

DOSSIER

EMMIE GODART



COMMUNICATION

N°1 du 19 mai 2021

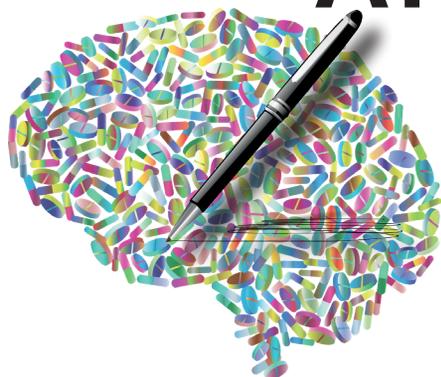
e-portfolio : <https://emmiegodart-portfolio.be>
HELHa- Tournai / Section Communication

TRAVAIL DE FIN D'ÉTUDES

**« DE QUELLE MANIÈRE
ENVISAGER L'ÉCRITURE AU SEIN
DE L'HÔPITAL PSYCHIATRIQUE ? »**



Communication



ATELIERS D'ÉCRITURE EN HÔPITAL PSYCHIATRIQUE : ZOOM SUR UNE PRATIQUE MÉCONNUE

L'AUTRICE
EMMIE GODART



Mon nom de famille semble être une prophétie, puisque l'art tient une place centrale dans ma vie depuis la plus tendre enfance. Si toutes les pratiques m'intéressent et me fascinent, l'écriture est devenue une passion, voire une nécessité dès mon plus jeune âge. Elle m'a soignée, accompagnée et aujourd'hui, c'est une véritable amie pour moi.

J'ai toujours voulu raconter des histoires, autant que j'aimais les lire. Enfant fragile, plutôt timide et renfermée, écrire m'a très vite permis d'exister discrètement. Sur le papier, je trouvais qui j'étais, je mettais des mots sur ce que j'éprouvais, je démêlais mes contradictions, j'expiais mes peurs et mes traumatismes. J'avais le sentiment qu'on pouvait percevoir ce qui se cachait derrière mes mots. Aujourd'hui, c'est toujours le cas : j'écris pour dire, dénoncer, aimer, pleurer, transmettre. Oui, transmettre... Ça a toujours été mon cheval de bataille : j'aime donner mon amour des mots à d'autres, pouvoir leur apporter un intérêt pour cette si belle méthode d'expression.

Aujourd'hui, j'aimerais pouvoir mettre cette arme à portée de main de tout un chacun. C'est toute l'âme de mon TFE, mais pas seulement : je voudrais en faire mon métier et mon quotidien. Je veux rendre disponible pour d'autres personnes cet outil si fascinant. Nous sommes notre propre ami finalement. Et quand on peut se soutenir soi-même et apprendre à se comprendre, on traduit mieux les autres et on leur donne une possibilité de nous déchiffrer... Parce qu'on a les mots.

Mais pour le faire correctement et sans danger, il faut l'apprendre... comme tout dans la vie.

C'est ainsi que mon stage de dernière année m'a menée au sein de l'hôpital psychiatrique Saint-Jean-de-Dieu, à Leuze-en-Hainaut. Entièrement liée à mon travail de fin d'études, mon expérience en ce lieu a enrichi mon analyse et mon questionnement sur la présence de l'art en milieu de soins.

« METTRE DES MOTS SUR LE MONDE »

« On se fout que ce soit votre histoire, ça devient l'histoire du monde. L'écriture, c'est ce lien entre le dehors et le dedans, la douleur et l'apaisement, l'amour et la haine. C'est un pont millénaire. On a toujours écrit, justement pour apaiser cette dichotomie permanente ». Ces mots, ce sont ceux de Grégoire Delacourt, écrivain français et animateur d'ateliers d'écriture. Ces paroles pourraient résumer le sens même des pages qui vont suivre. Lorsque la douleur est trop forte, quand les maux prennent trop de place, quels outils reste-t-il ? Au cœur de l'hôpital psychiatrique, l'écriture pourrait-elle avoir un pouvoir salvateur ? Peut-être, mais de quelle manière ? Et avec qui ? Des dizaines de questions découlent de ce sujet.

Tout commence en Mésopotamie. 3.500 ans avant Jésus-Christ, les hommes inventent l'écriture.

Le monde bascule alors et cette innovation laissera des traces indélébiles. Toutes les expériences et découvertes seront écrites, tout comme les aventures, mythes et légendes. D'abord utilisée à des fins pratiques, comme le commerce notamment, l'écriture est rapidement utilisée pour la mémoire collective : l'Homme veut laisser une trace. Il ne veut pas oublier ni l'être. D'hier à aujourd'hui, les préoccupations sont finalement restées les mêmes.

Le devoir de mémoire et la volonté de laisser une trace sur Terre ont toujours habité l'être humain.

Aujourd'hui, l'écriture se trouve dans chaque détail du quotidien. Écrire est un acte élémentaire. Cela semble presque anodin. Dès le plus jeune âge, un maître nous apprend les lettres, la grammaire, l'orthographe et en quelques mois, nous avons la capacité de poser des mots. J'écris, tu écris, ils

écrivent... Quotidiennement, le monde entier couche de nombreuses informations sur papier ou sur écran. À l'ère du digital et de l'instantané, l'écriture a finalement

toute sa place : chacun s'affiche sur Instagram, fait des mémos dans son bloc-notes de téléphone, relate les exploits de sa progéniture ou pousse son dernier coup de gueule sur Facebook. Plus que jamais, nous nous exprimons et nous nous faisons entendre.

