

Quand accompagner et soigner passent par le rire

Des clowns en milieu de soins

Face à la maladie, les patients en service d'oncologie et leurs proches se murent parfois dans le silence, et les demandes de soutien psychologique ne se font donc pas toujours spontanément. C'est pourquoi l'auteure a souhaité proposer un projet innovant au sein de son établissement : intégrer des clowns en milieu de soins auprès des patients, des familles, mais aussi des professionnels soignants et non soignants. Grâce aux sourires, aux rires et à cette poésie qui émanent de ces rencontres, angoisse et anxiété semblent un temps mises de côté. Retour sur cette expérience singulière.

Psychologue clinicienne depuis une vingtaine d'années en libéral, je travaille depuis 2019 avec le centre hospitalier Vallée de la Maurienne (CHVM) dans le département de la Savoie.

Mon temps est réparti entre l'hôpital de jour en oncologie et le service de santé au travail (SST).

Au SST, je suis en charge du soutien psychologique des agents et je participe à la prévention des risques psychosociaux. Ce temps me permet d'avoir une lecture globale des coulisses du milieu hospitalier. En hôpital de jour en oncologie, qui occupe la plus grande partie de mon temps, je rencontre les patients et leurs familles en fonction des besoins de chacun.

Je le savais à titre personnel, mais je n'ai pu que le constater dans ma pratique professionnelle : le cancer fait taire. L'annonce du diagnostic plonge les patients et leurs proches dans un profond désarroi où le silence règne. Déjà en 2006, Nicole Delvaux écrivait : « *L'expérience du cancer [...] atteint profondément et douloureusement non seulement la personne qui en est atteinte, mais aussi [ses proches].* »

Embarqué par les examens, le malade est propulsé vers des propositions thérapeutiques :

chimiothérapie, radiothérapie, immunothérapie, chirurgie... Chacun va avoir un chemin... son chemin... à parcourir, fait de similitudes et de différences. Une chose, cependant, va être assez immuable : la profonde difficulté de parler du cancer, cette catastrophe intime sidérante, pétrifiante ; il y aura un avant et un après les traitements, mais le patient comme son entourage proche en sortiront changés.

C'est pourquoi, dans les services d'oncologie, les équipes médicales et paramédicales sont toujours accompagnées par un psychologue.

Le psychologue est habituellement destinataire d'une demande de soutien, mais là, il n'y en a pas ou très peu. De fait, dans notre service d'hospitalisation de jour, je vais au contact des patients pour me présenter, discuter, échanger, rire parfois... Le lien thérapeutique se tisse avec patience. Il faut du temps, beaucoup de temps, pour que des sujets en rupture avec leur vie d'avant puissent se mettre à parler en confiance.

Je suis donc cette tricoteuse de liens qui s'attèle à ce tissage en fonction de chacun. De manière académique, j'implique toujours la famille, les proches, en les énonçant souvent dans mes interactions et en adressant un courrier indiquant ma présence et ma disponibilité pour chacun. Mais voilà, il n'est que peu aisé pour l'entourage de prendre contact avec moi, que ce soit par timidité, par respect, mais aussi et probablement par appréhension que tout cela ne soit bien réel...

Et puis, il y a aussi une affaire de légitimité : « *C'est mon proche qui est malade, qui a besoin...* » Pourtant, dans les faits, il ne s'agit pas que du patient : le



Cet intime et cette complicité partagés tissent un lien d'humanité.

cancer sidère le malade et chacun de ses proches. S'il est au centre des traitements, sa famille, qu'elle soit originelle ou de cœur, a tout autant besoin de soutien et de mettre des mots sur ce cataclysme. De moments d'angoisse en moments de tristesse, en alternance avec ceux d'espoir et de désespoir, les proches vont être aux prises avec cet ascenseur émotionnel. Ainsi, de grands et profonds bouleversements dans la sphère intime du patient vont s'avérer nécessaires « *tant au niveau du vécu émotionnel qu'au niveau de la répartition des rôles et de l'organisation de la vie quotidienne* » (Delvaux, 2006).

