

UNIVERSITE DE LA REUNION

UFR SANTE

Année 2021

THÈSE POUR LE DIPLÔME D'ÉTAT DE DOCTEUR EN MÉDECINE

**Vécu d'un projet artistique de photographie
par des patients d'une MSP à La Réunion**

Présentée et soutenue publiquement le 26 octobre 2021

à 18h30 à La Réunion

Par Clémence Chavot née le 16 décembre 1993

à Besançon

JURY

Président :

Monsieur le Professeur Jean Marc FRANCO

Rapporteur :

Monsieur le Docteur Christophe COPPIN

Assesseur :

Madame le Docteur Vanessa PALMA

Directeurs de thèse :

Madame le Docteur Véronique COCHET

Monsieur le Docteur Sébastien LERUSTE

Invitée :

Madame le Professeur Isabel URDAPILLETA

DECLARATION SUR L'HONNEUR

Je soussignée CHAVOT Clémence (n°37008251, DES de médecine générale) :

Ayant été informée qu'en s'appropriant tout ou partie d'une œuvre pour l'intégrer dans mon propre mémoire de spécialité ou dans mon mémoire de thèse de docteur en médecine, je me rendrais coupable d'un délit de contrefaçon au sens de l'article L.335.1 et suivants du code de la propriété intellectuelle et que ce délit était constitutif d'une fraude pouvant donner lieu à des poursuites pénales conformément à la loi du 23 décembre 1901 dite répression des fraudes dans les examens et concours publics,

Ayant été avisée que le président de l'université sera informé de cette tentative de fraude ou de plagiat, afin qu'il saisisse la juridiction disciplinaire compétente,

Ayant été informée qu'en cas de plagiat, la soutenance du mémoire de spécialité et/ou de la thèse de médecine sera automatiquement annulée, dans l'attente de la décision que prendra la juridiction disciplinaire de l'université.

J'atteste sur l'honneur, ne pas avoir reproduit dans mes documents tout ou partie d'œuvres déjà existantes, à l'exception de quelques brèves citations dans le texte, mises en guillemets et référencées dans la bibliographie de mon mémoire.

Date :

Signature du postulant :

Remerciements aux membres du jury

À Monsieur le Professeur Jean-Marc FRANCO

Merci d'avoir accepté de présider ce jury et de juger mon travail. Je vous remercie sincèrement pour votre investissement dans la formation des internes de l'Océan Indien.

À Madame le Docteur Vanessa PALMA

Je te remercie d'avoir accepté tout de suite d'être membre de ce jury et de juger mon travail. Merci de m'avoir accompagnée tout au long de cet internat au cours des GEASP et tutorats.

À Monsieur le Docteur Christophe COPPIN

Je te remercie pour l'intérêt que tu portes à mon travail et pour tes remarques qui ont fait avancer ma réflexion. Ton avis est important pour moi car il est toujours le fruit d'une réflexion profonde et nourrie par ton écoute sincère.

À Madame le Professeur Isabel URDAPILLETA

J'ai eu la chance d'avoir bénéficié de votre enseignement. Il a été très inspirant pour moi. Vous m'avez soutenu tout au long de ce travail et je vous témoigne ici ma reconnaissance et tout mon respect.

À Monsieur le Docteur Sébastien LERUSTE

Vous avez su m'éclairer aux moments décisifs, tout au long de l'élaboration de cette thèse, par vos conseils avisés et je vous en suis reconnaissante. Merci pour votre soutien.

À Madame le Docteur Véronique COCHET

Je suis heureuse que mon parcours d'interne m'ait mené vers toi. Sincèrement, merci. Tu m'as fait confiance depuis le début et tu as pris du temps. J'ai aimé travailler avec toi en tant qu'interne, tout comme j'ai aimé me pencher intensément avec toi sur ce travail, des heures durant... Ton engagement personnel et ton dynamisme me donnent envie d'exercer ce métier avec passion et humanité.

Remerciements personnels

À ma mère, pour ton soutien précieux depuis toujours et pendant l'élaboration de cette thèse,

À mon père, pour ta douceur et ton écoute. Pour m'avoir transmis ton amour pour les arts et la culture,

Je vous remercie et vous témoigne ma plus profonde gratitude.

À mon frère Camille, et mes sœurs Elise et Olympe, je suis heureuse de vous avoir à mes côtés et fière du lien qui nous unit.

À toute ma famille.

À mes ami(e)s,

À celles qui m'accompagnent depuis ma plus tendre enfance, notre amitié est précieuse, préservons là ! QLS.

Merci à ceux qui ont partagé l'aventure réunionnaise, les souvenirs sont nombreux : des premières rencontres de l'internat en passant par la grande famille de Bois de Nèfles, les excursions de galériens, la vie à Terre Sainte... et j'en passe ! À tous ces moments intenses, pleins de vie et de joie... et ceux à venir avec vous.

À Raphaël, à notre amitié qui dure, merci pour ton écoute active durant cette thèse.

Aux médecins libéraux et hospitaliers, aux équipes paramédicales et administratives, et aux patients rencontrés au cours de l'internat et dans mes débuts de remplacement, qui m'ont beaucoup appris et me permettent de remettre en question petit à petit mes croyances concernant le soin.

À Marie, artiste du projet, merci de m'avoir fait découvrir ton univers passionnant et plein d'humanité.

À Véronique Rizzi, pour tes remarques qui m'ont beaucoup aidées et pour ton engagement dans la promotion de l'art en santé.

Merci Claudine, pour ton soutien et ta relecture.

À Franck, mon ange, cette île aura marqué notre rencontre il y a quatre ans, nous la quittons ensemble, des souvenirs pleins la tête. Merci pour ton amour, ta joie et ton soutien, au quotidien. À cette vie qui s'offre à nous.

TABLE DES MATIERES

ABREVIATIONS	8
INTRODUCTION	9
LE PROJET « DE L'ÉLAN AU MOUVEMENT »	10
I. Contexte	10
II. Les participants	11
III. La mise en œuvre de l'action.....	12
A. La durée	12
B. Le lieu	12
C. Le contenu	13
MATERIEL ET METHODE	14
I. Type d'étude.....	14
II. Chercheuse	14
III. Population.....	14
IV. Recueil de données	15
A. Élaboration du guide d'entretien	15
B. Posture de l'enquêtrice	15
C. Entretiens	15
V. Analyse des données	16
VI. Critères de validité.....	17
A. Validité interne	17
B. Validité externe.....	17
VII. Cadre légal.....	17
RESULTATS	18
I. Caractéristiques des entretiens	18
II. Caractéristiques de la population	18
III. Analyse qualitative	19
A. Vivre une nouvelle expérience	19
a. Lâcher prise.....	20
b. Vivre pleinement l'instant.....	21
c. Accéder à son intériorité	21
d. Découvrir ses qualités	22
e. Révéler ses difficultés	23
B. La mise en mouvement.....	24

a.	Sortir de son isolement.....	24
b.	Aller vers un mieux-être	25
c.	S'autonomiser	26
d.	S'ouvrir au monde.....	27
e.	Et après ?.....	28
C.	Communiquer l'expérience	29
a.	Sensibiliser les soignants	29
b.	La résonnance auprès des autres	29
c.	L'ambivalence du désir de préserver un jardin secret	30
DISCUSSION	32
I.	Les résultats.....	32
II.	Comparaison avec la littérature.....	33
A.	Les programmes d'art thérapie	33
B.	L'art sur prescription en soins primaires	34
III.	Forces de l'étude.....	36
IV.	Limites de l'étude	36
V.	Perspectives.....	37
CONCLUSION	39
BIBLIOGRAPHIE	40
ANNEXES	42
I.	Annexe 1 : Flyer du projet.....	43
II.	Annexe 2 : Consignes avant entretien.....	44
III.	Annexe 3 : Guide d'entretien initial	45
IV.	Annexe 4 : Guide d'entretien final	46
V.	Annexe 5 : Entretien avec Nadia	48
SERMENT D'HIPPOCRATE	65

ABREVIATIONS

ALD : Affection de longue durée

ARS : Agence régionale de santé

CNIL : Commission nationale de l'informatique et des libertés

DAC : Direction des affaires culturelles

IPA : Analyse interprétative phénoménologique

MSP : Maison de santé pluriprofessionnelle

OMS : Organisation mondiale de la santé

SENS : Soigner ENSEMBLE

INTRODUCTION

L'art trouve désormais sa place dans des programmes de soins en démontrant son influence positive sur la santé. C'est l'une des principales conclusions d'une revue systématique de la littérature réalisée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) en 2019, qui analyse les résultats tirés de plus de 900 publications du monde entier, sur les arts et la santé (1).

En matière de promotion et de prévention, l'art influence les déterminants sociaux de la santé en réduisant la stigmatisation et en impliquant certaines populations difficiles. Il encourage les attitudes de promotion de la santé en favorisant un mode de vie sain. L'art aide à prévenir la maladie en améliorant le bien-être et la santé mentale, en réduisant les conséquences d'un traumatisme et en réduisant le risque de déclin cognitif, la fragilité et la mortalité précoce. L'art soutient et accompagne les soignants en améliorant leur compréhension de la santé, et en favorisant le bien être des accompagnants (1).

Au Royaume-Uni, « L'art sur prescription » est en œuvre dans les soins primaires et fait l'objet de plusieurs études (2). Il se développe dans les pays Scandinaves (3) et au Canada.

À La Réunion, en 2019, l'équipe de la maison de santé pluriprofessionnelle (MSP) « Soigner ENSEMBLE » (SENS) de Saint Gilles Les Hauts a répondu à un appel à projet proposé par l'agence régionale de santé (ARS) en collaboration avec la direction des affaires culturelles (DAC) de La Réunion concernant l'intervention culturelle et artistique au sein d'une structure de soin.

Le projet de photographie « De l'élan au mouvement » s'est déroulé de juin à août 2020 avec dix patients dont deux enfants, usagers de la maison de santé.

Dans le cadre de ce travail de recherche sur l'intervention artistique en soins primaires, il a été choisi d'explorer le vécu du projet par les patients selon une approche qualitative.

La question de recherche était : Quel est le vécu d'un projet artistique de photographie par les patients d'une MSP à La Réunion ?

LE PROJET « DE L'ÉLAN AU MOUVEMENT »

I. Contexte

En France, la distinction se fait entre, d'un côté l'art thérapie qui se développe en secteur hospitalier comme une discipline paramédicale s'inscrivant dans un protocole thérapeutique et répondant à des indications précises (4) et de l'autre, les actions artistiques ou culturelles mises en place au sein de structures de soins telles que le projet « De l'élan au mouvement ». Ces actions s'adressent aux patients dans leur globalité et ont pour but de leur faire découvrir l'art et ses potentiels effets bénéfiques sur leur santé (5).

À La Réunion, l'offre culturelle et artistique demeure faible comparée à celle de France métropolitaine (6). On compte, par exemple, sur toute l'île, 6 lieux publics d'exposition (musées de France, centres d'art contemporain et fonds régionaux d'art contemporain) contre une moyenne autour de 100 par région en France métropolitaine. Cette offre est inhomogène sur l'ensemble du territoire réunionnais (Figure 1).



Figure 1. Nombre d'équipements culturels de proximité par territoire de vie à La Réunion
« Note : les équipements culturels pris en compte pour cette carte sont les lieux de lecture publique d'une surface > 100 m², les cinémas, les lieux de visite, les lieux de spectacle vivant et les conservatoires » (6)

Rapportées au nombre d'habitants par région, les dépenses culturelles du Ministère de la Culture sont particulièrement basses à La Réunion, en Guadeloupe, à Mayotte et en Pays de

La Loire : moins de 17 € par habitant pour l'année 2016 (entre 17 € et 30 € par habitant dans toutes les autres régions hormis l'Ile-de-France où les dépenses s'élèvent à 202 € par habitant). La Réunion doit par ailleurs faire face à la pauvreté, la précarité et l'exclusion : fort taux de suroccupation des logements (troisième au niveau des régions françaises), un tiers des jeunes de 15 à 24 ans non insérés et le taux de chômage le plus élevé de l'ensemble des régions françaises (36 %) (6).

Saint Gilles Les Hauts, quartier de la commune de Saint Paul, est situé à 315m d'altitude. À dominante rurale, il se trouve éloigné du centre-ville (7) et de ses équipements culturels bien que possédant un lieu d'exposition (le musée Villèle).

Le projet « De l'élan au mouvement » porté par l'artiste photographe Marie Manecy, membre de la MSP SENS a répondu à l'appel de l'ARS et la DAC de La Réunion dans le domaine « Culture et Santé » (8).

Les objectifs du projet tels que décrits par l'équipe de la maison de santé étaient :

- Amener les patients à porter un autre regard sur leur démarche de soin au travers d'une démarche artistique dont ils seront acteurs. Amener en conséquence les soignants à s'interroger sur l'art en santé, à en observer les effets et les sensibiliser à l'atout qu'il peut représenter.
- Contribuer à changer l'image que les patients portent sur eux-mêmes et développer la confiance en soi au travers de la photographie.
- Sensibiliser les patients et les soignants à l'art et en particulier à la photographie et leur donner envie de développer une pratique artistique comme source de mieux-être et de mieux soigner.

II. Les participants

Il s'agissait d'une action « tout public » destinée à la patientèle de la MSP : adultes hommes et femmes, adolescents et enfants à partir de 7 ans. Le projet était limité à 14 participants. Un flyer (Annexe 1) a été affiché dans la salle d'attente de la MSP afin de recruter des patients volontaires. Devant l'absence de candidature spontanée, un recrutement informel a été effectué en consultation, par un des médecins et par l'infirmière d'action de santé libérale en équipe (ASALEE) de la MSP, sans critère prédéfini.

En juin 2020, dix patients, dont un couple et leurs deux enfants se sont engagés dans le projet. Du fait de la complexité de leur problématique, ils bénéficiaient tous d'une prise en

charge spécifique pluriprofessionnelle au sein de la MSP et la majorité était suivie pour une affection de longue durée (ALD).

Un entretien individuel préalable avec l'artiste photographe a eu lieu à leur domicile et a permis de recueillir leurs habitudes culturelles et leurs pratiques artistiques. Une des participantes se rendait régulièrement à des expositions et au théâtre, une autre participante pratiquait le dessin. Le reste des participants n'avait aucune habitude culturelle ni pratique artistique.

Certains enfants des participants ont été intégrés à des séances collectives en plus des deux enfants recrutés initialement dans le projet, ainsi que le conjoint d'une participante, présent également lors d'une séance.

III. La mise en œuvre de l'action

A. La durée

Le contexte de crise sanitaire a impacté et modifié le recrutement et le déroulement de l'action : report à plusieurs reprises, démultiplication des groupes avec augmentation du nombre d'heures de projet pour l'artiste photographe et bilan de fin de projet en visioconférence avec les participants.

Le projet s'est déroulé sur une période de deux mois de juin à août 2020. Le nombre de séances allait de 8 à 10 pour chaque participant, à l'exception d'une participante qui a interrompu le projet après la quatrième.

Une séance durait entre 2h30 et 3h et pouvait se dérouler en binôme ou en groupe de 3 à 8 personnes.

B. Le lieu

La mairie de Saint Paul mettait à disposition la salle polyvalente de l'Eperon et la « Case de Saint Gilles Les Hauts ». Le studio de l'artiste à Saint Leu était également un lieu de l'action. Certaines séances se sont déroulées en extérieur (savane du Cap La Houssaye, plage du cap Homard à Boucan Canot et au domicile d'une des participantes lors d'une séance en binôme).

C. Le contenu

Les participants étaient amenés à réaliser des photographies avec du matériel professionnel, encadrés par l'artiste. Elle initiait les participants à la théorie nécessaire à la pratique, combinant sa propre recherche esthétique et celle des participants.

Le thème du projet était la photographie en mouvement.

La première séance était dédiée à la présentation du projet et à l'instauration d'une relation de groupe à travers une activité de dessin et de partage de photographies. Ces photos avaient été choisies par les participants avant la séance.

D'autres se sont déroulés par la suite :

- séances de portraits en binôme,
- séances de photographies en mouvement avec réflexion artistique, en groupe : effet stroboscopique, effet de flou de mouvement, créations de photos imaginaires en studio (en famille ou en binôme), mouvements en extérieur (drapés...), mouvements dans la nature (oiseaux, vagues...).

Un bilan intermédiaire a eu lieu entre l'ARS et l'équipe de la MSP.