Pourtant, quand on appuie sur pause et que la musique s'arrête, le vertige peut nous envahir. Et à raison. Tout va vite, le monde tourne à mille à l'heure, les mots des uns et des autres se chevauchent. Chacun a droit à son espace d'expression, mais nous sommes étouffés sous la rapidité des informations. On parle et on écrit dans tous les sens, avec le monde

entier, partout, tout le temps. Il y a toutes les raisons de s'y perdre et de se sentir noyé sous la masse explosive dans laquelle nous sommes immergés. Le schéma de la communication est en feu. Et si l'écriture permettait de revenir à un mode d'échange plus simple et « slow » ? Et si les mots nous permettaient d'avoir un échange intérieur, de soi à soi ? Se retrouver par la plume, et si c'était possible... La pratique pourrait alors être particulièrement intéressante dans des milieux comme les hôpitaux psychiatriques, regorgeant de personnes qui souffrent de divers troubles.

Annemarie Trekker, sociologue clinicienne, écrivaine et



L'écriture cunéiforme est le premier système de rédaction, né en Mésopotamie.

© Creative Commons

animatrice de tables d'écriture, l'assure : « *L'intérêt de l'écrit, c'est qu'on peut se relire à différentes périodes, et comprendre par après les choses qu'on a écrites avant. On peut voir le chemin qu'on a parcouru et avancer dans ce chemin.* » En effet, prendre le stylo permet de fixer ses pensées et de rassembler ses idées dans un seul endroit, ce qui est un exercice particulièrement difficile pour des individus en souffrance.

L'art et ses dérives

Il faut tout de même rester prudent avec les termes employés : l'écriture ne guérit pas une maladie psychiatrique. Les principaux dangers des ateliers d'écriture en milieu de soins découlent de comportements d'animateurs ou artistes abusifs, qui s'imaginent être la solution ultime aux douleurs profondes d'une personne. L'art n'est pas un médicament et n'a pas de but thérapeutique en soi. Bien sûr, il peut apporter un soulagement, un exutoire, une porte sur l'imaginaire. Mais l'art n'a pas l'ambition de guérir. Aucun artiste ne peut se vanter de soigner des maladies grâce à une pratique, aussi intense et belle soit-elle.

Jean Florence, philosophe,

psychanalyste, professeur de la faculté Saint-Louis (Bruxelles) et auteur, avertit sur les dérives que peut engendrer l'art en milieu de soins s'il n'est pas amené et traité correctement : « *On n'est pas là pour traiter leur maladie. Si l'art a quelque chose à donner, il le donne. L'artiste, lui, doit garantir le travail, la qualité du travail, le rythme, les rituels d'entrée, de sortie.* »

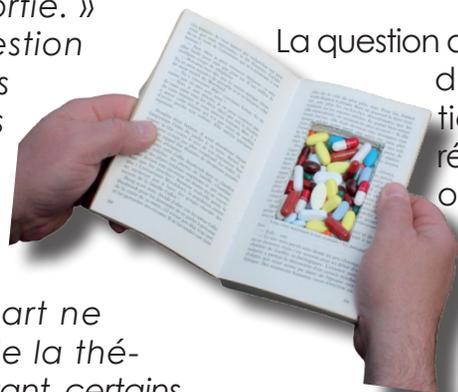
Sur la question du sens des animations artistiques, le spécialiste est clair : « *Les ateliers d'art ne sont pas de la thérapie. Pourtant, certains le conçoivent comme ça. Il faut être rentable, il faut voir les progrès des malades.* » Pourtant, comme l'explique le psychanalyste, l'art est l'esprit absolument contraire de la rentabilité. « *C'est un lieu dans l'hôpital où on n'essaie pas d'améliorer nécessairement les gens. L'objectif c'est de leur offrir quelque chose, leur faire découvrir un langage qu'on ne leur parle pas habituellement.* »

Ne pas attendre de résultat et n'avoir aucune quête thérapeutique ou même médicale, c'est donc le socle indispensable à un

