

Extrait de Walter Hesbeen (coord.), *Repenser les fondements humanistes du soin*, Paris, © Éditions Seli Arslan, 2025

L'art et la littérature, une voie d'humanisation des pratiques de soins face à l'enfance maltraitée

Nathalie Bruneau

Introduction

L'idée de « repenser ce qui humanise nos pratiques de soins¹ » nous confronte à une évidence – nos pratiques sont le plus souvent empreintes d'humanité –, mais aussi à une difficulté. En effet, le plus simple, l'essentiel n'est pas toujours si facile à énoncer, à étayer, à verbaliser. « Repenser », ici, vient dire quelque chose de nos postures, de nos démarches de soins, de nos liens avec la souffrance, la maladie, la mort dans le cadre de nos pratiques. Cela vient aussi nous interroger sur la manière de transmettre, de mettre en mots, d'acter ce qui fait l'humanité de nos pratiques.

Peut-être que notre propre humanité est si intimement liée à ce que nous sommes que nous la mettons quelquefois en sommeil. Parfois aussi, la vie prend le dessus avec un tel fracas que nous en oublions ce qui fait notre humanité. Il peut encore arriver que, face à trop de faits ou de dires inhumains, nous cachions notre propre humanité pour nous protéger, pour rester « professionnels », par exemple en étant axés sur la technique. Notre histoire de vie peut également avoir impacté notre part humaine, créant de telles défenses que nous cherchons à nous préserver de trop de vibrations humaines. Mais comment s'occuper d'un être humain sans notre humanité ?

1. Titre des XXIV^{es} Journées itinérantes francophones d'éthique des soins de santé (JIFESS) qui font l'objet de ce livre ; cf. aussi supra, note 1, p. 11.

Je vais essayer de pousser cette réflexion à travers mon activité au sein d'un service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent.

L'adolescence, une période complexe en quête de liens humanisants

Je travaille auprès d'enfants ayant subi des traumatismes répétés et cumulatifs au sein de leur famille. Ces enfants sont confrontés à un trauma développemental qui se manifeste souvent douloureusement à l'adolescence. Je reçois essentiellement des adolescents ayant subi de la violence sexuelle et physique au sein de leur famille, pendant l'enfance. De tels traumatismes de vie vécus à cet âge nous interpellent constamment sur nos postures pour les accompagner au mieux sur leur chemin de vie si blessé, si chaotique, si peu énonçable.

L'adolescence est un passage, un moment empreint de bouleversements, de changements, de remaniements psychiques ; mais c'est aussi un moment intense, fort en ressources et en capacités de changement. L'adolescent est un être en devenir, une personne en formation, que ce soit sur le plan physiologique, cognitif, sociologique ou psycho-affectif.

Cette période de vulnérabilités, de fragilités sollicite, de la part de la famille, de l'entourage, une présence rassurante. Il s'agit d'être suffisamment à proximité pour apporter cette sécurité émotionnelle dont les jeunes ont tant besoin. Les accompagner au mieux en acceptant que leur principale démarche consiste à devoir s'individualiser, se questionner et développer leur propre identité, dans un processus d'autonomisation, fait partie du cœur de notre métier.

Les adolescents ont autant besoin de nous qu'ils nous rejettent ; en effet, ils sont pris dans un paradoxe, bien caractérisé par cette phrase si souvent entendue à l'adolescence : « Lâchez-moi ! ». Oui, nous devons les lâcher pour qu'ils puissent explorer leur propre individualité et, ainsi, s'autonomiser. Cependant, il importe d'entendre ce qu'ils nous disent au fond avec cette phrase : « Lâchez-moi !... mais surtout soyez bien là ». Ils ne peuvent quitter, se séparer que de ce qui est solidement rassurant. Ils doivent couper le cordon sans rompre le lien d'attachement. Cette période est donc complexe. Comment les lâcher sans les lâcher ; les lâcher pour leur autonomie, mais dans une sécurité émotionnelle suffisante pour qu'ils puissent avoir comme socle et comme repère des adultes solides, stables et prévisibles ?

