

Diplôme de conservatrice des bibliothèques

La bibliothérapie en bibliothèque, une pratique qui ne dit pas son nom ?

Claudine Delodde

Sous la direction de Sophie Bobet
Conservatrice des bibliothèques - Médiathèque de la Canopée la fontaine,
Paris (75001)

Remerciements

J'aimerais remercier tout d'abord très chaleureusement Sophie Bobet, directrice de La Canopée, dont j'ai pu apprécier l'expérience, les conseils judicieux, la veille attentive et, plus que tout, les profondes qualités humaines.

J'aimerais également remercier les bibliothécaires qui ont pris le temps de me répondre, malgré le surcroît de travail et les perturbations occasionnées par cette période de pandémie. Qu'ils soient remerciés pour leurs réponses inspirantes, leur sincérité et pour leur inventivité.

Je remercie en particulier les bibliothécaires des médiathèques de Rognac, de Carquefou, de Limoges, de Vernon, d'Arreau, d'Angers et de Mazé-Milon ainsi que des médiathèques départementales des Pyrénées Orientales et des Bouches-du-Rhône.

J'aimerais aussi remercier les différents aspirants-conservateurs de la promotion DCB30, une promotion qu'il a fait bon fréquenter, pour avoir relayé sur leurs réseaux sociaux le questionnaire élaboré pour cette recherche et m'avoir signalé leurs trouvailles sur le sujet. Merci donc à Elise, Fabienne, Juliette, Leila, Marc, Pauline...et tous les autres. Merci aussi pour l'entraide sans faille et les coups de pouce rieurs.

Merci aussi aux anciennes étudiantes de MI Science de l'Information et Métiers des bibliothèques, pour leur aide ainsi qu'à Valentin Suez pour avoir partagé son expérience à la bibliothèque Fessart.

Merci également à Maryse Pauleau, lectrice et comédienne épatante, pour m'avoir lu de belles histoires au bout du fil, à Marine Nina Denis et Delphine Crahay, bibliothérapeutes, pour m'avoir fait partager leur expérience et à Clodine Bonnet, magnifique « passeuse de livres » pour ses partages de lecture et d'écriture.

Et surtout, merci à toi, aussi, qui te reconnâtras, pour m'avoir si bien soutenue pendant toute cette période et m'avoir offert tant de belles lectures !

Résumé :

La bibliothérapie a le vent en poupe dans les médias et commence à entrer en bibliothèque. « Commence » ? ou bien correspond en réalité à des pratiques exercées depuis longtemps en bibliothèque ? La notion restant malgré tout relativement méconnue et complexe à définir, il était intéressant de rappeler ce que l'on entend par ce mot avant d'enquêter auprès des professionnels des bibliothèques afin de savoir quelle place lui est faite dans les bibliothèques françaises, dans quelle mesure le bibliothécaire est bien placé pour la pratiquer, puis, finalement, de repérer comment la bibliothérapie peut concrètement se déployer dans les bibliothèques, en tant que service rendu aux usagers.

Descripteurs :

bibliothérapie, bibliothérapeute, livres, lecture, littérature, développement personnel, bibliothécaires, médiation, bien-être, détente, soin, médecine, santé mentale, art-thérapie, champ social

Abstract :

Bibliotherapy is gaining momentum in the media and is starting to enter into library practices. But is it really "starting" or does it actually correspond to activities that have long been practised in libraries? The notion remains relatively unknown and complex to define, so it's worthwhile recalling what is meant by Bibliotherapy before surveying library professionals in order to know what place it has in French libraries, to what extent librarians are well placed to practise it, and also, to identify how librarianship can concretely be deployed in libraries as a service to users.

Keywords : *bibliotherapy, librarian, books, reading, literature, personal development, librarians, mediation, well-being, relaxation, care, medicine, mental health, art therapy, social field*

Droits d'auteurs



Cette création est mise à disposition selon le Contrat :
« **Paternité-Pas d'Utilisation Commerciale-Pas de Modification 4.0 France** »
disponible en ligne <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr> ou par
courrier postal à Creative Commons, 171 Second Street, Suite 300, San Francisco,
California 94105, USA.

Sommaire

SIGLES ET ABREVIATIONS	11
INTRODUCTION.....	13
DE QUOI PARLE-T-ON QUAND ON PARLE DE BIBLIOTHERAPIE ?	17
Une notion plus complexe qu'elle n'en a l'air	17
<i>Un mot tardif pour une conception ancienne</i>	<i>17</i>
<i>Une évolution différente dans les pays anglo-saxons et en France</i>	<i>20</i>
<i>En pratique, deux courants majoritaires entre médecine et littérature ..</i>	<i>23</i>
Une notion sulfureuse ?	29
<i>La littérature réduite au rôle de vulgaire outil ?.....</i>	<i>29</i>
<i>Une industrie du bien-être ?.....</i>	<i>30</i>
<i>La crainte de pratiques douteuses : en France, une pratique non encadrée</i>	<i>32</i>
<i>« Peut-il y avoir une science de la bibliothérapie ? ».....</i>	<i>33</i>
LA BIBLIOTHERAPIE EN BIBLIOTHEQUE : ENTRE MECONNAISSANCE, INTERET ET DEFIANCE.....	37
Quelle perception de la bibliothérapie en bibliothèque ?.....	38
<i>Méthodologie de l'enquête</i>	<i>38</i>
<i>La bibliothérapie en bibliothèque : des connaissances disparates</i>	<i>40</i>
<i>Des pratiques très diverses</i>	<i>49</i>
La bibliothérapie au cœur des missions des bibliothèques.....	53
<i>Le bibliothécaire expert des collections.....</i>	<i>54</i>
<i>La bibliothérapie, un service qui n'a de nouveau que le nom... ..</i>	<i>55</i>
<i>...Et qui place l'utilisateur au centre</i>	<i>55</i>
Des freins importants	57
<i>Un manque de moyens qui ne facilite pas la tâche</i>	<i>57</i>
<i>Un public qui ne serait pas concerné.....</i>	<i>58</i>
<i>La place du bibliothécaire.....</i>	<i>59</i>
<i>Une activité perçue comme potentiellement moins bienveillante qu'elle n'en a l'air.....</i>	<i>61</i>
<i>La difficulté de se former et de se doter d'outils pertinents</i>	<i>62</i>
La pandémie de Covid : une prise de conscience ?	63
<i>Des réponses contrastées</i>	<i>63</i>
<i>La nécessité de constituer un fonds approprié</i>	<i>65</i>
EN PRATIQUE : COMMENT ARTICULER BIBLIOTHEQUE ET BIBLIOTHERAPIE ?	67
« Dire ce qu'ils font plutôt que ce qu'ils sont »	67

<i>De la bibliothérapie à la bibliothèque ? Le quotidien du bibliothécaire...</i>	67
<i>Inscrire la bibliothérapie dans la programmation culturelle</i>	68
<i>Mettre en place des ateliers réguliers : l'exemple de la bibliothèque de Rognac</i>	72
Quels leviers utiliser ?	74
<i>Se former</i>	74
<i>Mettre en lien les différents acteurs</i>	76
<i>Utiliser les dispositifs financiers existants</i>	77
Tisser des liens	78
<i>Livre et santé : une évidence pas si évidente que cela</i>	79
<i>Sortir des murs</i>	80
<i>La bibliothérapie à distance</i>	82
<i>Et dans l'enseignement supérieur ?</i>	83
CONCLUSION	87
SOURCES	89
BIBLIOGRAPHIE	91
Le livre et la lecture	91
<i>L'industrie du livre</i>	91
<i>Les livres de développement personnel</i>	91
Le pouvoir réparateur de la littérature et de la lecture	91
<i>Les pouvoirs de la littérature</i>	91
<i>La lecture à voix haute</i>	92
La bibliothérapie	93
<i>Définitions</i>	93
<i>Art-thérapie</i>	93
<i>Histoire de la bibliothérapie</i>	93
<i>Une pratique qui gagne du terrain</i>	94
Bibliothérapie et santé	94
<i>Impacts de la pandémie de Covid 19</i>	95
La mission sociale des bibliothèques	95
<i>Les missions du bibliothécaire</i>	96
<i>Le bien-être à la bibliothèque</i>	96
La bibliothérapie en bibliothèque	97
<i>Exemples d'actions menées en bibliothèque</i>	97
<i>La bibliothérapie en partenariat avec les structures médicales</i>	98
<i>La formation</i>	98
<i>Les ressources institutionnelles et les financements</i>	98