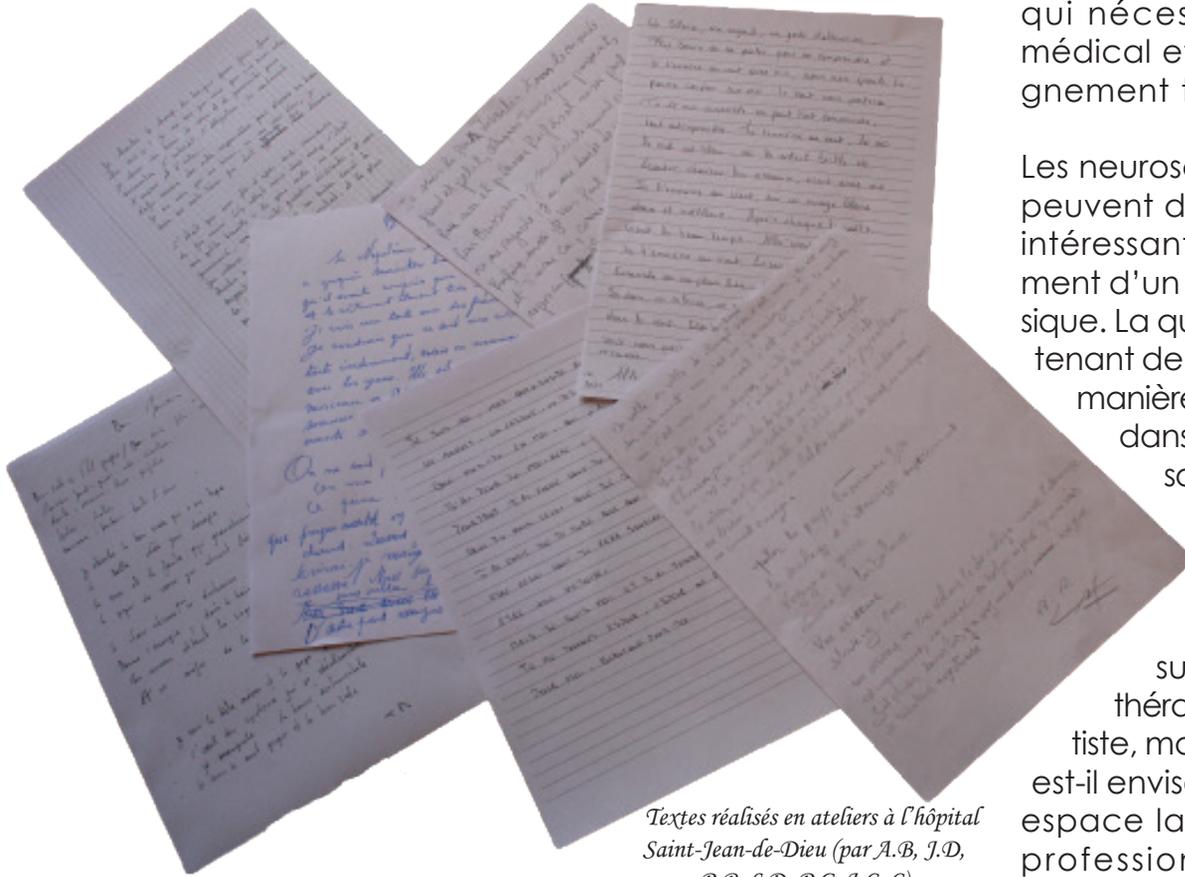
artiste en milieu de soins. Le psychanalyste ajoute : « *Le soin, c'est l'hôpital qui l'assure. En laissant la place à un artiste, le thérapeute veille à quelque chose de positif. Mais il n'y a pas un soin psychothérapeutique identifiable dans l'art. Si ça vient, tant mieux, mais on ne peut pas faire un lien de causalité entre la technique d'expression et le mieux-être.* »

Les neurosciences de l'art, fake news ou piste envisageable ?

La question du soin mérite malgré tout d'être abordée et questionnée. Des recherches récentes en neurosciences ont démontré des effets marquants de l'art sur des personnes malades. Pierre Lemarquis, neurologue français, a même écrit un livre sur la question, intitulé « *L'art qui guérit* ». Le concept est à prendre avec des pincettes puisqu'il reste impossible de poser un lien de causalité vérifié entre ce facteur et les effets observés. Cela dit, à Montréal, certains médecins vont jusqu'à faire des « prescriptions muséales ». Il semble également que



L'écriture est une capacité cognitive, mais aussi un moyen de communication, tout comme le langage. Elle représente ce dernier à travers l'inscription de lettres. Comme le dit si bien Anne-Marie Christin, professeure de l'université Paris-Diderot, spécialiste de l'histoire de l'écriture et des relations entre le texte et l'image, c'est « l'intégration de la langue des hommes au visible ».



Textes réalisés en ateliers à l'hôpital Saint-Jean-de-Dieu (par A.B, J.D, R.B, S.D, P.G, J-C. C)
© Emmie Godart

qui nécessitent un suivi médical et un accompagnement thérapeutique.

Les neurosciences de l'art peuvent donc se montrer intéressantes en complément d'un traitement classique. La question est maintenant de savoir de quelle manière faire entrer l'art dans le processus de soins ? L'artiste a-t-il une place à part entière à prendre dans le processus ? Un travail du thérapeute et de l'artiste, main dans la main, est-il envisageable ? Quel espace laisser à chaque professionnel et quelle importance accorder à l'expression artistique ?

la musique puisse avoir des conséquences favorables sur la maladie d'Alzheimer, ou encore qu'elle réduise les effets secondaires d'une chimiothérapie. C'est ce qu'on appelle « les neurosciences de l'art ».

Bien qu'il faille rester prudent lorsqu'on parle de médecine alternative, il est démontré que l'art est bénéfique et peut avoir un effet cathartique. Les études précédemment citées ont également pu mettre en évidence la libération d'endorphine et la stimulation du sentiment de récompense par l'art. Ces effets peuvent donc, de toute évidence, avoir un impact positif sur la santé mentale et le bien-être de l'être humain.

« Les ateliers d'art ne sont pas de la thérapie ! »

Cependant, gardons à l'esprit la subjectivité de l'art. Chacun sera atteint différemment par un tableau ou un poème. Certains n'y verront aucun intérêt tandis que d'autres seront touchés en plein cœur et seront envahis par une grande satisfaction.

