

Soins infirmiers en psychiatrie et art-thérapie

# La créativité au cœur des unités de soins

Au CHUV, des ateliers d'art-thérapie sont proposés à des personnes souffrant de troubles psychotiques par une infirmière et art-thérapeute. Une belle expérience de partage et de création.

Texte et Photos: Fanny Michel



Une œuvre commune, qui illustre mieux que des mots ce moment de création en groupe.

Trois après-midis par semaine, les salles à manger des unités de soins se transforment en atelier, devenant un lieu dans lequel différentes propositions sont amenées selon l'envie des participants: jeux créatifs en groupes, peinture, écriture, papier mâché, pastels, techniques mixtes, par exemple.

Un outil qui diversifie et élargit l'offre thérapeutique, permettant aux patients de vivre l'expérience de la création, en petits groupes ou de manière individuelle.

La spécificité de ce dispositif (outre le fait qu'il se situe au carrefour de deux formations) est qu'il est né d'une volonté du service d'aller apporter l'activité au plus proche des patients, justement à ceux qui souffrent de symptômes trop invalidants pour pouvoir sortir des unités. L'invitation à la création ouvre une possibilité pour ces patients, qui se donnent la force et l'envie de participer.

## Les objectifs des ateliers

Les objectifs principaux sont de permettre aux patients d'explorer leur créativité, d'expérimenter différents moyens d'expression, de prendre conscience de leurs ressources, d'échanger avec les autres participants et de créer des liens. Ces objectifs globaux sont ensuite adaptés en fonction des besoins et des envies des personnes, pour leur proposer un parcours créatif qui peut apporter du sens et faire du bien.

## La création: se re-crée

Le processus de création, en art-thérapie, est vu non seulement comme un

moyen d'expression, mais aussi comme un moyen d'activer de nouvelles sensations, de voir émerger des ressources qui vont aboutir à une transformation. Créer permet d'explorer des domaines inconnus, d'utiliser l'expérience créatrice comme une métaphore, en parlant par exemple de soi indirectement, ou de sa maladie de manière détournée. Se dire autrement, se dépasser, prendre du recul, en entrant dans la fiction.

La notion d'espoir est aussi très présente, je l'entends dans les retours sur le vécu des patients lors des ateliers. L'espoir, selon Favrod & Maire (2012), étant un des ingrédients dans le processus de rétablissement.

Créer permet aussi de vivre des expériences valorisantes, augmentant l'estime de soi.

### Un lieu de partage

Dans les soins aux personnes en grande difficulté psychique, comme par exemple des personnes souffrant de troubles du spectre de la schizophrénie, la question du lien est au centre de notre pratique: là où un lien est établi, il est possible de construire un projet en partenariat. Cela implique d'accueillir la personne telle qu'elle est, dans ses souffrances et ses aspirations, et de l'accepter sans jugement. Le travail créatif dans les ateliers invite à considérer l'autre comme un créateur. La personne accompagnée n'est pas un malade, c'est quelqu'un qui souffre d'une maladie, mais qui n'est pas réduite à être cette maladie.

Les ateliers proposent un espace qui «décloisonne» les rôles soignants-patients, en permettant de vivre ensemble des expériences artistiques, dans une dynamique de partenariat: le fait de créer ensemble, de partager une rêverie ou une histoire, est une particularité des ateliers. En effet, je crée avec le groupe, et je demande aussi aux soignants qui participent aux ateliers, de créer avec le groupe ou en duo avec un patient. Le fait de créer avec demande

une implication personnelle, authentique.

Accueillir l'expérience de la personne en soins, autant qu'on accueille aussi, simultanément, sa propre expérience de création. Au-delà des mots, l'expérience esthétique nous fait nous rencontrer dans le partage d'une émotion: cela peut être d'avoir été touché, d'avoir ri, ou d'être entrés ensemble



«Un moyen d'activer de nouvelles sensations, de voir émerger des ressources»

dans la narration d'une histoire, créée de toute pièce.

En groupe, on va parler d'activité communautaire. Le fait d'avoir un projet commun, qui rassemble, qui nous fait appartenir à la même communauté, de se sentir partenaire.

La création en groupe peut être appréhendée aussi sous l'angle du groupe vue comme une entité: les aspects contenant et structurants du groupe peuvent être présents lors d'une création comme une peinture en groupe.

### Une invitation à la création

Afin d'éviter l'angoisse de la feuille blanche et de permettre aux personnes de créer, j'ai un «réservoir» de jeux créatifs, élaborés pour les ateliers, pour cette population, en tenant compte des besoins et difficultés des personnes, et du temps disponible. J'utilise le terme proposition car il suggère une invitation, quelque chose qui est proposé,

que la personne peut choisir. Cette notion est importante car il n'y a pas d'obligation de rendu, de jugement esthétique. La personne peut trouver de l'aide pour démarrer, puis aller vers tout autre chose que ce que j'avais proposé au début, et c'est plutôt bien car cela veut dire que la personne s'est appropriée ce moment de création pour en faire un moment qui a du sens pour elle.

La notion d'envie, d'idée, d'élan créatif peut partir d'un petit rien: mon rôle est de souligner, de mettre en évidence, de valoriser et de proposer des techniques artistiques adaptées pour permettre à la personne de donner corps à son idée. Mon rôle sera aussi de soutenir la création: aider la personne à se souvenir, la stimuler à continuer.

