions
- 4 participants recrutés, 3 ergothérapeutes et une intervenante en santé mentale.
- Âgé de 25-67, ayant 4 ans en moyenne d'expériences auprès de cette population clinique en contexte de jardinage thérapeutique.

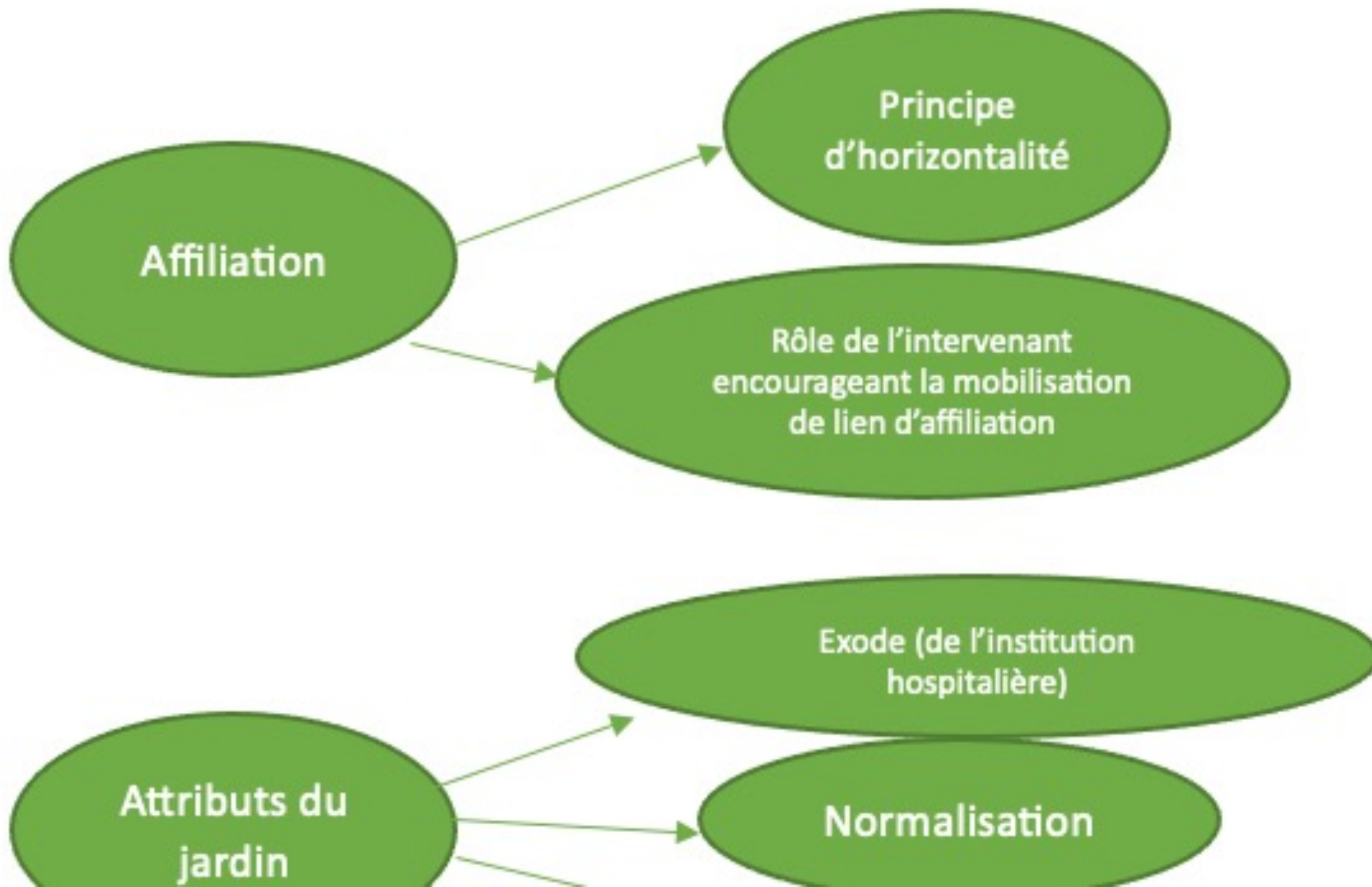


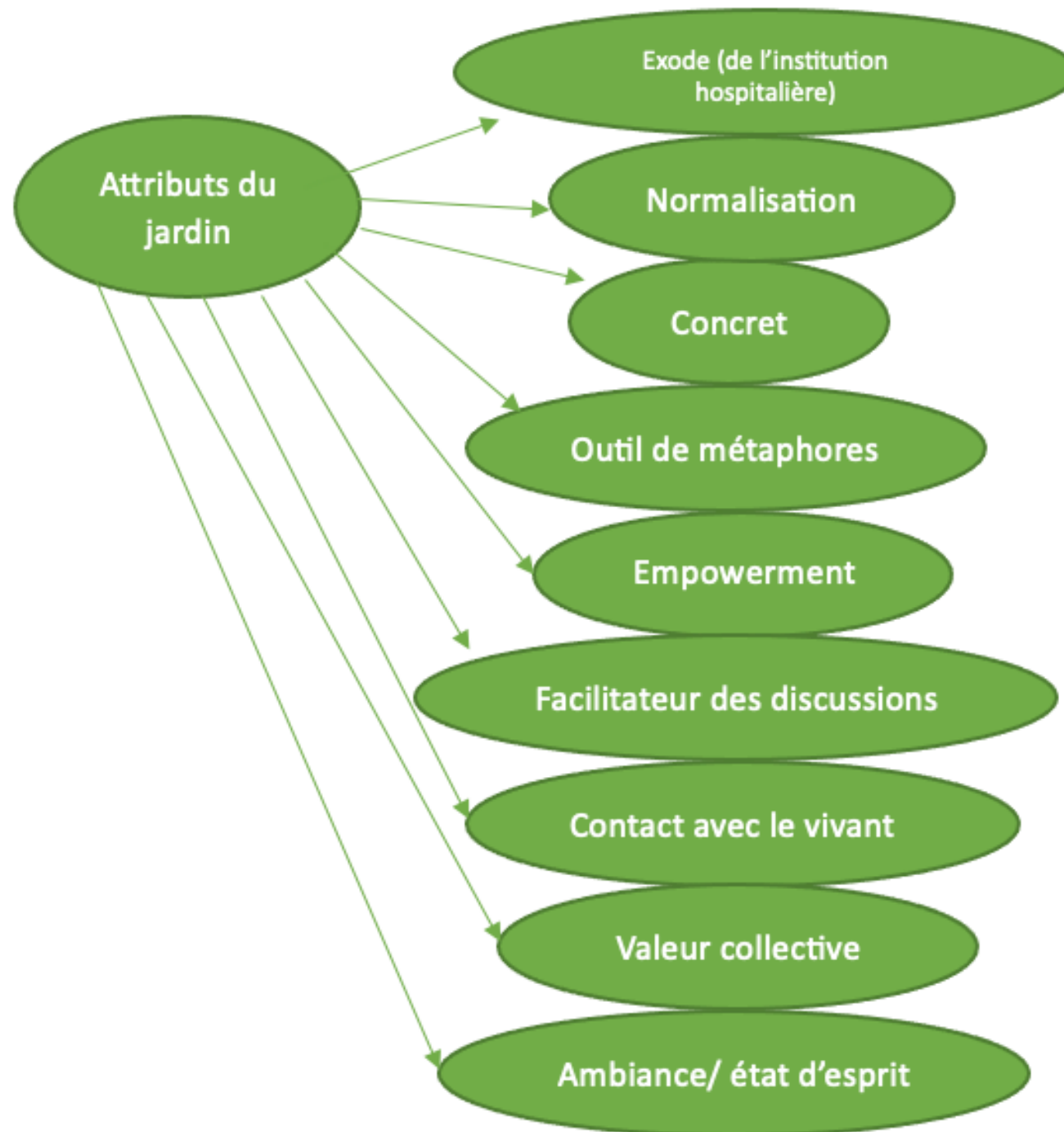
The background of the slide is a monochromatic teal image of bamboo leaves. The leaves are long, narrow, and pointed, with visible veins. They are arranged in a dense, overlapping pattern, creating a textured and organic feel. The lighting is soft, highlighting the edges and veins of the leaves.