Actuellement, il est identifié qu'au moins une famille sur quatre est concernée par le cancer dans nos pays occidentaux. La psycho-oncologie, qui s'est beaucoup développée ces dernières années, a aussi mis en exergue l'intérêt d'inclure les aidants dans la prise en charge des patients.

Aussi, afin de contribuer à cette démarche de soutien thérapeutique, il fallait envisager d'autres choses. Le principe de décontextualisation est devenu une évidence, du verbe « décontextualiser », signifiant « sortir de son contexte ».

À la fin des années 1990, durant mes études de psychologie, j'ai été interpellée et intéressée par l'intervention de clowns auprès des patients dans les services hospitaliers. J'ai trouvé l'action épatante et je me suis fait la promesse que, si un jour j'avais la possibilité de contribuer à cette mise en lumière, je le ferai...

Près de vingt-cinq ans plus tard voit le jour, au matin de décembre 2021, le projet de faire intervenir des

clowns en milieu de soins au chevet des patients en oncologie au CHVM, auprès de leurs familles, proches, aidants, mais aussi auprès des soignants de l'ensemble du centre hospitalier dans le cadre de la qualité de vie au travail.

Je me mets en relation avec l'association des clowns de mon département : les InstantàNez. Sylvie Daillot, codirectrice artistique, m'encourage dans le fait de me lancer dans le projet d'écriture quelque peu pharaonique et audacieux en vue de soumettre cette proposition à la direction de notre hôpital montagnard.

Historique d'une profession à part entière : clown en milieu de soins

À l'origine, les clowns en milieu de soins sont des artistes - comédiens, musiciens, acteurs -, qui ont une expérience professionnelle de longue date. Leur formation certifiante est un préalable, afin de leur permettre d'intervenir dans des espaces de soins. Les interventions innovantes des clowns en milieu hospitalier ont débuté dans les années 1980 aux États-Unis. Depuis, des associations professionnelles se sont développées à travers le monde. Depuis une dizaine d'années, des recherches scientifiques s'activent sur les impacts des clowns en milieu de soins, et notamment sur la baisse de l'anxiété, l'acceptation des soins en espace de soins : pédiatrie, gérontologie, soins palliatifs, handicap. Les observations et les résultats en termes de bénéfices pour les malades sont des plus satisfaisants et encourageants. Pour Sylvie Daillot, si la présence des clowns a clairement des effets thérapeutiques, ■■■

■ Valérie Cornaille

Psychologue, centre hospitalier Vallée de la Maurienne (Savoie)

il lui paraît utile de rappeler que c'est précisément parce qu'ils ne sont pas des thérapeutes ! C'est parce que leur présence est sans obligation de résultat qu'elle est si « efficace », c'est parce que le clown garde sa liberté et son décalage dans l'univers du soin et de la thérapie qu'il est agissant.

En 2009, les artistes regroupés en associations sur le territoire national fondent la Fédération française des associations de clowns hospitaliers (FFACH). À ce jour, ce sont vingt associations sur trente départements, soit trois cents comédiens professionnels qui interviennent dans plus de cent cinquante établissements !

Toujours en binôme, ils investissent avec précaution et respect les chambres des patients et les couloirs des services. Ils œuvrent en apportant légèreté, chaleur, douceur et rire dans ce quotidien lourd face à la maladie. La spontanéité et l'innocence qu'incarne le clown permettent d'aborder avec authenticité ces moments éprouvants. Cette complicité et cet intime partagés tissent un lien d'humanité : « Avec toute la tendresse poétique qui le caractérise, mais aussi parfois dans sa maladresse, le clown admet une interaction permanente et empathique avec le monde qui l'entoure. Il est un être marginal. Cela ne signifie pas pour autant qu'il agisse dans le chaos et l'illogisme. Le clown va construire sa propre cohérence dans son propre univers de "l'ici et maintenant". » (Grivel, Gay, 2014.)

Grâce à sa sensibilité et à son innocence, le clown aborde avec « une tendresse poétique » la maladie, ses incidences... Les bénéfices sont réels tant pour les patients que pour les équipes soignantes.