Un bilan de fin de projet avec les participants s'est déroulé en visioconférence, avec un temps de réflexion collectif et de partage d'idées concernant la restitution des photographies en exposition et la réalisation de montages vidéos.

En 2021, des réunions restent à mener avec les financeurs MSP SENS, DAC, Ville de Saint-Paul et ARS concernant la restitution en exposition.

Le projet a produit plus de 9000 photographies, publiées sur une galerie en ligne mise à disposition des participants.

MATERIEL ET METHODE

I. Type d'étude

Il s'agissait d'une étude qualitative exploratoire menée auprès des participants du projet. L'étude s'est basée sur l'analyse interprétative phénoménologique (IPA) d'entretiens semi dirigés, réalisés dans les deux mois suivants la fin du projet.

II. Chercheuse

Cette étude a été réalisée, du recueil de données à l'analyse des entretiens, par une doctorante en médecine générale, ancienne interne en Stage Autonome en Soins Primaires Ambulatoire Supervisé (SASPAS) dans la MSP SENS. Elle est nommée enquêtrice ou chercheuse selon les étapes de l'étude.

Pour pouvoir mener les entretiens semi dirigés, elle a suivi une formation auprès d'une professeure en Psychologie de l'Université de Paris 8.

III. Population

Cette étude concernait les adultes participants au projet « De l'élan au mouvement », nommés « enquêtés » ou « participants » selon les étapes de l'étude.

Le critère d'inclusion était : avoir participé au minimum à quatre séances du projet.

Le critère de non-inclusion était : être âgé de moins de 18 ans.

Le critère d'exclusion était : refuser de participer à l'étude.

Le recrutement par l'enquêtrice s'est effectué par téléphone dans les deux mois suivants la dernière séance du projet.

IV. Recueil de données

A. Élaboration du guide d'entretien

Un guide d'entretien a été élaboré par l'enquêtrice sous la supervision des directeurs de thèse et de la professeure en psychologie.

Composé de questions majoritairement ouvertes, axées sur leurs ressentis et opinions personnelles, il avait pour but d'explorer le vécu des participants à travers leurs récits.

Deux entretiens tests ont été réalisés et enregistrés, puis retravaillés jusqu'à l'élaboration d'un guide final (Annexe 4).

B. Posture de l'enquêtrice

Des consignes standardisées ont été expliquées aux enquêtés rappelant le cadre de l'entretien et la posture de l'enquêtrice dans cette étude (Annexe 2).

Ayant assistée en tant qu'observatrice à trois séances du projet et figurant sur quelques photographies, l'enquêtrice était connue de la plupart des participants. Cependant, elle ne les avait pas pris en charge antérieurement en tant qu'interne de la MSP et ne connaissait pas leur parcours de soin.

C. Entretiens

Huit entretiens ont été enregistrés intégralement sur dictaphone après recueil du consentement écrit, sur la période de mi-septembre à fin octobre 2020, soit un à deux mois après la fin du projet.

La retranscription des *verbatim* a été effectuée intégralement sur Word ©, au mot près, ainsi que certains éléments non verbaux jugés intéressants tels que les rires, les pleurs, les hésitations et les silences. Les noms et prénoms cités ont été remplacés par leurs initiales, hormis le prénom de l'artiste qui a été mentionné.

V. Analyse des données

Les entretiens ont été analysés selon la méthode IPA, en respectant ses trois piliers fondamentaux que sont :

- **L'approche phénoménologique** qui s'intéresse à l'expérience subjective des participants à travers leur récit et leur histoire personnelle en essayant pour la chercheuse, de mettre de côté les hypothèses scientifiques et ses propres attentes.

- **L'approche interprétative** : l'IPA tient compte « *à la fois de l'engagement du participant pour accéder et donner du sens à son expérience personnelle et de l'engagement du chercheur pour analyser la démarche du participant* » (9). La subjectivité est assumée.

« *L'analyse doit questionner l'expérience telle qu'elle est vécue et révéler quelque chose au-delà de la signification qu'en donne le participant* » (10)

- **La démarche idiographique** se base sur l'étude approfondie de cas singuliers pour tendre vers le général et l'universel. La fréquence de survenue d'une donnée notable dans les entretiens n'est pas recherchée. L'IPA peut être utilisée pour simplement montrer l'existence de quelque chose. (10)

Après plusieurs écoutes, retranscription et relectures d'un premier entretien considéré intuitivement comme riche, l'analyse a débuté phrase après phrase par des annotations dans la marge. Ces annotations avaient pour but de repérer les points significatifs du discours, les non-dits, les contradictions, ainsi que le ressenti de la chercheuse, ses questions et ses hypothèses d'interprétation. Ces annotations ont été regroupées en thèmes et sous thèmes. Ce processus a été répété pour chaque entretien.

À partir de l'analyse du troisième entretien, un fil rouge commun au vécu des participants a été retenu comme essentiel par la chercheuse. L'analyse des entretiens suivants s'est effectuée à travers ce nouveau prisme d'interprétation. La circularité de l'analyse, grâce aux allers-retours entre le discours de l'enquêté et l'interprétation du chercheur est recherchée en IPA. La découverte de sens inédits au fil des entretiens enrichie l'analyse des suivants et des précédents. Ceci afin de répondre au mieux à la question de recherche (9).

VI. Critères de validité

A. Validité interne

Une triangulation des données a été réalisée par l'enquêtrice et la directrice de thèse sur plusieurs entretiens afin d'enrichir l'analyse, selon un principe de réflexivité. Le principe de fidélité inter-juges n'a pas été recherché. Ces échanges à deux poursuivaient le travail d'analyse indépendant de la chercheuse et venaient densifier l'analyse d'un cas en nuancant une interprétation, en éclairant une zone d'incompréhension ou en découvrant de nouvelles pistes d'interprétation.

B. Validité externe

Le recrutement de l'échantillon et les entretiens étaient antérieurs au travail d'analyse. La saturation des données n'a pas été recherchée dans cette étude, car inappropriée en IPA.

VII. Cadre légal

L'anonymisation des données enregistrées et retranscrites a été assurée par l'enquêtrice avant le recueil de l'accord signé du participant.

Une déclaration simplifiée de conformité à la méthodologie MR004, a été acceptée par la Commission nationale de l'informatique et des libertés (CNIL) sous le numéro de récépissé : 2222582v0.

RESULTATS

I. Caractéristiques des entretiens

Ils ont tous été réalisés au domicile des enquêtés, dans le but d'obtenir des réponses plus approfondies dans un cadre personnel et confortable pour eux. Il n'y a eu aucun refus.

Huit entretiens ont donc été réalisés avec les huit participants adultes du projet. La durée moyenne d'un entretien était de 47 minutes, avec un minimum de 22 minutes et un maximum de 1 heure et 22 minutes. Le tutoiement a été utilisé spontanément par tous les enquêtés hormis une seule.

Afin d'assurer l'anonymat au cours de l'analyse, les prénoms des participants ont été remplacés par des pseudonymes.

II. Caractéristiques de la population

Cette étude concernait 7 femmes et 1 homme d'une moyenne d'âge de 37 ans. Leurs caractéristiques sont décrites dans le tableau suivant :

Pseudonyme	Sexe	Age (ans)	Profession	Nombre de séances suivies	Habitudes culturelles et artistiques	Durée de l'entretien (minutes)	Tu /vous
Laetitia	F	30	Sans emploi	9	Aucune	22	Tu
Mickaël	M	45	Sans emploi	9	Aucune	24	Tu
Laurence	F	39	Infirmière en arrêt de travail	10	Aucune	82	Tu
Nadia	F	28	Sans emploi	9	Aucune	52	Tu
Maëva	F	37	Cuisinière en congés longue maladie	8	Aucune	57	Tu
Pauline	F	18	Lycéenne en cours par correspondance	8	Dessin/ Peinture	29	Tu
Sabine	F	52	Sans emploi	9	Aucune	81	Tu
Catherine	F	48	Enseignante en arrêt de travail	4	Expositions /Spectacle de théâtre	29	Vous

F : Féminin ; M : Masculin

Tableau 1 : Caractéristiques de la population étudiée

III. Analyse qualitative

L'analyse qualitative a permis de faire émerger trois thèmes principaux et treize sous thèmes :

- Vivre une nouvelle expérience
 - Lâcher prise
 - Vivre pleinement l'instant
 - Accéder à son intériorité
 - Découvrir ses qualités
 - Révéler ses difficultés

- La mise en mouvement
 - Sortir de l'isolement
 - Aller vers un mieux-être
 - S'autonomiser
 - S'ouvrir au monde
 - Et après ?

- Communiquer l'expérience
 - Sensibiliser les soignants
 - La résonance auprès des autres
 - L'ambivalence du désir de préserver le jardin secret

A. Vivre une nouvelle expérience

Participer en groupe à ce projet artistique, en vivant l'expérience personnelle de la créativité, a permis aux participants d'accéder à des phénomènes singuliers :

a. Lâcher prise

Vivre cette expérience nécessitait d'accepter d'être confronté à la nouveauté, de sortir de sa zone de confort, de renoncer à contrôler ce qui ne pouvait pas l'être et de se sentir en confiance pour s'exprimer et s'émouvoir librement.

Face à l'inconnu, la peur était exprimée en début de projet : « *au début je me dis ouahou mais qu'est-ce que je vais faire ici, ça va être dur...* » (Maëva). Cette peur pouvait révéler une mauvaise estime de soi : « *Là j'étais mal en fait hein, c'était ma première séance, je savais pas où j'allais, je savais pas ce que j'allais faire. Ben je me demandais ... c'est pas pour moi, qu'est que je fais là, qu'est-ce que je vais bien pouvoir faire, c'est ridicule, tu sais pas bouger* » (Sabine).

Grâce à la mise en confiance de l'artiste encadrante et à ses qualités humaines reconnues : « *C'est quelqu'un de très bienveillante* » (Nadia), « *Marie lé tellement gentille* » (Mickaël), les membres du groupe se sont sentis portés et ont pu s'exprimer librement dans une relation de partage : « *Marie a tout mis en place pour qu'on se sente bien, qu'on soit à l'aise... elle a pris soin de nous* » (Sabine), « *Elle a une approche, un accueil qui est simple, qui est vrai, qui est porteur et voilà elle a envie d'échanger, de partager et après suit celui qui veut suivre mais voilà on a cette sensation de liberté, de choix, y a rien qui est imposé, elle propose et tu suis ou tu suis pas voilà c'est ça que je trouve génial* » (Laurence).

Le regard des autres s'oubliait peu à peu « *Après tu te prends au jeu, tu te dis ben tu y es, t'as déjà fait ta ridicule, donc un peu plus, un peu moins, y a pas de soucis (rires)* » (Sabine) et la dynamique positive au sein du groupe se faisait ressentir : « *Tout le monde la parti, improvise, y avait des fous rires, c'était...bref... incroyable. Toutes les séances c'était comme ça, t'avais un moment donné, un moment sérieux, après pfiou... kasaz lè kwi ! (rires)* » (Laetitia). « *Au début quand on a pris la photo j'étais un peu crispée mais ce qu'il s'est passé c'est que Marie et heu... Je sais plus comment elle s'appelle l'autre participante, en fait elles m'ont mis dans une ambiance où je me suis lâchée et franchement heu... faire cette photo ça a été un bon moment* » (Maëva).

b. Vivre pleinement l'instant

Lors des séances, l'intensité et la qualité des instants de créativité étaient rapportées : « *C'est à dire on rentre dans sa p'tite bulle on se concentre sur ce qu'on a à faire, on veut donner le mieux possible et se concentrer sur le moment précis [...]. Après la séance on est vidé hein parce qu'on a tout donné, même si on fait pas un marathon !* » (Sabine). L'implication sensorielle était décrite : « *Oui c'est vraiment le côté ressentir. C'est pas juste regarder l'image et dire ah oui ça c'est beau ! C'est vraiment on ressent, on s'approprie l'image et on se met dans cette atmosphère là et du coup on ressent les choses.* » (Nadia)

Pour une des participantes une véritable alchimie se produisait dans le studio de l'artiste : « *J'ai l'impression d'être c'est bizarre dans un état, comme quand tu dors t'es en train de faire un rêve, bon là j'étais réveillée mais [...] on ferme la porte, on tamise les lumières, y a une espèce de protocole et du coup ça me fait penser aux séances d'hypnose que je fais aussi et donc à chaque fois ça me mettait dans un autre état et je laissais plus ressortir des choses* » (Laurence).

Vivre pleinement ces instants faisait contraste avec l'automatisme conditionné, la lourdeur et la monotonie du quotidien évoqués : « *Dans les séances on oubliait tout ! Les soucis, les tracas tout ça, on était joyeux et puis deux trois jours après on reprenait la routine, la vie active, la routine et le train-train quotidien* » (Laetitia), « *La charge mentale qu'on a, on oublie, ... les soucis on oublie... voilà ! Le moment... enfin l'instant de l'atelier me préoccupe entièrement, donc les enfants, la maison, je suis en retard, je dois faire ceci, j'ai pas fait ça, il me reste... j'oublie ! J'ai l'esprit préoccupé et voilà... je pense plus à rien que ce que je suis en train de faire et ça... ça soulage !* » (Sabine).

c. Accéder à son intériorité

Créer était l'opportunité d'ouvrir un accès à soi-même : « *on donne tout... de soi... une partie de soi cachée j'en sais trop rien ou endormie, tout ce que tu veux mais tu vas aller chercher ces sentiments, ces émotions là et ça te vide [...]. Tu puises dans ton intérieur, dans ton for intérieur* » (Sabine).

Le visionnage d'une photo permettait d'accéder à des émotions ignorées jusqu'alors : « Y avait beaucoup de photos, fallait en choisir une qui nous parlait et qui je sais pas, représentait quelque chose pour nous et y avait une main comme ça avec une bougie à l'intérieur, c'était la lumière dans le noir, ben j'ai pris cette photo là et puis ben quand on a discuté, j'ai pleuré [...]. On dirait que y avait quelque chose qui n'était pas sortie, qui était restée à l'intérieur de moi, et après à partir de cette photo tout est sorti c'est comme si que ça a explosé, l'émotion tout ça [...]c'était un moment fort fort fort que j'ai vécu avec la photographe, avec Marie, et donc... d'un côté ça m'a soulagé » (Mickaël).

Un accès à l'imaginaire dévoilait un jardin intérieur au fil des séances :« Ça me fait partir dans un... pas dans un délire mais ça me laisse place à une rêverie et ça me fait du bien en fait [...]. Voilà moi j'étais déconnectée et puis je rentrais et à chaque fois, j'avais l'impression que mon côté créatif ressurgissait, ça a éveillé quelque chose en moi qui m'a fait du bien » (Laurence).

À travers l'appareil photo, un recentrage s'opérait, sur les éléments du monde extérieur et sur la sensibilité propre à chacun. Ceci aboutissait à une meilleure connaissance de soi : « Avant je m'écoutais pas, j'écoutais pas mon corps, j'écoutais pas mes sentiments, j'écoutais pas mon esprit et en fait, avec l'appareil photo, on est obligé de se concentrer, de se sensibiliser du coup on apprend sur nous aussi du coup ça nous permet de faire beaucoup plus de choix » (Nadia).

d. Découvrir ses qualités

En vivant cette expérience artistique, les membres du groupe découvraient leurs qualités et leurs forces, insoupçonnées ; en témoignent l'étonnement et la fierté ressentis : « J'ai pris des photos de vagues qui venaient s'écraser sur les rochers, je les ai pris mais vraiment en gros plan et les détails, je pensais que ça allait rendre flou mais franchement les détails sont ... ouah c'est impressionnant ! J'ai dit ouahou quand même je suis capable de faire ça ! [...] Ben là je suis arrivée à maîtriser donc grande satisfaction ouai ! » (Maëva). « Bin nou lé étoné minm, de vwar, bin nou la, on s'est un peu redécouvert alors, des trucs qu'on savait pas nous même qu'on pouvait faire, on a dit ah ben on est capable de faire alors ! » (Mickaël), « Ça m'a permis de m'ouvrir un peu aux autres et à aussi prendre conscience que je suis capable de beaucoup de choses. » (Nadia). L'estime de soi en était renforcée.

e. Révéler ses difficultés

Vivre cette expérience était aussi se confronter à l'échec, et pouvait révéler des difficultés personnelles.

