

L'ART DE SOIGNER

Passe-temps pour les uns, passion pour les autres, l'art et la culture font du bien à l'âme. Le monde de la santé – à commencer par la psychiatrie – a amorcé une reconnaissance des vertus de l'art sur la santé des patients. Plus largement, c'est la santé de tous les citoyens qui est favorisée par les pratiques culturelles et créatives.

Marinette Mormont, journaliste à l'Agence Alter.

« **N**otre travail de citoyenneté assidue, notre travail politique est de faire savoir que l'art n'a pas de territoire interdit. L'art ne rend pas l'hôpital hospitalier, il y féconde trouble et vivance », déclarait le pédopsychiatre français Patrick Ben Soussan¹. L'art, quand il investit les milieux de soin, permet en effet « aux habitants provisoires de ces lieux "hospitaliers" » d'expérimenter « dans leur corps même le rapport entre leur vulnérabilité de personne physique unique au

Les artistes en milieu de soin ne sont pas des artistes « diffuseurs », mais plutôt des passeurs.

monde et leur besoin de rester citoyen, c'est-à-dire membre collectif de la cité », relevait pour sa part Paul Biot, membre du bureau de l'association Culture & Démocratie².

Par le biais de l'art-thérapie – démarche ayant un objectif thérapeutique affiché – ou de l'intervention artistique en milieu de soins – plutôt utilisée, selon Florence Masson et Catherine Vanandruel, « comme un moyen d'entrer en communication avec la personne souffrante pour lui proposer un espace de liberté »³ –, la rencontre entre art et soin est aujourd'hui reconnue et a pris des formes variées. Ici la présence de clowns dans les hôpitaux pour enfants, là des ateliers de danse avec des personnes atteintes d'une maladie neurodégénérative, ou encore la création en arts plastiques par des personnes psychotiques : les exemples sont légion.

Se déconnecter du traumatique

À l'Hôpital psychiatrique Saint-Jean-de-Dieu, à Leuze-en-Hainaut, la culture a pris corps dans l'hôpital comme un organe à part entière. Laurent Bouchain, licencié en arts du spectacle et dont la démarche artistique n'a cessé de tourner autour du « théâtre politique », revient sur les prémisses de cet enchâssement de deux

champs a priori distincts. « Je travaillais dans un théâtre en tant que salarié responsable des ateliers. Un jour, une des participantes, psychologue, m'a dit "Ce serait intéressant de vous inviter à venir travailler à l'hôpital en dehors des heures de soin et de proposer un atelier théâtre". Cela a duré sept-huit ans. » Une pensée se construit dès lors pour déboucher sur la création d'un service de médiation culturelle au sein de l'hôpital. Aujourd'hui, les six artistes et l'animatrice qui composent ce service sont les salariés d'une équipe reconnue au même titre que les autres. Une presse, un four à céramique, un local pour chaque artiste : l'hôpital a également dégagé des moyens pour aménager des espaces permettant aux patients de se déconnecter du traumatique. « Le service culturel est une équipe de l'hôpital en tant que telle, au même titre que le service de soin, commente Laurent Bouchain. Cela a changé le regard de nos collègues soignants sur nos pratiques. Le fait qu'ils nous envoient des personnes hospitalisées pour faire des ateliers est devenu normal, naturel. »

La spécificité de l'intervention artistique en milieu hospitalier ? « On a très vite eu l'impression que les personnes arrivant du milieu de soin à l'atelier théâtre se débarrassaient de leurs problèmes. Elles venaient pour être à nouveau présentes en tant que personnes, hors des raisons pour lesquelles elles avaient été hospitalisées », dit Laurent Bouchain. Les artistes en milieu de soin ne sont pas des artistes « diffuseurs », mais plutôt des passeurs, des animateurs. Ils ne sont pas non plus des thérapeutes, ce qui leur donne « une certaine neutralité et donc une plus grande latitude dans la manière de travailler : les personnes savent que ce qui est fait en atelier est "simplement" un travail artistique et qu'il n'y aura pas de décodage de ce qui est fait ».

Hors des murs de l'hôpital

Diffusion d'œuvres artistiques au sein de l'hôpital ou d'œuvres nées dans l'hôpital auprès

1. Colloque « L'art et les tout-petits à l'hôpital », théâtre La montagne magique, Bruxelles, mai 2012.
2. Édito, *Culture et Démocratie* n° 33, avril 2014.
3. F. Masson, C. Vanandruel, « La commission Art et Santé, un chemin parcouru », *Culture et Démocratie* n° 33, avril 2014.