L'ambiance apaisée et l'enveloppement chaleureux d'humanité véhiculés par ce duo contribuent à l'illumination des regards, les sourires se dessinent, des petits rires timides émergent pour faire place progressivement à des éclats de rire. Cet imaginaire qu'il incarne offre une magie de l'instant avec beaucoup de douceurs. Dès lors, de manière précieuse, s'installe une détente appréciable, parfois feutrée, pour tout un chacun.

Ce qui est attendrissant avec les clowns hospitaliers, c'est de pouvoir observer à quel point leurs interventions agissent sur les patients, en permettant une diminution des troubles anxieux, de l'irritabilité,

du stress ressenti, de l'hostilité parfois envers les soins et, en conséquence, améliorent nettement la collaboration nécessaire dans les soins.

Il est important de souligner que, lors de cette rencontre, le clown offre au patient, comme au soignant, le fait d'être sujet, sujet de son histoire, sujet de son imaginaire, en toute simplicité et innocence : « Le clown porte en lui le reflet de l'humanité. Sa perméabilité au monde le rend vulnérable. Il est en empathie avec le patient et va le lui montrer. Le clown ose exprimer ce qu'il vit au plus profond de lui. Il colle à ses émotions et les donne à voir. En agissant de la sorte, il invite le patient à pouvoir en faire de même et va l'y aider avec toute l'humilité qui le caractérise. » (Grivel, Gay, 2014.)

Quand accompagner et soigner passent par le rire...

Être confronté à l'épreuve de la pathologie grave, que ce soit en tant que patient, en tant qu'aidant ou en tant que soignant, la mobilisation de l'humour, incarné par le clown, propose la mise sur le devant de la scène de l'expression de son vécu et de son ressenti de manière créative. S'opère alors la mise à distance de l'anxiété, de l'angoisse ; l'humour accompagne une décharge émotionnelle nécessaire et salvatrice : « Le travail du clown peut s'avérer un soutien aux procédures de soin, notamment par sa capacité de créer une distraction participative. Celle-ci permet de réduire l'anxiété dans les situations de stress, de limiter les effets négatifs de l'hospitalisation et des procédures médicales en favorisant le jeu et l'imaginaire dans le milieu de soins. [...] La régularité de la visite des clowns apporte réassurance, complicité et confiance et entraîne des bénéfices sur le plan médical à court terme. À long terme, la représentation de l'hôpital s'en trouve modifiée et la narrativité autour de l'expérience de l'hospitalisation améliorée. Une culture de la résilience est ainsi créée, culture basée sur le positif, sur l'espoir, sur l'optimisme, sur la conviction que des solutions peuvent être trouvées et mises en pratique pour affronter les adversités en lien avec la maladie ¹. »

L'écriture de mon projet démarre en décembre 2021, et il est rapidement soutenu par les médecins et les chefs de service avec lesquels je travaille. En février 2022, il est présenté aux instances directionnelles du centre hospitalier Vallée de la Maurienne qui sont partantes pour l'expérimentation.

De mars à novembre 2022, nous allons œuvrer afin de mobiliser des dons privés et répondre à des appels à projet en vue de mettre en place la venue des clowns hospitaliers.

“

Commencer à parler de ce qu'ils vivent signifie qu'ils ne laissent plus ce silence assourdissant continuer à œuvrer.

C'est grâce à des donateurs privés que débutent, fin novembre 2022, les interventions des comédiens d'InstantàNez, à raison de deux journées par mois. L'organisation est la suivante : les clowns interviennent le matin au chevet des patients en hôpital de jour en oncologie, puis l'après-midi, selon une programmation établie, auprès de l'ensemble du personnel hospitalier tous services confondus. Pourquoi l'oncologie adulte ?

En situation de traitement du cancer, les patients ont tendance à s'isoler socialement, avoir une baisse de l'estime de soi, présenter une symptomatologie anxieuse, parfois dépressive, souffrir de troubles de l'image corporelle. Leur venue en hôpital de jour, au rythme de leur traitement, s'inscrit dans un rappel systématique de l'existence de la maladie.