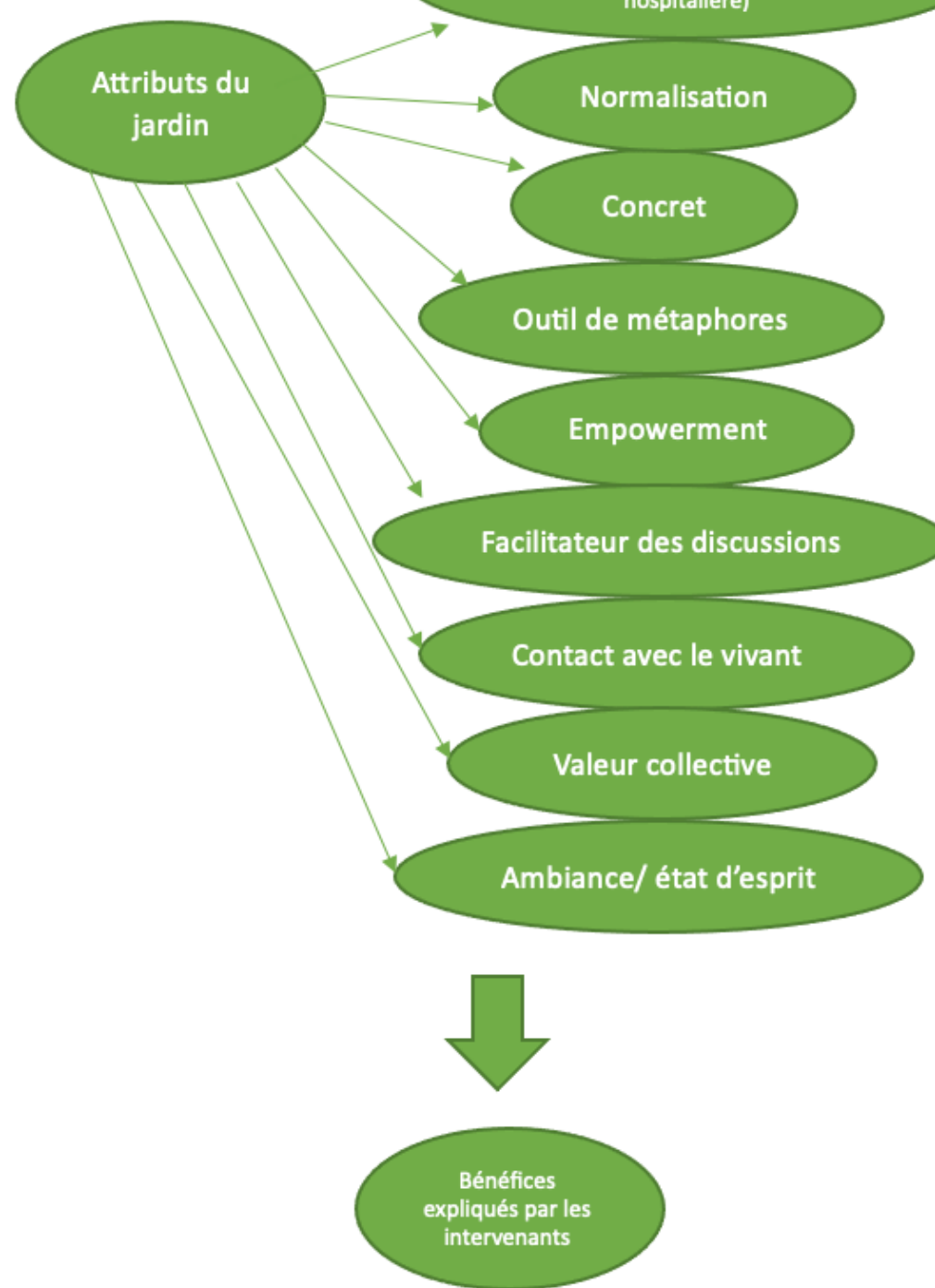
Résultats préliminaires



Synthèse des thèmes







Affiliation- Le groupe

- Selon la participante 1 : « puisque c'est commun, on améliore les habiletés qui sont sociales. Et, euh... par le fait même on brise l'isolement. Parce que c'est quelque chose qui touche beaucoup la clientèle ... qui a des troubles psychotiques. » (p.1, 111-113)
- De plus, la participante 2 nomme : « à part le groupe jardin, y'avait pas vraiment d'autres d'autres endroits ou d'autres places où est-ce que y'était en contact avec des personnes. Souvent, c'était leur seul social de la semaine. »



Le rôle de l'intervenant

- « médiateur » (p.1, 139),
- « j'étais plus là c'est ça un comme un genre de guide» (p.2,77-90)
- « de favoriser leur engagement occupationnel » (p.1, 101-102) et d'encourager « la motivation et la mise en action » (p.1, 331-332)
- « de favoriser les échanges entre eux » (p.1, 128-129), dont par des interventions sur « le tour de parole » ou bien à l'aide de « relances » (p.1, 132-134).