La difficulté de se libérer du mental se faisait ressentir allant parfois jusqu'à bloquer l'accès à la créativité : « *Je passais trop de temps à réfléchir sur ce que je voulais faire et du coup j'avais plus d'idées après, je voyais pas du tout* » (Pauline), « *Qu'est-ce que je fais là quoi ? Je suis pas en primaire, on me donne pas un papier pour que je dessine avec quelqu'un que je connais pas quoi, j'ai trouvé ça hyper infantilisant, même si j'ai bien compris que la démarche c'était de ressentir les pinceaux, ressentir la texture des feutres... heu... non... non, non, non ! [...]* Moi je vois pas, on m'a pas défini le cadre donc je comprends pas quels sont les objectifs donc je vois pas ce que je dois faire » (Catherine).

La critique négative était omniprésente dans le discours de cette participante qui choisissait de s'isoler du reste du groupe : « *Y en a qui l'accaparaient beaucoup [l'artiste], qui étaient très... plus leaders, qui s'imposaient, moi je suis pas... je vais pas m'imposer donc je reste en retrait mais ouai d'un point de vue sociologique, ethnographique c'était intéressant de regarder le groupe de voir... mais à aucun moment j'ai senti cette notion de groupe quoi !* » (Catherine) D'où un vécu négatif du projet et une interrogation sur les limites de son fonctionnement « *comme à chaque fois moi j'ai des exigences peut être trop élevée et du coup quand ça correspond pas du tout ... j'ai trouvée ça mais épouvantable [...]* Encore une fois moi j'ai un problème c'est-à-dire que je suis... enfin non... non je vais me taire... » (Catherine).

Une des séances en pleine nature, leur donnant carte blanche pour photographier librement, avait pu être source d'anxiété : « *Je m'y attendais pas [...]* j'étais un peu perdue, là on n'était pas forcément à faire une photo de quelqu'un, mais voilà ce qu'on observe, elle nous a plus donné d'objectif ou de guide, moi ça m'a un peu déstabilisée [...] parce que je contrôlais plus le truc » (Laurence). Cette liberté donnée avait coupé l'inspiration et provoqué un retour à un certain mal être, à la rumination et à l'errance pour une participante : « *On m'a pris en photo dans la savane mais moi j'étais... non j'étais vraiment... comme on savait pas où on devait aller on avait décidé enfin je crois que y avait une patiente qui voulait donc j'ai suivi mais non ... j'étais pas là du tout de la séance. Je me suis ennuyée. [...]* J'aime pas ces genres d'endroit où y a pas de vie, j'ai l'impression que je suis dans un désert aride où le soleil il est fort où ... qu'est-ce que je fais là, y a rien qui m'intéresse, y a rien à voir donc ouai nan j'ai pas aimé » (Sabine). Ceci pouvait révéler le besoin de maîtrise de la situation dans un cadre

rassurant et la difficulté à s'autonomiser. Cette difficulté pour certains adultes contrastait avec l'aisance et la spontanéité des enfants : *« parce qu'ils [les enfants] partaient comme ça avec l'appareil et ils tiraient les photos de tout ce qu'ils voyaient » (Pauline).*

La confrontation à l'image de soi au cours de ce projet de photographie était une étape inévitable et inconfortable pour tous les membres du groupe : *« C'est compliqué parce que j'aime pas me prendre en photo, je suis pas photogénique en plus... j'avais pas confiance en moi et du fait de se mettre face à l'appareil photo [...] on se dit que si nous on s'aime pas, pourquoi les autres vont nous aimer » (Nadia).*

L'idéal de perfection était pointé et peu à peu mis de côté au profit de l'acceptation de soi : *« Je n'aime pas du tout me prendre en photo et je ne m'aime pas en photo et... je trouve toujours des trucs qui vont pas... j'aime la perfection mais je suis pas parfaite et... il fallait que je dépasse ça... » (Sabine).* *« Et au final avec le groupe, avec l'influence positive qu'il y a eu, on s'est facilement pris au jeu, du coup on a arrêté de se prendre la tête en fait, on a tourné ça en jeu et finalement ça a donné des supers photos » (Nadia).* *« Maintenant j'ai plus cette phobie on va dire de l'appareil photo, ça m'a libéré ou dégagé des... trucs que je voulais pas faire, [...] je me suis accepté comme... voilà, j'étais pas plus moche qu'un autre (rires) » (Mickaël).* À la vision d'elle-même en photo, une des participantes prenait conscience de sa vulnérabilité : *« Le fait de me voir en photo [...] ça m'a procuré une grosse émotion, j'ai pleuré [...] y avait une partie qui était déçue en fait, déçue de me voir comme ça, déçue de voir que je ne suis plus la femme que j'étais avant, c'est-à-dire une femme forte, une femme qui avait du courage » (Maëva).*

B. La mise en mouvement

L'impact personnel de cette expérience s'est traduit par une mise en mouvement des participants :

a. Sortir de son isolement

Cette expérience vécue en groupe leur a permis de s'ouvrir à l'altérité, d'exister en société parmi les autres, avec leur originalité et de pouvoir composer ensemble. *« C'était intéressant ...ben...de rencontrer d'autres personnes... On a tous, on vient tous d'horizons différents, on a tous nos trucs et tout et... d'être là... comment dire... d'être rassemblés pour monter un projet... et d'être intéressés à un projet qu'on touche pas, qu'on n'a pas l'habitude,*

moi franchement ...comment te dire... y a eu des échanges riches en fait » (Laurence). « De nature on a besoin de contacts, d'interactions donc... il me manquait ça et je l'ai eu ! C'était pas grand-chose mais je l'ai eu et c'était de très bonne qualité ! » (Nadia).

Sortir de l'isolement faisait perdre ainsi le caractère absolu de leur souffrance quotidienne et laissait place à un désir de changement : *« Relativiser un p'tit peu sur les choses, vu que chacun avait son histoire, ses problèmes. Du coup se dire qu'on n'est pas tout seul dans la galère c'est bien ! » (Pauline). « Quand on est toute seule on va dire, on voit pas forcément d'autres patients, on connaît pas leur histoire, j'ai l'impression en fait que pour moi mon problème il était énorme [...]. Par contre j'ai fait vraiment une très belle rencontre avec B [...]. Cette femme elle a beaucoup plus de problèmes que ça mais pour autant quand on la voit elle est belle, elle sourit, c'est pour ça que je me suis dit ben nan... faut plus que... les photos que j'ai vu là, où je ne m'aime pas, faut que ça change ! » (Maëva).*

« Quand t'es toute seule, t'as la science infuse hein... excuse-moi mais (rires) ben oui mais t'as pas d'échange, c'est pour ça que je te dis quand t'as pas de lien social tu t'appauvris mais dans tous les sens, voilà dans tous les domaines tu t'appauvris. Et voilà j'ai assez donné dans ce domaine et mes enfants sont grands, je pense qu'il est plus que temps » (Sabine).

b. Aller vers un mieux-être

Au décours du projet, les participants ressentaient un mieux-être et aspiraient à le faire perdurer : *« C'était enrichissant aussi et quelque part... oui même si on veut pas trop se l'avouer parce qu'on est encore un peu timide là-dessus aussi, je pense que oui, y a quand même un travail qui s'est fait, mais d'ouverture si tu veux... C'est la goutte d'eau qui commence à remplir le vase [...] avec douceur, pas des choses amères » (Sabine).*

À travers l'apaisement : *« Après la séance [...] j'étais bien et la nuit ben j'ai super bien dormi. Ça faisait depuis des mois que je dormais plus que je me réveillais en pleurs, je pleurais en fait j'étais dans mes angoisses, dans mes tracas et pour la première nuit depuis des mois et des mois et des mois et ben j'ai été réveillée non plus par une douleur mais par le mouvement d'un sourire, ça m'a... ça m'a... c'était trop bizarre [...]. Je sais pas ce qui s'est passé c'était le mouvement d'un sourire et du coup ben après j'ai gardé le sourire [...] je suis restée dans cette dynamique [...]. Au fur et à mesure ça m'a appris à m'ancrer dans le présent avec des gens, voilà ce projet il m'a appris ça : je suis là je suis sur un projet, on fait un truc ensemble et je suis plus dans le présent qu'en train de ruminer, de ressasser des trucs dans ma tête machin... et ben ça m'aide en fait à ça » (Laurence).*

À travers l'affirmation de soi : « *Maintenant j'ai un peu plus confiance en moi aussi, grâce aux séances pour exprimer mes idées... à comment dire ça, ça m'a permis de m'exprimer un peu plus facilement sur ce que je pensais, des fois y a encore du mal mais ça commence à se débloquent aussi, du coup ça c'est bien* » (Pauline), en surmontant la peur d'être jugée : « *une personne peut rentrer dans la sphère et dire oui mais cette photo-là elle est pas si terrible, j'aime pas et du coup voilà on va dire que malgré qu'elle dise ça maintenant on est protégé et si elle n'aime pas c'est son choix du moment que moi j'aime* » (Nadia).

Se libérer : « *Oui ben en fin de compte c'est toujours s'occuper des autres, toutan i falé ke nou okip dé zot, mon papa, ses parents, les enfants y a les amis, des p'tits coups de main, est ce que tu peux me faire ci, la voisine [...]. Donc nou la mèt nout vi ant parentèz [...]. Mi pans ke sa la bokou èd a nou pou fé inn bon lâché prise par la suite. La byin déblok anou de ce côté-là, nou la byin lâché prise avec les soucis, le stress, le tracas, nou la lès de côté. Maintenant c'est que nous cinq et rien d'autre quoi... Comme dirait la reine des neiges « libérée, délivrée » (rires) [...]. L'esklavaz lé fini, mé nou la kas nout sèn i a pa lontan la ! (rires) » (Laetitia).*

c. S'autonomiser

Un désir d'autonomisation vis-à-vis du corps médical était évoqué révélant le caractère personnel et intérieur de l'aspiration et la recherche active de solution pour soi-même, par opposition à la passivité décrite antérieurement au projet : « *Je voyais les professionnels de santé donc ça faisait partie entre guillemets du package. Donc ils me donnaient des solutions, ils me donnaient des pistes, mais à côté je faisais genre quinze jours et après je baissais les bras. Et là depuis que j'ai eu les séances avec Marie où je me suis dit non je peux plus, là par exemple j'ai pris l'initiative d'appeler un ami à moi et on a discuté, qui me connaît très bien il m'a dit non c'est vrai je suis pas capable de le faire toute seule donc il est là il va m'aider. Il m'a dit ouai il est super content parce que de me voir prendre entre guillemets les initiatives ne serait-ce que juste de l'avoir appelé, de lui avoir expliqué ce que je voulais, ce qu'il fallait... Donc il m'a mis en place entre guillemets un programme déjà alimentaire pour que, pas trop lourd non plus mais pour que ... en fait je mette le pied à l'étrier, pour qu'il y ait du changement [...]. En fait c'est comme si je me donnais entre guillemets un coup de pied à moi-même (rires), un coup de pied au cul en me disant, nan faut le faire ! Faut le faire, faut le faire ! Faut arrêter de m'apitoyer sur moi-même en me disant ouai j'ai mal ouai j'ai mal ! Ouai je suis grosse ! Je suis grosse mais je fais rien à côté pour arrêter ça, j'ai mal certes je prends mes doses de*

morphine mais à côté de ça, voilà quoi ! Je n' veux plus me voir comme je me suis vue sur la photo ! » (Maëva).

Le projet s'est avéré être un véritable catalyseur d'un changement de situation personnelle et professionnelle pour une des participantes, témoignant de sa propre réalisation et d'un sens profond retrouvé dans son existence : « *Bon j'ai eu deux phases de vie hein j'ai un avant et un après. Avant c'est Villèle, après c'est ici [...]. Et ici, ben c'est tout récent que je suis ici, mais la preuve je t'ai dit de venir carrément chez moi et je suis très intimiste hein je fais pas rentrer n'importe qui donc voilà je trouve que c'est une part importante de ma vie, c'est une part qui m'a permis de faire des choix dans la vie [...]. Avant ça j'étais pas à ma place, cet... cet atelier-là m'a permis de comprendre que j'étais pas à ma place. Et qu'il faut que je reprenne ma place et je pense que c'est un peu grâce à cet atelier là que je suis actuellement là aujourd'hui où je suis [...]. Je suis sortie d'un environnement toxique qui était en train de détruire mon couple et ma famille. Y a des enfants en jeu, mes enfants en jeu et ils étaient un peu impactés par rapport à ce cadre-là [...]. Donc là ça va là je suis une petite bombe de lumière là je tourne à droite à gauche et tout voilà toujours le sourire donc je pense que l'atelier c'était quand même un tremplin, ou une passerelle pour prendre conscience que parfois on s'oublie, mais y a toujours quelqu'un qui vous tend la main, directement ou indirectement par le biais d'un atelier, qui fait que ça a eu un impact sur ma vie personnelle et professionnelle » (Nadia).*

d. S'ouvrir au monde

Revoir le monde à travers sa beauté se poursuivait après le projet : « *Quand je vais faire ma marche et ben j'aime bien, j'apprécie juste de regarder ben les couleurs, c'est bête hein, ou alors les petites fleurs, le vent qui passe. C'est des trucs tout bêtes, que je ne faisais plus ou que je ne regardais même plus. C'est beau mais je revoyais plus la beauté des choses en fait tu vois, j'étais tellement dans mon truc en fait tu vois, et je suis sensible aux lumières tu vois aux moments de la journée, quand je regarde, c'est comme si que je prends des photos mais j'ai pas l'appareil photo ! » (Laurence). « *Maintenant quand je regarde la nature, quand je vois un arbre en train de plier sous le vent je trouve ça admiratif, je trouve ça beau ! Avant je voyais un arbre qui plie sous le vent, c'est quoi, c'est le vent, c'est tout, j'irai pas plus loin. Là on va dire que je pars plus loin. » (Nadia)**

La sensibilisation à l'art et l'ouverture à d'autres domaines s'opéraient : « À des expos je suis allée oui après c'était plus dans le cadre on va dire entre guillemets scolaire parce que quand les enfants allaient au musée ils cherchaient des accompagnants donc j'y allais et je trouvais ça beau mais c'est vrai que je suis en train de penser qu'on voit pas le travail qu'il y a derrière en fait et là d'avoir entre guillemets pris la place de entre guillemets l'artiste, non seulement j'ai vu le travail qu'il y avait derrière et surtout l'émotion » (Maëva). « J'avais apprécié redécouvrir le dessin et puis cet échange justement à deux quand on a fait les feutres aquarellables que j'ai trop adoré, et d'ailleurs je suis allée après au festival embarquement immédiat, je me suis achetée une palette d'aquarelle ça m'a redonnée envie de découvrir l'aquarelle [...]. Donc voilà quand j'ai envie de faire de l'aquarelle ben j'ai mon p'tit truc » (Laurence). « Avant franchement tout ce qui est théâtre pour moi, c'était une perte de temps parce que j'étais pas sensibilisée justement à apporter, à regarder les détails et du coup maintenant j'aimerais bien partir au théâtre et je pense que partir au théâtre et justement voir les personnes interagir et tout maintenant que je suis plus sensible ça va m'évoquer un peu plus de sentiments, un peu plus d'émotions surtout, et du coup je serai plus intéressée » (Nadia).

e. Et après ?

Plusieurs participants regrettaient la fin du projet : « Ça passe trop vite ... ça c'est le point négatif » (Laetitia). « Ça fait un manque, on aimerait bien que ça se prolonge un peu plus aussi [...]. Kansa nou fé une autre séance ? Kansa nou recommence ? (rires)... ça a passé trop vite » (Mickaël). « J'ai trouvé ça formidable en fait, et... et du coup... trop court ! Oui vraiment trop court, vraiment dommage aussi à cause de la crise sanitaire là, en fait parce qu'on n'a pas pu aussi faire ce qu'on voulait je pense qu'on a été un peu empêché et oui je trouvais trop court... » (Sabine).

La peur de faire retomber l'élan généré par le projet était ressentie par une participante : « Ce p'tit bout là c'était voilà c'était ouai une petite oasis on va dire et quand on est livré à soi-même comme ça on n'a pas la force, on n'a pas la motivation, on n'a pas la niaque aussi d'ailleurs, d'aller chercher... j'ai peur de me re-complaire encore ... avant, avant le projet, comme avant le projet » (Sabine), pointant ainsi la difficulté à s'autonomiser et la dépendance à une structure initiatrice : « Si le Dr C. m'avait pas on va dire un peu poussé en fait, aller voir, être curieuse, aller découvrir, je l'aurais pas fait de moi-même j'aurais pas cherché, essayer ou trouver quelque chose qui me plaît [...]. Après je sais pas peut être que je

vais rebondir, peut être que j'aurai d'autres idées j'en sais rien, mais j'aurai l'impression que oui cette petite pilule miracle, ben je l'ai plus... c'est fini » (Sabine).