De surcroît, cette pathologie pouvant revêtir un caractère inéluctable, la qualité de vie de nos patients est d'autant plus précieuse. Les bouleversements psychiques et émotionnels sont tels qu'ils requièrent une attention singulière. Dans ces services, les équipes s'attellent à leur réserver un accueil individualisé en les accompagnant et enveloppant au mieux, tout en s'adaptant à l'humeur du jour et à l'évolution de leurs maladies respectives.

C'est donc un service difficile émotionnellement et psychiquement pour tous.

Pour le binôme de clowns hospitaliers, aller à la rencontre des patients, le jour de la chimiothérapie, apporte douceur et apaisement. Le rire est communicatif et bienveillant. Le patient devient témoin du jeu du binôme de clowns, farceurs et taquins. Ils racontent une histoire de cet « ici et maintenant », associant le patient avec délicatesse le temps d'« une pause de légèreté et de rires durant la journée. [...] Lorsque la vulnérabilité et la douleur l'emportent, le clown, à travers sa capacité d'accueil de toute la palette des émotions, peut également être le dépositaire de la colère, de l'impuissance ou du désespoir et les exprimer et symboliser par différents médiums artistiques ² ».

Des éclats de rire aux doux moments de poésie, nos patients adhèrent. Quelques minutes de douceur, le temps d'une bulle où l'imaginaire permet de s'évader, de penser à autre chose que ce pourquoi ils viennent. Ce nuage intime et confortable permet à chacun de s'extraire de leur anxiété. Pour nous, soignants, nous devenons témoins du retour d'un souffle de vie, et c'est merveilleux !

Ne dit-on pas que le rire sauve de tout ?

La confiance, l'écoute, l'attention et l'intimité se tissent peu à peu ; les regards et les sourires se dessinent de plus en plus pour ceux qui ont envie de s'accorder ce moment si précieux de douceur et de jeu avec les clowns hospitaliers. De la présence des clowns hospitaliers, près de 80 % des patients ont révélé avoir eu envie d'en parler à leurs proches. C'est un excellent démarrage.

Parler de ce qui se passe lors de leurs hospitalisations de jour en service de traitement contre le cancer à leurs proches, c'est commencer à parler un peu plus d'eux, de ce qu'ils vivent en tant que patients ; et, surtout, cela signifie qu'ils ne laissent plus ce silence assourdissant typique de l'annonce d'une maladie grave continuer d'œuvrer.

L'intervention des clowns en milieu de soins n'est pas une simple distraction, mais relève bien d'une action thérapeutique : se relever, redevenir acteur au sens sociologique, dépasser cette position passive de malade pour revenir à l'action.

En complément auprès des patients, l'enquête a mis en avant une baisse significative de l'anxiété perçue en présence des clowns hospitaliers, et cela perdure quelque temps après leur passage.

Cette douceur artistique et poétique (chants, jeux...) contribue pendant quelques instants à faire s'envoler l'anxiété. Parfois plus longuement selon la manière dont le patient se saisira et se positionnera en tant que partenaire de ce jeu artistique. En termes de fonctionnement et de logistique, l'organisation du passage par chambre dure en moyenne huit à douze minutes par patient.

À leur arrivée, je m'attelle à prendre soin des comédiens. Ils sont toujours accueillis chaleureusement par les équipes avant de venir se préparer dans mon bureau, qui, dès lors, devient une loge. Nous partageons ensemble sur l'organisation du

Notes

1. Jourdan-Ionescu C., Vinit F., Mortamet G., « L'intervention des clowns thérapeutiques en soins intensifs : pratique de résilience artistique au cœur de la technique », *Partie 6 : résilience des organisations*, <https://urlz.fr/qO3n>.

2. Jourdan-Ionescu C., Vinit F., Mortamet G., *op. cit.*

“

Le clown permet au patient, comme au soignant, d'être sujet, sujet de son histoire, sujet de son imaginaire, en toute simplicité et innocence.

jour, sur la répartition des chambres, les prénoms des patients...