Le but principal du programme

« **Un tremplin** vers une autre activité. Par ce qu'on veut pas qu'il soit **sur leur high** pis après ça qu'il ait plus rien à leur horaire. Donc souvent on leur disait que c'est un tremplin pour vous. Donc avec votre intervenant, pendant que vous faites le groupe, ça serait de vous trouver ça une activité de loisirs, une activité de bénévolat. Y'en a qui voulaient retourner travailler donc peut-être que ça serait le moment de commencer les démarches en même temps pour quand vous finissiez, il y a autre chose qui vous attende. Et que vous **soyez propulsé** par ce que là vous êtes **encore fière**, vous êtes encore ... **content** de ce que vous avez fait. Vous êtes capable d'avoir un horaire, de sortir du lit, de... **donc d'essayer qui aille pas c'ce creux-là. Mais les propulser vers autre chose.** » (p.1,586-606).

Rôle de l'intervenant: préparation du premier contact



Cette photo par Auteur inconnu est soumise à la licence [CC BY-SA-NC](#)

« Avec cette clientèle-là, ben... souvent ça va être beaucoup dans... [...] Comment je communique. Ça va être beaucoup avec le non verbal. Essayer d'être très empathique, très souriante. Essayer d'y aller avec humour aussi. Pour qu'ils sentent tsé que c'est un safe space. Pis là, après ça, ils aient le goût de participer. Donc c'est... on apprivoise là tranquillement. » (p.1, 297-305).

Rôle de l'intervenant: mettre en charge les patients



Cette photo par Auteur inconnu est soumise à la licence [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

- Selon la deuxième participante, « Je sentais pas que je prenais nécessairement en charge ou que c'est moi qui leadais. Je les laissais plus comme faire entre eux. Pis au besoin, si je voyais que ça se passait moins bien, et là je reprenais [...] le lead. Pis, je les amenais dans la bonne direction. » (p.2, 86-91).
- Ce qui rejoint la première participante, « Mais c'est sûr qui a des gens qui sont un peu plus timides. C'est là que j'embarque. Que j'essaye de rendre les gens plus à l'aise. Qu'on fait un petit peu d'humour, qu'on... s'té qu'on relance beaucoup » (p.1, 384-387).

Rôle de l'intervenant: support à la mobilisation de lien affiliatif

« Il manq-manque un peu de talc ou sont un peu brusque dans la manière de communiquer leur besoin et comment ils vont les exprimer. C'est sûr que des fois ils pouvaient faire des demandes eh... [...] d'une façon qui est pas genre super approprié envers d'autres participants. [...] J'étais comme t'sé ça c'est inapproprié. Je le prenais à part. Pis, je l'amenaï et j'étais comme « là tu ne peux pas parler aux autres comme ça ». Pis après ça, il comprenait pis y allait s'excuser. » (p.2, 191-224).



L'horizontalité



Comparativement à d'autres groupes, « en tant que ergo, c'est de redonner le pouvoir à l'autre. Donc parfois je voyais des groupes euh.. [...]. Pis je sentais que leur approche était plus c'était plus y'avaient déjà acheter les plants, y'avaient déjà décider ce qu'il y allait avoir dans le jardin, y donnaient, ils dictaient en faite qui allait faire quoi. Plus eh hum... un mode de pas de leadership mais en tout cas très structuré. Très top down. » (p.1, 929-937) « Le fait que le thérapeute est en action et fait les mêmes tâches qu'eux, y'a comme une complicité qui crée aussi, pis dans le fond, comme je disais tantôt, c'est pas hiérarchique. » (p.1 333-336)

Conclusion sur l'affiliation

« Eh hum c'est ça, j'ai tendance à dire que c'est vraiment qui est pas comme... comme pas habituel pour eux eh... qui sorte de leur zone de confort pis qui sont amener en faite qui sont comme obliger d'être en interactions avec d'autres pis de collaborer » (p.2, 1142-1148).

« Pour moi, c'est pour ça que j'aime ça faire ce groupe-là c'est... ça les amène vraiment ... en dehors un peu de leur zone de confort pis on les voit vraiment bien évoluer au fil du temps-là aussi. Faque c'est ça que j'appréciais. Je trouve que j'ai plus un impact dans ce genre d'activités là que des petits suivis individuels. » (p.2, 404-410).

