

Alzheimer et art-thérapie

La situation épidémique actuelle, les confinements et l'exigence de distanciation ont réduit brutalement un certain nombre de ressources essentielles pour entourer les aînés. Qu'ils vivent chez eux ou en institutions, c'est le cas de nombreux accompagnements art-thérapeutiques.

Isabelle Ferré

Artiste géographe, plasticienne, art-thérapeute

Démarche de soins basée sur l'accompagnement de la personne dans son processus créatif, l'art-thérapie contribue à transformer les souffrances physiques et psychiques, quels que soient les âges et les états de santé, en lien avec les partenaires médico-sociaux. Ce traitement non médicamenteux peut s'adresser aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer afin de recréer du lien avec le monde extérieur et retrouver une forme d'expression autre que la parole, quand les mots viennent à manquer. Chez le malade Alzheimer, l'art-thérapie permet en effet d'aller réveiller des souvenirs enfouis dans le subconscient, qui sont difficiles à faire émerger autrement qu'en repassant par les sensations ressenties sur l'instant.

Plus que l'objet produit, l'acte de créer devient fondamentalement thérapeutique. Le processus que cette pratique met en œuvre permet de tenir la maladie à distance et d'oublier son emprise, pendant un temps plus ou moins long, dans le cadre d'un dispositif ajusté. Tout commence dès l'accueil des participants, leur déplacement vers l'atelier : s'installer, se vêtir d'un tablier si le matériau créatif le nécessite, échanger quelques mots de liaison, évaluer et choisir papiers, peintures, couleurs, supports, cahiers...

La régularité des séances, leur temps et les différents rituels d'installation, de rangement... réinstaurent un avant, un pendant et un après. Une pulsation. De la temporalité. Attentive à la musicalité, aux couleurs et aux rythmes, aux formes qui surgissent et disparaissent, à l'histoire inconnue sur laquelle accorder les séances, avec ses trous et ses accrocs. Il s'agit de prendre soin plutôt que de faire le soin, à l'opposé de l'institution en mal de réponse, tentée d'entretenir la dépendance. L'art-thérapie se place au contraire du côté des forces de vie, puissantes malgré l'irréversibilité actuelle de ce mal au traitement encore méconnu.

Qu'il s'agisse d'écriture, de musique, de peinture, l'essentiel de l'atelier d'art-thérapie consiste à créer de l'empreinte, tracer des bouts de chemins, contenir

les fragments du récit singulier. « Perdre gravement la mémoire devient ainsi être incapable de donner un sens homogène à sa vie. Celle-ci se résume à des instants suivis d'instant peuplés de restes non toujours perçus comme restes. Restes emplis de retours d'un passé revécus dans le moment présent, en confusion temporelle (...) L'existence est un projet. L'art-thérapie rétablit par moments la dynamique de l'existence en restaurant la force de créer ».¹

À l'occasion d'un partage dans une unité de jour qui accueille des personnes atteintes à différents stades par la maladie, âgées de 50 à 76 ans, je mesure à quel point l'espace et la relation humaine vont donner de l'élan au mouvement artistique qui va se déployer malgré les symptômes. Trois femmes et deux hommes sont entrés, la séance hebdomadaire d'art-thérapie « peinture et collage » peut commencer. Sur de grandes tables des toiles, de grandes feuilles à dessin, tubes et pincesaux semblent les attendre. Accueil, repère. L'un d'eux poursuit une peinture pointilliste. Ce sont les arbres du jardin du Luxembourg, abritant les chaises ouvragées dont je reconnais les ferronneries délicates. Sa parole accompagne son geste d'aquarelle. Ancien architecte, il a connu la ville de près et laisse remonter ses souvenirs de bâtisseur, épris des lieux. Le jardin du Luxembourg guide notre conversation également « pointilliste ».

Je sens son effort pour y retourner. Un blanc. Il hésite et s'excuse : « J'ai un passage de l'oubli ».

Les arbres et le kiosque ont pris forme sur la feuille, mais soudain son geste se suspend. « Je ne me rappelle plus la couleur du lointain ».

Le processus observé au cours d'un atelier d'art-thérapie facilite la venue d'une cohorte de souvenirs, qui surgissent dans le désordre ou s'estompent. Au fil de la narration, des traces essentielles remontent soudain en surface avec une acuité parfois saisissante, illuminant un dessin, une sculpture ou une peinture, un texte. L'expression plastique, gestuelle, vocale restitue parfois des investissements passés, un métier, un sa-

1. Jean-Pierre Klein, directeur de L'Institut national Art et Thérapie, psychiatre, auteur.

voir-faire, un jeu. Ces témoignages de l'habitude sont précieux à l'art-thérapeute pour orienter sa présence souple et sa palette artistique, en écho aux réminiscences des gestes et des outils, des lieux de vie. « L'expression n'est pas qu'extériorisation dans l'instant. Accompagnée par un art-thérapeute ou un médiateur artistique professionnels qui connaissent de l'intérieur l'art proposé et ont été formés à l'accompagnement, l'expression se complète et se transforme peu à peu, elle introduit du mouvement dans un présent immobilisé ». ²

Une radio intérieure

Malgré le diagnostic posé depuis plus d'une année, Alma vit au cœur de sa cité HLM, seule mais entourée de ses petits-enfants, de ses voisines, de son docteur. L'autonomie est encore possible. On attribue à son « fort caractère » la fougue agressive qui la prend quelquefois et l'emporte dans des colères violentes. Elle fait partie des habitants.

