

L'ART PEUT CHANGER DES VIES

L'art peut changer des vies

Social Peinture, théâtre, graffiti ou même cirque: quelle que soit la forme de l'art, ses effets s'avèrent bénéfiques pour ceux qui s'y livrent. Différentes institutions l'ont compris, comme la Cité du Genévrier à St-Légier ou le Centre d'accueil pour les adultes en difficulté de Saxon, qui proposent des ateliers créatifs et artistiques à leurs résidents. À Monthey, l'hôpital psychiatrique de Malévoz a poussé le concept plus loin, inaugurant en 2015 un quartier culturel en son sein. Mais il arrive aussi que l'objet de la création importe peu. C'est le principe de l'art-thérapie, où la production artistique est un moyen et non une finalité. Exprimer des émotions ou des paroles enfouies, se sentir mieux, être valorisé ou carrément goûter à la liberté: tout un chacun, qu'il soit adulte, enfant, qu'il souffre d'un handicap ou non, réagit au contact de l'art. Reportage et témoignages.



Textes et photos: Valérie Passello

Des tas de dessins sont étalés sur la table. «À qui est celui-ci?», s'enquiert Agnieszka Duvoisin, fondatrice, avec son époux David, de l'Urban Art Academy de Martigny. Autour d'elle, une vingtaine d'enfants et ados s'affairent à coller leur illustration sur une longue bande de papier. L'atelier a lieu au cœur des locaux de Saint-Raphaël, au-dessus de Sion, une institution d'éducation spécialisée accueillant garçons et filles. Ces derniers y séjournent de manière ponctuelle ou prolongée, en raison de leurs difficultés d'adaptation dans leur environnement familial, social, scolaire ou professionnel.

Mais aujourd'hui, ils sont des créateurs. La bande de papier représente le mur de l'institution, immaculé, qui longe la cour à l'extérieur. Bombe de peinture à la main, les ados vont bientôt l'égayer par des graffitis représentant leurs rêves et espoirs. «Moi je rêve d'être un personnage de Star Wars ou de jeu vidéo, mais je sais que ce n'est pas possible», raconte Raphaël, 11 ans, en haussant les épaules. Le garçon a donc planché sur un sujet plus réalisable. «J'aimerais bien devenir DJ, c'est ça que j'ai dessiné. Et avec l'aide de David (voir notre photo de page 1), je vais créer une illusion d'optique dans l'angle du mur, on pourra y lire mon prénom, qui est le même que celui de l'Institut», sourit-il.

Des couleurs pour le dire

Naomi trouve intéressant de glisser de la couleur dans son environnement: «En principe, on n'est pas très content d'arriver dans un foyer. Si c'est joli, coloré et accueillant, ça passe mieux», remarque-t-elle. Quant à Lena, 14 ans, son espoir est de réussir un CEC, afin de trouver un bon travail. Sur le mur, elle écrira son prénom

Agenda

Tous | Insérer



Enfants
Petite Sorcière, spectacle tout public
dès 6 ans
Le Petit Théâtre | Place de la
Cathédrale 12 - 1005 Lausanne
021 41 00 10 00 05 00 10

Petites annonces

Toutes | Insérer



Immobilier / Cherche à acheter
Je cherche pour société de construction
Le Mont-sur-Lausanne

Bonnes adresses

Toutes



www.theraform.com
THERAFORM
L'Amincissement Maîtrisé

Bien-être
Theraform
1820 Montreux
021/961.38.01

Marine Métraux: «Face à la matière, quelque chose de magique se produit»

Présidente de l'Association Professionnelle Suisse des Art-Thérapeutes (APSAT), Marine Métraux reconnaît que la frontière est tenue entre une activité artistique traditionnelle et la création dans le cadre d'une thérapie. Si les mécanismes sont similaires, ce sont l'encadrement et le but de l'activité qui diffèrent. Pour elle, les bienfaits de l'art-thérapie s'inscrivent dans le temps et la régularité des séances.

Quelle est la différence entre l'art-thérapie et une activité artistique?