C. Communiquer l'expérience

Un nouveau rapport s'installait entre les participants qui s'étaient mis en mouvement et les membres de leur entourage. S'être mis en mouvement en vivant l'expérience provoquait un désir de mobiliser les autres.

a. Sensibiliser les soignants

Le désir de sensibiliser les soignants à cette autre approche du soin représentait un enjeu pour certains. Une, évoquait le projet comme une alternative thérapeutique : *« Et tu te rends compte que moi avec cette dépression là j'ai pas eu besoin de prendre de médicaments ! Je prends déjà des traitements pour la thyroïde et le diabète tous ces machins chronique là, mais j'ai pas eu besoin d'antidépresseurs, j'ai pas eu besoin d'anxiolytiques parce que ben je me suis sentie écoutée, accompagnée, c'était une autre approche et c'était super intéressant » (Laurence).* Une autre, souhaitait donner, par le témoignage de son expérience, l'occasion aux soignants d'élargir leur conscience de ce que représente le soin dans toutes ses dimensions : *« Pour moi forcément heu... pour toi aussi en fait, d'ailleurs surtout pour toi en fait, le fait que tu sois là en tant que futur médecin c'est t'ouvrir les yeux sur la peine humaine en fait, sur la misère humaine, sur le psychique, sur pleins de choses que... que... que des fois c'est un p'tit rien du tout puisse te faire évader ou t'aider à comprendre la ... comment te dire... aah... le mal être humain en fait... dans tes futures, dans ta... dans ta... dans ta future patientèle en fait... et s'y orienter comme le Dr C. le fait et s'y intéresser heu... voilà... c'est... je trouve ça bien, parce que pas tout le monde y adhère en fait [...]. Et que si demain tu y es sensible à ce genre de trucs, c'est tout bénéf' pour tout le monde en fait ! » (Sabine).*

b. La résonance auprès des autres

Le retour à un bien-être familial était en œuvre chez une participante en intégrant sa famille au projet et à travers son changement personnel : *« Ça a été important pour moi, je m'étais pas rendu compte en fait mais au fur et à mesure des séances de les intégrer, qu'on vive*

quelque chose ensemble, ça m'a permis de retrouver de la complicité avec mon mari, avec ma fille, avec K [son fils] [...] parce que ça faisait longtemps que j'arrivais pas en fait. On partageait pas des moments hein en fait, comment dire... je suis là mais je suis pas là en fait, tu vois ? En tout cas là avec S. [son conjoint] quand on discute, y a un vrai échange tu vois, des fois on est là, moi j'suis là et j'suis prise par il faut faire ci il faut faire ça et en fait et ben je l'écoute plus et du coup avec tout ce qu'il s'est passé là, même là au jour d'aujourd'hui, ça m'a permis d'avoir... de refaire des projets, des sorties, des randonnées, de repasser des moments ensembles... » (Laurence)

Il s'agissait pour une autre membre du groupe de transmettre à ses enfants tout ce qu'elle avait reçu et intégrée pendant l'atelier : *« Je commence à arrêter un peu tout ce qui est télé et tout ! Tout ce qui est numérique, qui est facile d'accès et me recentrer. Le côté humain, le côté artistique, les peintures... je suis pas trop peinture, mais tout ce qui dit théâtre, comédie et tout. J'aimerais bien que mes filles participent à ce genre de... d'art en fait pour les sensibiliser et leur apprendre autre chose que la télé »*. Elle avait pour projet d'élargir son rayonnement et sa contribution également auprès des autres : *« J'en parle et je dis que du bien sur la photographie sociale et j'encourage les gens à participer à ce genre d'ateliers parce qu'ils vont se découvrir des choses qu'ils n'ont même pas découvert avant et je les encourage ! Vu que je suis en projet, de créer des structures sociales pour que plus de personnes participent à ça »* (Nadia).

c. L'ambivalence du désir de préserver un jardin secret

Le désir de préserver leur jardin secret des autres membres de leur entourage était cependant présent pour la majorité : *« On était chez mes parents et cette photo, c'était la photo ou y avait mes enfants qui étaient là aussi à cette séance et ils ont dit oui, maman a fait une photo et tout il faut la voir ! Donc bon je l'ai montrée à ma sœur en deux secondes (rires) et pas plus parce que les enfants voulaient mais sinon... le côté où j'étais pas trop bien j'en ai pas parlé [...] en parler à ma famille heu... non »* (Maëva).

Partager l'expérience avec les autres signifiait dévoiler ses fragilités à des personnes considérées comme non réceptives : *« En fait ce que je vis avec Marie et dans le groupe en photo et ben je le partage pas avec ma mère, avec ma sœur, avec mes cousins, mes cousines, les amis... Non c'est ... comment dire... parce qu'ils sont pas dans le même truc en fait... C'est un truc que je vis... [...] parce que du coup c'est partager mon intimité. Les gens savent pas que j'ai été en dépression quoi tu vois, je le... je le cache même encore aujourd'hui je l'ai pas... de toute ma belle famille y a personne qui le sait en fait, y a que S qui lui tous les jours... voilà,*

ma mère ma sœur... je le cache tellement bien que personne le voit en fait... Après c'est que du positif tout ce que je vis mais le fait de le dire... [...] Voilà en fait ça a été mon médicament et moi je le sais, les gens autour et ben ils ont pas forcément besoin de savoir, si on me pose la question ah ben tiens qu'est ce t'as fait, on te trouve ben tu sais, et si je me sens en confiance avec la personne et que je... peut être que... et ben j'en parlerais mais je me dis que les gens ils sont pas forcément... comment dire... pas ouverts ... pas forcément... pas à l'écoute je sais pas comment dire... ou prêts à entendre tout ça... c'est un peu bizarre tu vois, elle va dans des mondes imaginaires enfin ça tu vois c'est mon truc à moi.. [...] pas qu'on me prenne pour une folle quoi j'en sais rien ! » (Laurence).

Une certaine souffrance familiale avait pu être mise en évidence chez une participante, à travers la vision de ses enfants qui semblaient ne l'avoir jamais vu autrement qu'à travers son image de mère : « *J'avais tendance à le garder. C'est à moi ! Mais par contre... Ah heu une réflexion ! De mes enfants, mes deux enfants, y en a deux sur quatre qui me disaient, puisque j'ai montré un p'tit peu sur le site là les photos que ...qu'on ... que Marie a posté et mes enfants me regardent et me disent « ben Maman ben qu'est-ce que tu fais ? Ben c'est pas toi ça, on te reconnaît pas, non c'est pas toi ! ». Parce qu'ils ne m'ont jamais vu comme ça en fait, pour eux c'est pas moi, et ils me voient pas comme ça [...]. C'est-à-dire qu'en fait y a une partie de moi cachée je pense, ou non révélée et... (pleurs) [...] Et donc du coup j'ai l'impression, enfin l'impression... du coup tu te dis que... en fait tu heu... comment dire... en fait tu t'es perdue quoi. Oui, c'est ça. Si tes enfants n'arrivent pas à te voir comme ça c'est qu'il y a pleins de choses qui ont été cachées, qui se sont entassées dessus et tu te laisses étouffer [...]. Et donc à entasser des couches qui te pèsent en fait... et ben ils m'ont jamais vu comme ça » (Sabine). Ceci soulevait chez elle la question du sens profond donné à sa vie.*

DISCUSSION

I. Les résultats

L'objectif de cette étude était d'explorer le vécu du projet par les patients de la MSP. Comme le montrent les résultats, ce vécu s'est avéré riche et chargé de sens pour les participants, en témoignent leur implication pendant les séances et l'impact personnel au décours. Tous sont allés jusqu'au bout des huit séances hormis une participante qui s'est arrêtée après la quatrième. Cinq d'entre eux ont accédé à une ou deux séances supplémentaires.

Ce projet leur a donné l'opportunité de vivre une expérience initiatique à travers l'art. Ils se sont pris au jeu, ensemble et dans la joie, en laissant de côté leur peur initiale et allant ainsi, de surprise en surprise. L'artiste qui les encadrait portait en elle des valeurs d'humanité et par son intervention au sein de la MSP, elle était engagée dans une démarche de soin.

L'intérêt pour les participants était moins porté sur l'objet de la création que sur les émotions ou sensations qui émanaient de cette expérience. L'accent était mis sur le « vivre » plus que sur le « faire ». Cette initiation à l'art a donc été le moyen pour les participants de se sentir vivant, de se détacher du quotidien, d'accéder à leur intériorité, de découvrir leurs forces et ainsi, de trouver un sens plus juste à leur existence.

La participante qui a interrompu prématurément le projet ne s'est pas intégrée au groupe et n'a donc pas participé pleinement à l'action. Son discours basé sur un jugement négatif d'elle-même, des autres et du contenu du projet semblait révéler une difficulté à se libérer du mental.

À l'issue du projet, la diversité de l'impact personnel allait de l'apaisement à l'ouverture aux autres et au monde, de l'affirmation de soi à la sensation de liberté et encore de l'autonomisation à la réalisation personnelle. Pour certains, ce projet a été un tremplin avec des changements concrets dans leur vie. Pour d'autres, l'impact s'est situé dans le présent avec une interrogation sur les possibilités de pérennisation des effets positifs. Pour une autre encore, la réaction inconfortable de rejet de l'expérience lui a permis de s'interroger sur les limites de son fonctionnement.

Une transmission de l'expérience vécue aux autres avait lieu à travers la résonance positive auprès des membres de la famille et le désir de communiquer les bienfaits de cette expérience en dehors du cercle familial. Pour certains, la sensibilisation des soignants à cette approche du soin était importante.

Cette communication était partielle car, pour la majorité, le vécu de cette expérience restait intime. Le dévoiler aux membres de l'entourage pouvait signifier exposer ses fragilités à des personnes considérées comme non réceptives.

II. Comparaison avec la littérature

A. Les programmes d'art thérapie

Aucune publication n'a été retrouvée concernant de tels projets artistiques en maison de santé en France. La plupart des études concernait des programmes d'art thérapie en milieu hospitalier destinés à des patients atteints de pathologies définies (11). Cependant certains résultats rejoignaient ceux de notre recherche.

Dans notre étude, trois des participants évoquaient une perte de sens dans leur vie avant le projet, ils s'étaient « perdus ». La recherche d'un sens et d'un but dans l'existence définit la spiritualité. « *Cette recherche de sens peut être fondée sur des croyances, religieuses ou non, ou sur une attitude philosophique, morale, artistique ou scientifique* » (12). Des études qualitatives portant sur des programmes d'art thérapie en soins palliatifs et en psychiatrie ambulatoire ont montré que l'art était un moyen pour les patients d'atteindre une plénitude spirituelle à travers un sens et un but retrouvés et que la pratique artistique s'imposait naturellement à eux dans les moments difficiles. (12,13)

Le renforcement de l'estime de soi retrouvé dans notre étude a permis aux participants de reprendre le pouvoir d'agir. Cet « empowerment » a été également décrit dans l'étude menée en psychiatrie ambulatoire en Australie (13). La découverte de soi à travers l'apprentissage de nouvelles techniques artistiques a aussi été décrite dans l'étude australienne comme un moyen pour les patients de mieux se connaître, d'avoir une meilleure compréhension d'eux-mêmes, de leurs relations et de leur maladie.

B. L'art sur prescription en soins primaires

À l'étranger, notamment au Royaume Uni et au Canada, les systèmes de soins mettent en place les « prescriptions sociales », appelées aussi « références communautaires » (14). Elles permettent aux médecins généralistes et intervenants des soins primaires d'orienter un patient vers des services locaux non médicaux pour améliorer sa santé et son bien-être. Les programmes de prescription sociale peuvent impliquer une série d'activités généralement fournies par des organisations du secteur communautaire. Il s'agit par exemple de bénévolat, d'activités artistiques et sportives, de formations en groupe, de jardinage, de groupes de parole, de cours de cuisine, de conseils en matière d'alimentation saine... La prescription sociale cherche à répondre aux besoins des personnes de manière holistique (besoins sociaux, psychologiques ou pratiques).

Au Canada, dans un article paru en février 2021 (15), les Dr Dominik Alex Nowak et Kate Mulligan expliquent : « *En créant une avenue pour que les médecins de famille collaborent avec les ressources communautaires, une prescription sociale permet une réorientation vers la démedicalisation des besoins sociaux* ». Ainsi, les médecins généralistes, après avoir identifié une personne, une famille ou un aidant ayant des besoins sociaux, peuvent faire appel à des plates-formes d'aiguillage comme « Canada 112 » ou « Team Care » pour rédiger une prescription sociale appropriée. Le médecin généraliste effectue ensuite le traçage et le suivi auprès de ces personnes, familles ou aidants concernant la prescription sociale conçue conjointement. Des programmes artistiques trouvent leur place dans ce cadre, par exemple le projet collaboratif entre le musée des Beaux-Arts de Montréal (MBAM) et les médecins francophones du Canada (MFdC) concernant les prescriptions muséales (16).

L'essentiel des publications retrouvées sur l'intervention artistique en soins primaires dans le cadre des prescriptions sociales concernait le Royaume Uni. Elles ont été mises en place depuis plusieurs années par le système de santé publique (17). Les personnes susceptibles de bénéficier de ces prescriptions sont notamment les personnes souffrant de problèmes de santé mentale légers ou de longue durée, les personnes ayant des besoins complexes, les personnes socialement isolées et les personnes souffrant d'affections multiples de longue durée qui consultent fréquemment des services de santé primaires ou secondaires.

Concernant la population de notre étude, les patients ont été recrutés dans le projet par des professionnels de santé de la MSP devant l'absence de candidature spontanée. Ces patients bénéficiaient tous d'une prise en charge spécifique pluriprofessionnelle du fait de la complexité

de leur problématique et plusieurs d'entre eux étaient suivis pour une ALD. Le profil de notre population correspondait donc au type de patients bénéficiant de l'« Art sur prescription » au Royaume Uni. Nous pouvons imaginer que l'alliance thérapeutique déjà mise en place entre les soignants de la MSP et les patients recrutés a permis d'initier cette prescription du projet de manière plus pertinente, en portant un message d'intérêt pour leur santé. Le vécu d'un tel projet sur un public tout-venant, sans initiation par un professionnel de santé, aurait été différent et peut être moins impactant.

Une étude anglaise quantitative portant sur une cohorte de 1297 patients orientés vers différentes interventions artistiques pour la santé en soins primaires décrivait une amélioration significative du bien-être parmi ceux qui s'étaient engagés complètement dans la durée de l'intervention (18). Les patients polypathologiques représentaient un taux d'engagement plus élevé que celui de la cohorte globale, ce qui suggérait que ces interventions pouvaient être une option utile pour soutenir ces patients.

Dans notre étude, aucun membre du groupe n'avait d'activités professionnelles pendant le projet (chômage ou arrêt de travail). Une certaine disponibilité était requise puisque les séances se déroulaient de 14h00 à 16h30, plusieurs fois par semaine. Le taux de participation et d'assiduité plus élevé des personnes sans emploi à ce type d'atelier est également retrouvé dans l'étude anglaise (18).

Concernant la durée du projet, dans notre étude, une durée de deux mois était jugée trop courte par certains participants. Or, dans l'étude quantitative anglaise, une durée de huit semaines était considérée comme acceptable. Le taux d'assiduité et d'achèvement des programmes se voyaient diminuer pour des durées supérieures (18).

Concernant l'impact du projet dans notre étude, nos résultats, entre un et deux mois après la fin du projet étaient cohérents avec ceux retrouvés dans une étude qualitative menée au Royaume Uni. Cette étude s'interrogeait sur la distance parcourue deux ans après le début d'un programme d'Art sur prescription (19). Pour chacun des dix participants, une fréquentation des Arts sur ordonnance avait servi de catalyseur à un changement positif : des réalisations pratiques et une aspiration accrue. Les participants avaient fait état d'une plus grande confiance en eux. Leurs horizons s'étaient élargis avec l'accès à de nouveaux mondes. L'étude avait par ailleurs mis en évidence une amélioration de leurs perceptions sociales et relationnelles.