La bibliothérapie jeunesse	99
Divers :	100
ANNEXES	101
Des émotions plus vraies que nature	133
Une rêverie stimulante	133
Du baume au cœur	133
Un imparable antistress	134
Un facilitateur d'empathie	134
Musclez votre bonheur.....	134
TABLE DES MATIERES.....	147

Sigles et abréviations

ABF : Association des Bibliothécaires de France
ADBU : Association des directeurs, directrices et personnels de direction des
AP-HP : Assistance Publique- Hôpitaux de Paris
APLL : Alliance Pour La Lecture
ARS : Agence Régionale de Santé
BBF : Bulletin des Bibliothèques de France
BD : Bibliothèque Départementale
BHLM : Bibliothèques Hors Les Murs
BPI : Bibliothèque Publique d'Information
BSF : Bibliothèques Sans Frontières
CAF : Caisse d'Allocations Familiales
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale
CLIC : Centres Locaux d'Information et de Coordination gérontologique
CNL : Centre National du Livre
CNRS : Centre National de la Recherche Scientifique
CNSPFV : Centre National des Soins Palliatifs et de la Fin de Vie
CSC : Centre Socio-Communal
DRAC : Direction Régionale des Affaires Culturelles
ENSSIB : Ecole Nationale Supérieure des Sciences de l'Information et des Bibliothèques
FAL : Facile A Lire
FEDER : Fonds Européen de Développement Régional
FILL : Fédération Interrégionale du Livre et de la Lecture
FSE : Fonds Social Européen
IFLA : International Federation of Library Associations and Institutions (Fédération internationale des associations et institutions de bibliothèques)
ILPEM : Institut La Personne En Médecine
INET : Institut National des Études Territoriales
INIST : Institut de l'Information Scientifique et Technique
INSA : Institut National des Sciences Appliquées
LADYSS : Laboratoire Dynamiques Sociales et recomposition des Espaces
LERU : Ligue of European Research Universities
MDPO : Médiathèque Départementale des Pyrénées Orientales
MESH : MEDical Subject Headings
OMS : Organisation Mondiale de la Santé
ONU : Organisation des Nations Unies
PMI : Protection Maternelle et Infantile
RNCP : Répertoire National des Certifications professionnelles
SCD : Service Commun de la Documentation
SFAT : Syndicat Français des Arts-Thérapeutes.
SIUMPPS : Service Interuniversitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé
SPIP : Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation
SUMPPS : Service Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé
TLFI : Trésor de la Langue Française Informatisé
UNESCO : United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
UNICEF : United Nations Children's Fund

INTRODUCTION

*Un jour privée de joie
je m'étais retirée ainsi
pour bercer mes malheurs
dans une petite étude
alors me vint entre les mains
un livre qui m'a beaucoup plu
car il m'a soustraite à mon trouble
et à mon deuil.
C'était De la Consolation
le célèbre livre de Boèce¹.*

Christine de Pizan

La lecture a été déclarée grande cause nationale en juin 2021 et le Premier ministre du gouvernement français a, en novembre de la même année, détaillé quelles opérations allaient bénéficier de l'appel aux dons mené dans ce cadre². En parallèle, les médias ont abondamment commenté un retour à la fréquentation des livres en France, en 2020 et plus encore en 2021, ainsi qu'un accroissement de leurs ventes en 2021 par rapport à 2019³. C'est dire l'attention portée à la lecture à la fois par les citoyens et les responsables du pays.

Le baromètre 2021⁴ du Centre National du Livre (CNL) sur les Français et la lecture fait ressortir, quant à lui, le fait que 72% des lecteurs estiment qu'il est important de lire « pour le plaisir », 66% « pour apprendre et découvrir de nouvelles choses » mais aussi 49% pour « être heureux et épanoui dans sa vie ». Le même baromètre indique que, par rapport à 2019, « si l'approfondissement des connaissances reste la première motivation de la lecture personnelle, la détente progresse nettement (+ 9 pts) et devance même le plaisir » dans la plupart des catégories d'âge et de sexe. Le lien entre lecture, plaisir, bonheur et détente est ainsi souligné. Or ces notions de détente et d'épanouissement personnel ont souvent été mises en avant depuis mars 2020 en lien avec la notion de bibliothérapie⁵ et de bien-être par le livre : de nombreux médias ont souligné que celui-ci avait été un moyen de tenir à distance l'atmosphère angoissante liée à la pandémie tandis qu'était

¹ De PIZAN, Christine, *Le Chemin de longue étude*, 1402, rééd. 2000, traduit par Andrea Tarnowski, Paris, Livre de poche, Lettres gothiques, 476 p.

² SERVICE COMMUNICATION DU PREMIER MINISTRE. « La lecture, grande cause nationale », *Gouvernement.fr*, 24 novembre 2021. En ligne au : <<https://www.gouvernement.fr/partage/12552-la-lecture-grande-cause-nationale>>, consulté le 15 décembre 2021.

³ FRANCE INFO. « Edition : croissance inédite des ventes de livres en France en 2021 », *Franceinfo*, 28 janvier 2022. En ligne au : <https://www.francetvinfo.fr/culture/livres/edition-croissance-inedite-des-ventes-de-livres-en-france-en-2021_4932339.html>, consulté le 1er février 2022.

⁴ CENTRE NATIONAL DU LIVRE, Baromètre 2021 Les Français et la lecture, 29 mars 2021. En ligne au <<https://centrenationaldulivre.fr/donnees-cles/les-francais-et-la-lecture-en-2021>>, consulté le 15 mai 2021. Annexe n°1.

⁵ LE BRETON, Marine. « Le coronavirus vous angoisse ? Suivez-nous dans les lectures "antidotes" », *Le Huffington Post*, sect. LIFE, 16 août 2020. En ligne au : <https://www.huffingtonpost.fr/entry/le-coronavirus-vous-angoisse-suivez-nous-dans-les-lectures-antidotes_fr_5f22dd0ac5b68fbfc87ff5a4>, consulté le 10 juin 2021.

débatte avec passion la qualité d'établissements essentiels pour les librairies⁶ et que le rôle des bibliothèques était quelque peu passé sous silence dans la communication officielle⁷ mais signalé dans les médias⁸. Si le recours à la lecture comme « remède à la mélancolie⁹ » est ainsi une notion devenue plus familière depuis la crise sanitaire, elle était cependant déjà en cours de popularisation avant la pandémie et l'on avait vu déjà en 2019 un certain nombre de bibliothèques organiser des conférences sur la bibliothérapie, mettre à disposition des espaces ou des rayonnages « bien-être », voire organiser des ateliers de bibliothérapie.

Cependant, contrairement à ce qui se passe dans d'autres parties du monde, dans les pays anglo-saxons, en Amérique latine, en Asie, ou bien ailleurs en Europe, par exemple en Hongrie, en Tchéquie, en Suisse, en Suède ou encore en Italie, où la bibliothérapie fait l'objet d'études et est utilisée en bibliothèque hospitalière comme en bibliothèque de lecture publique ou en bibliothèque universitaire sans que les bibliothécaires craignent d'être considérés comme des apprentis-sorcières, en France¹⁰, la bibliothérapie est encore, peu connue en bibliothèque et reste une activité très discrète.

Dans l'Hexagone, la méfiance reste grande, en effet, à l'égard de la bibliothérapie dont les contours sont lâches et dont la revendication curative semble surfer sur la vogue commerciale du développement personnel, des livres qui y sont consacrés¹¹ et des « thérapies » en tout genre. Cependant, on constate, en France, un intérêt croissant pour la question dans les travaux bibliothéconomiques. Avant 2017, on ne trouve guère que deux études sur la bibliothérapie en bibliothèque : l'une est un mémoire¹² de Sylvie Turckbeim-Pey daté de 1984 et consacré à *La bibliothérapie. Aspect et applications* en structure hospitalière, l'autre est un article de Françoise Alptuna¹³ paru dans le BBF en 1994 intitulé *Qu'est-ce que la bibliothérapie ?* L'auteure y prend clairement parti pour un développement de la bibliothérapie en bibliothèque. A l'exception d'un mémoire¹⁴ de 2004 consacré aux bibliothèques d'hôpitaux où la notion de bibliothérapie est brièvement évoquée, il faut ensuite

⁶ FRANCE INFO. « Librairies considérées comme “commerces essentiels” : la présidente du Syndicat de la librairie française “très contente” de la décision », *Franceinfo*, 26 février 2021. En ligne au : https://www.francetvinfo.fr/economie/emploi/metiers/art-culture-edition/librairies-considerees-comme-commerces-essentiels-la-presidente-du-syndicat-de-la-librairie-francaise-tres-contente-de-la-decision_4312479.html, consulté le 28 novembre 2021.