L'artiste crée pour lui-même et souvent, son travail est vendu. L'art-thérapie consiste à s'exprimer par l'art, avec une visée thérapeutique. Le résultat n'a pas d'importance, seul le processus compte. Nous l'observons et le questionnons. Il y a une cinquantaine d'années aux Etats-Unis et en Angleterre, on s'est aperçu que l'art faisait du bien. Que ce soit le fait de créer ou d'être en contact avec des œuvres, en allant voir des expositions, par exemple. Pour survivre, des artistes sont entrés dans des institutions et l'ergothérapie a émergé. Mais l'art-thérapie ne se développe en Suisse que depuis 25 ans et il est vrai qu'il y a une ambivalence constante dans cette profession, car un cheminement artistique se fait de toute façon.

Comment a lieu le déclic qui fait qu'un patient se sent mieux?

J'avertis toujours les gens que je n'ai pas la prétention de les soigner. Par contre, le moment de création, qui dure seulement quelques minutes, est valorisant et fait du bien. Il détourne l'attention, on se vide la tête en basculant complètement dans l'activité. Quand une personne est confrontée à la matière, quelque chose de magique se produit. Elle plonge directement dans son cœur et ses émotions. Après un moment de création en silence, il y a souvent une parole qui arrive. Mon rôle est de travailler au décryptage de cette parole avec les gens qui viennent me voir. s'ils l'accrochent et se sentent

de raison un or, afin de trouver un bon travail. Sur le mur, elle comble son présent avec un œil tourné vers l'avenir. «J'ai ajouté des météorites. Elles représentent les imprévus et les obstacles qui peuvent nous freiner», détaille l'ado. L'expérience permettra à chacun de poser une partie de lui-même sur le mur, note Agnieszka Duvoisin: «Nous constatons que ces jeunes ont beaucoup à raconter. Travailler avec des sprays a une dimension libératoire, cela leur donne l'occasion de sortir des émotions qu'ils ne peuvent pas forcément exprimer autrement.» Mais un cadrage est tout de même nécessaire. David Duvoisin, alias NadaOne de son nom d'artiste, rappelle certains à l'ordre: «Votre projet doit évoquer vos rêves et vos espoirs, ne dessinez pas de Pokémon, car personne n'espère en devenir un! Réfléchissez à un concept et je vous aiderai à le réaliser», promet-il.

«Se sentir exister»

Aujourd'hui responsable d'une UAPE, Jérôme Lahaye a travaillé comme éducateur spécialisé à la Cité du Genévrier à St-Légier, qui accueille des personnes en situation de handicap. Il est aussi adepte des arts du cirque, une passion qu'il partage avec sa collègue d'alors, Caroline Ranc, connue dans le milieu circassien en tant que Snick le clown. Ensemble, ils proposent d'abord des stages aux résidents. Puis ils se lancent un pari un peu fou: monter un vrai spectacle pour sortir des murs de l'institution. Le concept «Un nez rouge pour tous» est né. Couronnée de succès, la deuxième tournée est en cours en Suisse romande jusqu'à la mi-mai. Jérôme Lahaye raconte: «Les personnes en situation de handicap sont très heureuses de relever des défis, elles font des progrès à tous les niveaux. Leur comportement change dans la vie quotidienne et leur motricité s'améliore, par exemple. Bien sûr, c'est parfois rock n'roll. Quand l'un de nos artistes ne veut pas s'y mettre, inutile d'insister, il faut s'adapter. Mais il n'y a pas d'infantilisation, nous fonctionnons comme une vraie troupe. Être applaudis et voir notre travail reconnu sont très valorisants, pour nous comme pour eux.» Au CAAD (Centre d'accueil pour les adultes en difficulté) de Saxon, un atelier de création encadré par des maîtres socioprofessionnels est proposé aux résidents, des personnes dès 18 ans souffrant de maladies ou handicaps psychiatriques et de troubles associés. Responsable de l'atelier, Yann Bourban décrit: «Créer permet l'expression de soi, de se sentir exister, d'être acteur et pas seulement spectateur de ce qui est produit. La créativité de nos résidents peut s'épanouir et par conséquent leur estime de soi est améliorée. Pour certains, la création amène aussi un sentiment de liberté.» Les compétences développées à travers cette activité pourront, dans certains cas, aider à une réinsertion sociétale ou professionnelle, ajoute Yann Bourban: «Les participants aux ateliers travaillent des habiletés sociales, des aptitudes personnelles et professionnelles, telles que la ponctualité, les relations interpersonnelles, ainsi que le goût du travail bien fait.»