La réussite est au rendez-vous. Des liens se tissent entre les clowns et les patients, d'ailleurs certains font la demande aux médecins de programmer leur chimiothérapie le jour de la venue des clowns. La démarche est belle et touchante, elle souligne à quel point le projet a tout son sens.

Rires, chants, jeux, les clowns hospitaliers donnent à voir et à entendre. Qu'il est bon d'entendre les éclats de rire des patients adultes, si éloignés de la maladie pendant quelques instants.

Tout est orchestré pour que les soignants ne soient aucunement dérangés dans l'administration régulière des médications. Les comédiens adaptent leurs jeux, s'éclipsent de la chambre avec élégance pour ne pas gêner. C'est donc une jolie valse qui a lieu tous les quinze jours dans le service d'oncologie...

Lorsque les clowns hospitaliers viennent au chevet des patients, ils veillent toujours sur les professionnels. Ainsi, des boutades, des jeux, s'opèrent aussi avec l'équipe : de notre aide-soignante, nommée au rang de « dresseuse de cartons sauvages », en passant par « super secret » notre secrétaire, nos médecins tous appelés « stéto'doc » ou encore nos infirmières « picoteuses à paillettes », nous voilà tous parés de petits surnoms rigolos. Nommée « Instantpsy », je savoure fièrement mon qualificatif. En effet, les soignants s'impliquent pleinement dans les prises en charge des patients et veillent sur eux avec bienveillance, autant que possible.

Les soignants et les non-soignants

Fin novembre 2022, alors que le contexte sanitaire connaissait encore quelques répliques de la Covid-19, que le port du masque était toujours de rigueur, la pertinence de proposer à l'ensemble des agents de l'établissement une bulle de douceur dans leur quotidien professionnel fut une évidence.

Bibliographie

Delvaux N., 2006, « L'expérience du cancer pour les familles », *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, 36 : 81-101.

Grivel N., Gay P., 2014, « L'impact du clown en milieu palliatif adulte. La vie jusqu'au bout de la vie », *Revue internationale de soins palliatifs*, 29 : 133-137.

Landry M.-P. et al., 2020, « Narrativité et jeu clownesque en service de soins palliatifs pour adultes », *Frontières*, 32 (1).

Il était temps d'innover, de réinventer quelque peu nos pratiques pour aborder sous un autre angle la prévention et la veille sur les soignants. D'expérience, la venue régulière des clowns dans les services apporte assurément un soutien fort aux agents, ouvrant à un apaisement émotionnel par l'humour. Le milieu hospitalier a beaucoup souffert durant les années Covid. Bon nombre ont décidé de mettre fin à leur contrat du fait des décès en nombre ou des restrictions auxquelles ils ont été confrontés. Avec délicatesse, les clowns hospitaliers vont avoir pour mission de redonner le sourire à un milieu professionnel en souffrance. Pour ma part, je deviens « guide de clowns », afin de traverser ces longs couloirs de labyrinthes typiques d'un centre hospitalier. Selon un calendrier établi et coordonné en service de santé au travail, les cadres et leurs équipes sont informés en amont de notre venue. Au premier abord, si les clowns sont accueillis avec quelques distances, les soignants se laissent très vite embarquer et se prennent au jeu. Dès lors, selon leurs choix, ils bénéficient d'un massage, d'un bain musical ou encore de confiture de mots doux. De quinzaine en quinzaine sur une période de six mois, les clowns en déambulation parcourent les services. Au fil des passages, le simple fait de les croiser déguisés, les soignants les saluent avec plaisir, les taquent aussi parfois. Tous profitent. À cette occasion, tous les services sont visités : des soins à la logistique, en passant aussi par l'administration. Des rires, de la cohésion et de la détente entre pairs sont assurément mobilisés.

Les familles, les proches aidants

L'annonce du diagnostic porte en elle toutes les déclinaisons de la mauvaise nouvelle. Dès lors, il est à observer que tout un ensemble de mécanismes de défense s'active ; ces derniers entravent parfois, voire coupent, la compréhension. Ainsi, quelles que soient les annonces par la suite, mauvaises comme bonnes, elles laissent souvent un goût amer au relationnel.

