

Au Louvre-Lens, séance de muséothérapie avec des patients de l'hôpital de jour de Liévin.

REPORTAGE

MUSÉOTHÉRAPIE, UNE BOUFFÉE D'ART FRAIS

Une visite au musée sur ordonnance ? Cette pratique se développe en France. Au Canada, la muséothérapie est devenue un objet de recherche à part entière. Mais comment l'art peut-il soigner ?

● SYLVAIN MARCELLI



Aujourd'hui, nous allons travailler sur le portrait, la représentation de soi, de vous... » Emma Delforge, médiatrice au Louvre-Lens (Pas-de-Calais),

adresse un sourire chaleureux à la dizaine de personnes qui lui font face. Ces patients de l'hôpital de jour de Liévin, souffrant de dépression, d'anxiété ou de schizophrénie, commencent leur séance de « muséothérapie ». Ils avancent à pas lents, accompagnés par une infirmière et un interne en médecine, dans la galerie du Temps, une salle d'exposition qui retrace 5 000 ans d'histoire de l'art.

Muséothérapie ? Ni le *Larousse* ni *Le Robert* ne connaissent ce néologisme. Il faut traverser l'Atlantique pour en trouver une définition, élaborée en 2020 par l'Office québécois de la langue française. Son *Grand Dictionnaire terminologique* décrit une « méthode thérapeutique individuelle ou collective qui consiste en l'exploitation de l'environnement muséal à

des fins de bien-être physique, psychologique et social ». Il peut s'agir « de la contemplation des œuvres d'art, de la création artistique en atelier ou de visites guidées en compagnie de médiateurs culturels ». Le champ couvert est donc plus vaste que l'arthérapie qui se concentre sur l'expression artistique dans le cadre d'une psychothérapie.

Emma Delforge propose d'abord aux huit hommes et deux femmes du groupe un temps de relaxation fondé sur la respiration. Puis les amène devant l'imposante statue en marbre de Marc-Aurèle, datée de 160 apr. J.-C. « *Cet homme revient de la guerre, il dégage de la puissance* », observe l'un. « *Il a des griffons sur son armure* », remarque l'autre. La médiatrice anime la séance avec légèreté, suscitant rires discrets et francs sourires. Elle explique que l'empereur romain était aussi philosophe. « *Le stoïcisme, c'est mettre à l'écart les colères envahissantes, ne pas se laisser déborder* », glisse-t-elle, avant d'emmener les participants s'essayer à une nouvelle technique de peinture.

RESENTIR DES ÉMOTIONS

« *Au Louvre-Lens, chaque séance de muséothérapie part de la rencontre avec une ou deux œuvres d'art, pas plus, explique Gunilla Lapointe, chargée des médiations. Il s'agit de prendre le temps de ressentir des émotions.* » Le musée travaille depuis 2014 avec des établissements de santé comme l'hôpital de jour de Liévin. Depuis l'été dernier, des médecins du centre hospitalier de Lens expérimentent aussi les « prescriptions muséales », proposant à leurs patients de bénéficier d'une activité gratuite de leur choix.

Cette conception du musée comme lieu du *care* (de la sollicitude, de l'attention à l'autre) voire du « *cure* » (guérison), pour reprendre des concepts anglo-saxons, se diffuse partout en France. En novembre 2023, le musée d'art contemporain de Bordeaux a accueilli un groupe de dix femmes en situation de burn-out : elles ont brodé au fil des séances des dessins symbolisant leur souffrance et leur histoire, avant de réunir ces créations dans une



© SYLVAIN MARCELLI



installation commune. Au même moment, le Palais des beaux-arts de Lille s'est lui aussi lancé dans la prescription muséale. Ce musée, qui travaille déjà avec des services d'oncologie, d'addictologie et de pédopsychiatrie, se dit prêt à accueillir jusqu'à 1 400 patients par an. Il organise aussi des ateliers pour des malades d'Alzheimer et des couples engagés dans un parcours de procréation médicalement assistée.