Sur les hauts de Monthey, c'est tout un quartier culturel qui s'est développé dès 2011 au cœur de l'hôpital psychiatrique de Malévoz. Ce lieu particulier, inauguré en 2015, comprend un théâtre, une galerie, une buvette et une résidence d'artistes. Les patients de l'hôpital sont quotidiennement invités par les artistes présents à partager des moments de création, mais sans y être contraints. Ainsi, art et soins coexistent librement en un même lieu, bousculant sans cesse les codes d'un établissement psychiatrique traditionnel.

Art ou fanfare?

Pour le responsable du quartier culturel de Malévoz Gabriel, «le beau est soignant par nature» Bender (lire son interview ci-contre). Mais si l'art participe aux soins sur le site montheysan, il ne doit pas être confondu avec de l'art-thérapie, précise-t-il: «L'art-thérapie est à l'art ce que la fanfare militaire est à la musique. C'est un art instrumentalisé par la thérapie. Attention, je ne dis pas qu'elle n'est pas nécessaire ou efficace!», nuance-t-il tout de même. Au CAAD, un suivi en art-thérapie est aussi proposé, mais la prestation est affiliée au secteur socio-thérapeutique, cette fois. L'art est alors travaillé comme «vecteur de communication», précise Yann Bourban (voir encadré). Utilisé à des fins thérapeutiques, exprimé ou ressenti de façon plus instinctive, l'art semble bel et bien être un baume salvateur à tous les niveaux. Le peintre Vassily Kandinsky le définissait d'ailleurs ainsi: «C'est une puissance dont le but doit être de développer et d'améliorer l'âme humaine.»

Interview:

Gabriel Bender: « L'hôpital devenait fou... »

Chef du service socioculturel de l'hôpital psychiatrique de Malévoz à Monthey, Gabriel Bender croit fermement aux vertus d'un art vivant, imprévisible et subversif. Le quartier culturel permet tout au long de l'année des échanges entre résidents, personnel soignant, artistes et visiteurs. Un concept original où la liberté est reine, même si elle suscite parfois des discussions animées.

Qu'apporte le quartier culturel de Malévoz?

> Il pervertit l'espace dans le bon sens du terme. L'hôpital psychiatrique et le quartier culturel se disputent les lieux, qui s'en retrouvent métissés. L'idée est d'enrayer la mécanique des soins en amenant de l'organique, quelque chose qui n'est pas organisé. Si je vais rendre visite à quelqu'un au CHUV, je me sens mal après quarante minutes. Ici, l'art rend l'hôpital hospitalier. Il amène de l'imprévisible qui fait du bien, mais sans que l'on sache exactement ni à qui ni comment. Le docteur Eric Bonvin, qui a élaboré le concept avec moi, disait qu'il faut être attentif aux aspects matériels, non-humains, d'une relation. Si l'on choisit un thérapeute, la décoration de son cabinet, l'environnement et le contexte seront aussi importants que la personne elle-même.

Y a-t-il parfois des conflits entre l'hôpital et le quartier culturel?

> S'il ne provoque pas de discussion, l'art n'est que de la décoration. L'artiste est libre d'exprimer ses émotions, alors que l'on perd sa liberté lorsque l'on entre à l'hôpital. L'art ne se couche pas dans les lits qu'on a préparés pour lui. Il est sauvage et buissonnier. Les institutions peuvent accueillir un art passif, des œuvres, des concerts, des spectacles, des tableaux. Le beau est soignant par nature. Ou alors

capables de passer au verbal. Évidemment, cela ne vient pas du premier coup. Il faut une régularité des séances. En s'inscrivant dans le temps, la démarche permet des prises de conscience, il se passe aussi des choses dans l'intervalle entre deux rendez-vous.