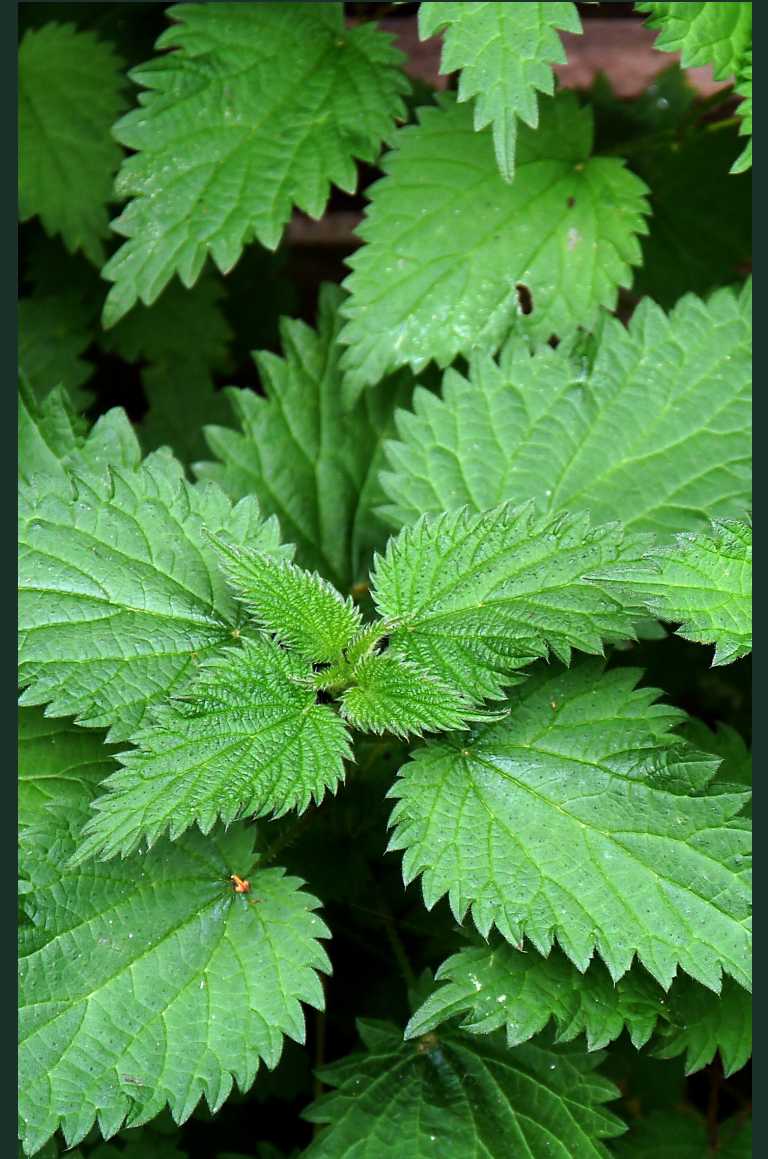


*Les attributs du
jardin*



Notion du concret et du matériel au jardin

- « Ce qui est fun avec le jardin, c'est que la nature montre que c'est déjà la fin ou qu'on s'en va vers la fin. C'est plus facile de préparer la fin avec ces... les usagers. Parce qu'on plante l'ail pis après ça c'est pas mal ben c'est pas mal tout » (p.1, 619-625).
- « Des choses que eh... hum t'as plantées, pis le fait que tu vois [...] la progression que t'as faite du début. C'est comme une activité que tu vois vraiment bien eh hum... la progression par ce qu'ils peuvent se rappeler qu'au début il y avait rien sur le terrain du jardin pis après ça y'a plein de choses qui ont poussé » (p.2, 975-983).



Outil de métaphores



« En voyant la plante, à ce qui ont fait, ce qui on accompli, à tout temps une métaphore d'espoir et d'entretien. Si tu prends soin de ta plante, elle reste verte et elle reste belle. [...] Pis, c'est souvent des métaphores qu'on faisait avec eux. Avec leur rétablissement. Ad'mettons que... ben c'est pas en criants ciseaux du jour au lendemain qu'on va aller mieux. T'sé pour avoir un jardin fleurissant ben ça prend de l'entretien. Ça prend de l'amour. Ça prend du temps. Ça prend de l'autocompassion. C'est comme ...ça prend plein d'éléments pour arriver à obtenir un fruit ou un légume. Faque... Ils savaient que c'est long. [...] Il va falloir que tu restes. Pis que tu sois là. Pis qu'tu t'impliques jusqu'au mois d'août. Parce que sinon, ben c'est vrai qu'en juin t'auras rien. Faque cette notion-là de... là j'ai fait une étape pas grand-chose qui se passe. Mais la semaine d'après, oups, ça pousser de ça, ou ça pousser de ça, ou ça pousser de ça. Faque il y a quelque chose de... d'enivrant de... l'fun de voir les nouveautés chaque semaine. » (p.1, 662-703).

Notion de plaisir

« La notion de plaisir. On dirait que je ne le dirais jamais assez. Je trouve que souvent on le laisse comme si ce n'était pas important, comme si- je veux dire on est tout humain. On a toute envie d'avoir du plaisir en faisant les choses. Pis le jardin, ça permet ça. T'sé c'est en arrosant, des fois on s'arrose » (p.1, 1396-1402).

« Le fait qu'ils savaient quand ils venaient au groupe, ils avaient du fun, pis qu'on riait. Donc vraiment plus dans entendre le rire de... C'est ça c'est quelque chose qui était beau. C'est que... C'est ça on avait vraiment du fun tout le monde ensemble. Donc les gens étaient plus c'est ça dégagés, leur faciès, y'en as qui ont beaucoup euh une apathie. Donc d'être plus euh... expressifs. » (p.1, 776-785).

« Pis, des fois, je partais avec un- pis je disais « viens va aller chercher des groseilles ». Pis toutes les deux ont partaient un peu en cachette. [...] On allait chercher des groseilles. On en ramenait pour le groupe. Donc, t'sé de créer ces ti moments-là un peu de ... c'est ça de folie, un ti peu de... sortir du cadre. Donc le jardin permet ça parce que c'est un grand terrain de jeu t'sé. » (p.1, 811-821).



Un contexte facilitant les discussions et les échanges

- « C'était un mélange d'incertitude, y'en avait qui était comme plus stresser de d'être en contact quand même rapproché avec d'autres personnes eh hum qui connaissaient pas. » (p.2, 237-241).
- « Pas proche proche mais y'en as qui trouvaient que d'autres personnes pouvaient rentrer dans leur bulle. » (p.2, 247-248).
- Selon la première participante, « je disais c'est plus propice aux confidences donc que en plantant des légumes, en récoltant, ben là on peut jaser pis le fait de ne pas nécessairement s'orgarder dans les yeux là. C'est une clientèle que c'est plus difficile le contact visuel. Donc, de faire quelque chose en discutant, favorise plus les confidences. » (p.1, 1363-1371).
- « Y'avait pas trop de moments.. De discussions. Par ce qu'on ait capable de le faire dans le jardin, en faisant des tâches. [...] Faque, effectivement, que ... ça permet à ceux qui sont moins volubiles de ... Ben s'adapter. » (p.1, 517-527).



Empowerment/autonomie



- Solliciter leur autonomie (p.ex. autonomisation p.1, 945).
- L'entretien du jardin implique la distribution de tâches et la responsabilisation des patients, ce qui semble thérapeutique selon les participantes par leur mise en action et leur mobilisation. Ça implique un « travail d'équipe » (p.1), ainsi la coopération et l'interaction entre les patients.