Directrice de l'Institut du monde arabe (Ima) à Paris et responsable d'un séminaire sur le sujet à l'Institut national du patrimoine, Nathalie Bondil constate « une véritable ébullition autour de la muséothérapie ». Elle a été une des premières à utiliser ce terme alors qu'elle dirigeait le Musée des beaux-arts de Montréal (de 2007 à 2020). « Je vois le musée comme un lieu de bien-être, de mieux-être, voire de guérison, explique-t-elle. Évidemment, il ne s'agit pas de promouvoir une médecine alternative, mais de développer des soins de support dans une vision holistique du patient. »

La muséologue Mélissa Nauleau fait remonter les origines de la muséothérapie aux intuitions du peintre Adrian Hill qui convainquit en 1944 la Croix-Rouge britannique « que le contact avec l'art améliorerait le bien-être et favorisait la guérison des malades » ❶. L'artiste fit expédier plus de 4 000 reproductions d'œuvres d'art dans 200 hôpitaux, autorisant les patients à en choisir une pour l'exposer dans leur chambre.

Le concept de musée thérapeutique s'est affirmé au Royaume-Uni dans les années 2000, avant d'essaimer outre-Atlantique, d'abord au MoMA de New York puis aux Beaux-Arts de Montréal. Malgré des initiatives pionnières comme à Dreux (Eure-et-Loir) en 2013 ❷, les musées français ont mis plus de temps à s'y mettre, jugeant ce champ d'expérimentation « peut-être encore trop original, sinon complexe par la pluridisciplinarité qu'il convoque », observe Mélissa Nauleau.

Un rapport publié en 2019 par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) ❸ a contribué à faire bouger les

lignes. Après avoir analysé les données de plus de 900 publications, l'OMS a confirmé « le rôle majeur des arts dans la prévention des problèmes de santé (...) ainsi que la gestion et le traitement des maladies tout au long de la vie ».

DES RECHERCHES ENCOURAGEANTES

Le Musée des beaux-arts de Montréal (MBAM) participe à une dizaine de projets pilotes en recherche clinique. Une étude menée avec l'université McGill a conclu dès 2018 à une progression du « niveau de bien-être » de 150 personnes âgées de 65 à 94 ans après des visites guidées, ateliers, séances de danse et de yoga. Plus frappant encore, « à l'issue des trois mois de médiation culturelle, les participants à la santé fragile ont noté une nette amélioration de leur état ». Le fait de ressentir, d'exprimer et de partager des émotions, en peignant et en dessinant, semble allonger l'espérance de vie en bonne santé – exactement comme le fait de pratiquer une activité sportive. ➤

Une autre recherche menée au MBAM et publiée en 2023 s'intéresse à deux groupes de femmes atteintes d'un cancer du sein. Elles ont bénéficié de dix séances de trois heures combinant visites et ateliers artistiques. Certaines mettaient pour la première fois les pieds dans un musée. Selon les autrices de l'étude^①, la muséothérapie les a aidées à « exprimer artistiquement, visuellement et verbalement des expériences et des émotions qui n'avaient jusqu'alors pas trouvé leur voix ». Grâce au savoir-faire de la médiatrice, les participantes expriment face aux tableaux des émotions profondes et intimes. Leurs productions artistiques traduisent ensuite leurs rêves et leurs peurs, les changements provoqués par la maladie, le « désir de sentir vivante ». Alors qu'elles étaient isolées, en arrêt de travail ou à la retraite, ces femmes parviennent à « se connecter à l'histoire des autres par la créativité, le partage et le soutien ».

L'expérience ne serait sans doute pas aussi forte dans un autre lieu. « Se rassembler autour d'un objet d'art permet de se relier à quelque chose de plus grand que soi », relève Mélanie Deveault, directrice des programmes culturels, éducatifs et d'art-thérapie au MBAM. Ce qu'on trouve dans un musée, c'est notre humanité, une partie de notre histoire. »

L'ART CARESSE NOTRE CERVEAU

L'effet bénéfique des œuvres d'art sur nos cerveaux est documenté sur un plan scientifique, selon le neurologue Pierre Lemarquis, auteur de *L'art qui guérit la mémoire* (2023) : « L'art sculpte notre cerveau, en créant de nouvelles connexions, en mobilisant la mémoire. Mais il le caresse aussi, en agissant sur le système du plaisir et de la récompense, avec la libération de morphine endogène et de dopamine.