III. Forces de l'étude

Cette étude est novatrice par son thème. Ces interventions artistiques restent encore marginales en soins primaires en France, même si elles sont en pleine expansion en milieu hospitalier et dans les établissements médico-sociaux. Aucune thèse de médecine n'a été retrouvée sur cette thématique en soins primaires.

L'étude est également originale par son type d'analyse. Le choix de l'IPA semblait pertinent pour essayer de comprendre l'essence du vécu des participants et les mécanismes mis en jeu. Conformément aux critères qualité de l'IPA (9,10), la méthode a été explicitée et l'analyse s'est faite selon la triple démarche phénoménologique, interprétative et idiographique. L'éloquence des extraits rapportés venait étayer l'interprétation de la chercheuse. L'analyse en profondeur du vécu a été favorisée par la taille de l'échantillon restreinte à 8 participants. L'effectif recommandé en IPA est en moyenne de 9 participants (9).

Aucun refus de participation à l'étude n'a été constaté. La durée moyenne des entretiens de 47 minutes témoignait d'un intérêt manifeste des participants pour l'étude, y compris par la participante ayant eu un vécu plus négatif du projet. Son point de vue a enrichi l'analyse.

Une formation théorique à la conduite d'entretien et la réalisation supervisée d'entretiens tests a permis à la doctorante d'améliorer la qualité du guide (annexes 3 et 4) et de mener elle-même les entretiens de l'étude. Ils étaient semi-directifs et se déroulaient au domicile des enquêtés ce qui a pu les mettre à l'aise pour se confier. Les questions ouvertes posées par l'enquêtrice ont facilité une écoute empathique et favorisé la spontanéité et l'exhaustivité des réponses.

IV. Limites de l'étude

L'enregistrement audio des entretiens a pu induire une retenue dans le discours des enquêtés malgré l'assurance de l'anonymat et de la destruction des données après analyse. Une fois l'enregistrement audio interrompu, plusieurs participants tendaient à poursuivre l'entretien de manière plus détendue.

Un biais de désirabilité sociale pouvait être présent concernant les participants qui avaient déjà vu l'enquêtrice et qui pouvaient adapter leur discours afin d'être perçus favorablement.

La méthode IPA laisse de nombreux aspects à l'appréciation de la chercheuse qui était novice, ce qui a pu être source d'opacité pour elle au cours de l'analyse du matériel.

Cette étude a été menée auprès d'un échantillon restreint, non probabiliste, dans un périmètre géographique limité et sans recherche de saturation des données. Le potentiel de transférabilité, c'est-à-dire d'étendre les conclusions à d'autres contextes, est donc limité. Cette étude ne permet pas de généraliser les résultats à une population plus large.

V. Perspectives

Ces résultats représentent un argument supplémentaire, concret et original sur l'intérêt d'une approche holistique du soin prenant en compte les personnes dans toutes leurs dimensions (réalités psychologiques, socioculturelles, familiales, environnementales...).

À La Réunion comme en France métropolitaine, des appels à projet récents issus du ministère des Solidarités et de la Santé visent à expérimenter et promouvoir une prise en charge globale (médico psycho sociale), notamment dans les MSP dites « communautaires » ou « participatives » et dans les territoires défavorisés, dont les quartiers prioritaires de la ville (QPV) (20). Ces maisons de santé participatives pourront porter des expérimentations parmi lesquelles des actions d'art en santé.

Par ailleurs, l'ARS et la DAC de La Réunion multiplient les appels à projet dans le domaine « Culture et Santé » pour encourager le développement de projets culturels et artistiques en milieu sanitaire ou médico-social, visant à toucher le plus grand nombre : usagers, soignants, personnels administratifs... dans cette région où le domaine culturel semble moins accessible à tous (8).

La diffusion de l'intérêt de ce type de prise en charge serait intéressante au cours de la formation médicale initiale et continue pour sensibiliser les internes et les médecins. L'intérêt de répondre à des besoins sociaux est encore plus flagrant en cette période de crise sanitaire marquée par l'isolement et l'augmentation de la souffrance psychique, comme en témoignent les indicateurs de santé mentale (21).

Suite à notre travail, il serait intéressant d'évaluer l'impact à long terme d'un tel projet en réalisant une étude qualitative à distance de la fin du projet. L'impact pourrait aussi être évalué avec d'autres méthodes d'analyse sur de plus larges cohortes ce qui permettrait de généraliser les résultats.

Notre étude pourrait aussi être envisagée en pluriprofessionnalité (doctorant en médecine, en psychologie, en sociologie...) afin d'enrichir l'analyse et l'interprétation sur un principe de réflexivité.

Enfin, la valorisation de ce travail par le biais d'une publication dans une revue médicale ou de présentation en congrès pourrait être envisagée pour une plus large diffusion.

CONCLUSION

Le projet artistique de photographie « De l'élan au mouvement » qui s'est déroulé à La Réunion en 2020 a donné l'opportunité à huit patients d'une MSP de vivre une expérience initiatique à travers l'art, au sein d'un groupe bienveillant et encadré par une artiste engagée dans une démarche de soin. Un impact singulier s'est produit pour chacun d'entre eux se traduisant par une mise en mouvement plus ou moins manifeste.

Considérant l'art comme source de mieux-être, ces résultats permettent d'imaginer une approche complémentaire au modèle biomédical, notamment pour tenter de répondre aux effets du contexte social sur la santé, en soins primaires. Cette approche permet aussi aux soignants de reconsidérer le patient comme une personne dans toute son humanité.

Dans le cadre du développement de projets de santé en soins primaires, les interventions artistiques gagneraient à être développées sur le modèle canadien ou anglais.

BIBLIOGRAPHIE

1. Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: World Health Organization, Regional Office for Europe; 2019 (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67)
2. Bungay H, Clift S. Arts on Prescription: A review of practice in the UK. *Perspectives in Public Health* 2010 130: 277
3. Jensen A, Stickley T, Torrissen W, Stigmar K. Arts on prescription in Scandinavia: a review of current practice and future possibilities. *Perspect Public Health*. sept 2017;137(5):268-74
4. Forestier R, *Le métier d'art-thérapeute*, Ed.Favre Pierre-Marcel, 2014
5. Françoise Liot et Sarah Montero, « Les projets artistiques et culturels dans les établissements de santé : quels changements dans les pratiques et les organisations ? », *Culture & Musées* [En ligne], mis en ligne le 19 juin 2018, consulté le 16 avril 2021. Disponible sur : <http://journals.openedition.org/culturemusees/417>
6. Wolff L, Millery E, *Atlas régional de la culture 2018*, ministère de la Culture, DEPS, Paris, 2018
7. Besson L. INSEE Statistiques [En ligne], mis en ligne le 02 octobre 2018, consulté le 30 mai 2021. Cartographie de la pauvreté à La Réunion. Disponible sur : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/3619236>
8. ARS Réunion [En ligne], mis en ligne le 3 mars 2020, consulté le 4 novembre 2020. Culture et Santé. Disponible sur : <https://www.lareunion.ars.sante.fr/culture-et-sante-9>
9. Antoine P, Smith JA. Saisir l'expérience : présentation de l'analyse phénoménologique interprétative comme méthodologie qualitative en psychologie. ResearchGate [En ligne].2016, consulté le 2 décembre 2020 ; Disponible sur : <https://tinyurl.com/y7z73uqk>
10. Santiago-Delefosse M, Carral M del R. *Les méthodes qualitatives en psychologie et sciences humaines de la santé*. Paris : Dunod, 2017
11. AFRATAPEM Ecole d'art thérapie [En ligne], consulté le 4 novembre 2020. Bibliographie, Mémoires, Articles scientifiques de fin d'études. Disponible sur : <http://art-therapie-tours.net/bibliographie-et-memoires/>
12. Rhondali W, et al. L'art-thérapie en soins palliatifs : une étude qualitative. *Médecine palliative - Soins de support – Accompagnement - Éthique*. Décembre 2013 12(6) :279–285
13. Lloyd C et coll. « Art and recovery in mental health: A qualitative investigation ». *British Journal of Occupational Therapy*. 2007 70(5)

14. Buck D, The King's Fund [En ligne], mis à jour en novembre 2020, consulté le 2 février 2021. What is social prescribing ? Disponible sur : <https://www.kingsfund.org.uk/publications/social-prescribing>
15. Nowak D. and Mulligan C. La prescription sociale. Appel à l'action. Canadian Family Physician. February 2021, 67 (2) 96-99
16. MBAM [En ligne] Prescriptions muséales MBAM-MFdC : des visites au musée prescrites par des médecins à leurs patients Publié le 11 octobre 2018, consulté le 5 avril 2021 Disponible sur : <https://www.mbam.qc.ca/fr/actualites/prescriptions-museales/>
17. National Health Service England [En ligne] Social Prescribing. Consulté le 3 mai 2021. Disponible sur : <https://www.england.nhs.uk/personalisedcare/social-prescribing/>
18. Crone DM, Sumner RC, Baker CM, Loughren EA, Hughes S, James DVB. 'Artlift' arts-on-referral intervention in UK primary care: updated findings from an ongoing observational study. European Journal of Public Health. 1 juin 2018 ;28(3) :404-9
19. Stickley T, Eades M. Arts on prescription: a qualitative outcomes study. Public Health 2013; 127:727–34
20. Ministère des solidarités et de la santé [En ligne] Expérimenter et innover pour mieux soigner. Organisation et financement du système de santé. Mise à jour le 30 juillet 21, consulté le 10 août 2021. Disponible sur : <https://solidarites-sante.gouv.fr/systeme-de-sante-et-medico-social/parcours-des-patients-et-des-usagers/article-51-lfss-2018-innovations-organisationnelles-pour-la-transformation-du/article-51>
21. Santé Publique France [En ligne] CoviPrev : une enquête pour suivre l'évolution des comportements et de la santé mentale pendant l'épidémie de COVID-19. Mise à jour le 19 août 2021, consulté le 22 août 2021. Disponible sur : <https://www.santepubliquefrance.fr/etudes-et-enquetes/coviprev-une-enquete-pour-suivre-l-evolution-des-comportements-et-de-la-sante-mentale-pendant-l-epidemie-de-covid-19>

ANNEXES

I. Annexe 1 : Flyer du projet

L'ART POUR LA SANTE

«Je me suis sentie exister».
Mme T.

«Comme au Québec, il faut prescrire l'art sur ordonnance, les résultats sont excellents!».
Dr C.

«Si j'avais fait cela plus tôt, je crois que cela m'aurait fait beaucoup de bien».
Mme S.



Avec le soutien de



Sa lé gayar ! Mi ésay !

Je m'élange, j'essaie !

Pour tous renseignements, contactez vos professionnels de santé dans votre maison de santé SENS



ART ET SANTE



L'ELAN AU MOUVEMENT

UN ATELIER ARTISTIQUE NOVATEUR DANS VOTRE MAISON DE SANTE SENS

avec l'artiste photographe Marie MANECY

Participer au projet c'est:

10 heures de créativité et de partage autour de la photographie réparties sur 3 à 6 mois

Des rencontres à votre rythme

Des émotions autour de l'art

Pour mieux se connaître, développer sa confiance en soi, se mettre en mouvement



EN PRATIQUE

Présentation du projet en groupe (1 heure)

Premier Duo-Portrait en binôme ou seul (2 heures)

3 séances de 1h30 de photo (soit 4h30 au total), en intérieur ou extérieur au choix, pour expérimenter toutes sortes de mouvements :

- vers soi
- vers les autres
- vers sa santé

Ces séances seront guidées par l'artiste Marie Manecy qui proposera des activités photo, en binôme ou en groupe, au choix.

Second Duo-Portrait en binôme ou seul et bilan de l'atelier (2h)

La participation à l'exposition des photos de tous les participants (libre choix)



Débutants en photo acceptés
Adultes, enfants à partir de 7 ans

Matériel et accompagnement personnalisé fourni

II. Annexe 2 : Consignes avant entretien

« Comme je t'avais expliqué par téléphone, je suis étudiante en dernière année de médecine. J'ai travaillé à la maison de santé de Saint Gilles Les Hauts avec le Dr C et pour valider mon diplôme de fin d'étude je fais une thèse sur le projet de photos auquel tu as participé. **J'aimerais que tu m'aides pour essayer de comprendre** tout ce qu'il s'est passé pendant ce projet et l'expérience que tu as vécue.

Donc déjà, je voulais **te remercier** de ta participation... Car elle sera **utile** pour mon travail de fin d'étude mais aussi pour **témoigner de ton expérience** et pouvoir améliorer ce genre de projet artistique proposé dans les maisons de santé. Et justement **sans ta participation je ne peux rien faire...**

Je vais **enregistrer** avec ce dictaphone nos échanges car j'aimerais être **attentive** à tout ce que tu me dis et si je prends des notes j'aurai du mal à être attentive.

Voilà je veux que tu saches que tout ce que tu vas me dire reste strictement **confidentiel**, ça ne sera répété ni à Marie, ni à l'équipe médicale de la maison de santé et une fois que j'ai travaillé sur l'enregistrement il sera **effacé** du dictaphone et tous les témoignages que j'ai recueilli auprès des participants seront traités de façon globale dans mon mémoire et de façon **anonyme**, c'est-à-dire que personne ne saura qui a dit telle ou telle chose.

J'ai besoin que tu signes ce **formulaire** qui réexplique un peu tout ça, et je t'en laisse une copie.

Je vais aussi **couper mon téléphone** pour qu'on ne soit pas dérangé donc si tu veux faire pareil c'est mieux comme ça on est vraiment tranquille et on peut parler librement.

Est-ce que tu as des **questions avant que nous commençons ?** Surtout n'hésite pas je suis là pour répondre à toutes tes questions avant que nous commençons, après c'est plutôt moi qui vais te laisser parler...

Je ne vais pas commencer l'entretien en te posant des questions, mais je vais plutôt **t'écouter raconter ce que tu as vécu, et recueillir ton opinion** ... Je te dirai seulement après si j'ai besoin de préciser certains points. Donc il n'y a pas de jugement, et ni bonne ni mauvaise réponse. Moi j'ai suivi le projet de très loin en participant à quelques séances donc **tous les détails m'intéressent** ».

III. Annexe 3 : Guide d'entretien initial

Pourquoi avez-vous choisi de participer à ce projet ?

Thème : Le contexte de vie dans lequel s'est déroulé le projet, le choix du projet

Relances : Sur le rapport à une certaine période de vie, le rapport à des événements biographiques, le suivi à la maison de santé.

Aviez-vous déjà participé à des cours ou des ateliers artistiques, ou pratiquez-vous une activité artistique déjà auparavant ?

Thème : Le rapport à l'art et à la culture

Racontez-moi une séance ou un moment particulier d'une séance qui vous a marqué, que ce soit en positif ou en négatif, un moment que vous avez envie de me raconter, qui vous a plu ou déplu.

Thème : Le ressenti et les émotions au moment des séances et en sortant d'une séance.

Relances : Qu'est-ce que vous ressentiez à ce moment ? Derrière l'appareil photo, quand c'est vous qui deviez prendre la photo, quand vous manipuliez l'appareil ? Devant l'appareil photo, quand vous étiez pris en photo ? Quand vous regardiez la photo de vous ? Quand il fallait trouver des idées pour réaliser une photo ? Et en sortant d'une séance comment vous sentiez vous ?

Comment vous sentiez vous dans le groupe ?

Thème : Les interactions au sein du groupe, les liens créés entre les participants, la place prise au sein du groupe

Relances : Quelle était votre place au sein du groupe ? Quels liens avez-vous pu créer avec les autres membres du groupe ? Quels effets le groupe a-t-il pu avoir sur vous ?

Comment avez-vous pu partager l'expérience que vous avez vécu avec votre entourage (votre famille, vos amis) ?

Thème : L'implication familiale, le partage de l'expérience avec autrui

Relance : Qu'est-ce que cela représente pour vous d'avoir pu partager une/des séances avec votre famille ? Et avec ceux qui n'étaient pas présents au cours des séances, avez-vous parlé de votre expérience ?

Et pour conclure sur notre entretien, quels projets aimeriez-vous entreprendre ?

Thème : Projets de vie, situation personnelle

Relance : Personnellement, professionnellement, avec votre famille ?