Le contact avec le vivant et les plantes



- Les participantes semblent également nommer des bénéfices associés au contact avec la nature
- Les patients semblent également développer une sorte d'attachement aux plantes :« Pis on les attendait souvent « ça, c'est mon plant de tomate. Ça, c'est c'est mon zucchini. Ah, yé beaux. J'ai mis des produits la semaine dernière. » ou « j'ai tué toutes les bébittes ». [...] Faque mon framboisier yé beau. Notre c'était soit mon ou notre dépendamment de qui qui avait planté quoi. » (p.1, 713-721).

L'ambiance et l'état d'esprit au jardin

« Ça nous permet, j' pense d'être un peu eh dans un état d'esprit un peu comme dans le flow là. Ça nous permet de comme se sentir bien eh... juste de jardiner. »
(p.2,932-938).

→ La première participante ajoute également que le format de discussion et de lien au jardin procure « une ambiance qui est chaleureuse »
(p.1,1372-1373).



*Bénéfices
thérapeutiques observés
et expliqués selon les
participantes*



- Les bienfaits observés au jardin à la suite de multiples facteurs : « Le jardin, c'est comme il y a plein chose que tu travailles. Ça y'a plein d'éléments que tu penses même pas travailler. Pour, au final, tu réalises que t'ai- t'a vraiment cheminé. » (p.1, 435-438).
- « je les voyais un peu différemment, de façon positive par ce que té... quand on les voit tout seuls on les imagine pas comme ça. Mais là je les voyais vraiment interagir pis faire des activités plus concrètes. Faque eh... c'est ça je trouvais ça bien. Pour moi, c'est pour ça que j'aime ça faire ce groupe-là c'est... ça les amène vraiment... en dehors un peu de leur zone de confort pis on les voit vraiment bien évoluer au fil du temps- là aussi. Faque c'est ça que j'appréciais. Je trouve que j'ai plus un impact dans ce genre d'activités là » (p.2, 390-410).

→ La première participante poursuit cette idée qu'elle « aime que c'est vivant. Dans le sens que... faut tout le temps un peu s'adapter. Oui, la météo, oui la pluie, oui la chaleur. C'est pas toujours évident. Mais ça permet tout le temps d'être un peu tout le temps sur le qui-vive, de nouvelles stratégies, d'être innovant, donc que euh... cette modalité-là pour moi- ça permet d'atteindre plein d'objectifs que j'arriverais pas seulement en individuel. Faque pour moi le groupe en tant que tel c'est une richesse incroyable. Ça j'adore travailler avec le médium du groupe. » (p.1, 889-899).



→ Un des facteurs explicatifs, pour la première participante, c'est « Tout d'abord, de participer à une activité, qui est significative pour eux. Donc euh s'en-s'engager dans cette activité là fait en sorte que y'a plein de bienfaits thérapeutiques à ça. Donc qui veulent s'engager, y s'implique dans une activité du début à la fin ou du moins presque. Ça ça fait en sorte qui sont... ça mets des bienfaits au niveau de leur confiance personnelle, de leur fierté, y'ont accompli quelque chose. Pour cette clientèle-là, on... y'a eu beaucoup de rechute. Pis t'sé nous c'est pas les jeunes...[...]. C'est des gens qui sont chronicisés plusieurs fois, qui sont plus hypothéquées aussi. Donc d'arriver à commencer quelque chose et de le terminer, c'est pas la majorité des participants qui- qu'y'ont vécu ça dans les dernières années-là. Donc, pour eux, c'est vraiment une fierté. C'est quelque chose qui est bon pour leur estime personnelle, de vivre des réussites. Pis nous aussi, c'est ça aussi on essaye de favoriser la réussite et non l'échec. » (p.1, 1301-1319).



-
- Elles ont observé des changements au niveau du traitement de l'émotion qui s'inscrit uniquement dans le contexte au jardin: observé un état de répit affectif/de calme au jardin et la baisse des émotions négatives pour des émotions plus positives (p.1, 1095-1109).
 - Cette notion de répit affectif et d'être dans le moment présent semble découler d'un certain état méditatif comme mentionné aussi par la deuxième participante par l'effet du travail au jardin.

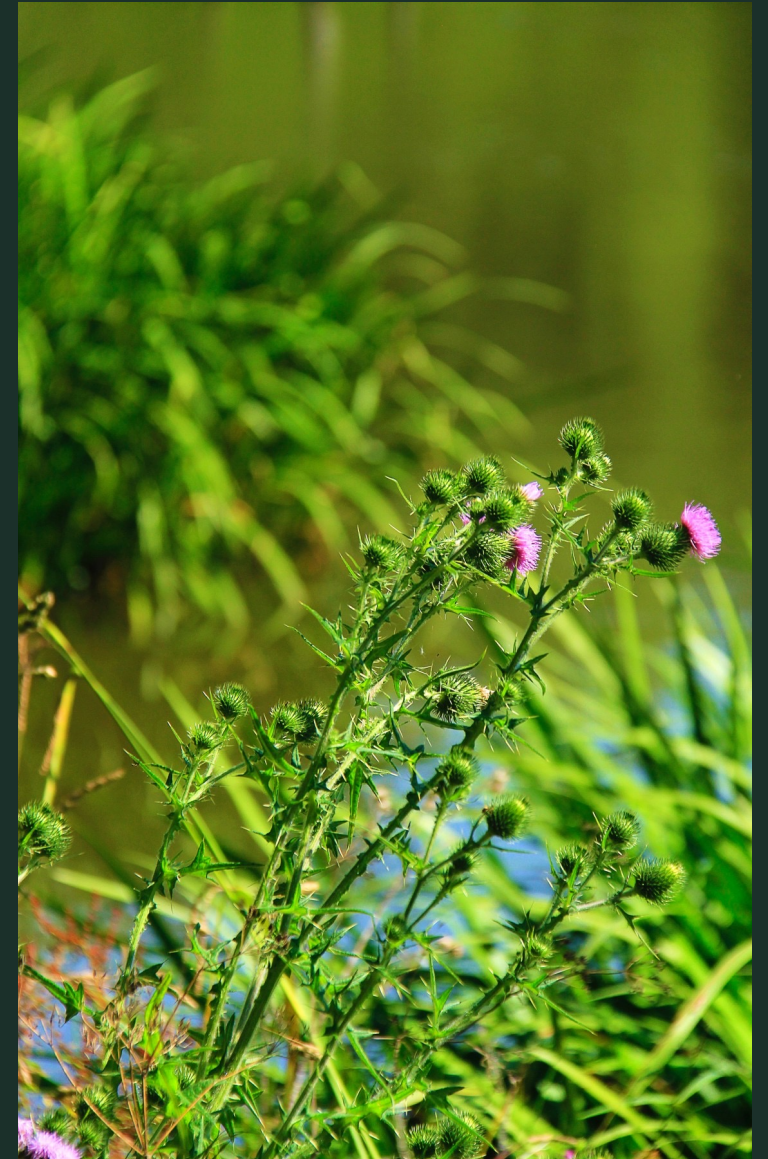




La réduction des symptômes psychotiques :