Cela ne fonctionnera donc pas nécessairement avec tous les publics. De même, il est essentiel de se souvenir que les troubles psychiatriques sont des problèmes très complexes,

Embrasser ou combattre

« La vie est une longue chute. L'important est de savoir tomber. », disait Joël Dicker dans son roman « La vérité sur l'affaire Harry Québert ». Et quoi de plus vrai ? Tout être humain rencontre des épreuves et des morsures de la vie. Ce qui compte, c'est d'avoir la force de remonter la pente, autant de fois que nécessaire. Mais parfois, une grande souffrance peut sembler insurmontable.

Les chemins de vie peuvent

mener à des impasses. L'hospitalisation devient alors une nécessité pour survivre. De nombreuses problématiques peuvent mener à un séjour en psychiatrie. Les soins sont une chose, mais de nombreuses heures restent inoccupées dans la journée d'une personne hospitalisée. Les semaines peuvent alors être longues, monotones et difficiles à gérer. « Dans les moments sans activité, la personne va penser, ruminer... Et c'est là qu'il y aura des passages à l'acte », confirme Emilie Di Giovanni, éducatrice. C'est dans cette optique, sans doute, que l'artiste en milieu de soins aura un rôle à jouer : assurer des propositions d'activités permanentes et régulières et laisser une porte s'ouvrir à la liberté totale, l'instant d'une matinée ou même juste pendant une heure.

Quand les mots sont posés sur papier, on exorcise une souffrance par le stylo. C'est évident, sinon il n'y aurait pas autant de gens qui tiennent un journal intime ou qui racontent leur histoire dans des récits de vie. Écrire, ça permet de matérialiser les choses. Quand elles sont sur le papier, elles existent un peu moins fort à l'intérieur de soi. « Ce qui est dit ou écrit peut être embrassé ou combattu », insiste Grégoire Delacourt. À partir du moment où le démon est physique, à l'instant même où la douleur est devant nous et non plus enfermée en soi, on peut lui faire face. Ensuite, c'est à son propriétaire d'en faire un ami à caresser ou un ennemi à battre.

« Écrire, ça permet de matérialiser les choses. »



D'une grande humanité et doté d'un humour piquant, l'auteur est très apprécié de ses lecteurs.

© Emmie Godart

LE PORTRAIT

GRÉGOIRE DELACOURT, L'ÉCRIVAIN PASSIONNÉ

Avec neuf romans à son actif, Grégoire Delacourt est un écrivain français reconverti, après une vie passée dans la publicité.

« Moi, avec les mots, c'est terrible. Ils m'ont sauvé la vie, ils m'ont nourri

et maintenant ils me rendent heureux » confie-t-il. En complément de sa vie d'auteur, il anime également des ateliers d'écriture pour des personnes ayant un projet artistique, mais il intervient également auprès d'individus souffrant de la maladie d'Alzheimer. Pour lui, les mots peuvent réveiller des souvenirs enfouis par la maladie. « Écrire, ça veut dire que ça existe. Ils témoignent, ils ont vécu. Ils sont passés sur la Terre, c'est super important. Ça a eu lieu, ça témoigne de quelque chose au-delà de soi. Écrire c'est génial, parce que c'est parler une langue posthume. »

Se rencontrer en évitant les dangers

De cause à effet, accoucher de sa boue intérieure peut également mener à une rencontre, la plus grande et la plus importante : le rendez-vous avec soi-même. Ultime, intense et pleine d'enjeux, cette rencontre est aussi essentielle. Mais Jean Florence le rappelle, « toute rencontre est incertaine. » Les risques sont nombreux, des embûches peuvent se présenter sur le chemin. La première précaution à prendre réside dans le fonctionnement de l'atelier. Pour que les personnes hospitalisées se sentent sécurisées, il faut ériger un cadre. « La discipline doit être bien conçue. Quand c'est le cas, elle permet une vraie expression, une vraie liberté. Mais pour ça, il faut avoir un appui parfois contraignant. Toute expression artistique est exigeante. Et l'exigence est porteuse. » développe Jean Florence.

L'écoute, le respect et les retours sont également importants. Annemarie Trekker met en garde : « Quand on écrit, on met beaucoup de

choses de soi. Et si quelque chose vient casser ce qu'on partageait, ce n'est pas facile à supporter. Donc ça peut être grave. C'est très important que les gens qui animent des ateliers d'écriture soient très attentifs à ce qu'il n'y ait pas de cassures ni de blessures, parce que c'est violent. » En effet, les échanges entre participants sont intéressants et porteurs, mais il est essentiel de rester extrêmement attentif à la tournure que peuvent prendre certaines discussions. Annemarie Trekker insiste sur les maladroites qui peuvent avoir lieu. Sans volonté de blesser ou de vexer, il arrive que certains mots puissent être mal formulés. Cela peut créer ou réveiller une blessure chez un individu, d'autant plus avec des publics fragiles comme les patients en hôpital psychiatrique.