⁷ MAUROT, Élodie. « Grand froid sur les bibliothèques », *La Croix*, vol. 42208, n°42208, 7 janvier 2022, p. 22.

⁸ « Bibliothèques : essentielles ! » est le titre choisi par Télérama dans son *Guide culturel du Grand Paris*, Sortir, du 31 mars au 6 avril 2020.

⁹ BESTER, Eva. *Remèdes à la mélancolie : films, chansons, livres... : la consolation par les arts*. Autrement, 2016.

¹⁰ Sur le différentiel d'emploi du mot « bibliothérapie » ou « bibliothérapie » dans les livres numérisés par Google, depuis le 19^e siècle, voir les deux graphiques de l'annexe n°2.

¹¹ « En hausse de +30 % vs 2019, les livres bien-être sont l'autre segment en forme, avec notamment 48 millions d'euros supplémentaires pour les titres de développement personnel et d'ésotérisme. » indique un article de Livre-Hebdo du 8 février 2022. LIVRE-HEBDO « Le livre, star du marché des biens culturels en 2021. », Livre-Hebdo, 8 février 2022. En ligne au : <https://www.livreshebdo.fr/article/le-livre-star-du-marche-des-biens-culturels-en-2021>, consulté le 12 février 2022.

¹² DE TURCKBEIM-PET, Sylvie. *La bibliothérapie. Aspects et applications*, Rapport de stage Enssib, 1984, 35 p.

¹³ ALPTUNA, Françoise, « Qu'est-ce que la bibliothérapie ? », *Bulletin des Bibliothèques de France*, Paris, t. 39, n°4, 1994, p. 94-97. L'article se termine ainsi : « Nous avons la responsabilité, nous bibliothécaires, de la promouvoir [la bibliothérapie], car nous en avons mesuré les bénéfices. », p. 97.

¹⁴ DUTON, Frédéric, GUERIN, Claudie. *La place des bibliothèques d'hôpitaux au sein des réseaux de lecture en France : état des lieux et perspectives*, Mémoire d'étude DCB, Villeurbanne, Enssib, 2004, 89 p.

attendre 2017 pour que Ludivine Blondelle¹⁵ se penche sur la question dans son mémoire de Master Sciences de l'information et Métiers des bibliothèques tandis qu'à Louvain, en 2018, Philippe Vanstippen¹⁶ examine, également dans son mémoire de Master la question des pratiques de la bibliothérapie dans les bibliothèques médicales de trois pays, l'Angleterre, la France et la Belgique, et qu'en 2020-2021, trois étudiants¹⁷ du DUT Métiers du livre de Saint-Cloud axent leur projet tutoré sur la possibilité de faire de la bibliothérapie dans le cadre de la lecture publique.

Aussi a-t-il semblé intéressant de se demander en quoi la notion de bibliothérapie semble désormais à la fois intriguer les bibliothécaires français et, en même temps, leur poser un problème alors même qu'elle commence à faire son apparition dans les bibliothèques de manière un peu moins confidentielle. La question principale semble porter sur la difficulté à incorporer cette pratique dans le cadre des missions des bibliothèques et à savoir comment l'intégrer dans le travail des bibliothécaires puisqu'elle interroge les limites de leur intervention et que la notion de soin semble davantage avoir sa place dans la sphère médicale que dans la sphère bibliothéconomique. Il faut donc se demander si la bibliothérapie est légitime en bibliothèque et si elle est compatible avec les missions des bibliothécaires. Ou bien, se demander au contraire, si une telle activité est porteuse de dérives à éviter. En somme, les réticences françaises s'expliquent-elles par la difficulté à intégrer une pratique nouvelle en bibliothèque et susceptible de mettre à mal la posture du bibliothécaire, pensé d'abord comme un expert en sciences de l'information ? Inversement, ne peut-on pas dire que cette activité fait, en réalité, depuis longtemps partie de la mission sociale des bibliothèques et qu'elle est intégrée, incognito, dans le quotidien des bibliothécaires sans que le mot bibliothérapie, trop problématique, puisse être prononcé ? Si c'est le cas, comment s'y prendre pour lui donner une place plus légitime en bibliothèque ?

Pour répondre à cette question, il a semblé intéressant de rappeler brièvement ce que l'on entend par bibliothérapie puis de faire une photographie des perceptions actuelles de bibliothécaires français quant à la présence de la bibliothérapie à la bibliothèque et enfin de donner un certain nombre de recommandations pour les bibliothécaires qui souhaiteraient mettre en place un tel type d'activités.

¹⁵ BLONDELLE, Ludivine. *La bibliothérapie : quelles applications possibles en lecture publique ?*, Mémoire de Master, Université d'Angers, 2018, 159 p.

¹⁶ VANSTIPPEN, Philippe. *Les interactions entre la lecture et le soin : étude exploratoire et pistes d'action pour la Fédération Wallonie-Bruxelles*, Master en Sciences et Technologies de l'Information, Université catholique de Louvain, 2018, 95 p.

¹⁷ MATHIOT, Caroline, SICE, Catherine, SAEZ, Valentin. *La bibliothérapie en bibliothèque de lecture publique*, Mémoire de projet tutoré : DUT Métiers du livre Année Spéciale. Saint-Cloud : Université Paris Nanterre, 2020-2021, 80 p.

DE QUOI PARLE-T-ON QUAND ON PARLE DE BIBLIOTHERAPIE ?

UNE NOTION PLUS COMPLEXE QU'ELLE N'EN A L'AIR

Un mot tardif pour une conception ancienne

Une expérience empirique attestée depuis longtemps

L'idée que le livre peut apporter du réconfort n'est pas une idée nouvelle. Que la lecture puisse être bienfaisante et puisse exercer une influence positive sur la santé, tout au moins la santé mentale, est une idée qui était déjà connue dès l'Antiquité¹⁸ et qui s'est perpétuée au fil des siècles. Nombreux sont les écrivains - y compris les écrivains français, de Montaigne à Proust en passant par Montesquieu et Victor Hugo - qui ont témoigné du réconfort qu'a pu leur apporter la lecture. Tous, à leur manière, ont affirmé le pouvoir des livres et des mots. Véronique Olmi¹⁹, la dernière en date, déclare ainsi : « Depuis toujours, les livres m'aident à aller mieux. » et se réfère à la célèbre formule de Victor Hugo²⁰ : « La lumière est dans le livre ». Lors du récent colloque²¹ sur la bibliothérapie organisé à l'université de Strasbourg en novembre 2021, la conférence inaugurale d'Edgar Weber, professeur émérite d'arabe et directeur du groupe Etudes Orientales, s'attachait aussi à prouver que *Les Mille et une Nuits* montrent précisément comment les récits de Shéhérazade apaisent et guérissent le sultan de sa maladie, sauvent la conteuse de la mort et sont une mise en abyme de la façon dont les récits et les contes peuvent être des traitements efficaces pour les maladies de l'esprit.

Un mot d'origine médicale et anglo-saxonne

Mais, si cette expérience est ancienne et internationale, le mot « bibliothérapie » est quant à lui assez récent. Il est couramment indiqué que le terme apparaîtrait pour la première fois, en anglais, en 1916²², à une époque où les médecines alternatives commencent à se développer aux Etats-Unis, dans l'ouvrage de C. McChords Crothers, un essayiste et pasteur américain qui se moque d'un

¹⁸ Ludvine BLONDELLE, op.cit., p.13, évoque ainsi la « bibliothérapie des Anciens » selon laquelle la lecture à voix haute est un moyen de travailler d'améliorer la santé de son corps et son esprit, citant les travaux sur le sujet de Georgia Petridou qui explique la façon dont Aristide se soigne grâce à la déclamation et à la création de textes poétiques. PETRIDOU, Georgia. « Poésie pour l'esprit, rhétorique pour le corps : Remèdes littéraires et cautions épistolaires dans les Hieroi logoi d'Aelius Aristide », *Dossier : Soigner par les lettres : La bibliothérapie des Anciens*, coll. Métis, Paris, Éditions de l'École des hautes études en sciences sociales, 2017, p. 69-94.

¹⁹ OLM, Véronique. « « La lumière est dans le livre » », *La Croix*, 20 décembre 2021. En ligne au : <<https://www.la-croix.com/Debats/lumiere-livre-2021-12-20-1201191112>>, consulté le 6 janvier 2022.