IV. Annexe 4 : Guide d'entretien final

J'aimerais que tu me décrives une séance ou un moment d'une séance que tu as envie de me raconter, qui t'a marqué, un moment qui te vient en tête.

Thème : Le ressenti et les émotions au moment des séances

Relances : Comment ça s'est pour toi ? Et qu'est-ce que tu ressentais à ce moment ? Derrière l'appareil photo, quand c'est toi qui devais prendre la photo, quand tu manipulais l'appareil ? Devant l'appareil photo, quand tu étais prise en photo ? Quand tu regardais la photo de toi ? Et quand il fallait trouver des idées pour réaliser une photo ?

Tu avais déjà eu l'occasion de participer à ce genre d'atelier artistique ?

Thème : Le rapport à l'art et à culture

Relances : Parle-moi de tes activités du dimanche toi avec tes enfants ou ce que tu fais tout(e) seul(e) quand tu as du temps libre. Y en a qui aime aller voir des musées ou des expositions d'autres pas du tout, et toi ?

Comment tu as été amené à y participer ? Raconte-moi.

Thème : Le contexte de vie dans lequel s'est déroulé le projet, le choix du projet

Relances : Sur le rapport à une certaine période de vie, le rapport à des événements biographiques, le suivi à la maison de santé

Dans le vécu d'un projet justement il y a souvent du positif et du négatif, moi ça m'intéresserait que tu me racontes un moment ou quelque chose du projet qui t'as déçu ou qui t'as moins plus.

Thème : Les points négatifs du projet

Parle-moi de l'après séance, comment tu te sentais quand tu rentrais chez toi ?

Thème : Le partage de l'expérience avec l'entourage

Relances : Avec ton entourage, est ce que tu avais tendance à garder ce que tu avais vécu pour toi ou à le raconter aux autres ? Et avec tes enfants ?

Et cette exposition publique que vous préparez ? Raconte-moi.

Thème : Le ressenti de devenir acteur du programme

Et avec les autres membres du groupe pendant les séances ? Raconte-moi. Comment ça s'est passé pour toi de participer aux séances avec d'autres personnes ?

Thème : La place dans le groupe, les rencontres, les liens

Et maintenant que les séances sont terminées, raconte-moi où tu en es toi actuellement ?

Thème : Projets de vie, situation personnelle

Relances : Personnellement, professionnellement, avec ta famille ?

V. Annexe 5 : Entretien avec Nadia

« - Déjà je voudrais que tu me décrives une séance, ou un moment d'une séance que tu as envie de me raconter, qui t'as marqué ou celui qui te vient en tête...

- D'accord... on commence maintenant ?

- **Oui oui vas-y...**

- D'accord alors en fait tout a commencé, j'étais en maison de santé, on m'a proposé la photographie sociale on va dire ça comme ça ! En fait la photographie sociale ce qui différencie c'est que ben en fait y a pas que la photographie et la technique. En fait y a le côté humain derrière. Ce qui est très intéressant ! Et comme j'étais en période d'isolement par rapport à des conflits familiales... à Villèle, ça m'a permis de m'ouvrir un peu aux autres et à aussi prendre conscience que je suis capable de beaucoup de choses. Voilà ! Du coup j'étais avec Marie, Marie était la photographe. C'est quelqu'un de très bienveillante, du coup elle te parle correctement, elle te fait sentir à l'aise et tout et on a commencé les séances avec Marie, on a commencé à prendre les photos et tout.

Tout au début c'était catastrophique vu que j'ai jamais utilisé un appareil photo, hein ! Pour moi appareil photo c'est tout de suite focus sur auto. Du coup on a appris à manier tous les différents types de l'appareil photo, on s'est amusé avec les arbres et tout... Le thème c'était le mouvement et l'élan ! Du coup on a fait justement par rapport au côté social, on a fait le... la description de l'élan et la description du mouvement.

- **D'accord,**

- Alors pour moi, mouvement c'est quelque chose qui est instable. Attends je reviens je vais chercher un essuie tout ...

Je recommence... Alors pour moi le mouvement en fait avant cette séance-là, c'était quelque chose d'instable, quelque chose d'un court instant, et voilà ça sort de statique à autre chose, en fait c'est le contraire de statique voilà c'est quelque chose de libre et tout.

L'élan pour moi c'était partir d'un point A à un point B, voilà donc reculer prendre de l'élan pour moi c'était ça. Et ça c'était tout à fait avant la séance.

J'ai appris que le mouvement ça peut être beaucoup de choses, ça peut être interne, ça peut être externe et pas tout le monde approprie le mot mouvement ainsi que l'élan.

Donc du coup, comment dire ça, pour moi qu'est-ce que c'est l'élan, s'il faut s'imaginer l'élan j'aurai dit que c'est une personne qui recule pour mieux sauter.

Je suis en plein dedans, je suis en plein l'élan ! Et le mouvement c'est quelque chose de pas immobile. Toujours dans la mobilité, voilà dans l'action !

Dans cette séance là on a parlé de voilà, c'était la première séance ! On a parlé de l'élan et mouvement définition, on a écouté un peu tout le monde et du coup voilà par rapport à ça, on s'est décidé de faire des photos, qui est statique de base parce que, une photo ça ne bouge pas, et dans cette photo statique on va montrer l'élan en tout cas l'effet de l'élan.

Du coup je t'ai pris toi C, en tant qu'oiseau ! Parce que tout simplement j'avais une idée en tête c'était les ailes d'un oiseau. Je trouve que les ailes d'un oiseau en fait représentent clairement le mouvement, tout simplement quand on voit l'intérieur des ailes de l'oiseau c'est généralement parce qu'il bouge.

- Oui...

- Soit il est en train de voler, soit il est en train d'étirer ses ailes donc heu... voilà ! Comme j'avais pas encore confiance en moi et j'étais vraiment dans ma bulle d'isolée, je t'ai pris toi C en tant qu'oiseau et je te remercie de ta participation parce que j'ai pu réaliser la photo que j'ai vu. Et mis à part le côté technique et la réalisation de la photo j'ai pu aussi avoir ce côté amical, ce côté sphère de groupe en fait. Voilà c'est communiquer et tout, partager des choses avec le groupe. Chose que y a beaucoup de personnes qui ont oublié à l'heure actuelle par rapport... au contexte covid. Tout le monde s'est isolé donc heu...

- Justement par rapport au groupe, comment ça s'est passé pour toi de partager des séances avec les autres ?

- Comme j'étais vraiment dans mon cocon familial toxique, ça m'a permis de m'ouvrir, et ça m'a permis vraiment de reprendre confiance en moi parce que c'était complètement détruit... anéanti... pour moi j'étais juste une maman. Et par rapport au groupe, au fait de discuter, je suis plus qu'une maman je suis quand même une amie, je suis quand même une collègue et voilà.

Du coup, ça me donne de l'importance en fait et du coup voilà, je suis contente.

- Ça te donne de l'importance...

-Oui parce que l'être humain a besoin d'être sociabilisé, un être humain isolé, c'est pas un être humain heureux. De nature on a besoin de contact, d'interaction donc... il me manquait ça et je l'ai eu ! C'était pas grand-chose mais je l'ai eu, et c'était de très bonne qualité !

- D'accord...

- Parce que c'était bienveillant et voilà c'était pas toxique, donc heu... voilà.

- Et justement au moment de ces séances toi quand tu étais derrière l'appareil photo, est ce que tu peux me raconter ça ?

-Alors pour être franche avec toi, tout au début en fait le fait d'être derrière l'appareil photo pour moi c'est qu'une personne derrière l'appareil photo... Donc au début je voyais pas le côté social et le côté humain de la photo. Pour moi une photo c'est technique on apprend les bases, on apprend tout et on fait une photo. Sauf que, à force de faire les photos on est sensibilisé à la nature, on prend plus attention aux détails de la nature on prend plus attention aux couleurs et quand on joue nous même avec les réglages, on se rend compte que, avec une fleur on peut faire plusieurs façons. Avec une seule fleur on peut faire plusieurs photos avec plusieurs ressentis. Du coup maintenant j'ai appris que la photo n'est pas qu'une simple image imprimée sur un bout de papier mais c'est quelque chose qui nous apporte, qui nous évoque un sentiment. Voilà !

La verdure, pour moi, parce que chaque personne est différent, la verdure pour moi ou une grande foret vaste m'apporte, pour moi, cette émotion de paix.

- Le fait de regarder l'image...

- Voilà ! De regarder l'image. Pour moi par contre, pleins d'immeubles collés avec la fumée et tout, pour moi je trouve ça désagréable.

- C'est ce que tu ressens ?

-Voilà, voilà c'est vraiment le côté ressentir. C'est pas juste regarder l'image et dire ah oui ça c'est beau ! C'est vraiment on ressent, on s'approprie l'image et on se met dans cette atmosphère là et du coup on ressent les choses.

- Ça, c'est au moment où tu regardes l'image... et au moment où tu la prends toi ?

-Au moment où je la prends, c'est vraiment par rapport aux détails. Du coup le monde est vaste, et quand on zoome et dézoome l'appareil on se rend compte que voilà... si on zoome l'appareil, on voit des choses qu'on ne peut pas voir si on n'avait pas dézoomé. Par exemple un papillon, quand on prend la photo d'un paysage mais si on regarde en détails on va voir un papillon, on

va voir un oiseau et voilà ça permet de capter les mouvements les p'tits... les p'tits détails en fait.

- Et qu'est-ce que ça te procure comme émotion de faire ça toi ?

- De la curiosité, je trouve ça curieux de... ben justement finalement d'avoir un grand espace vert et chercher les petits éléments dedans du coup ça attire le regard et c'est curieux, c'est... C'est bien ! je trouve ça bien et c'est marrant aussi c'est amusant.

Du coup tout ce qui est curieux et amusant en général finalement ça procure du bonheur parce que la personne est bien face à cette photo.

Par rapport à la photographie je tiens à dire aussi que, avec ces séances-là, on m'a beaucoup sensibilisé à l'art donc je me suis plus intéressée à tout ce qui dit théâtre.

- D'accord...

- Mais malheureusement avec le covid 19 heu... c'est fermé ! Et voilà, je commence à arrêter un peu tout ce qui est télé et tout ! Tout ce qui est numérique, qui est facile d'accès et me recentrer. Le côté humain, le côté artistique, les peintures... je suis pas trop peinture, mais tout ce qui dit théâtre, comédie et tout. J'aimerais bien que mes filles participent à ce genre de... d'art en fait pour les sensibiliser et leur apprendre autres choses que la télé.

- Tu avais déjà eu l'occasion de participer à ce genre d'atelier artistique ?

- Heu... pour la photographie ?

- Oui ou d'autres...

- Ben dans le cadre du programme de santé que je suivais, y avait Marie qui était là, photographe sociale justement, et elle m'a pris en photo justement ben pour heu... montrer que derrière une personne cassée, blessée, si on se laisse aller ben... on peut évoquer autre chose... Que en fait, c'est que de nous-même en fait, on peut évoquer ce qu'on a envie d'évoquer.

Donc voilà c'est aussi une séance qui m'a plu mais c'était plus côté santé, bien-être et confiance en toi, confiance en soi et développement personnel mais ce qui est intéressant aussi.

- Et par rapport aux activités... je sais pas le dimanche par exemple y en a qui ont l'habitude d'aller voir des musées, des expos, d'autres pas du tout... et toi...

- Ben avant du tout... avant franchement tout ce qui est théâtre pour moi, c'était une perte de temps. Parce que j'étais pas sensibilisée justement à apporter, à regarder les détails et du coup

maintenant j'aimerais bien partir au théâtre. Et je pense que partir au théâtre et justement voir les personnes interagir et tout... maintenant que je suis plus sensible ça va m'évoquer un peu plus de sentiments, un peu plus d'émotions surtout, et du coup je serai plus intéressée.

- Et tu me parlais justement de la séance où elle t'a prise en photo, comment ça s'est passé pour toi d'être devant l'appareil ?

-C'est compliqué ! C'est compliqué parce que j'aime pas me prendre en photo, je suis pas photogénique en plus... j'avais pas confiance en moi et du fait de se mettre face à l'appareil photo sachant qu'on n'aime pas nous même en fait, on s'aime pas nous même. Du coup c'est compliqué, on se dit que si nous on s'aime pas, pourquoi les autres vont nous aimer. Et au final, avec le groupe, avec l'influence positive qu'il y a eu, on s'est facilement pris au jeu, du coup on a arrêté de se prendre la tête en fait, on a tourné ça en jeu et finalement ça a donné des supers photos.

- De toi ?

- Oui de moi, de C [sa fille], donc heu... je suis contente !

- Et qu'est-ce que tu... comment tu étais toi devant l'appareil ? Qu'est-ce que tu ressentais ?

- J'ai encore un peu de retenue...

- De la retenue ?

- Ouai, je suis contente de le faire, parfois je me lâche, j'ai un lâcher prise et quand je prends au jeu voilà c'est un bien être. Un sentiment de libération mais heu... y a quand même cette retenue que j'ai encore par appréhension en fait. Par appréhension du regard des autres malgré que c'était un groupe super. Y avait pas à avoir d'appréhension en fait ! Tout le monde aimait tout le monde. Tout le monde était copain avec tout le monde. C'était super, super ambiance mais c'est vrai que je pense que y a beaucoup de personnes qui se met des barrières, qui a tellement peur de ne pas plaire ou na tellement peur de ne pas être capable qui fait qu'ils s'autocensurent, qu'ils s'autoprivent et qui laissent pas les gens entrer dans leur vie ou partager des choses dans leur vie.

- Tu penses à quoi ?

- À tout en fait... genre faire une sortie, je préfère pas aller faire une sortie parce que je serai peut-être la moins dynamique du groupe parce que je porte un fardeau avec mes problèmes et du fait d'être la moins dynamique du groupe j'ai pas envie d'être un fardeau.

Donc j'y vais pas. Ce qui est quand même complètement bête parce que si tu pars ils vont t'influencer positivement et on aurait passé une bonne journée. Voilà... c'est des barrières qu'on se met parce que je pense pas d'être la seule. Des barrières qu'on se met et qui fait que voilà...

- Et pendant les séances justement ces barrières ?

- Ben pendant les séances j'avais des grosses barrières justement genre forteresse, mur en moellons et tout mais ça a quand même fissuré j'ai... ça a quand même fissuré y a quand même une lumière qui est passé entre. Y avait quand même beaucoup de lâcher prise et tout, c'est en train de s'effondrer ! (rires) C'est en train de reconstruire un mur assez grillagé, assez aéré mais c'est encore un peu opaque. On va dire que, avant on était à 90% d'opacité là on est à 60%, il faut encore diminuer encore un p'tit peu...

- C'est quoi qui rend opaque ?

- Notre crainte, la peur... Encore une fois en fait on est dans une société je pense que mon problème vient de là. C'est que, on est dans une société qui essaie de normaliser tout le monde, or chaque personne est unique et différent et le fait de pas correspondre aux critères de sélection de la norme sociale fait que on se met beaucoup de... de... comment dire ça... de barrières. On se met beaucoup, on a beaucoup d'à priori beaucoup de jugements envers nous-même qui fait que, on s'auto détruit.

- Mmh... tu me racontes là les séances et... dans le vécu d'un projet y a toujours du positif et du négatif aussi, est ce que toi y a des choses qui t'ont moins plu, ou déplu ?

- Alors ce qui m'a déplu n'a rien à voir avec l'atelier c'est plutôt par rapport à la crise sanitaire qui fait qu'on a des gestes barrières que je comprends tout à fait mais du coup qui nous a empêché de continuer notre atelier ensemble. Tous ensemble. Et du coup de ne pas avoir la cohésion de groupe. Et le fait de pas avoir cette cohésion de groupe et d'avoir des séances deux par deux, ça limite un peu cette influence de groupe positive et du coup je trouve ça un peu dommage que voilà qu'on peut pas tous partager. Parce que voilà je pense que chaque personne a pleins d'idées à donner, pleins de ressentis surtout à donner par rapport à la séance et tout. Et se faire écouter et se faire entendre surtout. Et être écouter je pense que ça fait du bien a beaucoup de monde. Parce que parfois on parle mais on n'est pas écouté donc heu...

- Mmh, et... toi dans les séances à deux du coup qu'est ce qui t'a moins plu par rapport aux séances en groupe ?