Parfois, bien sûr, la prudence et les dispositions prises ne suffisent pas. Il arrive qu'une situation devienne compliquée, que ce soit parce qu'une personne se dévoile excessivement au groupe ou parce qu'un participant s'emporte. « Il ne faut pas de déballage



© Emmie Godart

personnel au-delà de ce qu'on s'est donné comme consigne », appuie Jean Florence. Et c'est là que le thérapeute prendra le relais. Quand des difficultés se dessinent dans l'expression de soi, l'animateur passe le flambeau à la médecine. C'est exactement dans cette passation que se trouve l'interdépendance entre les deux professions. À chacun ses compétences, à chacun ses forces.

La complémentarité entre artiste et thérapeute

S'il ne peut y avoir d'intervention artistique à part entière, le personnel médical peut amener le patient à utiliser une pratique dans le cadre de sa progression personnelle. Cela dit, encore faut-il qu'il soit lui-même sensible à l'art.

C'est ce qu'il s'est passé pour Emilie Di Giovanni, éducatrice au sein du Chêne aux Haies (Mons) et plus particulièrement dans le service de la Kapeline. Ce service accueille de jeunes filles entre 12 et 18 ans présentant des pathologies psychiatriques et en difficultés sociales, voire judiciaires. L'éducatrice a décidé d'animer des ateliers d'écriture

Lors de mes stages en hôpital psychiatrique, j'ai eu l'occasion d'expérimenter divers jeux et exercices d'écriture auprès des personnes hospitalisées. Ce fut une grande réussite et un élan de motivation s'est fait ressentir dans certains services, notamment dans celui abritant des individus souffrant d'addictions. Le jeu était au premier plan dans mes propositions : pas question d'insuffler l'idée d'une pseudo thérapie. Cela dit, les exercices que j'ai imaginés leur ont permis de se raconter et d'ouvrir parfois une porte sur certaines difficultés, alors travaillées par la suite en consultation thérapeutique. Définitivement, un pont doit être fait entre animateur et thérapeute, pour un accompagnement qualitatif de la personne souffrante.

pour ces adolescentes. Pour l'accompagner dans ce projet, elle a pu compter sur une ergothérapeute, une psychologue et une infirmière. Ce désir est parti d'une problématique qui semblait se généraliser : de nombreuses filles se mutilaient beaucoup. « On voulait qu'elles trouvent un moyen de s'exprimer autrement qu'en écrivant sur leur corps... » S'étant également rendu compte que plusieurs d'entre elles écrivaient déjà régulièrement dans leur coin, l'idée a germé et le concept s'est mis en place.

Concernant la possibilité de généraliser ce genre d'initiatives, elle explique : « J'ai pu mettre en place des ateliers d'écriture parce que j'aime le slam et que je suis passionnée par tout ce qui touche à l'écriture. C'est comme ça que j'ai pensé à amener ça dans

mon travail. Mais si dans une unité, personne n'est intéressé par une pratique artistique, ça peut être très compliqué de proposer des ateliers et de savoir ce qui peut aider les patients. » De plus, les équipes médicales n'ont pas toujours la possibilité d'envisager des animations artistiques, faute de temps. Et si les techniques utilisées dans le cadre des soins ressemblent parfois à celles observées en atelier avec un artiste, leur finalité est pourtant bien différente. Le thérapeute sera dans l'interprétation et l'analyse psychologiques des créations, tandis que l'artiste s'axera essentiellement sur la technique et l'esthétique.

A propos de la présence du thérapeute durant l'atelier, il existe plusieurs fonctionnements possibles. Soit le

professionnel médical est présent et reste en recul afin de suivre les réactions et partages du patient, soit l'animateur travaille seul avec un petit groupe.

La deuxième option semble plus saine, afin de ne pas laisser entrer l'analyse médicale et psychologique dans le jeu, mais aussi pour laisser une chance à une relation de se créer entre l'artiste et le participant, sans intermédiaire ni superviseur. Le participant aura tendance à se sentir plus à l'aise en l'absence d'un membre du corps médical, avec qui il entretient une relation très différente et souvent plus « officielle ». Cela aura donc tendance à fausser le sentiment de liberté que l'on recherche dans la pratique artistique.

L'écriture, une communication sans borne

« L'écriture, quelle qu'elle soit, est toujours là pour communiquer, pour transmettre, pour témoigner de quelque chose. Ça n'est que de la communication, c'est l'acte le plus altruiste au monde », confie Grégoire Delacourt. Si l'écriture est synonyme de communication, l'inculquer aux enfants dès le plus jeune âge peut être une piste pour les construire plus solidement. Lire et écrire sont des actes fondateurs pour l'esprit, ils créent des imaginaires et une liberté sans limite. « Faire lire un enfant, c'est lui donner les moyens de fabriquer le monde quand il est grand, et ça c'est hyper important. Si on perd cette magie de l'enfance, on devient des adultes cons. On devient des adultes que les adultes veulent qu'on soit. Nos rêves d'enfant, il faut les garder à l'âge adulte et les réaliser.

L'écriture permet ça, la lecture permet ça », ajoute l'auteur.

« Ecrire, c'est l'acte le plus altruiste au monde. »

Il peut sembler évident pour certaines personnes de sensibiliser ses enfants à la lecture. Pourtant, la situation familiale peut compromettre cet accès. « Avant huit ou neuf ans, écrire est compliqué pour tous les enfants. Après, ils n'ont pas tous les mêmes capacités. L'accès à l'écriture et la lecture ne sera pas évident pour des enfants en difficultés, cela dépend beaucoup de leur cadre socioculturel aussi. Il faut pouvoir s'adapter au niveau de chacun et aux milieux dans lesquels ils évoluent », explique Jérôme Cauchies, pédopsychiatre.