²⁰ HUGO, Victor, Discours d'ouverture du Congrès littéraire international, 7 juin 1878. En ligne au : <https://fr.m.wikisource.org/wiki/Discours_d%27ouverture_du_Congr%C3%A8s_litt%C3%A9raire_international>, consulté le 12 avril 2021.

²¹ WEBER, Edgar, *A propos du désir dans Les Mille et Une Nuits... peuvent-elles le guérir ?* (Non paru). Colloque Bibliothérapies d'ailleurs : Représentations et pratiques de l'Antiquité à nos jours. Université de Strasbourg, 18-19 novembre 2021. En ligne au : <https://lethica.unistra.fr/websites/misha/iti-lethica/Evenements/2021/Bibliotheries/Programme.pdf>

²² Mais l'application Books Ngram Viewer de Google indique que le terme apparaît en 1813 dans son corpus d'ouvrages français numérisés par ses soins sans cependant qu'il soit possible de déterminer dans quel livre ou s'il s'agit d'une erreur. Voir annexe n° 2.

bibliothérapeute prescrivant des remèdes littéraires. Le mot, dès lors, est employé de plus en plus fréquemment à partir des années 30 mais ne fait son apparition pour la première fois qu'en 1940, dans une encyclopédie²³ médicale, la *Cyclopedia of Medicine, Surgery and Specialities*. La bibliothérapie y est définie ainsi :

« treatment which aims at the acquisition, through reading, of a fuller and better knowledge of oneself and one's reactions, resulting in better adjustment to life. It also connotes the relief of suffering through the psychological processes induced by reading. », c'est-à-dire un « traitement qui vise l'acquisition, par la lecture, d'une meilleure connaissance de soi et de ses réactions, ce qui permet de mieux s'adapter à la vie. Il est associé également au soulagement de la souffrance grâce aux processus psychologiques induits par la lecture. »

La première apparition du mot dans un dictionnaire généraliste a lieu, quant à elle, en 1961 dans le *Webster International Dictionary*²⁴ :

« Bibliotherapy » : the use of selected reading materials as therapeutic adjuvants in medicine and psychiatry ; also : guidance in the solution of personal problems through directed readings. », autrement dit en français : « Bibliothérapie : utilisation de lectures sélectionnées en tant qu'outils thérapeutiques en médecine et en psychiatrie ; également, guidage pour résoudre des problèmes personnels par le biais de lectures dirigées. »

Quant à ce qui concerne la France, le mot n'apparaît toujours pas, à l'heure où s'écrit ce mémoire, dans les dictionnaires généralistes. On trouve seulement la mention suivante, dans le dictionnaire en ligne, *T.L.F.I.*²⁵ (Trésor Informatisé de la langue française) :

« **bibliothérapie**, subst. fém. « Traitement de certains troubles nerveux par la lecture » (Méd. Biol. t. 1 1970). Seule attestation²⁶. »

Le point commun à ces premières définitions de la bibliothérapie, c'est son utilisation comme traitement de support possible dans le domaine des troubles psychiques, ce que dit également son étymologie.

Si l'on reprend celle-ci, en effet, le mot « bibliothérapie » est assez simple à décomposer : « *biblio* » renvoie au livre et à la lecture, à la sphère culturelle, par conséquent, tandis que « *thérapie* » renvoie à l'idée de traitement destiné à soigner, et donc à un domaine qui relève du médical. Le thésaurus *MESH* (Medical Subject Headings) précise le domaine de la santé concerné en parlant de psychothérapie :

²³ HOLLENBACK TWYEFFORT, Louis. "Therapy in Psychoneurosis (Bibliotherapy)." In Vol. 12 of The Cyclopedia of Medicine, Surgery, and Specialities. (F.A. Davis, 1940) : 972. Cité par DUFOUR, Monique S. « Reading for Health : Bibliotherapy and the Medicalized Humanities in the United States, 1930-1965 », Thèse de doctorat en philosophie, Blacksburg, Virginia, Virginia Polytechnic Institute and State University, 2014.

²⁴ WEBSTER'S THIRD NEW INTERNATIONAL DICTIONARY, Springfield, Mass., G & C. Merriam Company, 1961, p. 212. Cité par Ludivine Blondelle, op.cit. p.4.

²⁵ T.L.F.I., article bibli(o), En ligne au : <http://atilf.atilf.fr/dendien/scripts/tlfiv5/advanced.exe?95;s=467978805>, consulté le 2 avril 2021

²⁶ Quelle meilleure preuve de l'embarras causé en France par cette notion que son absence de reconnaissance dans l'ouvrage linguistique de référence qu'est le dictionnaire ?

« A form of supportive psychotherapy in which the patient is given carefully selected material to read. » c'est-à-dire « une forme de psychothérapie de soutien dans laquelle il est donné à lire au patient des documents soigneusement sélectionnés. »

Il est à noter que cette définition indique que la bibliothérapie n'est pas un remède en soi mais un simple support de soutien à l'action thérapeutique proprement dite. La fédération internationale des associations et institutions de bibliothèques (IFLA) ne dit pas autre chose quand elle indique en 2009 que la bibliothérapie est « the use of books and reading as aids to healing²⁷ » soit « l'utilisation de livres et de la lecture en tant qu'aides à la guérison ».

Aux Etats-Unis, les mots « bibliocounseling²⁸ » (conseil de livres), « bibliopsychology », « bookmatching » (associations via le livre), « literatherapy » (littératie), « library therapeutics » (bibliothèque thérapeutique), « guided reading » (lecture guidée) et « biblioguidance » (guidage par le livre) sont des synonymes fréquemment utilisés pour « bibliothérapie ». Ces différentes appellations témoignent, quoi qu'il en soit, de la prédominance d'une conception de la bibliothérapie en tant qu'« adjuvant » à un traitement²⁹, et ce, essentiellement dans le domaine psychique.

Dans cette conception, la bibliothérapie entre dans le champ plus large de l'art-thérapie, définie comme un « accompagnement psychothérapique par la création artistique » dans le dictionnaire Le Robert³⁰ ou encore comme « une pratique de soin fondée sur l'utilisation thérapeutique de la création artistique³¹. » selon Jean-Jacques Giraud, professeur à la faculté de médecine-pharmacie de Poitiers et Benoît Pain, enseignant de la philosophie de la médecine et de l'éthique soignante à l'université de Poitiers. Elle voisine, sans avoir le titre d'art-thérapie cependant, avec la musicothérapie, les arts-plastiques thérapie, la danse-thérapie, l'écriture-thérapie, la drama-thérapie... et s'inscrit donc dans un contexte médical.

Le « cure » ou le « care » ?

Cependant, certains spécialistes de la bibliothérapie, travaillant dans le secteur culturel, social ou éducatif, par exemple Aurélie Louvel³², insistent aussi sur le fait que le verbe grec « *therapéuo* » signifie également « servir », « prendre soin de », « s'occuper de »³³. Ici, l'idée qui prime est davantage liée à une notion

²⁷ PANELLA, Nancy, The Library Services to People with Special Needs Section of IFLA : an historical overview, Official Journal of the International Federation of Library Associations and Institutions, vol. 35, n° 3, 2009, p. 258.

²⁸ DALE, E. et McMILLEN, P. « A Bibliotherapy Evaluation Tool : grounding counselors in the therapeutic use of literature », *The Arts in Psychotherapy*, vol. 32, n°1, janvier 2005, p. 47-59.

²⁹ VANSTIPPEN, Philippe, op.cit., p.9.

³⁰ LE ROBERT, article « art-thérapie ». En ligne au : <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/art-therapie>, consulté le 5 avril 2021.

³¹ GIRAUD, Jean-Jacques, PAIN, Benoît. « Présentation de l'Art-thérapie », *Hegel*, vol. 4, n°4, 2015, p. 258-63.

³² LOUVEL, Aurélie. *Bibliothérapie jeunesse : une approche expressive et créative*, Malakoff, Dunod, 2021, p.45.

