

SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE PSYCHOPATHOLOGIE DE L'EXPRESSION ET D'ART-THÉRAPIE



VIOLENCES

6, 7, 8 décembre 2019

sfpe
at

JOURNÉES D'AUTOMNE



Roberta Pedrinis

LE CIEL EST ENCORE BLEU.
ART-THÉRAPIE ET
RÉHABILITATION ONCOLOGIQUE

En page de titre:

1. *Le ciel est encore bleu*



3. *Ciel tempétueux avec des éclaircies*



Le diagnostic d'une maladie, comme celle du cancer, et le long parcours médical peuvent déclencher chez le patient des éléments très stressants et être vécus comme une agression traumatique, voire une violence, qui s'ajoute à celle de la maladie elle-même.

La maladie et les traitements entraînent souvent des perturbations et déséquilibres qui déstabilisent

la vie quotidienne, créant de sérieux dommages sur les fonctionnements émotionnels, cognitifs, et sociaux. Les patients admis aux

LE CIEL EST ENCORE BLEU. ART-THÉRAPIE ET RÉHABILITATION ONCOLOGIQUE

programmes de réhabilitation oncologique ont tous eu un diagnostic de cancer et ont suivi les protocoles médicaux standardisés. Sont plutôt fréquents les cas de patients traités avec chimiothérapie à dosage élevé, suivie d'une transplantation de la moelle osseuse. Ce type de traitement implique une longue période d'isolement du patient, pouvant aller jusqu'à quatre semaines. En général tous les patients présentent une grosse fatigue, pendant ou après le long parcours oncologique de type chirurgie, chimio et/ou radiothérapie. Ils ont une autonomie fonctionnelle diminuée par rapport aux activités de la vie quotidienne : répercussions sur la mobilité, la fonction respiratoire, avec des paresthésies, une symptomatologie douloureuse, des problématiques nutritionnelles et d'évacuation, des problématiques psychiques qui vont de l'état anxieux à la dépression, peur de rechute, angoisses de mort, stratégies de *cooping* dysfonctionnelles et dysfonctions cognitives. Bref, ils sont traumatisés.

Trauma et créativité

L'incapacité de recombinaison des expériences traumatiques est l'une des caractéristiques les plus impressionnantes du Post Traumatic Stress Disorder (PTSD). En d'autres termes, le trauma peut être défini comme un événement ou une expérience dans laquelle la personne se sent submergée par rapport à ce que demande la situation, et du fait que cette demande est supérieure aux ressources disponibles pour y faire face. Freud (1920) disait que le trauma est une balafre qui nous protège des stimulations excessives et qui nous conduit vers des sentiments accablants d'impuissance.

La structure du trauma comprend une hyper-activation, dissociation et sidération ; elle est basée sur l'évolution des comportements de survie prédateur / proie. Les symptômes du trauma sont le résultat d'une réponse biologique face à la menace à haute activation qui n'as pas été complétée et est restée figée dans le temps. L'essence du traumatisme est implicite ; il s'agit d'une mémoire ancrée dans le corps, une mémoire dissociée, non consciente. Les traces

de la mémoire traumatique ne sont pas organisées selon une logique narrative cohérente, mais en fragments sensoriels et émotionnels : images, sons et sensations physiques. (Herman, 2005). En supportant, accompagnant, le processus avec lequel cette réponse figée se libère et se complète, le trauma peut être renégoциé. Le trauma peut être aussi une des forces les plus puissantes pour le réveil et l'évolution psychologique, sociale et spirituelle de l'être humain (Levine, 1997).

Toutefois aucune de ces étiquettes diagnostiques ne prend en considération le talent original que beaucoup de ces personnes développent, ni l'immense potentiel créatif qu'elles ont activé pour leur survie. Les recherches les plus récentes (Van der Kolk, 2014) affirment que « la guérison du traumatisme peut se faire seulement dans l'*ici et maintenant* », par exemple par un acte de création et d'expression utilisant un médium artistique. Le langage graphique-pictural est un outil très efficace pour l'élaboration de ces vécus traumatiques, car il permet de créer de nouvelles connections entre corps et psychisme en activant les ressources du patient. Cela se fait par le biais du symbole entendu ici dans le sens étymologique du terme *syn-ballein* : unir, mettre ensemble, harmoniser.