Traversant une période complexe, l'adolescent a d'autant plus besoin de liens humanisants, d'engagement et d'attachement ; de liens assurant une continuité et une stabilité. Les parents, les proches, mais aussi les professionnels sont des figures d'attachement rassurantes indispensables dans ce lien authentique et affectif. Ils sont leur sécurité de base, un véritable tremplin pour leur permettre de prendre leur envol. Or, il est difficile de prendre son envol vers l'autonomisation sur un terrain marécageux, boueux, peu stable, où le moindre pas fait que je m'enfonce. Le socle se doit d'être sûr, solide, rassurant afin de ressentir cette confiance pour un envol, dans un mouvement d'autonomisation. C'est une évidence pour la plupart des adolescents. Mais c'est une nécessité vitale pour les adolescents blessés et fragilisés par la vie, par leur histoire personnelle.

Donner à voir des valeurs humaines et avoir foi en l'humanité des adolescents

Les adolescents sont notre avenir et nous savons qu'ils se développent beaucoup par imitation. S'ils devaient nous imiter, s'identifier à nous, nous prendre comme exemple, qu'aimerions-nous leur transmettre ? Repenser ce qui humanise nos soins nous oblige en tant que professionnels, comme en tant que parents. Cela nous oblige à penser nos postures pour assurer un exemple de vie digne des valeurs humaines que nous portons si souvent haut et fort.

Il s'agit de leur apporter toute notre humanité en assurant, en défendant les valeurs de dignité humaine, d'égalité, de liberté, d'esprit critique, de tolérance, de fraternité, de savoir, de respect de l'être humain et de respect de l'environnement. C'est une évidence que les professionnels qui prennent soin d'adolescents partagent. D'autres valeurs humaines encore peuvent être citées : l'acceptation, la considération, l'accueil, l'ouverture, l'entraide, la réciprocité, la solidarité, l'écoute, la bienveillance, l'empathie, l'affection ou l'amour. Cependant, ces valeurs peuvent s'oublier dans nos fatigues, peuvent se perdre dans nos fragilités, fondre dans nos institutions. Le risque actuel est bien la fatigue physique et psychique des adultes, avec le manque de solidité, de stabilité.

Nos postures parentales, nos postures soignantes sont colorées de toutes ces valeurs qui devraient imprégner chacun de nos gestes, chacune de nos paroles, car nous sommes regardés, observés.

S'il convient de donner l'exemple avec nos propres comportements et nos façons d'être en lien avec les adolescents, il importe également d'avoir foi en leur humanité et en leurs histoires, quelle que soit leur histoire. Tout adolescent peut avoir accès à ses ressources, à ses potentialités humaines, psychiques pour se stabiliser, se réparer et avancer dans la vie.

Repenser ce qui humanise nos pratiques nous contraint ainsi à nous questionner tout d'abord sur ce qui nous humanise, nous, en tant que professionnels, pour ensuite le transposer à nos postures, illuminer nos pratiques.

Dans une société fragilisée par tout ce qui se passe, le risque est que parents et professionnels soient eux-mêmes fragilisés dans le lien aux adolescents, ne parviennent pas à être suffisamment porteurs de valeurs essentielles à notre humanité. L'adolescent est un être en devenir, en transition. L'adolescence est l'âge des changements, de tous les possibles, tout comme des identifications fortes. Il s'agit donc d'éviter nos propres projections, de laisser filtrer notre angoisse dans un monde difficile.

Pour faire émerger cette humanité, nous devons d'abord être en connexion consciente avec la nôtre pour ensuite avoir foi en la leur et en leur potentialité créatrice. En effet, pour dépasser une souffrance, pour réparer psychiquement un traumatisme, une sublimation – au sens psychologique – est requise, à savoir une transformation, une transposition en quelque chose, sur un plan supérieur de réalisation, comme l'art et la culture.

