



04 – 02 – 2025
Céapsy
+ Visio
De 14h30 à 16h30

ÉTAIENT PRESENTS :

- 19 membres de la communauté 😊

I. L'AGENDA DES PROCHAINS ÉVÉNEMENTS

<i>ÉVÉNEMENT</i>	<i>Date</i>	<i>Lien</i>
<u>Journée régionale travail pair et pair-aidance</u> <i>Fédération des Acteurs de la Solidarité</i>	13/02	lien
<u>Prix Rétablissement et Pouvoir d'Agir</u> <i>Les Ailes Déployées en collaboration avec le collectif de pairs-aidants Orpairs</i>	18/02	lien
<u>Journée Portes Ouvertes 2025</u> <i>du Céapsy avec Positive Minders</i>	11/03	lien
<u>Webinaire Santé mentale et Travail : La prévention en santé mentale</u> <i>Cop-SMT</i>	18/03	lien

II. RÉSUMÉ DES ÉCHANGES

Thématique retenue par les participants :

Culture et Rétablissement : Accès à la culture/Fréquentation d'œuvres d'art/ Place de l'art dans l'accompagnement

✓ Vécu des troubles et pratique artistique/culturelle :

La question de la place de la culture dans le champ de la santé mentale est d'abord celle de l'expérience qu'en font les personnes directement concernées dans leur parcours de rétablissement.

À cet égard, des témoignages évoquent une pratique de l'art/culture comme une parenthèse de créativité dans un quotidien marqué par les retentissements des troubles :

Quand j'étais hospitalisé, les moments d'activités culturelles faisaient partie des moments qui me faisaient du bien. Une des seules bulles de respiration que j'avais. C'était des temps de partage. C'était dur de retourner dans le service après ces séances.

De pouvoir avoir la musique, les arts plastiques où je ne suis pas doué, de me confronter et d'essayer de produire quelque chose sans pression. J'en ressortais toujours content d'avoir passé ce moment.

D'autres associent cette pratique à un « outil » de rétablissement qui contribue au mieux-être de la personne :

J'utilisais l'écriture au départ pour me réparer. Puis, j'avais essayé d'écrire mon histoire et moment où ça allait mieux, je n'y arrivais plus ; comme si j'avais dépassé ce stade. Avant l'écriture, c'était comme respirer, mais pas aujourd'hui.

On a tendance à penser la culture en santé mentale sur le versant thérapeutique sans distinguer finalement : qu'avoir l'opportunité d'accéder à la pratique culturelle, ça créé des effets thérapeutiques parce que l'objectif ne l'est pas justement.

Enfin, la culture a aussi été évoquée dans sa dimension pédagogique pour représenter la maladie et ces effets :

*La culture **comme support d'explication** de nos troubles c'est pas mal. On a fait des films d'animation, des courts métrages pour expliquer l'impact psychologique des catastrophes naturelles.*

*On fait passer beaucoup de choses par l'art. J'aime bien ton expression de **sublimation créatrice**.*

✓ La santé mentale et sa représentation dans les œuvres culturelles :

Lors de échanges, les participants ont relevé que les artistes, tous médias confondus, se saisissent parfois de la question de la santé mentale d'une manière qui peut renforcer des stéréotypes négatifs :

*On parle d'accès et de pratique mais il y'a aussi l'angle la personne psychiatisée qui devient **l'objet de culture** (romans, peinture, etc...) ça vient renforcer une idée de la différence et ça n'aide pas l'intégration et à l'inclusion, il faut que les personnes concernées restent motrices de cette création.*

L'an dernier Positive Minders a présenté les Schiz'awards, une cérémonie pour « récompenser » les films qui représentent les troubles psychiques de manière caricaturale

Et lorsque les publics concernés se servent de la culture pour s'exprimer, celle-ci devient presque politique et permet de poser un regard réflexif sur la maladie et sa prise en charge.

On voit des personnes en rétablissement qui font des performances artistiques qui sont des aller-retours avec le fait d'être objet de soin. Qui utilisent l'art comme un moyen de critiquer la psychiatrie.

✓ L'Accès à la culture ainsi qu'à la pratique artistique :

Les participants ont abordé la question de l'accès à la pratique artistique ainsi que de la confrontation directe des personnes aux œuvres.

La question est de savoir comment amener des personnes vers des institutions culturelles et comment amener les personnes elle-même à créer et à faire de l'art ?

Un des premiers leviers identifiés consisterait à lever les freins à l'accessibilité des maisons culturelles d'un point de vue matériel : freins géographiques, financiers, de mobilité, de déambulation dans des espaces bruyants, Ainsi que les freins institutionnels : remise en contexte des œuvres, présentation d'artistes contemporains.

Permettre aux personnes de s'approprier la culture. Ça passe notamment par informer le public que les espaces culturels sont

accessibles. Par exemple, les musées de la ville de Paris sont gratuits mais peu de personnes le savent, y compris chez les professionnels.

Mais qu'inclue-t-on dans le terme de culture ? est-ce que toutes les activités y sont représentées à niveau égal ? Ces questions ont mis en lumière une tendance à la hiérarchisation dans les pratiques culturelles et l'écueil de l'élitisme dans la considération des « arts ».