L'écriture, quant à elle, connaît un succès plus timide pour les jeunes enfants,



De nombreuses techniques peuvent être utilisées en atelier d'écriture : mot imposé, jeu avec des mots opposés, titre de chanson à intégrer dans un texte, image comme support d'inspiration ...

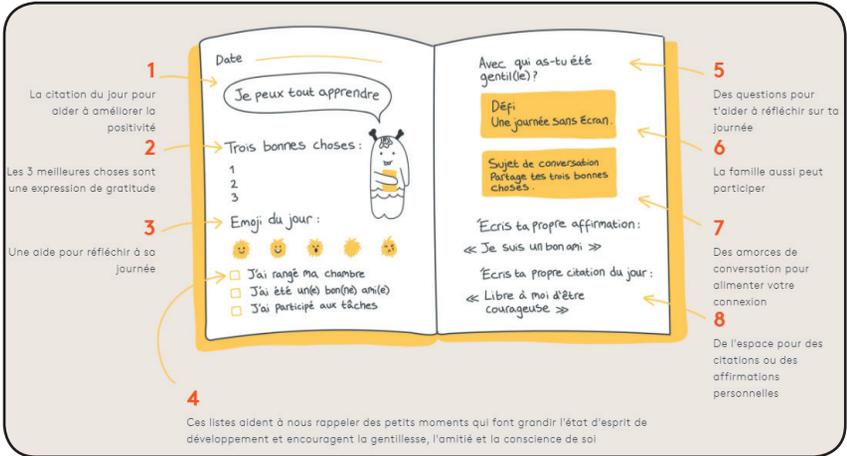
© Emmie Godart

peu importe le milieu social. Cela dit, des initiatives fleurissent petit à petit pour faire évoluer ce rapport aux mots.

Le Happy Self Journal, par exemple, propose aux enfants de prendre en main l'écriture pour améliorer leur bien-être. Le concept est très simple : écrire chaque jour des moments positifs vécus, ses ressentis, ses réussites, ses rêves... Son succès et les avis plus que positifs qui pullulent sur le net prouvent que l'écriture, même entamée très jeune, peut devenir une véritable amie, soutenance et motivante. Il n'est pourtant question que de quelques minutes d'écriture dans la journée... Et ça suffit pour faire germer quelque chose. De nombreux parents parlent dans leurs commentaires d'éléments extrêmement importants : regain de confiance en soi, augmentation de la joie de vivre, ouverture à des conversations profondes, diminution de la nervosité...

« Un enfant qui lit sera un adulte qui pense. »

Si un enfant est éduqué dès le plus jeune âge à la présence des mots dans son quotidien, qu'ils soient lus ou écrits, il y a beaucoup de chances pour qu'il ait plus de facilité à exprimer avec clarté ses pensées et à communiquer avec le monde. On entend toujours le fameux dicton « un enfant qui lit sera un adulte qui pense », il est alors cohérent d'imaginer qu'un enfant qui écrit sera un adulte qui s'exprime. La question n'a pas été beaucoup étudiée et nous manquons de recul pour apercevoir les effets des mots sur les adultes de demain. Mais même si nous n'envisageons les apports qu'à court terme,



*Le HappySelf Journal est un cahier d'écriture composé de propositions variées et adaptées à une utilisation de l'enfant accompagné par un parent.
Source : Capture d'écran sur le site TheHappySelf Journal
© The HappySelf Journal*

L'Happy Self Journal est une preuve du mieux-être que ressentent les enfants en s'exprimant. Encore faut-il qu'un parent prenne le temps d'accompagner sa progéniture dans cette découverte...

Avec ces informations, de longues réflexions et l'avis de professionnels, la conclusion qui en découle est évidente : il semble primordial d'éduquer les enfants à la lecture et à l'écriture dès que possible. C'est un fait, nous ne naissons pas tous avec les mêmes cartes en mains. L'école a alors un rôle essentiel à jouer dans l'égalité des chances. Les enseignants peuvent agir sur le long terme avec de petites actions régulières : notamment en emmenant leur classe en bibliothèque et en prenant un temps dans la semaine, en classe, pour laisser libre court à ses pensées et les écrire ou en touchant à l'écriture par de petits exercices très ludiques.

Et si un enfant parvient à acquérir ces outils pour l'avenir, qui sait à quel point cela changera sa perception du monde qui l'entoure et la nature de sa communication, avec lui-même et avec les autres ? Peut-être certains d'entre eux déjoueront quelques dérives ou difficultés personnelles en ouvrant un livre ou en prenant leur stylo. Si l'écriture et la lecture ont une chance d'aider et d'endurcir un individu, même un seul, est-ce que cela ne vaut pas le coup d'essayer ?

La pérennité des ateliers en milieu de soins, un combat

De nombreux hôpitaux psychiatriques proposent des animations et ateliers créatifs, artistiques et culturels. Le problème réside plutôt dans la place qu'on veut bien laisser à ces pratiques sur le long terme. Il semble important de disposer, au cœur même de l'hôpital psychiatrique, d'un service culturel et artistique. Proposer de l'écriture avec un intervenant extérieur peut être bénéfique pour les personnes hospitalisées, sans le moindre doute.