- Ben la séance à deux je vais dire que, j'étais avec M. M est de nature timide, du coup on va dire que le moteur en fait... C'est toujours comme ça y a toujours une personne plus timide, y a toujours des personnes qui sont là pour booster le groupe. Et on va dire que c'était moi le booster de groupe mais j'étais pas là pour booster en fait. Je pense que j'étais pas en état d'être la chef heu... voilà j'étais pas en état d'être la chef... boostrice on va dire (rires) ! Ça se dit pas mais bon voilà, la leader qui ramène tout le monde, qui aide tout le monde ! Du coup c'était un peu compliqué avec M. Je suis quand même heu... ben autocomplimentée, autogratiifiée moi-même donc heu... pour avoir un peu plus confiance en moi et justement partager ça avec M. parce que c'est vrai qu'elle est très timide et voilà. Je suis contente parce que j'ai pu l'aider. D'un côté on n'a pas pu m'aider à être mieux mais le fait d'aider les autres en fait c'est une satisfaction.

- Toi dans la séance à deux, t'aurais voulu...

- Une meneuse

- Une meneuse ?

- Oui, voilà c'est ça le mot c'est pas boostrice et tout. C'est une meneuse !

- Et ça tu l'as retrouvé sinon dans les séances, le fait d'être mené ?

- Non c'était plus moi la meneuse en fait ! C'est moi qui menais mon petit monde heu... voilà tranquille. On va dire que je suis de nature autoritaire, de nature... voilà strict en fait. Nan, peut-être pas strict mais à diriger, à guider en fait. Du coup je suis naturellement comme ça je guide tout le monde. Mais c'est vrai que j'aimerais bien trouver quelqu'un qui essaie justement de faire la même chose avec moi. Pour l'instant c'est pas compliqué je suis trop imposante en fait, dans une salle je prends trop de place !

À un moment donné Marie était obligée de dire : « On se calme ! on laisse les autres passer, on laisse les autres penser surtout ! ».

- Parce que ça représente quoi pour toi de mener ?

- Je pense que j'ai horreur du hors contrôle. J'aime bien contrôler, j'aime bien contrôler ma vie et ne pas avoir le contrôle sur ma vie, je trouve ça déstabilisant.

J'aime bien quand c'est moi qui gère tout, j'aime bien tout gérer. Voilà encore une fois j'aime bien tout gérer, j'aime bien mener tout mon petit monde à la baguette. Pleins de synonymes hein voilà je vais te dire pleins de synonymes (rires) ! Mais voilà j'aime ça, j'aime que tout soit organisé. J'aime pas les imprévus, voilà, je suis comme quelqu'un de très plat, platonie, stabilité c'est le mot fort pour moi. Et quand je vois une personne justement qui commence à être instable quand j'ai le pouvoir de le faire, je l'aide

- Pour toi ça fait partie de ta stabilité ?

- Aider les autres à être stable je trouve ça que c'est une base en fait. Je suis de nature comme ça. Je pense que c'est dans ma nature d'aider et je pense que ces six ans, ça à rien à voir avec la photographie mais ces six ans où justement j'étais sous une emprise d'une autre personne... mais c'était une personne toxique, des personnes toxiques qui a fait que je me suis oubliée et ces séances là et le goût de mener tout le monde et tout et voilà d'organiser, de faire l'accessoiriste avec la petite paille dans la bouche ben franchement je me suis éclatée ! J'adore ça, c'est mon élément !

J'étais pas à ma place, avant ça j'étais pas à ma place, cet heu... cet atelier-là m'a permis de comprendre que j'étais pas à ma place. Et qu'il faut que je reprenne ma place et je pense que c'est un peu grâce à cet atelier là que je suis actuellement là aujourd'hui où je suis.

- Tu en es où ?

- Je suis sortie d'un environnement toxique qui était en train de détruire mon couple et ma famille. Y a des enfants en jeu, mes enfants en jeu et ils étaient un peu impactés par rapport à ce cadre-là.

Donc là ça va là, je suis une petite bombe de lumière là ! Je tourne à droite à gauche et tout voilà toujours le sourire donc je pense que l'atelier c'était quand même un tremplin, ou une passerelle pour prendre conscience que parfois on s'oublie, mais y a toujours quelqu'un qui vous tend la main, directement ou indirectement par le biais d'un atelier, qui fait que ça a eu un impact sur ma vie personnelle et professionnelle. Aussi parce que j'ai envie de faire la formation de création et de gestion d'une structure solidaire économie et sociale et je souhaiterai faire un point relais et justement faire tout ce qui dit atelier photographie sociale ou esthéticienne sociale. Parce que, y en a des esthéticiennes sociales ! Je savais pas ! Et faire un point relais pour justement toutes ces femmes qui se sont oubliées et se retrouvent ! Et avoir le même impact de vie que j'ai actuellement.

Du coup c'était très important, c'était vraiment une très grosse phase de ma vie cet atelier. Remise en cause surtout !

- Et c'est pas tout à fait fini si j'ai bien compris cette exposition publique que vous préparez ?

- Non voilà du coup on était justement en train de travailler sur une expo, sur une galerie, tout simplement parce qu'on a tous progressé

« Interruption d'une tierce personne dans la salle »

Et donc oui on va faire une galerie très bientôt en fait pour montrer nos progrès personnels parce que ça a permis à certaines personnes de s'ouvrir, notamment à M et E, je peux citer leur nom ?

- Bien sûr, tu dis ce que tu veux

- Et du coup je pense surtout à M et E parce que M elle, c'est une timide et je pense qu'elle s'est accrochée à moi... Ben voilà du fait que je suis une meneuse donc voilà je pense que c'est pour ça qu'elle s'est accrochée à moi. Je l'adore cette fille ! Franchement je l'adore ! Et E, pareil, je pense qu'elle est dans la même situation que moi, qu'elle s'est perdue. Et par rapport à cette cohésion, cette cohésion sociale tant qu'à faire ! Cette cohésion sociale et du groupe qui fait que ben... elle s'est remotivée, reboostée, là je l'ai vu y a quelques jours-là, elle était toute pimpante et tout, elle a repris goût à la vie.

Voilà cet atelier là c'est quand même encore une fois, technique voilà mais aussi ça apporte beaucoup, beaucoup dans le social.

Côté atelier, on aimerait montrer justement notre avancée par rapport au début, et notre manque de confiance et aussi sur le thème du mouvement, on aimerait que les personnes qui seront invitées voient notre travail et on essaie le plus possible qu'ils soient aussi sensibilisés que nous.

Donc voilà on va mettre pleins de choses en place, on va mettre des flips books. Des flips books c'est des petits carnets blancs avec des images fixes et quand on passe les feuilles ça fait une animation. Voilà on va faire des flips books on va faire ... des images avec du plexiglass on va mettre des éléments dessus et on va justement titiller la curiosité des usagers car ils vont devoir déplacer les éléments dessus pour voir la photo à l'intérieur. Du coup ça va tout de suite impacter une émotion chez eux !

Soit de l'agacement, parce que y a des gens qui ne sont pas patients, soit de la curiosité pour les personnes qui ont envie et voilà ! Et surtout à la fin y aura la surprise. Donc voilà c'est une

galerie sur plusieurs thèmes comme ça. On a beaucoup joué avec les voiles, surtout les filles plus que moi et on va raconter une histoire avec le foulard. Parce qu'on a pris pleins de photos avec les foulards à la plage et tout... Du coup on va faire une courte séquence avec les photos pour faire une petite vidéo, avec ça on va raconter l'histoire du foulard qui voyage à la mer, à la plage et tout...

Avec entre-temps, chaque mise en scène avec les personnes qui ont participé à l'atelier et raconté un morceau de leur vie et justement voir leurs émotions parce que ça se voyait qu'ils étaient contents, épanouis et tout.

Et à la fin, tout à la fin de tout ça on va faire une sphère assez cosy avec nos portraits. Marie a voulu faire nos portraits parce que, on va dire que la plupart des personnes qui sont venues à l'atelier n'aimaient pas les photos ! Non, n'aimaient pas se faire photographier. Du coup je pense que c'est un challenge pour la plupart de nous de faire la photo et de montrer notre photo parce que je trouve ça intime. Du coup j'ai proposé aux filles, c'est plus moi qui a géré le côté intimiste. Comme c'est quelque chose d'intime pour nous parce que c'est notre portrait qu'on n'avait pas confiance en nous qu'on est quand même là, on a accepté que les autres puissent rentrer dans notre photo, dans notre intimité. On fait un chapiteau cosy, avec les portraits tout autour et c'est la personne qui se déplace, elle va s'asseoir, elle va regarder et s'inspirer de toutes les photos de nous dans un espace cosy, arrondi, tranquille. Des lumières assez tamisées pour faire justement cocon. En fait voilà, j'ai mis le point là-dessus parce que je trouve ça très important que toutes les personnes qui ont eu un point de départ, ils se sont élancés ! Voilà, le mot est lâché ! (rires)

Ils se sont élancés dans le projet et ont fini par faire quelque chose de beau.

- Qu'est-ce que ça représente pour toi justement de faire rentrer les gens dans cette sphère ?

- L'acceptation de moi. Mon acceptation déjà. Le fait que j'avais beaucoup de barrières. Et aussi pour prouver que quand on veut, quand on a une cohésion de groupe, quand on a un bon environnement, on peut abattre tous ces murs là et laisser entrer les gens dans notre vie et laisser les gens juger sans que ça nous atteigne personnellement. Parce que, une personne peut rentrer dans la sphère et dire oui mais cette photo-là elle est pas si terrible, j'aime pas et du coup voilà. On va dire que malgré qu'elle dise ça, maintenant on est protégé et si elle n'aime pas c'est son choix, du moment que moi j'aime.

C'est un peu les accords de tolèques en fait, entre l'acceptation de soi, entre ... je sais même plus c'est quoi le reste... Faut que mi reli le livre !

- Et... donc toi à l'idée de faire cette exposition t'es comment ?

- Je suis motivée, je suis angoissée aussi parce que je suis quelqu'un de nature stressée. Aussi angoissée parce que j'aime bien que tout est fait correctement, je suis impatiente aussi, pressée d'arriver au résultat. Parce que c'est vrai que dans le contexte actuel avec le covid on peut pas se voir tous ensemble, on peut pas avoir les réunions du coup en direct. On a essayé la visio avec Marie, le souci c'est que la visio on voit un ou deux ou trois personnes maximum du coup on peut pas interagir correctement, du coup je trouve ça frustrant. La partie la plus frustrante pour moi c'est vraiment le fait que ben on est à la maison, tout seule et que on peut pas interagir directement.

- Et par rapport à cet outil la classroom ?

- J'ai pas utilisé du tout, la classroom c'est une très bonne idée, c'est un site de partage le souci c'est qu'on préférerait partager ensemble dans la salle du coup on va dire qu'on a un peu négligé la classroom pour vraiment se concentrer sur le groupe et je pense que le point fort de cet atelier c'est vraiment la cohésion de groupe, l'acceptation de soi, parce que y a beaucoup de personnes qui ne s'acceptaient pas.

L'acceptation de soi, la cohésion de groupe et aussi la découverte de l'art. Je pense que c'est les trois points essentiels pour moi en tout cas, les points forts de l'atelier.

- Et avec ton entourage quand tu rentrais à la maison, est ce que tu avais tendance à le raconter ou le garder pour toi ... comment tu l'as...

- Alors après l'atelier... Bon j'ai eu deux phases de vie hein... j'ai un avant et un après.

Alors avant, Villèle avec mon conjoint et mes filles. Ben mes filles participaient déjà à l'atelier donc on en discutait un peu mais avec Monsieur, on en discutait mais comme ça l'intéressait pas heu... ça revenait justement dans le cadre un peu toxique donc je pouvais pas partager. Chose que j'avais là-bas.

Et ici, ben c'est tout récent que je suis ici. Mais la preuve je t'ai dit de venir carrément chez moi et je suis très intimiste hein, je fais pas rentrer n'importe qui donc voilà je trouve que c'est une part importante de ma vie, c'est une part qui m'a permis de faire des choix dans la vie et heu... oui j'en parle et je dis que du bien sur la photographie sociale et j'encourage les gens à participer à ce genre d'atelier parce que, ils vont se découvrir des choses qu'ils n'ont même pas découvert

avant et je les encourage, vu que je suis en projet, de créer des structures sociales pour que plus de personnes participent à ça.

Parce que c'est quelque chose qui m'a fait beaucoup de bien et aux autres filles aussi et que dans cette société là on pense souvent aux chiffres, on pense souvent à la réussite mais on oublie souvent le côté humain.

- Mmh, d'accord, et est-ce que tu as des choses à rajouter toi ?

- Alors est ce que j'ai des choses à rajouter ?

- Je te laisse le temps de réfléchir...

- Je suis très en forme en ce moment (rires)...

- C'est super... moi y avait aussi sur... comment tu as été amené à choisir d'y participer à ce projet ?

- J'ai pas eu trop le choix (rires) ! Si j'ai eu le choix. Marie m'a appelé, elle m'a dit alors vas y B, on va faire un atelier social photographie et tout j'ai tiqué, j'ai dit photographie... j'aime pas la photo, on va me tirer en photo voilà je suis pas dans cet état-là. J'étais vraiment dans cet état où j'étais en dépression capillaire. Je sais pas si ce mot existe mais c'est mon mot en ce moment : dépression capillaire !

- Capillaire ?

- Ouai dépression capillaire c'est quand on n'arrive pas à gérer ses cheveux et du coup ça vous rend malade. Mais vraiment vous êtes pas bien. En fait c'est une dépression limite, bref ! J'étais vraiment en dépression capillaire. J'étais en dépression capillaire, en dépression pondérale, voilà ! Tant qu'à faire hein et heu... voilà, j'étais vraiment pas bien, j'étais dans une phase de ma vie où j'avais envie de rien faire.

Vu que c'était Marie et que j'avais mes temps libres, j'ai voulu tester et en testant je me suis rendu compte que, il fallait que je sors justement de ce cadre-là. Et que j'ai vraiment titillé au début parce que la photo... Qui aime la photo ? Je sais pas moi, les tops models aiment les photos. Je sais pas moi, les personnes qui na un ptit peu un côté narcissique aiment les photos ! Pas les personnes qui ont un problème de confiance en soi, des problèmes de... Voilà ! Mais finalement c'est très intéressant il faut encourager les gens à faire ce genre d'atelier ! Même si elles veulent pas hein? C'est tu veux pas faire ? Mais vas-y quand même deux fois !

- Parce que toi tu avais déjà fait avec Marie donc... c'est ce que tu me disais...

- Voilà, mais c'était vraiment du bien-être, et c'était vraiment intimidant du fait que là c'est pas toi qui est derrière l'appareil photo pour te sensibiliser au monde mais t'es devant l'appareil photo et j'avais l'impression d'être épiée (rires) ! Mais clairement, par l'appareil j'étais mal à l'aise. On a pris trois heures d'tan pour que je me mette à l'aise pour tirer deux bonnes photos.

Mais j'étais contente de mes photos ! Finalement ! C'était pas, comment dire ça, c'était pas un ... je me comprends dans mes mots, c'était pas un joli classique, c'était pas non plus ou voit top model, magazine et tout mais... ce que je voyais dans cette photo là en fait heu... ça faisait, ça laissait transparaître une sensation de bien-être. En fait, dans la photo j'ai senti que voilà physiquement j'étais bien, j'étais à ma place.

- Quand tu te voyais ?

- Voilà quand je me voyais, quand je voyais l'appareil j'étais stressée, j'étais là... hum... comment elle va ressembler la photo, si je mets ma main comme ça, ça va plus ressembler à rien. Et puis finalement, c'est même pas question de position, c'est même pas question de position c'est voilà du moment qu'on se laisse aller, qu'on se lâche en fait, ben en fait même le corps heu... illumine ! Je sais pas comment dire ça !

- Mmh, d'accord ! Et est-ce que tu as d'autres choses à dire ?

- Non...

- Avant qu'on s'arrête !