Moi le jeu vidéo c'est un média qui m'a aidé, dans la diversité des genres proposés, dans les histoires racontées. Comment en faire un objet valorisé ? d'autant plus qu'il évolue et que beaucoup d'outils d'accessibilité sont créés pour le rendre accessible

A également été évoqué l'enjeu de la confrontation à un « type » de culture spécifique dans un contexte de mixité des origines géographiques et culturelles.

*La culture dans les musées est souvent la **culture dominante**. Je travaille avec des personnes étrangères et leur montrer une culture blanche ça ne leur parle pas forcément.*

La nudité, le rapport à l'intimité, les questions de religion, il y'a des visions qui peuvent heurter notre sensibilité si on est issu d'une autre culture.

On a un public multiculturel et, pour certains, voir des personnes dénudées, ce n'est pas possible. Donc a mis des choses en place pour les amener progressivement vers la culture.

Cette thématique nous amène ainsi à questionner la place qu'occupe la culture dans nos quotidiens ? Est-ce que nos modes d'organisation autorisent le dialogue, la confrontation régulière avec la culture ?

On parle beaucoup des représentations négatives que l'on retrouve dans la société. Ça fait partie du bassin culturel dans lequel on baigne tous. Comment fait-on pour promouvoir des pratiques qui amènent à parler de culture au quotidien ?

✓ Culture et accompagnement

Comment les professionnels appréhendent-ils la culture/l'art dans l'accompagnement ? les témoignages mettent en lumière deux tendances à ce propos :

Les structures où la dimension culturelle/artistique est un impensé de l'accompagnement

C'est aussi un objet de culture professionnelle. L'idée du rétablissement c'est de changer la culture. En hôpital j'ai vu des soignants qui disaient que les patients n'étaient pas là pour se connaître et se rapprocher. Y'en a qui disaient que les lieux de soin ne sont pas des lieux de divertissement

*Comment amener ça (la culture) comme un **sujet prioritaire dans l'accompagnement** ? dans nos missions on est avant tout sur l'orientation vers les soins et l'ouverture des droits etc... Et la culture ça vient en dernier.*

...et d'autres qui s'appuient pleinement sur ce levier pour accompagner leurs publics.

*Chez nous on a mis en place une gazette trimestrielle, la possibilité de mobiliser une art-thérapeute + deux pages d'accès à la culture avec des expos familiales ou individuelles gratuites. L'idée c'est **d'essayer de donner envie.***

*Il y'a une association qui utilise la culture comme un **levier d'accompagnement social**, comme vecteur d'apprentissage de la citoyenneté. Les travailleurs sociaux nous ont fait le retour que les gens ont pu avancer dans leur parcours après avoir fréquenté des espaces culturels*

J'ai découvert un dispositif d'accompagnement vers l'emploi (Up emploi) qui utilise la pratique artistique comme un levier d'accompagnement pour leurs publics et l'art fait partie intégrante du modèle d'accompagnement

.....

Thématique connexe : l'humour. Rire pour se rétablir, rire du rétablissement

L'on observe de plus en plus fréquemment que l'humour s'invite dans les témoignages autour de la santé mentale. De là à parler de l'humour comme un levier de rétablissement ? Peut-être.

*J'ai dit que humour et culture est lié. J'ai lu dans mon parcours que l'humour est une première réponse au psychotrauma. En fait, **les gens utilisent l'humour pour rester en vie.***

Je vois de plus en plus de témoignages de personnes concernées qui utilisent l'humour, qui rient de leur rétablissement en public. Et on voit même se développer des ateliers de rigologie.

Il y'a des artistes, eux même concernés qui font du stand up en parlant de leurs difficultés

Avec cette même mise en garde sur un humour qui s'exprimerait au dépend des personnes concernées :

*C'est important pour beaucoup **d'utiliser l'humour pour se rétablir**, en revanche, quand ça vient de l'extérieur et qu'il y'a une injection à rire de nous-même, **ça peut devenir pesant et néfaste**. Il faut que la personne soit motrice dans ces démarches et ça module l'expérience.*

L'humour c'est important mais oui, il y'a une différence entre rire « avec » et rire « de »

Sans oublier le regard critique et réflexif que l'humour permet d'avoir sur des sujets complexe voire tabous

Marco Decorpeliada a écrit un bouquin, où il a proposé des « shizomètres ». Il a travaillé à partir des correspondances entre les numéros du code DSM et d'autres support qui utilisaient des mêmes codes. Là on peut voir comment la culture permet aussi de formuler une critique par l'absurde

Ressources/actions évoquées en lien avec la thématique :

- **Lisa Mandel** : auteure des BD notamment sur le Rétablissement
- **Cap Game** : [association](#) qui vise à rendre le jeu vidéo accessible à toutes et tous
- **« Jeux vidéo et santé mentale »** : ouvrage écrit par Mathieu Cerbai, Psychologue spécialisé en neuropsychologie
- **Marco Decorpeliada** : *L'homme au schizomètres*
- **Up emploi** : parcours innovant, sur-mesure et bienveillant pour progresser sur le chemin de l'emploi (association Up for Humaness)
- **Cultures du cœur** : [lien](#)

- **Culture Relax** : [lien](#)
- **Arts et Convergences** : [lien](#)
- **Schiz'awards (Positive Minders)** : [cérémonie](#) de déconstruction des représentations
- **SolYmusées** : [programme](#) d'accompagnement vers la culture

III. PROGRAMME

Calendrier :

→ Vendredi 14 mars 14h30 à 16h30 (au Céapsy ?) **Format hybride**