Mais dans quelle mesure peut-on alors mettre en place une régularité dans ces ateliers ? Pour ça, des

choses durent. On ne peut pas prendre des gens en atelier pendant deux heures, les faire écrire et ensuite ne plus jamais s'en occuper. Parce qu'ils vont apprendre des choses, ils vont avoir un plaisir inouï à le faire et il faut les accompagner. Il n'y a rien de pire qu'une phrase qui s'arrête en plein milieu. »

Pourtant, un nombre très restreint d'hôpitaux psychiatriques en disposent. En Fédération Wallonie-Bruxelles, seulement un peu plus d'un tiers des

À bâtons rompus et dans un cadre sécurisant, de nombreux participants à mes ateliers m'ont fait des retours avec une intensité bien représentative de leur émotion.

« C'est un peu moins à l'intérieur quand on l'écrit, je me sens plus léger », m'a-t-on confié. Ou encore « Je pleurais en arrivant à cause d'une horrible journée, je repars en pleurant parce que je ne pensais pas pouvoir ressentir autant de joie grâce à cet atelier. Ma journée est réussie malgré les mauvaises nouvelles que j'ai reçues. »

À l'issue de chaque atelier que j'ai pu proposer, je recevais ce genre de commentaires. L'écriture leur manquait. Pour la plupart d'entre eux, ils écrivaient dans un passé plus ou moins lointain et mes animations leur offrait un temps et un espace pour réapprendre le stylo. Beaucoup de participants m'ont exprimé leur tristesse de voir mon stage arriver à sa fin, et ainsi de devoir clôturer mes ateliers.

justifier les dépenses. Ça coûte cher de proposer des ateliers : c'est du temps, un local, du temps d'infirmier parfois... C'est une politique générale de l'hôpital : on tient ou pas à ce qu'il y ait des ateliers artistiques. » Le docteur Jérôme Cauchies a quant à lui un avis plus modéré : « Difficile à dire,

mais je ne pense pas que le problème relève des moyens financiers. Parce que finalement, le suivi psychologique passe par la parole et on ne peut pas non plus avoir de certitude par rapport à ce que ça apporte vraiment. C'est ça qui est aussi frustrant dans notre métier, on ne peut pas toujours savoir ce qui a aidé le patient.

33% Après avoir mené une enquête auprès des hôpitaux psychiatriques de la Fédération Wallonie-Bruxelles, le constat est sans appel. Sur les vingt-quatre centres interrogés, seulement sept possèdent des ateliers artistiques proposés par du personnel non-médical. Bien sûr, de nombreux hôpitaux réalisent parfois des animations artistiques, mais elles sont mises en place par des ergothérapeutes, ce qui implique un but thérapeutique. L'art pour l'art ne se présente que dans un peu plus d'un tiers des structures.

moyens financiers doivent être débloqués et octroyés à cet accès à la culture. Sur la question de la longévité d'un atelier, Grégoire Delacourt est clair : « Ce qui est important, c'est que les

établissements comptent un service culturel en leur sein. Le frein se cache-t-il dans les budgets ? Pour Jean Florence, c'est une certitude : « Il y a un gros problème économique. Il faut pouvoir

Je pense plutôt que, peut-être, l'art n'est pas encore assez reconnu pour son utilité dans le bien-être des gens. » L'enjeu se trouve peut-être dans cette problématique : faut-il, et comment rendre évidente la présence de l'art, et plus particulière-

ment de l'écriture, en milieu de soins ? Une piste intéressante serait d'interroger les personnes hospitalisées. Ce sont finalement ces individus qui pourront refléter l'intérêt de cet investissement. Eux, mieux que n'importe qui, seront en mesure d'évaluer l'utilité d'une telle structure et de l'art dans leur processus de soins. Malheureusement, étant donné leurs souffrances et angoisses, il est très difficile de pouvoir les interroger dans un cadre officiel. Comme indiqué dans la cadrée précédente, la plupart d'entre eux donnent des retours assez instinctivement. Mais quand on pose un cadre rigide dans lequel ils ressentent qu'on attend quelque chose d'eux, la majorité des personnes hospitalisées deviendront fuyantes et auront tendance à paniquer.

Quoi qu'il en soit, l'écriture est sans conteste une piste à exploiter pour tout animateur socioculturel ou artiste désirant travailler au sein d'un hôpital psychiatrique. Oui, écrire est un art. Et comme toute pratique artistique, elle comporte des risques. Voilà pourquoi il est nécessaire de penser son approche, anticiper, discuter avec le personnel soignant et prendre une position modeste d'accompagnant bienveillant dans la (re)découverte d'un outil plein de richesses et de contrées insoupçonnées.

À l'heure actuelle, les études scientifiques et expérimentations de professionnels manquent pour faire ressortir des recettes miracles ou des procédés fixes et immuables. Les ressources et ouvrages portant spécifiquement sur l'écriture en hôpital psychiatrique sont rares. Il a donc été particulièrement question de recherches, essais,

réflexions et conversations pour l'écriture de cet article. Et quel bonheur ! Nous baignons encore dans un laboratoire grandeur nature et il ne tient qu'à nous d'essayer de nouvelles épices, de goûter de nouveaux ingrédients et de trouver les bonnes quantités pour équilibrer nos pratiques. Et parce que chaque animateur est unique, chacun apportera probablement des techniques et méthodes d'écriture singulières. C'est toute la richesse de l'animation socioculturelle et de l'approche de l'art que d'appréhender son métier comme une étude de l'humain en perpétuelle évolution. Compte tenu de la crise sanitaire que nous vivons, le marasme culturel et artistique dans lequel nous baignons actuellement nous rappelle à quel point il s'agit de domaines essentiels à explorer et exploiter dans une optique de bien-être, par tous et pour tous.