- Alors je fais le résumé, le résumé ! Conclusions (rires), conclusion... j'étais une femme heu... isolée dans un cadre toxique qui n'avait envie de rien faire, qui était en train de couler, émotionnellement parlant, pondéralement parlant et capillairement parlant donc... voilà. J'ai eu l'impression d'être tout le temps débordée, on m'a appelée, j'ai rechigné, j'ai pris des excuses du genre heu... oui mais y a mes enfants qui sont là je peux pas, je vais déranger... Marie a quand même insisté, merci à elle, que j'essaye, une fois ! Finalement ça s'est très bien passé, au fil des séances, je crois que j'en ai fait huit, je me suis lâchée. J'ai été sensibilisé par la photo ! C'est à dire que maintenant, quand je regarde la nature, quand je vois un arbre en train de plier sous le vent je trouve ça admiratif, je trouve ça beau ! Avant je vois un arbre qui plie sous le vent, c'est quoi c'est le vent, c'est tout j'irai pas plus loin, là on va dire que je pars plus loin. Je me connais mieux, émotionnellement parlant ! Parce que, avant je faisais pas... je m'écoutais pas ! Avant je m'écoutais pas, j'écoutais pas mon corps, j'écoutais pas mes sentiments, j'écoutais pas mon esprit et en fait, avec l'appareil photo, on est obligé de se

concentrer, de se sensibiliser du coup on apprend sur nous aussi, du coup ça nous permet de faire beaucoup plus de choix.

Du coup voilà au fil des séances j'ai appris que j'adorais être une meneuse. Que j'envahis tout l'espace avec heu... ma voix qui apparemment, j'ai une intonation assez forte. Ma voix et aussi ma présence en fait. Je me rends compte que quand je rentre dans une pièce, je prends de la place avec ma présence, pas avec mon poids ! (rires)

- Ça tu ...

- Non mais en fait, j'ai eu un complexe là-dessus. Mais maintenant, je m'accepte et c'est ça aussi qui est important. Je suis sortie de quelqu'un qui s'aimait pas physiquement et qui aimait pas se voir dans le miroir. Je suis passée d'une personne qui se voit dans le miroir ! Mais qui est plus en dépression capillaire, je trouve ça important car j'ai fait une transition naturelle, c'est passé de cheveux défrisés, lisses à cheveux frisés crépus. Alors l'acceptation de soi avec une société qui adore les cheveux raides alors heu... c'est... c'est horrible ! J'ai pu m'accepter. Du coup-là, j'ai les cheveux un peu coiffés mais si mes cheveux sont pas coiffés je sors sans problème donc franchement nan, c'est un pas énorme.

En tout cas de mon côté c'est un pas énorme parce que beaucoup de personnes pensent que la réussite c'est rapporter de l'argent et briller en société, mais si on s'accepte pas nous même, si on s'aime pas nous même... ben on peut rien faire !

Maintenant je m'aime ! Capillairement parlant aussi (rires) je m'aime, ça va je m'accepte !

- Mmh, et le fait de prendre de la place ?

- Prendre de la place, je l'ai été. J'ai toujours été comme ça prendre de la place, je rentre dans une pièce, tout le monde me voit. Je suis là, je prends de la place !

Mais c'est vrai quand j'ai eu des enfants je me suis effacée, première enfant... Deuxième enfant je me suis encore plus effacée et le fait de rentrer dans une maison familiale avec des personnes toxiques autour... Qui étaient là avec des mauvaises ondes dans le sens que c'était toujours, c'était toujours : « *mais t'as les cheveux frisés heu... tu travailles pas... tu fais rien à la maison pourquoi tu as pas le temps ?* », voilà des mots forts, des mots blessants, qui détruisent une personne. Les mots détruisent une personne et ... du fait que voilà, je me suis perdue et je me suis retrouvée je suis encore plus en forme ! Je suis contente là, moi je suis comme un soleil, je brille en ce moment.

- Et ... pourtant tu disais que devant l'appareil photo, t'osais pas trop bouger...

- Avant oui,

- Comment tu l'expliques ça ? Tu dis prendre de la place et...

- Je prends de la place parce que moi je me vois pas physiquement. En fait quand je dis je prends de la place c'est parce que les autres me font ressentir : « Oh il faut se calmer, tu parles trop fort ou... Voilà il faut laisser les autres un peu faire ». Voilà, c'était pas physique. En fait un moment donné j'acceptais plus mon physique mais j'avais quand même ce côté voilà un peu meneuse, envahissante aussi un peu de temps en temps. Deux bons côtés (rires) ! Du coup, je jouais beaucoup de ça en fait, il me restait que ça. C'est vrai qu'on m'a dit, bon allez t'as ça c'est bien, c'est super et tout. Maintenant il faut que t'acceptes ton corps, c'est là que j'ai dit oh oh ! y a un souci, je peux pas. Je peux pas parce que je trouve, enfin je trouvais, je mets bien je trouvais, que mon corps correspondait pas à ma personnalité.

Et c'était un gros mal être pour moi ! donc heu...Mais finalement c'est bon les deux est raccordés (rires) Finalement c'est bon y a une connexion, une alchimie, c'est bon c'est parfait !

- Ok

- Ah et je tiens à dire pour le portrait, en parlant de corps et esprit. Pour le portrait, j'avais toujours cette idée de me diviser en quatre en fait. J'étais suivie par une psychologue qui m'a dit que toute personne a plusieurs personnages dans sa tête et du coup, il faut faire avec tous ces personnages-là. Moi y avait quatre qui se... qui étaient bien ressortis, c'était une : la mère au foyer, c'est-à-dire sacrifice... dévouement... Sacrifice, dévouement et heu... ben maternelle.

Y avait ce côté-là, y avait le côté un peu je dis tout le temps renarde mais c'est plus professionnel. Je disais renard parce que tout simplement le renard c'est quelqu'un de futé quelqu'un de malin quelqu'un de discret. Et moi je me retrouve bien dans ce totem de renard et là quand je parle du coté professionnellement parlant je mets le mot renard. Je vois bien la femme toute pimpante, jupe crayon, talons, chemisier en mode heu... je sais pas moi faut regarder Netflix, voilà les femmes professionnelles sur Netflix c'est moi. Voilà c'est un côté de mon personnage.

Après y a le coté nature, je suis en pleine résilience, apparemment en ce moment c'est le mot à la mode là, résilience. Effectivement je voulais me rapprocher de la nature, je voulais être autosuffisante, je voulais heu avoir un impact sur l'écologie et l'économie, en faisant les marchés courts et tout et tout... Je fais ça mon cheval de... nan mon... mon combat !

- Oui

- Sauf que, encore une fois si je suis pas, si je m'aime pas et si j'ai pas confiance en moi, je peux pas mener ça.

Ah et le dernier c'est le côté aventurière, c'est un côté meneuse, c'est... je suis là, je suis à fond, je fais tout, je suis une petite boule d'énergie, je cours partout, je suis partante pour tout. Voilà c'était mes quatre personnages, c'était aventurière, work heu... renarde professionnelle, maman et nature. Et en fait, Marie m'a appris que je suis tout ça donc j'ai quatre photos, dans mon portrait. J'ai quatre photos avec mes quatre personnalités assez fortes. Et je suis au milieu. Du coup j'en ai cinq de photos. Et en fait c'est une façon de relier tout ça.

- D'accord,

- Voilà mon portrait.

- Ok, y a autre chose ?

- Nan c'est bon, c'est le portrait qui était quand même très important parce que c'est quelque chose qui me tient à cœur. Parce que j'ai toujours voulu mettre mes personnages dans une case. J'ai voulu être tout aventurière ou tout maman, ou tout... working girl. Mais en fait, heu ... ben nan il faut rassembler tout ça et prendre des parties de tout le monde.

Parce que en tant que maman j'étais souvent dans mon rôle de maman, de femme maternelle et en fait j'étais souvent sur le côté sacrifice qui est d'un côté une très bonne chose mais à outrance en fait... ça... ben ça détruit cette personne là ! Parce que comme on fait passer les autres avant nous, ben on s'oublie !

Et le côté working mum, working girl en fait c'est trop narcissique. C'est trop personnel en fait, on laisse personne rentrer dans sa vie non plus.

Le côté aventurière, quand on est trop partant il faut connaître un peu la sécurité de temps en temps donc c'est pas bon non plus d'être trop aventurière.

Et trop nature ça fait trop hippie et tout, je risque d'habiter dans une cabane là-bas (rires). Voilà je m'isole finalement parce que la société me suit pas, parce que je suis une femme à part si je fais ça donc heu voilà... Il faut tout prendre, à petites doses et me construire !

- Et moi j'ai une question à te poser, par rapport à quand tu dis la photographie sociale, ça veut dire quoi pour toi la photographie sociale ?

- Y a des photographies où on fait des pauses. C'est pour ça que j'étais souvent sur, comment je mets ma main et tout... La photographie des tops models et tout, y a des pauses exprès pour

s'embellir. C'est vraiment des pauses spécifiques, limite douloureux, pour avoir une belle photo. Là nan ! Marie elle a voulu capturer un instant de notre vie ... heu... quand on est bien. C'est-à-dire parfois on a les mains un peu bizarre et tout, mais comme la photo envoie un message fort, envoie à une personne, en fait, notre personne à l'intérieur, comment on se voit à l'intérieur. Que ça nous évoque carrément un sentiment, et c'est pour ça je te dis, c'est de la photographie sociale.

C'est pas de la photographie top model heu... on va se mettre un corset serré pour être sexy nan c'est vraiment on... c'est la beauté intérieure voilà si on résume. C'est vraiment la beauté intérieure qui transparait à l'extérieur. Oh c'est beau ça ! Beauté intérieure qui transparait à l'extérieur (rires) voilà pour ton mémoire !

- Donc c'est ça pour toi la photographie sociale... et après tu parles d'esthétique sociale... Tout ça... tu dis, des ateliers sociaux...

- Oui mais je pense c'est pareil en fait, esthétique c'est pour s'embellir on va faire le sourcil parfait et tout à la mode Hollywood et tout, au fil. Mais le social en fait, je pense, j'ai pas encore fait l'esthétique sociale mais je sais que ça existe. Mais c'est justement savoir prendre soin de toi. Du coup y a une esthéticienne qui est là pour t'embellir mais elle t'apprend justement à reprendre confiance en toi. À valoriser tes défauts, par exemple, dépression capillaire on va m'apprendre à mettre mes cheveux bouclés par exemple ! (rires)

Je sais pas mais voilà à s'accepter comme on est. Et pas changer pour les autres. Je pense que dans tout métier du moment qu'on met social à côté ça peut marcher.

- D'accord

- Pour mettre le côté humain, parce que généralement, je sais pas moi garage social... Ça aussi ça peut marcher ! Garage c'est fait pourquoi ? Réparer une voiture et encaisser de l'argent. Garage social pour moi c'est quoi ? C'est déjà donner accès à ceux qui n'ont pas les moyens en facilitant les crédits... On se perd là non ?... En facilitant les crédits voilà et en donnant des conseils.

On peut essayer avec n'importe quoi ! Alors vas-y on essaie... Animalerie sociale on apprend à ... (rires)

- Ok... je comprends l'idée... ».

SERMENT D'HIPPOCRATE

Au moment d'être admise à exercer la médecine, je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité.

Mon premier souci sera de rétablir, de préserver ou de promouvoir la santé dans tous ses éléments, physiques et mentaux, individuels et sociaux.

Je respecterai toutes les personnes, leur autonomie et leur volonté, sans aucune discrimination selon leur état ou leurs convictions. J'interviendrai pour les protéger si elles sont affaiblies, vulnérables ou menacées dans leur intégrité ou leur dignité. Même sous la contrainte, je ne ferai pas usage de mes connaissances contre les lois de l'humanité.

J'informerai les patients des décisions envisagées, de leurs raisons et de leurs conséquences. Je ne tromperai jamais leur confiance et n'exploiterai pas le pouvoir hérité des circonstances pour forcer les consciences.

Je donnerai mes soins à l'indigent et à quiconque me les demandera. Je ne me laisserai pas influencer par la soif du gain ou la recherche de la gloire.

Admise dans l'intimité des personnes, je tairai les secrets qui me seront confiés. Reçue à l'intérieur des maisons, je respecterai les secrets des foyers et ma conduite ne servira pas à corrompre les mœurs.

Je ferai tout pour soulager les souffrances. Je ne prolongerai pas abusivement les agonies. Je ne provoquerai jamais la mort délibérément.

Je préserverai l'indépendance nécessaire à l'accomplissement de ma mission. Je n'entreprendrai rien qui dépasse mes compétences. Je les entretiendrai et les perfectionnerai pour assurer au mieux les services qui me seront demandés.

J'apporterai mon aide à mes confrères ainsi qu'à leurs familles dans l'adversité.

Que les hommes et mes confrères m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses ; que je sois déshonorée et méprisée si j'y manque.

Vécu d'un projet artistique de photographie par des patients d'une MSP à La Réunion

Contexte : L'art trouve désormais sa place dans des programmes de soins en démontrant son influence positive sur la santé. À La Réunion, en 2019, l'équipe d'une maison de santé pluriprofessionnelle a répondu à un appel à projet proposé par l'agence régionale de santé et la direction des affaires culturelles de La Réunion concernant l'intervention artistique au sein d'une structure de soin. Le projet de photographie « De l'élan au mouvement » s'est déroulé de juin à août 2020 avec dix patients dont deux enfants, usagers de la maison de santé. Dans cette étude, il a été choisi d'explorer le vécu du projet par les patients.

Méthode : Une étude qualitative exploratoire a été menée auprès des huit participants adultes du projet, basée sur l'analyse interprétative phénoménologique (IPA) d'entretiens semi dirigés réalisés dans les deux mois suivants la fin du projet.

Résultats : Ce projet leur a donné l'opportunité de vivre une expérience initiatique à travers l'art, au sein d'un groupe bienveillant et encadré par une artiste engagée dans une démarche de soin. Cette initiation à l'art a été un moyen pour les participants de se sentir vivant, de se détacher du quotidien, d'accéder à leur intériorité (émotions, imagination, connaissance de soi) et de découvrir leurs qualités et leurs forces. Des difficultés ont aussi été révélées telles que celle de se libérer du mental et celle de s'autonomiser. La diversité de l'impact personnel du projet allait de l'apaisement à l'ouverture aux autres et au monde, de l'affirmation de soi à la sensation de liberté et encore de l'autonomisation à la réalisation personnelle. Une transmission de l'expérience vécue aux autres avait lieu à travers la résonance positive auprès des membres de la famille et le désir de communiquer les bienfaits de cette expérience en dehors du cercle familial. Pour certains, la sensibilisation des soignants à cette approche du soin était importante. Cependant pour la majorité, le vécu de cette expérience restait intime.

Conclusion : Ces résultats fournissent un éclairage sur l'intérêt d'une approche holistique du soin prenant en compte les personnes dans toutes leurs dimensions (réalités psychologiques, socioculturelles, familiales...) Dans le cadre du développement de projets de santé en soins primaires, les interventions artistiques gagneraient à être développées sur le modèle canadien ou anglais.

Mots clés : art et santé, projet artistique, soins primaires, vécu, MSP

Discipline : Médecine Générale

Experience of an art photography project by patients of a multi-professional primary health care center in La Réunion

Context: Art is now finding its place in care programs by demonstrating its positive influence on health. In Reunion Island, in 2019, the team of a multi-professional health center responded to a call for projects proposed by the Regional Health Agency and the Directorate of Cultural Affairs of Reunion Island concerning artistic intervention within a care structure. The photography project "From momentum to movement" took place from June to August 2020 with ten patients, including two children, users of the primary health care center. In this study, it was chosen to explore the patients' lived experience of the project.

Method: An exploratory qualitative study was conducted with eight adults participants of the project, based on the phenomenological interpretative analysis (IPA) of semi structured interviews conducted in the two months following the end of the project.

Results: This project gave them the opportunity to experience creativity within a caring group, under the supervision of an artist committed to a care process. This initiation to art was a way for the participants to feel alive, to let go of their daily lives, to access their inner self (emotions, imagination, self-knowledge) and to discover their qualities and strengths. Weaknesses were also revealed, such as the difficulty of freeing themselves from the mind, and the difficulty of empowering. The diversity of the project personal impact ranged from appeasement to openness to others and to the world, from self-affirmation to a feeling of freedom and finally from empowerment to personal realization. A transmission of the lived experience to others took place through the positive resonance with family members and the desire to communicate the benefits of this experience outside the family circle. For some, caregivers' awareness of this approach to care was important. However, for the majority, the experience remained intimate.

Conclusion: These results provide an insight into a holistic approach to care that takes into account all the dimensions of the individual (psychological, sociocultural, family realities, etc.). In the context of the development of health projects in primary care, artistic interventions would benefit from being developed along the lines of the Canadian or English models.

Key words: art and health, art project, primary health care, lived experience, multi-professional health center

Discipline: General medicine