d'opérateurs culturels, création d'ateliers avec des publics mixtes, l'expérience permet aussi de faire sortir les patients et leur art à l'extérieur des murs. La démarche artistique a aussi intégré celle du projet Psy 107 et de ses équipes mobiles qui interviennent en milieu de vie. *« Il n'est pas rare que j'accompagne ces équipes à domicile, poursuit Laurent Bouchain. Au moment de la crise, cela permet, tant au personnel soignant qu'aux personnes elles-mêmes d'explorer d'autres espaces qui permettent de se reconnecter à la création et d'amener un élan vers du possible, du positif, de la respiration. »*

Le projet artistique et créatif suscite aussi une reprise citoyenne de la personne en souffrance qui y trouve une occasion de retrouver du pouvoir et de l'autonomie. Ces éléments sont au cœur de la démarche artistique de Bruno Hesbois, de la Compagnie Buissonnière, qui élabore des projets de création théâtrale avec des publics fragilisés. Le dernier en date ? Une création collective menée selon la démarche du théâtre-action, en partenariat avec l'asbl Itineris (Dinant), avec des personnes souffrant d'un handicap mental ou physique, ainsi que des personnes cérébro-lésées (accident vasculaire cérébral, tumeur cérébrale...) et traumatisées crâniennes vivant à domicile. *« Le projet a commencé avant le Covid, nous avons traversé deux années de tunnel, relate le comédien animateur de la Province de Namur. Mais chaque fois que les portes se rouvraient, ils étaient là. Certaines personnes étaient arrivées là un peu par hasard, puis elles se sont prises de passion. Elles ont trouvé un endroit où se raconter sans jugement, sans regard négatif. Ce projet est un condensé d'humanité assez extraordinaire. »*

Au bout d'un processus de deux ans et demi, les participants ont pris distance avec leur histoire – avec ces moments où ils ont ressenti le mépris ou la condescendance, ces sentiments de colère, aussi – pour aboutir à un récit au sein duquel alternent émotions et légèreté. Au-delà du travail introspectif collectif, de la solidarité issue des rencontres, l'œuvre a aussi pour ambition de sensibiliser. *« Si une personne dans la salle change son regard sur la maladie mentale ou le handicap, alors c'est que la représentation est réussie », se réjouit Bruno Hesbois. Et de conclure : « On joue dans des petites salles de quartiers, de villages, associatives. On va à la rencontre d'un public*

qui ne va pas au théâtre. Cela donne vraiment l'impression de faire avancer dans le bon sens. »

De la culture à la cohésion sociale

La socialisation est l'un des bénéfices « secondaires » des pratiques artistiques et culturelles. Quand deux personnes font de la musique ensemble, quand un groupe assiste à un concert, des hormones se libèrent, des mécanismes cérébraux s'activent. L'ocytocine (hormone de l'attachement) et la dopamine (celle du plaisir) sont sécrétées, tandis que le cortisol (hormone du stress) diminue. La culture et l'art, en renforçant la cohésion sociale, le sentiment d'appartenance et de partage, favorisent aussi une meilleure prévention et la promotion de la santé.

C'est le postulat que défend bec et ongles Méliissa Généreux, médecin en santé publique au Canada. Petit retour en arrière pour comprendre le cheminement de sa pensée. Méliissa Généreux a été engagée comme directrice en santé publique pour la région de l'Estrie (Québec) le 2 juillet 2013, quatre jours avant que se produise l'accident ferroviaire de Lac-Mégantic – le déraillement d'un convoi de septante-deux wagons-citernes contenant 7,7 millions de litres de pétrole brut léger, provoquant des explosions et un incendie qui ont détruit une quarantaine d'édifices du centre-ville et tué quarante-sept personnes. *« Sur le coup, en bon médecin de santé publique, j'ai voulu penser aux problèmes chimiques, aux enjeux de santé physique, risques d'intoxication, de cancers au long terme... On était vraiment dans ce paradigme-là. »* Mais au fil des mois, ce sont plutôt des problématiques de stress post-traumatique, d'anxiété et de dépression qui prédominent dans la communauté. *« Cela touchait tellement de gens, on était un peu désespéré quant aux solutions à mettre en place. On ne pouvait pas mettre des antidépresseurs dans l'eau potable. Cela nous a obligés à enlever nos œillères et élargir nos horizons parce qu'il était impossible de traiter chaque personne et ce n'était peut-être pas souhaitable »,* se remémore-t-elle. L'intuition qui surgit alors, ce sont les stratégies artistiques et culturelles. Des concerts sont organisés – *« parce*

La socialisation est l'un des bénéfices « secondaires » des pratiques artistiques et culturelles.

Car oui, l'art a bien le pouvoir de guérir ou de prévenir les maladies. C'est l'OMS qui le dit.

que ça fait du bien à l'âme » –, des ateliers de photographie et de son sont mis sur pied. « Il y a quelque chose de libérateur dans le fait de se connecter à ses sentiments sans penser qu'on allait le faire. On a rejoint de cette manière des gens qu'on n'aurait pas rejoins en thérapie classique », analyse aujourd'hui la spécialiste en santé publique⁴.