Le projet d'art-thérapie

À partir du mois de décembre 2016, pour deux années, la clinique de réhabilitation de Novaggio, en Suisse, a offert à ses patients la possibilité d'intégrer aux soins traditionnels du parcours résidentiel de réhabilitation un nouvel outil thérapeutique, l'art-thérapie. Les séances sont des rencontres de groupe de deux heures, deux fois par semaine. Les médiateurs utilisés sont la peinture et le collage. Le thème est libre. Le groupe est ouvert. La moyenne des rencontres varie entre 3 et 8 pour chaque participant. La participation est libre. L'évaluation du projet a été réalisée de deux façons : premièrement à travers un questionnaire d'autoévaluation (avec des questions structurées et des questions ouvertes) donné directement aux patients pour sonder leur expérience subjective.

Deuxièmement en utilisant rétrospectivement les résultats du processus de réhabilitation en comparant les indicateurs cliniques standardisés à l'entrée et à la sortie entre les patients qui ont suivi le parcours d'art-thérapie et les patients qui n'y ont pas participé.

Les résultats ont montré une amélioration des fonctions motrices et cognitives dans le groupe d'intervention qui a participé aux séances d'AT, par rapport au groupe de contrôle. En ligne avec cette évidence, indépendamment des caractéristiques du patient, la plupart des participants ont reconnu à l'AT, à travers le questionnaire d'autoévaluation, un progrès dans beaucoup de domaines qui vont de l'amélioration des états anxieux (80 %) au développement des capacités expressives (100 %), à la reprise des relations sociales (92 %), jusqu'à une meilleure conscience de soi (100 %) et une meilleure confiance en ses propres ressources et en son propre potentiel de soins (96 %).

Les thèmes émergents

Les images créées à l'intérieur de la séance d'art-thérapie expriment le potentiel que chaque personne possède pour élaborer en forme artistique, au

sens large du terme, son propre vécu, et le partager de façon créative avec les autres. Les clés de sa problématique, comme de sa guérison, sont à l'intérieur du patient.

C'est avec un étonnement silencieux que je me suis inclinée face à la créativité de l'inconscient. Parmi les 250 images réalisées pendant les séances d'art-thérapie, par plus de 70 patients, j'ai pu repérer des thèmes récurrents :

Le choc du diagnostic

Le diagnostic d'une tumeur est souvent vécu par la personne qui le reçoit et par son entourage comme un choc, un effondrement : tu meurs, tu vas mourir. Le temps, pour le sujet en question, semble s'arrêter. Un homme de 53 ans a bien représenté le moment où il a reçu son diagnostic de tumeur au poumon par un portable noir sur fond noir, avec l'écran éclairé montrant la date et l'heure du rendez-vous chez l'oncologue. Il a intitulé son dessin « Le temps présent ».

Existentialisme

Les aspects existentiels émergent violemment quand on fait l'expérience d'une maladie comme le cancer. Soudain, le temps de vivre assume le temps de finitude. On s'interroge alors sur le sens de sa propre vie. On remet ses cartes en jeu. La douleur nous interroge. On pense, on choisit. On a besoin de sens, de lumière, d'amour. L'*A-mor(s)* s'oppose au *Tu-meurs*.

Une femme de 65 ans, avec cancer du sein, a représenté efficacement ce thème par une ligne colorée : en jaune sa vie vécue comme un joyeux oubli, en noir une série de deuils en famille, en gris la maladie, et en vert l'espoir pour l'avenir, avec un gros point d'interrogation. À ce dessin elle a donné le titre « Et ma vie ? » (fig. 2).