³³ Le dictionnaire d'Antoine Bailly indique 5 sens, pour le mot *θεραπεία*, thérapie, dont 4 centrés sur la notion de soin : 1) soin religieux 2) soin pour les parents 3) **soins attentifs, prévenance, sollicitude** 4) soins quotidiens, entretien, traitement (d'animaux, de plantes), d'où parure de femme ; **soins médicaux, préparation d'un remède** 5) train de serveurs. CHAVEZ, Hugo, *Bailly 2020*, en ligne au : < <https://bailly.app/therapeia> >, consulté le 7 avril 2021. Annexe 3.

d'accompagnement et de médiation sans qu'il soit question de médecine à proprement parler. La thérapie, dans ce sens, est moins l'action d'apporter un traitement que d'accompagner quelqu'un avec sollicitude. Ainsi y a-t-il dans le mot « bibliothérapie » deux grandes acceptions qui recouvrent peu ou prou la différence entre le « *cure* » et le « *care* ». Un article³⁴ de l'endocrinologue Jean-Pierre Lalau, paru dans la revue *Médecine des maladies métaboliques* explique ainsi à propos des maladies chroniques :

« La maladie implique le soin, au sens commun du traitement curatif ; c'est le *cure*. Le soin est entendu ici au sens du déploiement de techniques ayant pour visée la guérison. Mais si l'anthropologie de la maladie nous montre une vision ontologique, conférant à la maladie « un être », la maladie chronique, par définition, n'est pas curable. Aussi le sujet malade nécessitera-t-il toujours que l'on prenne soin de lui, de sa personne ; que l'on ait à son égard le « souci de », et non seulement le souci de la maladie, dans une externalité, de façon désincarnée. Une telle attention, c'est le *care*. »

Cette définition, si elle s'applique, dans l'article, au métier infirmier, a le mérite de permettre aussi de pouvoir distinguer plus facilement les deux grandes catégories de bibliothérapie : d'un côté, la bibliothérapie, dans sa définition anglo-saxonne d'origine, où la bibliothérapie entre dans un arsenal de soins et se situe donc du côté du « *cure* » tandis que la bibliothérapie en bibliothèque se situerait du côté de l'accompagnement du « patient », de l'attention apportée à sa personne, du souci pris à lui venir en aide, c'est-à-dire du côté du « *care* ». Ce double sous-texte pourrait expliquer un double malaise, celui des soignants qui, en France, ne sont que très peu formés à cette notion de « *care* » et n'ont souvent pas les moyens, en temps et en personnel, de la mettre en œuvre et celui des bibliothécaires, d'autre part, face à un mot utilisé pour partie dans un contexte médical et ne s'inscrivant donc nullement dans leur périmètre d'action. La difficulté, pour la bibliothérapie, à s'implanter dans la médecine et les bibliothèques françaises, pourrait ainsi provenir de cette confusion entre les deux champs induits par le mot et par le poids de l'histoire, une histoire à l'origine très anglo-saxonne.

Une évolution différente dans les pays anglo-saxons et en France

Une aire d'influence principalement anglo-saxonne

Il est possible de trouver dès la fin du 18^e siècle des témoignages³⁵ montrant qu'en Europe et aux Etats-Unis des livres étaient associés au traitement « moral » de la

³⁴ LALAU, Jean-Daniel. « Le cure et le care », *Médecine des Maladies Métaboliques*, vol. 15, n°1, 1 février 2021, p. 99.

³⁵ Philippe VANSTIPPEN, op.cit., p.13, indique ainsi : « Weimerskirch (1965) nous apprend que dès la fin du XVIII^e siècle, sous l'impulsion des pionniers « aliénistes » tels que l'anglais William Tuke ou l'italien Vincenzo Chiarugi, des activités de lecture étaient proposées dans les hôpitaux psychiatriques anglais, italiens et américains. Ces activités de lecture, proposées conjointement à des activités de promenade, de peinture ou de voyage, constituaient un « traitement moral » qui, contrairement au « traitement physique », considère le patient dans son individualité et place le dialogue et le raisonnement au centre du soin. ». WEIMERSKIRCH, Philip J. « Benjamin Rush and John Minson Galt, II : Pioneers of Bibliotherapy in America », *Bull Med Libr Assoc*, vol. 53, n°4, octobre 1965, p. 510-26.

maladie psychique. Mais l'usage thérapeutique du livre³⁶, déjà recommandé dès le 19^e siècle par des médecins américains, alors que près de la moitié des hôpitaux psychiatriques possèdent déjà une bibliothèque³⁷, a été officialisé en 1904 dans un hôpital du Massachussets, le McLean's Hospital, et mis en œuvre par la bibliothécaire chef de la bibliothèque de l'établissement, E. Kathleen Jones, dans le cadre explicite de ses missions. Mais la bibliothérapie a véritablement pris son essor aux Etats-Unis dans les années 30 conjointement à de nombreuses études sur le sujet et à l'action de Sadie Peterson Delaney, une poétesse, présidente d'une société littéraire, militante pour le droit de vote des femmes, assistante sociale et bibliothécaire noire américaine. Après avoir travaillé à Harlem à des programmes de lecture pour tous, incluant aveugles ou jeunes délinquants, et à la constitution d'un fonds afro-américain à la bibliothèque de New-York, elle est devenue responsable de 1924 à 1958 de la bibliothèque de l'hôpital des Anciens Combattants à Tuskegee, en Alabama. C'est elle qui a eu l'idée de mettre de nombreux livres à disposition des patients et d'organiser à l'hôpital des animations utilisant le livre pour un public de malades et d'handicapés afro-américains, notamment des soldats souffrant de graves séquelles physiques et psychologiques dues à la première guerre mondiale. Elle a axé sa pratique sur la notion de lectures orales et d'échanges, en proposant à chaque patient des livres choisis en fonction de la narration de son histoire personnelle³⁸.

Son exemple a durablement orienté les pratiques bibliothérapeutiques aux Etats-Unis et dans l'ensemble de la sphère anglo-saxonne dont particulièrement le Royaume-Uni et l'excellente réputation de son travail a grandement contribué à la légitimation de cette pratique dans les hôpitaux anglo-saxons et à la présence considérée comme évidente de bibliothèques dans les hôpitaux. Depuis lors, la collaboration entre bibliothécaires d'hôpitaux formés et soignants semble naturelle dans le monde anglo-saxon et a abondamment été étudiée et évaluée.

En France, une notion hybride qui a beaucoup de mal à s'imposer

En France, à l'inverse, le lien entre bibliothèque et pratiques thérapeutiques n'est pas aussi évident. Le livre y relève d'abord de la culture et celle-ci n'est pas, d'emblée, vue comme ayant un rapport avec la science médicale. Certes, les liens existent entre littérature et médecine et on trouve d'illustres écrivains également médecins, à commencer par Rabelais et Céline mais ce lien est rarement mis en avant. Dans le domaine de la médecine, on trouve ainsi quelques traces de pratiques utilisant le livre dans le domaine du soin : par exemple, au tournant des 18^e et 19^e siècles, Pinel³⁹ et Esquirol, précurseurs de la psychiatrie française, utilisent, entre autres, le livre et la lecture à haute voix afin que chaque patient soit distrait de sa pathologie. Françoise Alptuna⁴⁰, cite également le travail de « *poético-thérapie* »

³⁶ LEVIN, Len, GILDEA, Ruthann. « Bibliotherapy: Tracing the roots of a moral therapy movement in the United States from the early nineteenth century to the present », *Journal of the Medical Library Association : JMLA*, vol. 101, 1 avril 2013, p. 89-91.

³⁷ VANSTIPPEN, Philippe, op.cit., p.14.

³⁸ SIMEONE, Christine. *Connaissez-vous Sadie Peterson Delaney, la femme qui a inventé la bibliothérapie ?* France Inter, sect. Livres, 11 décembre 2021. En ligne au : <<https://www.franceinter.fr/livres/connaissez-vous-sadie-peterson-delaney-la-femme-qui-a-invente-la-bibliothérapie>>, consulté le 1^{er} février 2022.

³⁹ DE TURCKBEIM-PET, Sylvie, op.cit., p.9.

⁴⁰ ALPTUNA, Françoise, op.cit., p.96.

théorisé par Lucie Guillet dans les années 1940 où, selon elle, c'est le travail sur le rythme poétique qui se révèle redynamisant pour le patient qui lit des vers à haute voix.

Cependant, ces expérimentations restent confidentielles. Le concept de bibliothérapie, qui mêle cet objet culturel qu'est le livre à l'art médical, se révèle un concept trop hybride pour ne pas heurter le cartésianisme français qui a tendance à cloisonner les disciplines. Si des expériences bibliothérapeutiques sont ainsi mises en place, elles restent très discrètes. Frédéric Duton⁴¹ et Claudie Guérin notent ainsi en 2004 dans leur recherche sur les bibliothèques d'hôpitaux que, certes, « un certain nombre d'actions utilisant le livre et la lecture comme appoint au traitement médical, en vue d'offrir plus de confort moral aux patients, existent en différents endroits » mais ils précisent que la bibliothérapie n'en reste pas moins « méconnue », adjectif repris en 2013 par un billet⁴² de blog du *Monde des livres* qui titre à nouveau : « La bibliothérapie, une pratique médicale inconnue en France ».