Une stratégie qui fonctionne dans de multiples contextes traumatiques. Elle cite pour exemple le travail du Théâtre des petites lanternes avec des femmes ayant subi des violences sexuelles en République démocratique du Congo ou en-

core après un tremblement de terre en Haïti qui, avec sa « grande cueillette des mots », collecte des pages entières de partages d'un vécu commun ensuite transformées en une œuvre théâtrale qui sera présentée à la population

locale puis à d'autres groupes en vue de les sensibiliser. « Le contexte de la pandémie est venu renforcer ce message-là. C'est un bouleversement traumatique avec beaucoup de pertes, beaucoup de stress, mais cette fois-ci, cela touche toute la population. On doit encore une fois prendre un peu de recul et se demander que faire pour aider toute cette population à remonter la pente. L'art et la culture sont des moteurs centraux pour atteindre cet objectif-là », conclut Mélissa Généreux.

Les arts et la culture, bons pour la santé de tous

Au Québec, un comité Art et Santé, composé d'experts des milieux de la santé, de l'art-thérapie, de la recherche et des arts promeut depuis cinq ans la recherche sur l'art et la santé. Il a notamment permis de mieux documenter les liens entre arts et santé et d'établir une cartographie des projets. Objectif ? Que ces projets soient valorisés – y compris financièrement – et systématisés.

Qu'en est-il d'une reconnaissance de la santé par l'art en Belgique ? « Il n'y a pas de ministère ou de comité spécifique, pas de conventions comme c'est le cas en France. Pour des missions ou des projets particuliers, on peut obtenir des aides de la Fédération Wallonie-Bruxelles, mais il n'y a pas de reconnaissance structurelle », répond Laurent Bouchain. Peu de reconnaissance donc, mais une pe-

tite goutte d'eau qui pourrait à terme faire des vagues : en septembre 2021 sont lancées les « prescriptions muséales » à l'initiative de la Ville de Bruxelles et du CHU Brugmann. Au même titre que l'on prescrit des médicaments ou des séances de sport, les médecins peuvent désormais prescrire une visite dans l'un des musées de la Ville. « Cela va permettre de sortir les patients des ruminations, des anxiétés, des prisons mentales dans lesquelles ils sont parfois enfermés, a déclaré Charles Kornreich, chef du service psychiatrie de l'hôpital, à la RTBF⁵. On va utiliser le média artistique qui va pouvoir lancer l'échange, recréer le lien social en évoquant par exemple la perception que l'on a eue des œuvres. Un deuxième élément, c'est ce qui concerne la stigmatisation, c'est-à-dire la manière dont les patients sont perçus ou se perçoivent eux-mêmes. En les faisant accéder à des musées, ils retrouvent une place de citoyen. Peu importe leur pathologie de départ, ce qui compte, c'est l'accès aux représentations artistiques qui sont perçues de manière différente pour chacun d'entre nous. »

Car oui, l'art a bien le pouvoir de guérir ou de prévenir les maladies. C'est l'Organisation mondiale de la santé (OMS) qui le dit. Dans son rapport *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?*, sorti en 2019⁶, elle a synthétisé des données issues de quelque 900 publications, relayant plus de 3 700 études réalisées dans le monde sur le rôle des arts dans l'amélioration de la santé et du bien-être. L'étude situe les arts de la scène, les arts visuels, la littérature, la culture et les arts en ligne comme outils de prévention de la mauvaise santé, de promotion de la santé et de gestion et traitement des maladies physiques ou mentales, aiguës ou chroniques. Ils peuvent aussi se révéler utiles dans le cadre des soins palliatifs. Le rapport de l'OMS observe aussi que certaines interventions artistiques ne produisent pas seulement des résultats satisfaisants, mais sont également plus rentables que des traitements biomédicaux plus standards. « Introduire l'art dans la vie des gens par des activités telles que la danse, le chant, la visite de musées et la participation à des concerts permet d'apporter une nouvelle dimension à la façon dont nous pouvons améliorer la santé physique et mentale », a souligné au moment de sa publication la D^{re} Piroška Östlin, directrice régionale de l'OMS pour l'Europe par intérim. ■

4. M. Généreux (dir.), en coll. avec l'équipe de proximité, *Des initiatives prometteuses pour mobiliser la communauté locale en contexte de rétablissement*, rapport de la direction de santé publique du centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie, Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2021.

5. « Santé mentale : des prescriptions "muséales" pour soigner les patients bruxellois », RTBF, 3 septembre 2021, www.rtf.be.

6. D. Fancourt, S. Finn, *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*, WHO Regional Office for Europe, 2019.