

" Des mots sur les maux ou Maux à mots "

Carrefour des Expressions unité intersectorielle de thérapies médiatisées offre à des personnes aux profils et parcours de vie très différents une dizaine d'approches, théâtre, danse, arts plastiques, musique, fanfare, chiffonnade...

Une brève vidéo va vous les faire découvrir.

Voici maintenant le témoignage de l'interne qui pendant 6 mois a participé activement à l'atelier d'écriture animé par les 2 infirmières art-thérapeutes :

L'atelier écriture est un exemple représentatif, s'il fallait en choisir un, de ce qui se fait, et surtout de *ce qui se passe* au Carrefour des Expressions, à la croisée entre le soin médié par l'art et la pratique communautaire promouvant le lien avec les usagers et entre usagers de la psychiatrie. C'est effectivement quand on s'intéresse à « *ce qui se passe* » au sein d'un atelier, ce qui est rendu possible par la dynamique d'échanges entre chaque intervenant autour de leur production, ce qui s'exprime au travers de leur création ou simplement ce qui est exprimé dans leur présence au groupe, que l'on peut observer la place majeure que tient cet espace de soin pour ces patients qui se l'approprient progressivement.

Chaque vendredi matin, une dizaine de personnes, vivant avec une pathologie mentale quel qu'elle soit (schizophrénie, trouble bipolaire, troubles liés à l'usage de substance, dépression) se réunissent pour l'atelier écriture, accompagnée de deux infirmières dévouées et attentives, qu'ils ont appris à connaître. Un thème principal est donné en début de séance : une question sur l'avenir, une suite de mots libres, une image, une émotion à qui s'adresser...avec pour consigne de laisser libre cours à son imagination, à ses envies et à ses capacités du moment, avant d'être invité à lire son écrit pour le partager aux autres participants du groupe. Après des lectures volontaires ou des silences respectés, la séance se termine toujours par une note d'humour partagé à partir d'un écrit collectif de type cadavre exquis.

De ma position d'interne en psychiatrie, accueilli dans ce groupe, j'ai pu rapidement constater la manière dont cette demi-journée au Carrefour des Expressions s'était construite comme un espace privilégié pour celles et ceux qui y participent. Pensé initialement pour les usagers puis progressivement aménagé par les usagers, l'atelier écriture semble être devenu un rouage important de leur rythme hebdomadaire. « *Ce matin je n'avais pas envie de venir, je n'ai pas le moral en ce moment, j'ai eu du mal à entamer la journée, mais je me suis dit que ça me ferait du bien d'écrire un peu et de vous voir* ». Ce constat maintes fois relevé au sein du groupe d'écriture pourrait paraître significatif d'une symptomatologie psychiatrique chroniquement installée, d'un quotidien régulé par le soin et l'institution, ou d'un aléa de la vie déstabilisant un équilibre déjà vulnérable. Pour autant ce constat régulier témoigne à lui seul de l'ouverture de possibilité, de création et d'engagement qu'est venu instituer le Carrefour pour ses participants. Et ainsi, pendant le café informel d'arrivée, ou bien au travers de son écrit ou de la lecture de son écrit, ou encore dans la discussion de bilan de fin de séance, la personne est amenée à raconter une histoire, celle qu'elle aura choisie : sur son passé, sur sa maladie, sa famille, les événements de sa semaine, sa colère ou sa joie de l'instant, sur un rêve, etc. Au

Carrefour, l'espace de soin devient espace de convivialité, l'atelier écriture devient un temps d'apaisement hebdomadaire, et l'étiquette de « *patient de la psychiatrie* » tombe pour laisser s'exprimer l'humain dans sa souffrance...ou dans son mieux-être. Si le vouvoiement reste de rigueur, les échanges avec le corps soignant est de nature de tout autre qu'en milieu hospitalier, basé sur l'assurance d'un accueil et d'une écoute inconditionnels, d'un respect de l'intimité de la pathologie en public et de la possibilité de conseils et d'orientation avisés en cas de confidences individuelles.

Ne retrouve-t-on pas là les modalités d'une pratique soignante orientée vers le rétablissement de la personne vivant avec une maladie mentale ? Le rétablissement (ou « *recovery* » en anglais) entendu comme ce changement de paradigme qui fleurit dans la recherche psychiatrique depuis une trentaine d'années. Issu des pratiques communautaires du domaine addictologique, ce paradigme vient progressivement alimenter la littérature scientifique appliquée à la schizophrénie et au trouble bipolaire. Il prend le sens d'un processus auto dirigé de reconstruction identitaire d'une personne à partir de l'expérience de sa maladie. Du soin, le rétablissement exige de « *replacer l'humain avant le malade* », l'humain comme protagoniste de son projet de vie *avec* la maladie, et avec qui nous, soignants, essayons de créer les opportunités de rencontre, d'actions et d'interactions pour réaliser et assumer ce projet. N'est-ce pas le rôle que prend le Carrefour des Expressions, sans même le revendiquer, dans le quotidien de ses participants qui viennent y trouver contact et réciprocité, choix d'implication et liberté d'intervention. Cet atelier écriture, aussi convivial soit-il, ne constitue-t-il pas le support d'une activité narrative invitant chaque participant à revisiter son histoire, à interroger son passé, présent, avenir, afin d'y rétablir une continuité en y intégrant au mieux la pathologie et ses conséquences ?

Au terme de six mois de participation, au même titre que les usagers impliqués et les infirmières animatrices, je dirai que le Carrefour des Expressions, plus qu'un centre d'art-thérapie, s'érige en compagnon de voyage sur le chemin du rétablissement de ses participants. Et, comme le répètent ces personnes investies dans l'atelier écriture au terme de chaque séance : « Je reviendrai ».

Gaël GALLIOT

"Des maux sur les Mots"

Gael Galliot : interne de la Faculté de Toulouse, Dr Michèle Bareil-Guerin : psychiatre, Céline Bassignani-Baptiste et Dominique Riboulet : infirmières art-thérapeutes

ASM-USSAP place du 22 Septembre 11300 Limoux

carexp@asm11.fr