- « Ben, des fois l'observation c'est plus par la personne ne pleure pas. Déjà là c'est un signe que la ça va quand même mieux que tantôt. Après ça de... d'avoir plus de rires, d'avoir justement l'affecte moins é mousser plus euh... expressif. Euh humm... Des moments de joie, des moments de rire, d'être capable d'entrer en communication avec les autres aussi. T'sais des fois quand t'es envahi par tes tes voix. Ben t'es moins disposé à communiquer. Donc là, d'initier ça fait en sorte ah bien c'est si il prend plus parole pis qui s'implique plus c'est qu'il est moins envahi, donc qui-une meilleure gestion des symptômes positifs, meilleure gestion des symptômes négatifs aussi. Donc on voit qui a quand même beaucoup d'éléments que le jardin a permis, du moins à ce moment-là, on on espère que ça s'est répercuté dans le temps mais à ce moment-là on voyait que y'avait une nette amélioration des symptômes t'sé. » (p.1, 1118-1136).

Puis, pour la deuxième participante, « j’les trouvais plus calmes, c’est sûr que c’était comme je les trouvais moins eh ...ou ils les présentaient moins...Y’étaient moins présents pendant ces périodes-là [les symptômes psychotiques]. eh, au fil du temps eh, mais c’est vraiment au niveau de eh leurs habiletés sociales que ça la vraiment aidé beaucoup la eh hum... Faque vraiment eh t’sé y rentrais en interaction ils se félicitaient. Y’étaient comme comme quand ils cueillaient des légumes eh t’sé y y’arrivaient plus à faire du *small talk* eh non juste a interagir quand ils avaient des besoins avec les autres eh hum... sentaient plus eh c’est ça ils étaient plus à l’aise pis confiant de de faire les tâches pis de eh c’est ça d’arriver à à la fin de la séance et d’être satisfait la. » (p.2, 282-295).



Pertinence pour la pratique clinique

- Reconnaître la contribution de l'hortithérapie pour la régulation émotionnelle par l'affiliation à la nature
- Donner de la visibilité à cette approche thérapeutique, au Québec
- Inspirer l'élaboration de nouveaux programmes d'hortithérapie ciblant la régulation émotionnelle pour plusieurs populations cliniques



Merci pour votre écoute

Références

- Adevi, A. A., & Mårtensson, F. (2013). Stress rehabilitation through garden therapy : The garden as a place in the recovery from stress. *Urban Forestry & Urban Greening*, 12(2), 230-237. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2013.01.007>
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment : Psychological study of the strange situation. Hillsdale, N.J: Erlbaum.
- American Horticultural Therapy Association. (2021). *Horticultural Therapy : What is Horticultural Therapy*. <https://www.ahta.org/what-is-horticultural-therapy>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (Fifth Edition). American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Baer, J. C., & Martinez, C. D. (2006). Child maltreatment and insecure attachment : A meta-analysis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24(3), 187-197. <https://doi.org/10.1080/02646830600821231>
- Barbier, S. (2018). *Rôle infirmier dans les jardins à but thérapeutique : Ou" Quand le soigné se fait soignant"* (Éditions universitaires européennes).
- Benny M, Lalonde JA, Landry-Cuerrier L, Marinier L, Sergerie MA, Huot A. Santé Mentale et Psychopathologie, Une Approche Biopsychosociale. 2nd Edn. Montréal: Modulo (2016).

Références

- Berger, P., & Berger, T. W. (2017). The Use of Sensory Perception of Plants in Horticultural Therapy of Alcohol Addiction. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 27(2), 1-17. Academic Search Complete. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=134861851&site=ehost-live>
- Berry, M. S., Sweeney, M. M., Morath, J., Odum, A. L., & Jordan, K. E. (2014). The Nature of Impulsivity : Visual Exposure to Natural Environments Decreases Impulsive Decision-Making in a Delay Discounting Task. *PLoS ONE*, 9(5), e97915. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0097915>
- Bowlby, J. (1969/2002). *Attachement et perte ; Vol. 1 : L'attachement*. Paris: PUF.
- Braçe, O., Garrido-Cumbrera, M., Foley, R., Correa-Fernández, J., Suárez-Cáceres, G., & Laforteza, R. (2020). Is a View of Green Spaces from Home Associated with a Lower Risk of Anxiety and Depression? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7014. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197014>
- Breault-Ruel, P. V. (2019). *Exploration des effets psychosociaux d'une intervention basée sur l'horti-thérapie en CHLCD*. [Essai]. Université du Québec à Montréal.
- Brooks, A. M., Ottley, K. M., Arbuthnott, K. D., & Sevigny, P. (2017). Nature-related mood effects : Season and type of nature contact. *Journal of Environmental Psychology*, 54, 91-102. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2017.10.004>
- Cazaban Mazerolles, M., Krikorian, G., & Ponticelli, A. (2015). Le commun sans frontières : Entretien avec Dominique Lestel. *Vacarme*, 70(1), 118. <https://doi.org/10.3917/vaca.070.0118>