Pourtant, une thèse⁴³ de médecine soutenue en 2009 et publiée cette même année 2013 par le docteur Bonnet rencontre un certain écho. Le médecin y présente une analyse des différentes pratiques de la bibliothérapie dans le monde médical, en particulier anglo-saxon. L'une de ses conclusions, c'est que, contrairement à ce qui se passe souvent dans les structures psychiatriques où le soin est essentiellement médicamenteux, la bibliothérapie est un outil supplémentaire peu coûteux et efficace, apte à aider les patients à aller mieux dans un certain nombre de pathologies telles que la dépression, l'alcoolisme, les troubles de l'humeur, ... Il s'intéresse ainsi à la prescription de livres adaptés à des pathologies par les médecins généralistes, telle qu'elle s'applique, par exemple en Angleterre via le programme *Reading Well Books on Prescription* et indique comment des ouvrages pourraient être utilisés dans une démarche de soin. Cette thèse, souvent citée, est donc la première à inscrire la possibilité de la bibliothérapie dans l'arsenal de soins français.

Depuis cette date, s'il existe des témoignages de prescription d'ouvrages dans les structures médicales, spécialement en psychiatrie, la pratique de la bibliothérapie reste, malgré tout encore très éparse en France et dépend davantage de médecins convaincus que d'une reconnaissance institutionnelle. En 2017, Hugo Vanlerberghe soutient à son tour une thèse d'exercice⁴⁴ où il indique que la situation n'a guère changé :

« Néanmoins, si la bibliothérapie est installée dans les pays Anglo-Saxons, cette modalité de soins est quasiment inconnue en France, et très peu d'études françaises portent sur le sujet. Les quelques bibliothérapeutes qui se désignent comme tels en France ne sont - pour la plupart - pas médecins, et exercent en dehors des structures médicales. »

L'étude s'appuie sur un questionnaire en ligne auquel ont répondu 83 médecins généralistes libéraux de la région Midi-Pyrénées. Elle montre que si le mot « bibliothérapie » est pratiquement inconnu, la moitié des médecins interrogés ont dit avoir conseillé des livres et que deux-tiers d'entre eux pensent que c'est une

⁴¹ DUTON, Frédéric, GUERIN, Claudie, op.cit. p.23.

⁴² GUIDI, Léa. « La bibliothérapie, pratique médicale méconnue en France », *Monde du Livre*, 5 juin 2013. En ligne au : <<https://mondedulivre.hypotheses.org/1700>>, consulté le 6 mai 2021.

⁴³ BONNET, Pierre-André. *La bibliothérapie en médecine générale*, Thèse, Université de la Méditerranée - Aix-Marseille II, octobre 2009. 84 p.

⁴⁴ VANLERBERGHE, Hugo. *Bibliothérapie : intérêt et utilisation en médecine générale. Enquête de pratique auprès des médecins généralistes, exercice*, Université Toulouse III - Paul Sabatier, 10 octobre 2017. 58 p.

bonne alternative à la prescription de médicaments, dans le cas de troubles psychologiques. Une autre thèse⁴⁵, datant de 2020, fait le même constat à partir d'une enquête portant sur 68 médecins généralistes réunionnais : 82% disent ne pas connaître le mot « bibliothérapie » mais près de la moitié d'entre eux, lorsqu'on leur fournit une définition⁴⁶, disent la pratiquer sans en connaître le nom. Dans le domaine médical, il ne semble donc pas y avoir d'opposition franche à la bibliothérapie mais, d'une part, une méconnaissance, et, d'autre part, un système de santé français qui va mal et où les soignants n'ont concrètement que peu les moyens humains de généraliser le « *caring*⁴⁷ » et, par conséquent la bibliothérapie. Dans les structures médicales et médico-sociales, face à la souffrance au travail des personnels soignants et aux difficultés croissantes de recrutement, la priorité institutionnelle se limite souvent au « cure » et moins à la prise en charge du mieux-être⁴⁸ du patient dans un contexte libéral d'efficacité et de rationalité économique exacerbées. Dans ce contexte, les bibliothèques d'hôpitaux, souvent gérées par des soignants épuisés et débordés, ont peu de chance de se développer et de permettre aux professionnels de développer la médiation par le livre : il y a d'autres urgences.

En pratique, deux courants majoritaires entre médecine et littérature

Le terme bibliothérapie étant propre à l'interprétation, il existe différents courants à travers le monde. Philippe Vanstippen a étudié en 2018 l'évolution de ce que recouvre la notion de bibliothérapie et en arrive à la conclusion que « [...] *la bibliothérapie se divise selon ses publics, selon le type de supports qu'elle utilise, selon sa validité scientifique et selon les personnes et/ou professionnels qui l'exercent.* »

Il élabore une taxonomie⁴⁹ qui discerne trois catégories principales de bibliothérapie : la bibliothérapie médico-psychologique aussi appelée bibliothérapie d'auto-traitement (ou self-help), bibliothérapie informative ou encore bibliothérapie cognitivo-comportementale, qui se fonde sur la prescription d'ouvrages et un encadrement mis en œuvre par des personnels médicaux, d'une part, et, d'autre part, la bibliothérapie créative, littéraire, imaginative ou humaniste qui utilise principalement la fiction dans le but de résoudre des problèmes d'ordre psychologique et la bibliothérapie informelle qui consiste en conseils de lecture, souvent donnés par des bibliothécaires ou des professionnels du champ social. Ces deux dernières, la bibliothérapie créative et la bibliothérapie informelle, sont très proches dans la forme.

⁴⁵ DUSART, Clément. Utilisation de la bibliothérapie en médecine générale. Enquête d'opinion auprès des généralistes de la Réunion, Thèse pour le diplôme d'Etat de docteur en médecine, La Réunion, 16 octobre 2020. 67 p.

⁴⁶ La définition donnée par Clément Dusart aux médecins interrogés était celle-ci : « La bibliothérapie désigne l'utilisation de livres à des fins thérapeutiques. » DUSART, Clément, op.cit., p. 62.

⁴⁷ Le *caring* est défini comme « un care en actes, soit une prise en charge marquée par une attention positive. » MORVILLERS, Jean-Manuel. « Le care, le caring, le cure et le soignant », Recherche en soins infirmiers, vol. 122, no. 3, 2015, p. 79.

⁴⁸ Un infirmier, travaillant à l'hôpital pédiatrique Robert-Debré à Paris, dit-ainsi dans un article de Téléràma consacré au mal-être des infirmiers : « On a parfois le sentiment d'être à l'usine. Au lieu de rassurer les enfants qui ont peur des soins avec de la lecture ou un jeu, on les laisse pleurer parce qu'on n'a pas le temps ». BLOTTIERE, Mathilde. « Peut-on stopper l'hémorragie ? », Téléràma, vol. 3763, n°3763, 26 février 2022, p.20.

⁴⁹ VANSTIPPEN, Philippe. op.cit., p. 94.

De quoi parle-t-on quand on parle de bibliothérapie ?

	Bibliothérapie médico-psychologique	Bibliothérapie créative et littéraire	« Bibliothérapie » informelle
Praticiens	Pratiquée par des médecins et psychologues	Pratiquée, entre autres, par des médecins, psychologues, bibliothécaires et assistants sociaux formés à cet effet	Pratiquée par tout un chacun, notamment par les bibliothécaires
Public	Personnes souffrant de troubles psychologiques légers (stress, anxiété, dépression légère, ...) avec pose d'un diagnostic	Personnes souffrant de troubles psychologiques légers (stress, anxiété, dépression légère, ...) sans pose obligatoire de diagnostic	Toute personne
Validation scientifique	Validé scientifiquement	Non validé scientifiquement	Non validé scientifiquement
Ouvrages utilisés	Utilisation d'ouvrages d'auto-traitement spécialement rédigés à cet effet	Utilisation d'ouvrages littéraires et de développement personnel	Utilisation d'ouvrage littéraires et de développement personnel

Figure extraite de VANSTIPPEN, Philippe. *Les interactions entre la lecture et le soin : étude exploratoire et pistes d'action pour la Fédération Wallonie-Bruxelles* op.cit., p. 94

Seule la première d'entre elle, selon ses recherches, est validée scientifiquement et utilisée exclusivement par du personnel médical. Les deux autres catégories, selon ses recherches, ne sont pas validées par des preuves scientifiques.