Les clés de la réussite se trouvent juste au fond de votre poche, il suffit de tendre les doigts... Et d'ouvrir la porte.

*Je vois la liste noire et la page blanche
l'oeil du cyclone qui se déclenche
je manipule la haine sentimentale
je suis le mal propre et le bien sale*

Texte écrit par J.D en atelier animé par Emmie Godart, à l'hôpital Saint-Jean-de-Dieu.

*Il y avait non loin de là une échuse
où les enfants des bateliers se baignaient.
Si je me souviens bien
vrameni une petite maquette.
Ce sont de très petites choses mais les rendait
la vie comme un rêve très agréable.*

Texte écrit par P.G en atelier animé par Emmie Godart, à l'hôpital Saint-Jean-de-Dieu.

• **PERSONNES RESSOURCES :**

Jean Florence
Annemarie Trekker
Grégoire Delacourt
Jérôme Cauchies
Emilie Di Giovanni
Laurent Bouchain
Stéphanie Delbart (mentor)
Sylvie Absil (relectrice)
Caroline Dieu (relectrice)
Olivier Godart (relecteur)

Je remercie gracieusement toutes les personnes qui m'ont accompagnée de près ou de loin pour ce travail de fin d'études si important à mes yeux.

Merci à mes experts, sans qui rien n'aurait pu être possible. Merci pour le temps octroyé, les informations précieuses et les pistes de recherches.

Merci à mon maître de stage, Laurent Bouchain, pour nos discussions et réflexions sur la pratique artistique en hôpital psychiatrique. Merci de m'avoir apporté un regard plus tempéré et posé sur la question.

Merci à Stéphanie Delbart pour les nombreuses heures d'appels et de conversations partagés. Merci pour les conseils, le soutien et les encouragements.

Enfin, merci à mes relecteurs pour leur présence et leurs avis constructifs.

Chacun, vous m'avez permis de réaliser le travail de fin d'études que j'imaginai. Merci.

• **BIBLIOGRAPHIE :**

MONOGRAPHIES

- * Florence, Jean. *Art et thérapie: liaison dangereuse?* Publications des Facultés universitaires Saint-Louis 75. Bruxelles: Facultés universitaires Saint-Louis, 1997.
- * Jamart, Claude. *Le corps et l'écriture.* L'Harmattan. Psychanalyse et civilisations. Paris, France: L'Harmattan, 1999.
- * Maricourt, Thierry. *Aux marches du savoir, les ateliers d'écriture.* L'Harmattan. Villes en mouvement. France: L'Harmattan, 2009.

PERIODIQUES

- * *Quelle place pour l'art-thérapie dans les institutions de soins ?* (2015). *Ethica Clinica - revue francophone d'éthique des soins de santé*, 79.
- * *Théâtre et psychiatrie.* (2011). *Santé Mentale, mensuel des équipes soignantes en psychiatrie*, 154.
- * Yann Bubien, Y., Even, R., Glorion, B., & Galaverna, O. (2004). *Culture à l'hôpital, culture de l'hôpital.* *Les Tribunes de la santé*, 2(3), 57-65. <https://doi.org/10.3917/seve.003.65>
- * Yétonde Judith Ayoaso Anignikin, Héloïse Marichez, Y. J., & Marichez, H. (2010). *Écrire, déclamer, inventer : l'expérience d'un groupe thérapeutique de slam pour adolescents.* *Enfances & Psy*, 48(3), 85-94. <https://doi.org/10.3917/ep.048.0085>

SITES INTERNET

- * C.R. (2010, 15 février). *Ecriture - Origines - Naissance - Premières traces - Hominidés.* *Hominides.com.* <https://www.hominides.com/html/dossiers/ecriture-origine-naissance-premieres-ecritures.php>
- * Elsa Mourgues. (2021, 7 janvier). *Neurosciences : comment l'art nous guérit.* *France Culture.* <https://www.france-culture.fr/sciences/neurosciences-comment-lart-nous-guerit>
- * *HappySelf Journal (FR).* (2021). *The HappySelf Journal.* <https://fr.happyselfjournal.com/>
- * Rébecca Barbier. (2014, 6 mai). *L'art-thérapie vue par les neurosciences.* *Acfas.* <https://www.acfas.ca/publications/magazine/2014/05/l-art-therapie-vue-neurosciences>
- * Verdo, Y. (2016, 20 novembre). *Comment l'art embrase le cerveau.* *Les Echos.* <https://www.lesechos.fr/2016/11/comment-lart-embrase-le-cerveau-218142>

VIDEOS

- * *HorsLesMurs.* (2009, 14 septembre). *La naissance de l'écriture à Uruk en - 3200 : pourquoi les hommes ont-ils eu besoin d'écrire ?* [Vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=ALuzbiLZ58k&feature=youtu.be>