Les racines, la maison ou le pays natal

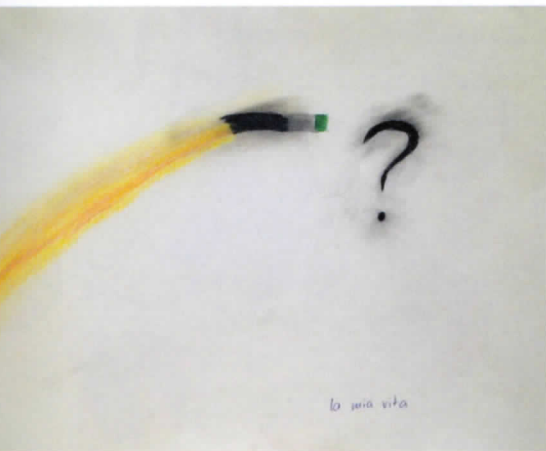
La maison, le pays natal, ou d'autres souvenirs d'enfance sont aussi un thème récurrent ; la nostalgie du temps passé, souvent idéalisé ou mythique, qui ne pourra pas revenir, mais qui représente une ressource positive : une mémoire de moments heureux et de légèreté.

Émotions

L'image permet une expression facilitée des émotions difficiles à exprimer verbalement. Une image réalisée par une femme de 35 ans, avec tumeur du sein, pour laquelle une première reconstruction a échoué, lui permet d'exprimer et de moduler son vécu émotionnel à travers des tons foncés et bleus plus clairs. Le titre : « Ciel tempétueux avec des éclaircies » (fig. 3).

Lutte intérieure

C'est la guerre à l'extérieur dans beaucoup de pays, mais c'est aussi une bataille intérieure celle que doit affronter la personne à laquelle on a diagnostiqué une tumeur. Avec une image, qui évoque le *Cri* de Munch, une femme de 60 ans, avec un cancer de la gaine médullaire, exprime sa souffrance, ses cicatrices.



vie ?



4. Perspectives

Contenance

Si on exprime sa propre lutte intérieure, avec l'art-thérapie on peut aussi trouver des moments de repos, de contemplation de méditation et de contenance, comme le montre le dessin réalisé par une femme de 40 ans, avec un lymphome, qui représente un vase rempli de beaux tournesols jaunes.

Le vase est un symbole très ancien. Il incarne le principe créatif et génératif, la source, l'origine de la vie ; il représente par excellence le ventre maternel, une matrice dans laquelle le processus de gestation d'une nouvelle naissance, d'une renaissance, peut se faire de façon sûre et protégée.

Renaissance

La résilience, entendue ici comme la capacité de dépasser les difficultés de la vie et de s'en servir pour sa propre croissance, est bien représentée par le phénix arabe qui se relève de ses cendres : un dessin réalisé par un homme de 42 ans avec tumeur à la prostate, vers la moitié de son parcours.

Perspectives

Dans le dernier dessin de son parcours, un homme de 45 ans, avec myélome multiple, représente une fenêtre ouverte sur l'horizon, qui s'appelle « Perspectives ». Dans le meilleur des cas, la maladie n'est plus seulement un ennemi à combattre, mais elle peut se révéler un allié, un arrêt qui nous a fait prendre conscience d'un déséquilibre, pour repartir dans notre vie avec une « autre peau », une autre conscience (fig. 4).

BIBLIOGRAPHIE

FREUD S., [1919], *Das Unheimliche*, trad it. *Il perturbante*, Theria, Torino, 1993.

FREUD S., [1920], *JENSEITS DES LUSTPRINZIPS*, TRAD IT. *AL DI LÀ DEL PRINCIPIO DEL PIACERE*, BOLLATI BORINGHERI, TORINO, 1975.

HERMAN, J. L., *Guarire dal trauma*, trad. it., *Magi*, Roma, 2005.

LEVINE, P. A., *Waking the tiger: Healing trauma*, North Atlantic Books, CA, 1997.

VAN DER KOLK, B., *THE BODY KEEP THE SCORE*, PENGUIN GROUP USA, 2014.

Le projet a été réalisé avec le support inconditionnel de Helsinn healthcare.