L'art et la littérature comme espace d'humanisation face à l'enfance maltraitée

Dans notre unité travaillant sur le traumatisme complexe, notre intention de soin, d'accompagnement est constamment portée par des espaces et dispositifs pour magnifier et transcender le vécu. Outre le travail thérapeutique individuel adapté à chaque enfant, à chaque adolescent, l'accès à différentes formes artistiques en général et à la littérature en particulier est une priorité pour que notre unité corresponde à l'espace d'humanisation des soins.

Tout en restant dans la clinique de la complexité pour favoriser l'intersubjectivité, la rencontre, nous avons mis en place deux axes de soins sous-tendus par l'humanisation des soins face à l'enfance maltraitée.

Des ateliers d'art pour révéler les potentialités créatrices

Pour accompagner la potentialité créatrice des adolescents dans un souci d'humanisation de nos pratiques, des ateliers d'art ont ainsi été mis en œuvre. Il ne s'agissait pas d'art-thérapie – qui comporte en lui-même une belle force de réparation –, mais d'espaces avec des artistes, qui apportent leur créativité, leur folie créatrice, le choc esthétique. Les psychologues, en binôme avec l'artiste, apportent, eux, la dimension thérapeutique qui se retravaillera dans un second temps, en individuel.

L'objectif était de tenter de reconnecter l'adolescent à ses propres potentialités créatrices en lui permettant d'être touché par un tableau, une œuvre d'art, d'être emporté par une musique, d'être ému par un conte, d'être bouleversé par le mouvement d'une danseuse.

Si la base de notre démarche était d'ouvrir des espaces de création artistique, nous avons surtout la volonté de porter une nouvelle dynamique vibratoire. En effet, la vibration de vie de ces jeunes est souvent douloureuse, empreinte de peurs, d'anxiété, de doutes et de chaos. Nous cherchions à les renvoyer à un autre mode vibratoire, celui offert par les différentes formes d'art, ouvrant à une vibration autour de la beauté.

La littérature comme voie pour exprimer l'innommable

Ces enfants ont du mal à énoncer l'innommable, à dire des événements qui ont créé de véritables trous de représentations. La pensée peut se retrouver figée. C'est le phénomène de débordement du psychisme d'une personne qui se trouve dans l'incapacité de symboliser une expérience effrayante, une incapacité de penser, d'élaborer, de réagir.

Ce débordement du psychisme, cette submersion des capacités de l'appareil psychique laisse une « trace mnésique impensable, irreprésentable. Celle-ci risque alors de surgir de façon impromptue, d'envahir le sujet lorsque des perceptions sensorielles (odeurs, bruits particuliers, postures ou tout autre stimulation sensorimotrice) viennent la réactualiser.

Un traumatisme psychique peut ainsi se traduire par une déchirure du récit, une lacune dans la construction narrative que chaque sujet ou groupe social se construit de lui-même et du monde qui l'entoure afin de donner sens à la qualité de sa vie. Celui ou celle qui est victime d'un tel traumatisme peut être incapable de le mettre en récit, donc d'en faire quelque chose qui puisse se raconter et se transmettre.

Pour permettre cette remise en récit, nous sommes partis de textes littéraires classiques, de poèmes qui évoquaient la souffrance, des peurs, des drames, des vies chaotiques, mais aussi des ressources, des potentialités adaptatives.

Dans mon bureau, des extraits de textes sont accrochés au mur et je les lis souvent à haute voix. Souvent, l'adolescent me regarde d'abord surpris, puis la force de la littérature l'imprègne, avec la sensation que quelqu'un d'autre a su mettre les mots qu'il n'arrivait lui-même pas à trouver sur ce qu'il a vécu. Il peut ressentir qu'il n'est pas seul face à la souffrance et à l'innommable.

Une situation

Cet axe de soin peut être illustré par la situation d'une jeune fille que je suis depuis plus d'une année. Ses parents sont séparés ; elle ne connaît que très peu son père, avec lequel elle n'a aucun lien. Sa mère a des accès de dépression forte, et si elle sait se montrer adaptée dans la relation avec sa fille, elle est parfois indisponible. Cette jeune fille de 17 ans vient pour des moments d'angoisse très importants, avec des passages à l'acte auto-agressifs. Je la rencontre suite à une hospitalisation pour tentative de suicide.