Dans le domaine médical

La bibliothérapie cognitivo-comportementale sur prescription

Apparues dans les années 1990 aux Etats-Unis, les thérapies comportementales traitent des troubles psychiques en partant du principe qu'une meilleure connaissance psychologique de ces affections peut aider à les traiter et que le patient, en s'auto-formant – c'est ce qu'on appelle couramment le self-help – peut travailler à aller mieux. Ces techniques s'appuient principalement sur des guides de développement personnel et des manuels de self-help : les livres sont alors perçus comme une alternative aux traitements médicamenteux. L'idée sous-jacente, c'est que ce traitement est moins onéreux en temps et en argent, pour le système de soin, et moins invasif, pour le patient, qu'un traitement médicamenteux. D'autre part, ce système reposant sur des listes de livres répertoriés et standardisés, le postulat est qu'il serait possible d'évaluer de manière scientifique et comparative l'efficacité de ce type de thérapie. On peut dès lors conseiller et prescrire au sens propre, sur ordonnance, des livres adaptés à chaque type de pathologie.

C'est dans cette veine que se situe la bibliothérapie sur prescription médicale pratiquée en Angleterre, aux Etats-Unis tout comme en Nouvelle-Zélande ou au Danemark. Le médecin rédige une ordonnance que le patient remet au bibliothécaire, le rôle de ce dernier étant de lui fournir les livres notés sur l'ordonnance. Ce type de bibliothérapie est fréquemment associée à un partenariat formel entre le corps médical et la bibliothèque. Des listes de livres⁵⁰ correspondant à des pathologies sont ainsi dressées et mises à disposition des médecins et des patients puis des consultations de suivi sont effectuées par les médecins⁵¹. Suivant les praticiens, ces prescriptions s'accompagnent ou non de dialogues dans des groupes de paroles.

⁵⁰ Sur le site britannique de The Reading Agency, une agence caritative travaillant en lien avec des organismes de santé et des bibliothèques, existent de telles listes de livres qu'il est possible de filtrer ensuite par catégories. THE READING AGENCY. *Reading Well*. Londres : The Reading Agency, 2015. En ligne au : <https://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription>. Voir annexe n°4.

⁵¹ Un des médecins anglais responsable du programme Books on Prescription en Angleterre, Paul Farrand, a mis au point un algorithme en 2005 pour aider les médecins généralistes à la décision dans le suivi de patients dans un traitement

La médecine narrative ou l'irruption des humanités en santé

Au-delà de ces prescriptions qui sont considérées comme « minimalistes⁵² » par Isabelle Blondiaux qui insiste sur la médiation nécessaire d'un thérapeute, la bibliothérapie est également utilisée dans les structures médicales, pour les patients, par exemple dans les services de soin palliatif,⁵³ mais aussi, pour les soignants, en tant qu'aide à la médecine narrative⁵⁴ : il s'agit de permettre aux médecins de recueillir le récit des patients et d'être attentifs à ce qu'ils disent de l'histoire de leur maladie. Cela suppose de développer une forme d'empathie pour le patient et de mieux le soigner en étant à l'écoute du récit du patient, ce que relate, par exemple, Mona Thomas⁵⁵, anthropologue, quand elle rend compte des rapports établis par la cancérologue Lise Ménard entre son métier, les patients et les livres :

« Il est important pour le patient d'être considéré comme une personne, voire un personnage, en tout cas pas uniquement un malade. Si j'arrive à sortir les patients de la masse, du flou, c'est grâce à la littérature. Un malade n'est pas superposable à un autre malade. Je suis probablement égoïste, aveugle... alors les livres m'ouvrent les yeux. »

Le développement de cette empathie se travaille ainsi en fréquentant la littérature. En outre, cela permet au personnel soignant de mieux-vivre ce que sa position peut avoir de difficile quand il doit se confronter au quotidien à la douleur et à la mort. En France, cependant, contrairement à ce qui se passe dans les pays anglo-saxons, la formation des médecins ne prend que très peu en compte cette dimension même si l'on constate depuis peu, à l'université⁵⁶, la mise en place d'enseignements, souvent optionnels, consacrés à ce sujet. Alors que les *medical humanities*⁵⁷ (les humanités médicales) sont bien installées aux Etats-Unis, elles sont beaucoup plus récentes dans les établissements universitaires français qui commencent cependant à intégrer la réflexion sur le lien entre médecine et d'autres disciplines telles que la

bibliothérapeutique. FARRAND, Paul. « Development of a supported self-help book prescription scheme in primary care », *Primary Care Mental Health*, vol. 3, 1 mars 2005, p. 61-66. Cité par VANLERBERGHE, Hugo, op.cit., p. 52.53.

⁵² BLONDIAUX Isabelle, *La littérature peut-elle soigner ? : la lecture et ses variations thérapeutiques*, Paris, Honoré Champion éditeur, coll. Unichamp-essentiel, 2018, p. 36.

⁵³ Françoise Liminana, médecin en unité de soins palliatifs à la polyclinique Montréal à Carcassonne, a ainsi mis en place dans son service des séances de bibliothérapie assurées par des personnels soignants. CENTRE NATIONAL DES SOINS PALLIATIFS ET DE LA FIN DE VIE, *La bibliothérapie créative en soins palliatifs*, Entrevue avec le Dr Liminana, 2018. En ligne au : https://vigipallia.parlons-fin-de-vie.fr/18/page/6066/EnDecale_LaBibliothherapieCreativeEnSoinsPalliatifs.html, consulté le 20 septembre 2021.

⁵⁴ « La médecine narrative est une approche des soins de santé centrée sur le patient, qui se développe dans les pays anglophones, et dans le nord de l'Amérique, à partir des années 1990. Son objectif est de (re)mettre le récit du patient et son écoute attentive au cœur de l'acte médical et d'établir une relation de qualité, marquée par l'empathie, entre le soignant et le soigné. » ROSSI, Silvia. « Médecine narrative », Christine Delory-Momberger éd., *Vocabulaire des histoires de vie et de la recherche biographique*. Érès, 2019, p. 236-238.

⁵⁵ THOMAS, Mona. *La bibliothèque du docteur Lise*, Paris, Stock, coll. La forêt, 2011, p.117.

⁵⁶ L'Université Paris-Descartes a instauré un enseignement optionnel de la médecine narrative en 2009 destiné à quarante étudiants de médecine de quatrième année et l'a rendu obligatoire en 2013. Les universités de Cergy Paris, Nice, Bordeaux, Paris Sorbonne, Paris-Créteil ont aussi mis en place ce type d'enseignement ainsi que l'université de Montpellier depuis septembre 2021 pour les étudiants en 3^{ème} année de médecine. Cf BLANCHIN, Solène, LOGNOS, Béatrice, REBOUL, Marie-Catherine. « Création et expérimentation d'un enseignement de médecine narrative auprès d'étudiants en 4^{ème} année de médecine à Montpellier. », *Revue Médecine et Philosophie*, (5) – 2021, p.56.

⁵⁷ Voir définition des « medical humanities » en annexe n°5. LERU, « Social sciences and humanities : essential fields for european research and in Horizon 2020 », *Advice Paper*, n°11, juin 2012, p. 7.

philosophie, la sociologie, la littérature⁵⁸. Ainsi voit-on la bibliothérapie, dans ce cas, ne pas seulement consister en une prescription basée sur l'*evidence base medicine*, c'est-à-dire sur une médecine par les preuves. La bibliothérapie se rapproche alors, y compris dans les structures médicales, de la bibliothérapie dite créative.

La bibliothérapie littéraire ou créative

Lire et réchauffer les « paroles gelées⁵⁹ »

En France, avant que Régine Detambel ne vulgarise la bibliothérapie auprès du grand public en 2015, deux chercheurs avaient déjà orienté la bibliothérapie vers un versant moins médical. En 1994, dans son ouvrage intitulé *Bibliothérapie. Lire, c'est guérir*, le rabbin et philosophe Marc-Alain Ouaknin⁶⁰, grand connaisseur du Talmud, de la Bible et du Coran, inscrit ainsi la bibliothérapie dans une perspective philosophique et spirituelle, la rattachant à diverses traditions religieuses et aussi philosophiques dont l'herméneutique, la science de l'interprétation des textes, de Paul Ricoeur.

« Selon Ouaknin, la bibliothérapie consiste à rouvrir les mots à leurs sens multiples. Par la magie de l'interprétation, le livre poétique dénoue les nœuds du langage, puis les nœuds de l'âme, qui s'opposaient à la vie et à la force créatrice. La bibliothérapie ainsi comprise doit permettre à chacun de sortir de l'enfermement, de la lassitude, pour se réinventer, vivre et renaître à chaque instant dans la dynamique d'un langage en mouvement⁶¹. » commente Régine Detambel.