Références

- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83. <https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Christie, M. A. (2017). Benefit Nature, Benefit Self, & Benefit Others : Older Adults and their Volunteer Experiences of Engagement in a Conservation Themed Urban Park. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 27(2), 19-37. Academic Search Complete. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=134861852&site=ehost-live>
- Desbrosses, Y. (2019). *La nature comme médiation thérapeutique : Quand la psychothérapie s'ouvre à l'environnement*.
- Gascon, M., Sánchez-Benavides, G., Dadvand, P., Martínez, D., Gramunt, N., Gotsens, X., Cirach, M., Vert, C., Molinuevo, J. L., Crous-Bou, M., & Nieuwenhuijsen, M. (2018). Long-term exposure to residential green and blue spaces and anxiety and depression in adults : A cross-sectional study. *Environmental Research*, 162, 231-239. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.012>
- Gueib, C. (2017). *Effets des jardins thérapeutiques sur la conscience de soi des personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou de maladies apparentées : (JAZ SELF, Jardins Alzheimer SELF)*. {hal-01932380}
- Guglielmetti Mugion, R., & Menicucci, E. (2020). Understanding the benefits of horticultural therapy on paediatric patient's well-being during hospitalisation. *The TQM Journal*, ahead-of-print(ahead-of-print). <https://doi.org/10.1108/TQM-04-2020-0078>

Références

- Haller, R. L., & Kramer, C. L. (Éds.). (2006). *Horticultural therapy methods : Making connections in health care, human service, and community programs*. Haworth Press.
- Han, A.-R., Park, S.-A., & Ahn, B.-E. (2018). Reduced stress and improved physical functional ability in elderly with mental health problems following a horticultural therapy program. *Complementary Therapies in Medicine*, 38, 19-23. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.03.011>
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and Health. *Annual Review of Public Health*, 35(1), 207-228. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443>
- Healy, K. (2022). *Social work theories in context : Creating frameworks for practice* (3rd Edition). Bloomsbury Academic.
- Heckers, S., Barch, D. M., Bustillo, J., Gaebel, W., Gur, R., Malaspina, D., Owen, M. J., Schultz, S., Tandon, R., Tsuang, M., Van Os, J., & Carpenter, W. (2013). Structure of the psychotic disorders classification in DSM-5. *Schizophrenia Research*, 150(1), 11-14. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2013.04.039>
- Helbich, M., Yao, Y., Liu, Y., Zhang, J., Liu, P., & Wang, R. (2019). Using deep learning to examine street view green and blue spaces and their associations with geriatric depression in Beijing, China. *Environment International*, 126, 107-117. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2019.02.013>
- Jonveaux, T. R., Batt, M., Fescharek, R., Benetos, A., Trognon, A., Bah Chuzeville, S., Pop, A., Jacob, C., Yzoard, M., Demarche, L., Soulon, L., Malerba, G., & Bouvel, B. (2013). Healing Gardens and Cognitive Behavioral Units in the Management of Alzheimer's Disease Patients : The Nancy Experience. *Journal of Alzheimer's Disease*, 34(1), 325-338. <https://doi.org/10.3233/JAD-121657>

Références

- Journet, N. (2006). L'animisme est-il une religion ? *Les Grands Dossiers des Sciences Humaines*, N°5(12), 4-4. <https://doi.org/10.3917/gdsh.435.0004>
- Kahn, P. H. (1997). Developmental Psychology and the Biophilia Hypothesis : Children's Affiliation with Nature. *Developmental Review*, 17(1), 1-61. <https://doi.org/10.1006/drev.1996.0430>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature : A psychological perspective*. Cambridge University Press.
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature : Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*, 15(3), 169-182. [https://doi.org/10.1016/0272-4944\(95\)90001-2](https://doi.org/10.1016/0272-4944(95)90001-2)
- Keyes, C. L. M. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental Illness and/or Mental Health? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539-548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing : A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62(2), 95-108. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95>
- Korstjens, I., & Moser, A. (2018). Series : Practical guidance to qualitative research. Part 4: Trustworthiness and publishing. *European Journal of General Practice*, 24(1), 120-124. <https://doi.org/10.1080/13814788.2017.1375092>
- Kotera, Y., Lyons, M., Vione, K. C., & Norton, B. (2021). Effect of Nature Walks on Depression and Anxiety : A Systematic Review. *Sustainability*, 13(7), 4015. <https://doi.org/10.3390/su13074015>
- Kring, A. M., & Caponigro, J. M. (2010). Emotion in Schizophrenia : Where Feeling Meets Thinking. *Current Directions in Psychological Science*, 19(4), 255-259. <https://doi.org/10.1177/0963721410377599>

Références

- Kring, A. M., & Moran, E. K. (2008). Emotional Response Deficits in Schizophrenia : Insights From Affective Science. *Schizophrenia Bulletin*, 34(5), 819-834. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbn071>
- Kuo, M. (2015). How might contact with nature promote human health? Promising mechanisms and a possible central pathway. *Frontiers in Psychology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01093>
- Larousse. (2022). Médiation. Dans *Dictionnaire*. <https://www.larousse.fr/>
- Lega, C., Gidlow, C., Jones, M., Ellis, N., & Hurst, G. (2021). The relationship between surrounding greenness, stress and memory. *Urban Forestry & Urban Greening*, 59, 126974. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126974>
- Le Robert. (2022). Médiation. Dans *Dictionnaire*. <https://www.lerobert.com/>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. (1985a). Naturalistic Inquiry. Dans G. Ritzer (Éd.), *Newbury Park*. John Wiley & Sons, Ltd.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985b). *Naturalistic Inquiry*. SAGE.
- Lu, S., Zhao, Y., Liu, J., Xu, F., & Wang, Z. (2021). Effectiveness of Horticultural Therapy in People with Schizophrenia : A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 964. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030964>
- Maller, C. J., Henderson-Wilson, C., & Townsend, M. (2009). Rediscovering Nature in Everyday Settings : Or How to Create Healthy Environments and Healthy People. *EcoHealth*, 6(4), 553-556. <https://doi.org/10.1007/s10393-010-0282-5>
- Matsuo, E. (2000). Education, Research, and Use of Human-Horticulture Relationships in Japan and Korea. *HortTechnology*, 10(1), 14-17. <https://doi.org/10.21273/HORTTECH.10.1.14>