### Le cadre: ouvert et structuré

Les ateliers proposent un espace ouvert (permettant par exemple les allers et venues de personnes très symptomatiques), qui permet une bonne participation.

Le cadre proposé est toutefois bien défini et a pour finalité de permettre aux personnes d'entrer dans la création, et de faire de ce moment un moment qui a du sens et qui fait du bien.

Des notions centrales en art-thérapie comme le non jugement, la confidentialité, le respect, le fait de ne pas être «obligé de faire du beau», la non interprétation ou le fait que les créations appartiennent à la personne qui a créé, permettent de proposer un dispositif qui incite à s'impliquer dans la création.

### Les différents temps

Différents temps bien délimités et définis rythment les après-midis, avant, pendant et après les ateliers.

#### • Un passage auprès de tous les patients, dans les chambres

Précédé par une participation au colloque d'équipe, c'est le temps du premier contact pour les nouveaux patients, c'est là où je vais «donner envie», mais aussi expliquer brièvement le cadre. Bon nombre de patients sont venus en disant «je regarde», ont en effet regardé au début, et, petit à petit sont devenus de plus en plus actifs. Dans ce moment, je trouve souvent les patients dans leur lit, et je pourrais

#### L'auteur

**Fanny Michel** travaille au département de psychiatrie du CHUV, section E. Minkowski.  
Contact: fanny.michel@chuv.ch





«Créer permet de vivre des expériences valorisantes, augmentant l'estime de soi.»



Le lieu de rencontre, mis à disposition pour les ateliers.

dire que l'atelier les stimule à aller vers une envie, un projet. C'est aussi l'occasion de se remémorer le travail déjà fait, de se préparer au moment de création.

• *Un temps d'accueil informel*

Ce moment d'accueil est important pour permettre aux personnes de se présenter, de «s'accorder», de se mettre en condition. Une des difficultés liées à ce moment est que les personnes très angoissées vont ressentir ce temps comme «difficile à supporter», selon leurs dires, et vont repartir. Il est important pour moi d'être présente et disponible à ce moment-là pour accueillir et contenir ces angoisses.

• *Un temps de création*

Le temps de création se déroule principalement dans le silence. Les propositions, le cadre, les techniques appropriées, l'écoute des envies et des besoins sont autant de notions clés qui font de ce moment un moment privilégié.

• *Un temps de parole*

J'invite les personnes qui ont créé à regarder l'œuvre réalisée. C'est d'abord un temps de contemplation, puis progressivement, j'invite les personnes à s'exprimer. Chacun peut parler de son

vécu pendant la création, ce qui permet une réflexion par exemple sur le fait de créer en groupe, sur le sens de la vie, sur le sens de la maladie. Le temps de parole c'est aussi un sas entre le temps de création et le retour à la vie quotidienne (comme quand on a fait une relaxation par exemple). J'insiste sur le fait de ne pas interpréter les créations, ce n'est pas le but de l'art-thérapie et risquerait d'enfermer le propos dans des conclusions qui peuvent être fausses, issues de nos propres projections. Le but est plutôt d'aider la personne à souligner, à mettre en évidence les éléments importants de la création ou du vécu pendant la création.

**Infrastructure des ateliers**

Pour permettre à un tel lieu d'exister, un environnement solide est nécessaire.

Je bénéficie de l'appui de l'institution pour me permettre de faire exister les différents temps des ateliers, ainsi que ceux qui font partie du dispositif, qui sont ce que j'appelle l'infrastructure: supervision, formation continue, outils d'évaluation, statistiques, descriptif, affiche... et temps de coaching par les responsables de la section.

J'aimerais aussi mentionner le temps prévu pour les transmissions orales, et

les notes inscrites sur le dossier informatisé du patient. Un temps est également prévu pour les notes internes des ateliers. Un référent infirmier est attribué pour chaque unité: les référents participent aux ateliers, connaissent bien le dispositif, permettent de faire le lien avec l'équipe interdisciplinaire et m'aident à réfléchir aux améliorations. ■

**Bibliographie**

- Favrod J. & Maire A.** (2012). Se rétablir de la schizophrénie, Guide pratique pour les professionnels. Issy-les-Moulineaux: Elsevier Masson.
- Kaës R. & Laurent P.** (2009). Le processus thérapeutique dans les groupes. Toulouse: Erès.
- Klein J.-P.** (2012). Penser l'art-thérapie. Paris: Presses Universitaires de France.

**Formation en art-thérapie**

L'Atelier, institut de formation,  
15, rue des Savoises, 1205 Genève  
[www.l-atelier.ch](http://www.l-atelier.ch)

Eata-Créavie, chemin du Flonzel 24,  
1093 La Conversion,  
[www.creavie.ch](http://www.creavie.ch)

EESP, école d'étude sociales et  
pédagogiques, Ch. des Abeilles 14 ·  
1010 Lausanne · Suisse  
[www.eesp.ch](http://www.eesp.ch)

CASAT, Conférence des Associations  
Suisse des Art-Thérapeutes.  
[www.kskv-casat.ch](http://www.kskv-casat.ch)