Alma est absente aux autres, à la parole des autres. À la place, c'est une langue libérée des contingences extérieures qui se développe, une langue de la solitude parcourue par un flux continu de mots, à l'écoute de ce que l'écrivain Pierre Pachet appelle sa radio intérieure, laquelle diffuse des histoires apparemment lointaines, qui sont en fait les siennes.

Le choix de l'atelier art-thérapeutique installé dans l'espace de vie sociale du quartier fut de l'amener à « faire récit ». Le carnet qui lui est dédié est un contenant, une continuité de lignes et de points qui architecturent la parole qu'elle délivre, en confiance et dans le désordre. Alma raconte, inscrit, parfois je deviens scribe et j'imprime ses mots dans le carnet.

Mots, paroles, scripts, croquis. Le travail d'écriture se déroule à partir du « blanc » que donne à voir la maladie d'Alzheimer, ce trou de mémoire dans la narration. Ce qui apparaît est moins la signification du script qu'une image qui fera acte et trace. La dimension plastique de l'écriture peut remplacer l'agraphie lexicale, modeler sa topographie, le dessin du texte et sa construction spatiale. Cette transformation peut être considérée comme un nouvel état linguistique, laissant vibrer le premier jet d'encre, la rature, la tache, le graphisme que compose l'enchevêtrement des lettres. C'est à cet endroit-là que pourra s'attarder l'art-thérapeute, entre l'indélébile et l'effaçable.

Faites partir les enfants

Lorsque la progression de la maladie et le très grand âge se télescopent, l'écoute attentive de l'artiste-thérapeute permet de donner forme au récit tel qu'il se délivre, tel une fiction fondée sur un vécu bien réel qui se moque des lieux et des temps.

Dans l'Ehpad où elle vit ses quatre-vingt-dix ans, Marguerite mélange les mots et vitupère contre « les enfants » qui mangent au troisième étage alors qu'on l'oblige, elle, à descendre au réfectoire commun !

Je m'étonne de son irritation, face à cette répartition qui la distingue pourtant des personnes les plus dépendantes consignées à ce troisième étage : ceux qu'elle nomme les enfants ou les petits d'une voix courroucée sont presque centenaires. Ils ne quittent plus l'étage et les soignantes ont pour eux les gestes de nourrices. Marguerite n'a plus le souvenir des mots ni des âges, mais elle laisse remonter à la surface de sa mémoire une irritation acide à les voir assis là, « presque à sa place, enfants gâtés ». Elle poursuit en maugréant : « Les petits qui sont là tous les soirs, il faudrait qu'ils partent vite finalement. Ce serait mieux, pour leurs parents... moins de charges ».

L'atelier narratif, en s'attardant sur les verbes employés et la place des mots, permettra de saisir l'histoire entre les lignes : il lui revient, à la vue de ces tablées où elle n'a pas sa place, l'écho d'une grande famille émigrée qui, dans les années trente, peinait à asseoir tous les mômes à la même table. Et la réminiscence confuse de la déportation à laquelle ne pouvaient échapper que les enfants cachés.

L'identité de la personne atteinte de cette souffrance procède d'un feuilletage d'histoires superposées. « Mon histoire d'avant. Réminiscences. La seconde histoire met la maladie en scène, la date et nomme ses symptômes, son évolution, ses constantes. La dernière est une histoire en construction » ³. Entremêlée et en-deçà de l'audible, c'est l'histoire intime du vécu de la maladie d'Alzheimer, celle qu'il s'agit de soutenir dans l'accompagnement art-thérapeutique.

Créer, serait-ce de l'éphémère, signifie laisser une trace,

« L'art est un moyen de vaincre la mort » ⁴ écrivait Hans Hartung. Le témoignage d'une résistance vivante que ce temps de bascule ne doit pas mettre à mal.

2. Jean-Pierre Klein, directeur de L'Institut national Art et Thérapie, psychiatre, auteur.

3. Laura Lange, *L'identité de la malade d'Alzheimer face à la métaphore*. Co-auteur : Nicolas Kopp, Espace Éthique Rhône-Alpes, Site Implications philosophiques, 2012.

4. « L'art me paraît être un moyen de vaincre la mort » peintre français, photographe et architecte d'origine allemande, l'un des plus grands représentants de l'art abstrait, Hans Hartung (1904-1989) fut un résistant engagé durant la Seconde Guerre mondiale contre le régime nazi.