Références

- MIND. (2007). *Ecotherapy : The Green Agenda for Mental Health* (Executive Summary). MIND.
- Minei, T., Kiyuna, T., Tanaka, M., & Takaesu, Y. (2008). Horticultural therapy for the aged with chronic schizophrenia. *Acta Horticulturae*, 790, 63-66. <https://doi.org/10.17660/ActaHortic.2008.790.6>
- Oh, Y.-A., Lee, A.-Y., An, K. J., & Park, S.-A. (2020). Horticultural therapy program for improving emotional well-being of elementary school students : An observational study. *Integrative Medicine Research*, 9(1), 37-41. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2020.01.007>
- Pires, A. (1997). Échantillonnage et recherche qualitative: essai théorique et méthodologique. *La recherche qualitative. Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, 113-169.
- Pos, K., Bartels-Velthuis, A. A., Simons, C. J., Korver-Nieberg, N., Meijer, C. J., de Haan, L., for GROUP, Bruggeman, R., Cahn, W., de Haan, L., Kahn, R. S., Meijer, C. J., Myin-Germeys, I., van Os, J., & Wiersma, D. (2015). Theory of Mind and attachment styles in people with psychotic disorders, their siblings, and controls. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 49(2), 171-180. <https://doi.org/10.1177/0004867414546386>
- Pringuey-Criou, F. (2015). Introduction au concept de jardins de soins en psychiatrie. *L'Encéphale*, 41(5), 454-459. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2015.04.004>
- Ríán, S. W., & Coll, K. M. (2021). Increased Exposure to Nature Reduces Elementary Students' Anxiety. *Ecopsychology*, eco.2020.0070. <https://doi.org/10.1089/eco.2020.0070>
- Sabra, C. (2016). Connecting to self and nature. *Journal of Therapeutic Horticulture*, 26(1), 31-38.
- Santarpia, A. (2021). Chapitre 14—Les logiciels d'analyse textuelle. Dans A. Bioy, M.-C. Castillo, & M. Koenig (Éds.), *Les méthodes qualitatives en psychologie clinique et psychopathologie* (p. 239-258). Dunod.

Références

- Scott, T. L., Masser, B. M., & Pachana, N. A. (2015). Exploring the health and wellbeing benefits of gardening for older adults. *Ageing and Society*, 35(10), 2176-2200. <https://doi.org/10.1017/S0144686X14000865>
- Sim, W. K., & Kwack, B. H. (1995). PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF ORNAMENTAL PLANTS ON MENTAL HEALTH IN KOREA. *Acta Horticulturae*, 391, 261-264. <https://doi.org/10.17660/ActaHortic.1995.391.26>
- Siu, A. M. H., Kam, M., & Mok, I. (2020). Horticultural Therapy Program for People with Mental Illness : A Mixed-Method Evaluation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 711. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030711>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis : Theory, method and research*. SAGE.
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2015). Interpretative phenomenological analysis as a useful methodology for research on the lived experience of pain. *British Journal of Pain*, 9(1), 41-42. <https://doi.org/10.1177/2049463714541642>
- Smith, J. A., & Osborn, O. (2007). Chapter 4 : Interpretive phenomenological analysis. Dans *Qualitative psychology : A practical guide to research methods* (Sage Publications, Inc., p. 53-80). http://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/17418_04_Smith_2e_Ch_04.pdf
- St-Amand, N. (2001). Dans l'ailleurs et l'autrement : Pratiques alternatives et service social. *Reflets: Revue d'intervention sociale et communautaire*, 7(2), 30. <https://doi.org/10.7202/026355ar>
- Stevenson, M. P., Schilhab, T., & Bentsen, P. (2018). Attention Restoration Theory II : A systematic review to clarify attention processes affected by exposure to natural environments. *Journal of Toxicology and Environmental Health, Part B*, 21(4), 227-268. <https://doi.org/10.1080/10937404.2018.1505571>

Références

- Straus, C., & Simson, S. P. (1998). Horticulture as therapy: principles and practice. *New York: Food Products.*
- Taylor, E. B. (1871). Primitive culture : Researches into the development of mythology. *Philosophy, Religion, Art, and Custom, Murray.*
- Trémeau, F. (2006). A review of emotion deficits in schizophrenia. *Dialogues in Clinical Neuroscience, 8(1), 59-70.*
<https://doi.org/10.31887/DCNS.2006.8.1/ftremeau>
- Ulrich, R. S. (1983). Aesthetic and Affective Response to Natural Environment. Dans I. Altman & J. F. Wohlwill (Éds.), *Behavior and the Natural Environment* (p. 85-125). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3539-9_4
- Ulrich, R. S. (1991). Effects of interior design on wellness : Theory and recent scientific research. *Journal of Health Care Interior Design, 3, 97-109.*
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology, 11(3), 201-230.*
[https://doi.org/doi:10.1016/s0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/doi:10.1016/s0272-4944(05)80184-7)
- Van Dam, D. S., Korver-Nieberg, N., Velthorst, E., Meijer, C. J., & de Haan, L. (2014). Childhood maltreatment, adult attachment and psychotic symptomatology : A study in patients, siblings and controls. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 49(11), 1759-1767.* <https://doi.org/10.1007/s00127-014-0894-0>
- Varese, F., Smeets, F., Drukker, M., Lieverse, R., Lataster, T., Viechtbauer, W., Read, J., van Os, J., & Bentall, R. P. (2012). Childhood Adversities Increase the Risk of Psychosis : A Meta-analysis of Patient-Control, Prospective- and Cross-sectional Cohort Studies. *Schizophrenia Bulletin, 38(4), 661-671.* <https://doi.org/10.1093/schbul/sbs050>

Références

- Wichrowski, M., Whiteson, J., Haas, F., Mola, A., & Rey, M. J. (2005). Effects of horticultural therapy on mood and heart rate in patients participating in an inpatient cardiopulmonary rehabilitation program. *Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation and Prevention*, 25(5), 270-274.
- Wilson, E. O. (2002). *The future of life* (1st ed). Alfred A. Knopf.
- Wilson, E. O. (2021). *Biophilia*. <https://www.degruyter.com/isbn/9780674045231>
- Wu, S. H., Chang, C. L., Hsu, J. H., Lin, Y. J., & Tsao, S. J. (2008). The beneficial effects of horticultural activities on patients community skill and motivation in a public psychiatric center. *Acta Horticulturae*, 775, 55-70.
<https://doi.org/10.17660/ActaHortic.2008.775.7>
- Yzoard, M., Batt, M., Trognon, A., Verhaegen, F., Jacob, C., Pop, A., Bernez, L., Fescharek, R., & Rivasseau-Jonveaux, T. (2017). Jardin thérapeutique et démences : Le dialogue comme unification des fonctions psychologiques. *NPG Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie*, 17(100), 253-263.
<https://doi.org/10.1016/j.npg.2016.07.002>