“ POUR DES PATIENTS ALZHEIMER, VOIR DES ŒUVRES D'ART, ÇA CHANGE DES TESTS COGNITIFS ! ILS REDEVIENNENT QUELQU'UN. »

PIERRE LEMARQUIS, NEUROLOGUE

Voilà pour la chimie. Mais il y a aussi le côté social : face à un portrait, notre cerveau réagit comme s'il était face à une personne. Il considère la peinture comme quelque chose de vivant. Si c'est de l'art abstrait, il retrace le mouvement du peintre. »

Pierre Lemarquis évoque les effets d'une visite au musée sur des patients atteints d'Alzheimer. « Il y a un effet euphorisant. Voir des œuvres d'art, ça les change des tests cognitifs ! Ils donnent leur avis, reprennent confiance, redeviennent quelqu'un. » Les impressionnistes ont la cote. « J'ai remarqué que Le Déjeuner sur l'herbe avait un effet madeleine de Proust : ce tableau fait marcher la mémoire sans passer par le langage. »

Mais en transformant le musée en lieu de soin et de bien-être, ne risque-t-on pas d'occulter la fonction critique de l'œuvre d'art ? Celle-ci exerce sa puissance quand elle nous dérange, nous bouleverse, nous transforme – quand elle est une « hache qui brise la mer gelée en nous », pour paraphraser Franz Kafka. La question surprend Nathalie Bondil. « Certes, on évite de

montrer des portraits à des personnes présentant un syndrome autistique parce qu'elles n'aiment pas se confronter aux regards. Mais lorsqu'on travaille avec des femmes atteintes d'un cancer du sein, le choix des tableaux est absolument libre. En réalité, la muséothérapie élargit la vision des œuvres, en amenant d'autres publics au musée. »

Au Louvre-Lens, le petit groupe a délaissé Marc-Aurèle pour s'installer dans un atelier ouvert sur le jardin du musée. Emma, la médiatrice, appuie sur un tube pour faire sortir la couleur. Elle propose aux patients de recouvrir leurs portraits (des photos prises lors de la séance précédente) de noir, de jaune ou de rouge puis de gratter la matière pour créer une autre image d'eux-mêmes. Les participants se lancent avec enthousiasme. Jérôme aime ces séances du vendredi, qu'il juge « très agréables ». Son voisin, Kylian, hoche la tête : « Ça détresse. » « Je découvre des choses que je n'ai jamais faites, et ce lieu est émouvant, ajoute Emmanuel. Venir ici, ça me rassure, ça me libère de tout ce qui est derrière... »

Cette série de dix séances fait l'objet d'une évaluation clinique par la faculté de médecine de Lille. Chaque vendredi, en arrivant et en repartant, les participants remplissent un questionnaire mesurant leur niveau d'anxiété et de bien-être. À voir leurs sourires cet après-midi, le bien-être semble largement l'emporter sur l'anxiété. ●

① Mélissa Nauleau, « Musée + art-thérapie = muséothérapie ? », *La Lettre de l'Ocim*, n° 175, janvier-février 2018.

② Axelle Marin, « Quand le musée soigne », *La Lettre de l'Ocim*, n° 157, janvier-février 2015.

③ Daisy Fancourt et Saoirse Finn, « Quelles sont les bases factuelles sur le rôle des arts dans l'amélioration de la santé et du bien-être ? », Rapport de synthèse, n° 67 du Réseau des bases factuelles en santé, OMS, 2019.

④ « Les apports de l'art muséal et de l'art-thérapie auprès d'un groupe de femmes atteintes du cancer du sein », dans Lise Pelletier et Jacinthe Lambert (dir.), *L'Art-thérapie auprès des groupes. Réflexions théoriques et développements cliniques*, Presses universitaires de Québec, 2023.