Le cancer bouleverse, secoue et heurte le patient comme ses proches. En conséquence, il y a des ruptures dans la communication avec la famille. Marqué profondément, il est important que nous puissions trouver un support en vue de rompre la solitude du conjoint, de la famille, éloignés du service hospitalier, parfois blessés psychiquement par l'épreuve, n'ayant pas toujours la possibilité d'être présents le jour de la consultation médicale. Il nous a fallu plusieurs mois d'expérimentation au chevet des patients pour qu'émerge cette belle

“

Expérimenter l'impact thérapeutique de l'humour et du rire chez les patients contribue à améliorer leur qualité de vie.

idée ; en coconstruction, nous nous attelons avec le médecin cheffe de service et l'équipe de clowns hospitaliers à préparer une conférence théâtralisée. Nous voilà en projet d'une expérience nouvelle, dynamique, pour ouvrir la porte aux aidants et qu'ils ne restent plus isolés. Le challenge est important. Rapidement, le thème qui va de soi est la communication face à l'épreuve du cancer. Je prépare donc cette partie « plus savante » avec l'objectif de leur faire réaliser que si nous prenons soin de leurs proches, nous prenons aussi soin de l'entourage, que nous sommes là aussi pour eux, et pour qu'ils puissent apprécier avec leurs proches malades ce travail précieux avec les clowns en milieu de soins. La conférence théâtralisée est complètement novatrice dans notre vallée du bout du monde, et elle a connu un franc succès auprès des patients venus en nombre, ainsi que leurs familles. Qu'il est touchant que ce projet ait pu voir le jour !

Bien que pudiques, les émotions sont présentes. Le binôme de clowns hospitaliers agit sur le public, les éclats de rire et le jeu sont au rendez-vous. Le public adhère pleinement.

À l'issue de leur passage, un atelier sur la communication a été proposé dans le mois qui a suivi, ce qui a suscité l'enthousiasme des patients et de leurs conjoints. Malheureusement, parce que la traversée du cancer a ses bas, tous les patients inscrits n'ont pas pu y participer en raison de leur état de santé. Ceux présents ont véritablement apprécié cette après-midi guidée par les comédiens. Les séquences se sont succédées harmonieusement dans le processus de communication, permettant des jeux de rôle du fait de ma présence indéfectible en tant que psychologue.

« Des rencontres nez à nez pour parler de cœur à cœur »

Pour accompagner la conférence théâtralisée, les InstantàNez ont proposé une exposition photographique. Pour ce faire, deux séances photos ont été organisées avec Edgar Barraclough, photographe et comédien d'InstantàNez. Les patients ont

pleinement investi ce moment de partage avec les clowns hospitaliers lors des prises. L'inauguration de cette exposition, appelée avec élégance « Des rencontres nez à nez pour parler de cœur à cœur », a eu lieu le jour de la conférence théâtralisée. Elle a été présentée pendant quatre semaines dans le hall d'accueil de l'hôpital et a inauguré l'entrée du mois d'octobre rose 2024. Une trentaine de photos prises dans le service oncologie ont été choisies par le photographe.

En conclusion

L'élaboration de ce projet a ouvert une voie différente de l'accompagnement dans les soins auprès des patients adultes en oncologie.

Expérimenter l'impact « thérapeutique » de l'humour et du rire auprès des malades comme auprès de leurs familles s'inscrit dans une démarche de qualité de vie des patients.

Le « prendre soin de tous » a revêtu toutes ses lettres de noblesse pour un hôpital des montagnes. C'est un beau projet, ambitieux et réussi. Il contribue, par sa nouveauté, à des messages forts tant auprès des soignants que des patients de la vallée.

Grâce à une belle énergie, il s'agit véritablement du développement d'une synergie durable et porteuse. ■

L'ÉCHO FORMATIONS
SYSTÉMIQUE

FORMEZ-VOUS
à l'approche systémique et à ses applications

Plus de 30 formations innovantes

Un parcours d'inscription simple

Des outils adaptés à votre pratique professionnelle

www.echosystemique.fr
Tél. 07 64 25 79 47