Elle parle très difficilement d'elle, mais dit avoir la volonté de sortir de ces angoisses massives et d'un début de déscolarisation. La scolarité est un repère majeur pour elle mais, au moment où je la vois, elle n'arrive plus à s'investir dans ses études. Ce n'est qu'au bout d'une année qu'elle a pu me parler de ce qu'elle avait subi. Lorsque nous élaborions ensemble son histoire de vie en utilisant une ligne de vie, rien n'était dit sur une période de sept années. Une fois la confiance entre nous instaurée, elle a pu exprimer qu'elle avait subi pendant plus de 7 ans les viols de son grand-père, les agressions sexuelles ayant commencé alors qu'elle était en primaire.

Cette jeune fille a de véritables ressources de résilience, par l'écriture, la lecture, le sport, ainsi que le dessin ; de très grande qualité, ses dessins l'accompagnent au quotidien. Elle veut bien les partager avec moi. Elle dessine des corps, des personnages. Sur les trois dessins qu'elle me montre, aucun des personnages n'a de bas du corps et les mains sont floutées. Sont dessinées avec précision tous les hauts des corps et le seul dessin où des jambes apparaissent, celles-ci sont tordues et disproportionnées par rapport au reste du corps. Pas à pas, je tente de faire un lien entre ce qu'elle a vécu et ses dessins, entre ce qu'elle a vécu et ses passages à l'acte actuels. Elle est d'abord catégorique : le lien est impossible. Puis, petit à petit, elle ac-

cepte de parler de ce qu'elle a vécu, avec beaucoup de manifestations très anxieuses. Le temps est indispensable pour dire le traumatisme. Elle se questionne aussi sur son identité, ne parvient pas se reconnaître dans son corps actuel. Son lien aux autres est marqué soit par le repli, soit par l'impulsivité et la colère. Celui avec sa mère est conflictuel, très distant. La plupart du temps, elle est hébergée chez son amie. La mère, pour sa part, est évitante sur toutes mes demandes de rendez-vous et ne peut que s'exprimer sur la scolarité chaotique de sa fille.

Lors d'une séance, je lui ai parlé d'orage interne pour chercher à décrire le psychotraumatisme, en lui lisant une phrase attribuée à Sénèque accrochée au mur de mon bureau : « La vie, ce n'est pas d'attendre que l'orage passe, c'est d'apprendre à danser sous la pluie ». La jeune fille, happée par cette phrase, m'a alors demandé si je pouvais lui apprendre à danser sous la pluie. Les séances suivantes ont été très riches d'extraits littéraires ; elle allait elle-même les chercher pour traduire un début de ressenti et d'émotions au travers des mots des autres. Cette jeune fille a ainsi trouvé dans la littérature la possibilité de nommer l'innommable et d'avoir accès à d'autres ressources.

Conclusion

Outre le travail axé sur des ateliers d'art et sur la littérature, les postures soignantes sont très questionnées dans notre unité, dans le souci de rester connectés à notre humanité, malgré des situations souvent susceptibles de créer de grandes défenses au sein des membres de l'équipe. Il s'agit ainsi de toujours veiller à croire en la potentialité créatrice des adolescents suivis, en leurs ressources internes pour les aider à se réparer psychologiquement. Notre souci professionnel est de chercher à accompagner au mieux ces enfants et adolescents qui sont notre devenir en nous demandant si nous sommes toujours suffisamment vibrants de valeurs porteuses d'humanité. L'art, la littérature, la culture sont des voies possibles pouvant favoriser l'accès à des ressources résilientes, si nous les portons avec foi et solidité.

*Nathalie Bruneau, psychologue clinicienne, exerce au sein du service
hospitalo-universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent,
dans l'unité « Psychothérapies, psychotrauma
et résilience », CHU de Brest.*