Arrive-t-il que la méthode ne fonctionne pas?

Oui, s'il n'y a pas un bon feeling avec l'art-thérapeute par exemple. Ou alors quand une personne est si éloignée de sa réalité qu'elle n'arrive pas à venir régulièrement. Quant aux gens trop cérébraux, ils ne parviennent pas toujours à entrer dans le contexte de création.

Comment devient-on art-thérapeute?

Il existe trois écoles en Suisse romande dont l'EESP (École d'études sociales et pédagogiques) de Lausanne. Un diplôme fédéral peut être obtenu en passant un examen professionnel supérieur au terme de son cursus. Notre association compte une centaine de membres, qui travaillaient dans le domaine médico-social et se sont formés à l'art, ou à l'inverse, qui étaient artistes et se sont intéressés à une application thérapeutique de leur art. La profession commence à être reconnue, l'APSAT s'y attèle constamment. Les praticiens sont remboursés par certaines caisses-maladie.

et les émotions

Présidente de l'Association Professionnelle Suisse des Art-Thérapeutes (APSAT), Marine Métraux reconnaît que la frontière est ténue entre création artistique et art thérapie: «Il est vrai qu'il y a une ambivalence constante dans cette profession, qui ne se développe en suisse que depuis 25 ans, car un cheminement artistique se fait de toute façon. La différence réside dans le fait que l'artiste crée pour lui-même et que souvent, son travail est vendu. En art-thérapie, le résultat n'a pas d'importance, seul le processus compte. Nous l'observons et le questionnons.»

Pas du premier coup

Plus structurée qu'une confrontation brute à la création, l'art-thérapie est un outil provoquant un déclic, ajoute Marine Métraux: «Le moment de création, qui dure seulement quelques minutes, est valorisant et fait du bien, il détourne l'attention. On se vide la tête en basculant complètement dans l'activité. Quand une personne est confrontée à la matière, quelque chose de magique se produit. Elle plonge directement dans son cœur et ses émotions.» La parole arrive généralement après ce moment silencieux. Le rôle de l'art-thérapeute est alors de travailler à son décryptage, si la personne concernée l'accepte et se sent capable de passer au verbal. «Évidemment, cela ne vient pas du premier coup. Il faut une régularité des séances. En s'inscrivant dans le temps, la démarche permet des prises de conscience. Il se passe aussi des choses dans l'intervalle entre deux rendez-vous», précise la présidente de l'APSAT.

elles peuvent prendre le risque de l'art en action, qui est subversif car il interroge, questionne, crée du doute là où il y a de la certitude. À Malévoz, nous avons dû créer une association, car l'hôpital devenait fou à gérer le quartier culturel. Les institutions aiment tout contrôler. Comme il nous fallait un véritable espace de liberté, nous avons arraché une partie des lieux à l'hôpital. Les conflits doivent être discutés les uns après les autres et des compromis sans cesse trouvés.

Des exemples?

> Un artiste avait réalisé une magnifique tête de mort en fer forgé. La question s'est posée de savoir s'il était bien judicieux de montrer une telle œuvre à des patients aux idées suicidaires. Il a fallu expliquer que ce n'était pas une tête de mort, mais un crâne, symbole de sagesse en méditation. Une autre fois, une ancienne patiente, désormais guérie, est revenue à Malévoz pour présenter dans notre théâtre un spectacle de poésie qu'elle avait écrit. Or, elle voulait retirer les passages trop durs pour ne heurter personne. Mais dans la vraie vie, il n'y a pas de censure! Nous voulons être dans la vérité du monde.

À l'inverse, créer peut-il rendre fou?

> Toute émotion peut générer de la maladie, le baby-blues en est un bon exemple. Mais la folie, c'est quand on n'arrive plus à créer, c'est le manque de lien.

Date: 29.03.2018 Parution: 894

Dans ce dossier

Documents



En images



Vidéo



Documents audio