Il s'agit donc pour lui d'une thérapie envisagée comme le fait de prendre soin de son âme, une libération qui passe par les mouvements intérieurs et les changements induits par l'« éclatement⁶² » polysémique des mots.

Lire pour s'émanciper

De son côté, Michèle Petit, anthropologue de la lecture au LADYSS⁶³ (CNRS), a mené un travail essentiel d'observation de l'impact de la lecture dans le champ social et a écrit différents livres où elle relate les expériences menées dans des quartiers défavorisés en France et dans différents pays du monde, par exemple en Amérique latine, où elle constate que, pour des populations en proie à la misère, la violence et l'abandon, qu'il s'agisse d'enfants à la rue ou d'adultes brisés, la lecture tout comme le fait d'écouter des histoires orales, sont perçues comme des pratiques vitales, encore plus que pour les lecteurs habitués des bibliothèques. Elle ne prononce que

⁵⁸ Par exemple, l'Institut la Personne En Médecine (ILPEM), une initiative interdisciplinaire IdEx Université de Paris, regroupe des médecins, citoyens et chercheurs variés appartenant au domaine médical, aux sciences humaines et sociales qui réfléchissent aux interactions entre différentes disciplines.

⁵⁹ RABELAIS. *Le Quart-Livre* [1552], Genève, éd. R. Marichal, Droz, 1947, 413 p.

⁶⁰ OUAKNIN, Marc-Alain. *Bibliothérapie. Lire c'est guérir*. Paris : éd. du Seuil, coll. La couleur des idées, 1994, 436 p.

⁶¹ DETAMBEL, Régine. « Les livres soignent. Entretien avec Laureen Malka », *MyBOOX.fr*, 19 mai 2014. En ligne au : <https://www.detambel.com/f/index.php?sp=liv&livre_id=64>, consulté le 12 juillet 2021.

⁶² OUAKNIN, Marc-Alain. *Lire aux éclats*, Paris, Seuil, 1994, 448 p.

⁶³ LADYSS : Laboratoire Dynamiques Sociales et recomposition des Espaces

rarement le mot bibliothérapie, mais ses livres⁶⁴, *Eloge de la lecture : la construction de soi*, *Lire le monde : expériences de transmissions culturelles aujourd'hui* ou encore *L'art de lire ou comment résister à l'adversité* disent bien, par leur simple intitulé, que les livres sont un moyen, sinon de guérir, du moins de soulager, de se construire, voire de se reconstruire.

La lecture, pour elle, plus encore qu'un outil éducatif ou un simple loisir, est un moyen puissant de sociabilisation et d'émancipation, qui doit passer par une médiation culturelle nécessaire à la création d'un espace intime mais aussi d'un espace social et politique apaisés.

« Car c'est bien de cela dont il s'agit avec la transmission culturelle et, plus particulièrement, avec la lecture : de construire un monde habitable, humain, de pouvoir y trouver place et de s'y déplacer ; de célébrer la vie au quotidien, d'offrir les choses poétiquement ; d'inspirer les récits que chacun fera de sa propre vie ; de nourrir la pensée, former le « cœur intelligent » pour parler comme Hannah Arendt qui aurait ajouté qu'il faut transmettre le monde aux enfants, leur apprendre à l'aimer, pour qu'ils aient un jour envie d'en prendre la responsabilité. Car « c'est l'amour du monde qui nous donne une posture d'esprit politique », pensait-elle^{65, 66} »

En ce sens, les médiateurs, qu'elle appelle les « passeurs de livres : bibliothécaires, promoteurs de lecture, enseignants menant des expériences un peu différentes, poètes, illustrateurs, psychanalystes⁶⁷ » ont un rôle essentiel parce qu'ils permettent, lors de séances collectives, à la parole de circuler et de faire advenir des possibles.

Lire avec ses sens

Il faut attendre 2015 pour que la bibliothérapie créative, ou plus précisément biblio-créativité⁶⁸, soit réellement popularisée, en France et dans les pays francophones, grâce à Régine Detambel dans *Les livres prennent soin de nous. Pour une bibliothérapie créative*, un ouvrage très largement inspiré des ouvrages de Marc-Alain Ouaknin et Michèle Petit. Elle s'insurge contre le recours aux livres de développement personnel et à une bibliothérapie clinique d'origine anglo-saxonne, leur préférant la littérature, plus métaphorique et, par là-même, plus labile et apte à s'adapter aux différents espaces intérieurs. Son plaidoyer engagé et sa communication multiforme en faveur du développement de la bibliothérapie littéraire, le fait qu'elle ait été la première à proposer des formations sur le sujet, a fait d'elle, en quelque sorte, l'interlocutrice incontournable de la bibliothérapie créative en France de sorte que nombreux sont les bibliothérapeutes francophones dont la formation est celle qui a été prodiguée par Régine Detambel.

⁶⁴ PETIT, Michèle. *Eloge de la lecture : la construction de soi*, Paris, Belin, 2002, 159 p. *L'art de lire : ou comment résister à l'adversité*, Paris, Belin, 2008, 265 p. *Lire le monde : expériences de transmission culturelle aujourd'hui*, Paris, Belin, 2014, 224 p.

⁶⁵ Entretien avec Bérénice Levet paru dans *Le Monde* du 29 juin 2012 à l'occasion de la publication de son essai : *Le Musée imaginaire d'Hannah Arendt*, Paris, Stock, 2011. Cité par Michèle Petit.

⁶⁶ PETIT, Michèle. *Lire le monde*, op.cit., p.19-20.

⁶⁷ PETIT, Michèle. *L'art de lire*, op.cit., p.26.

⁶⁸ Cette appellation est sous copyright : biblio-créativité©

Comme chez Marc-Alain Ouaknin, la lecture, chez Régine Detambel, est vue comme une expérience sensorielle qui fait vibrer le corps et la peau⁶⁹. Elle relie donc le recours au livre à d'autres expériences artistiques telles que l'écriture, les arts plastiques ou le chant. La lecture a lieu de préférence à voix haute parce qu'elle amplifie alors la rencontre imaginaire qui s'opère dans le livre puisqu'elle est incarnée dans des corps : la voix, les yeux, et le corps respirant tout entier des lecteurs à haute voix et des auditeurs créent un espace sensoriel qui donne davantage de poids et de retentissement conscient ou inconscient aux mots prononcés. Réfléchissant sur sa profession, la lectrice à voix haute, Frédérique Bruyas, note ainsi :

« L'écoute crée l'espace et permet un basculement. L'ouïe est une porte essentielle vers l'imaginaire. Elle donne au présent de l'écoute une qualité d'être au monde⁷⁰. »

Lire et trouver refuge

Michèle Petit, qui a beaucoup travaillé avec des architectes et des géographes, mais aussi des psychanalystes, perçoit l'art et la littérature comme une façon de créer son propre espace intérieur :

« [...] dès le plus jeune âge, et tout au long de la vie, la littérature orale et écrite, et les pratiques artistiques sont en rapport étroit avec la possibilité de trouver lieu.⁷¹ ». « Pour que l'espace soit représentable et habitable, pour que l'on puisse s'y inscrire, il doit raconter des histoires, avoir toute une épaisseur symbolique, imaginaire, légendaire. Sans récits - ne serait-ce qu'une mythologie familiale, quelques souvenirs -, le monde resterait là, indifférencié ; il ne nous serait d'aucun secours pour habiter les lieux où nous vivons et construire notre demeure intérieure⁷². »

Ainsi grâce à la lecture et à l'imaginaire qu'elle nourrit, grâce à cette « épaisseur » du monde apportée par les récits, est-il possible de se construire une sorte d'abri mental qui aide à se projeter et construire son identité. Cette distanciation par rapport au monde extérieur peut se révéler précieuse quand sa propre réalité est celle où dominent des difficultés de tous ordres : violences, absurdité, misère physique et mentale...

Lire pour rencontrer autrui

En outre, la lecture est aussi un moyen de comprendre son architecture intérieure en fréquentant d'autres univers mentaux. L'identification à des personnages est ainsi un moyen de mieux savoir qui l'on est mais aussi de repérer, de façon plus ou moins consciente, des cheminements différents, susceptibles de résoudre une situation problématique. Le sentiment de solitude ressenti face à des difficultés qui semblent inextricables peut ainsi s'en trouver amoindri. En outre, cette identification permet de développer l'empathie du lecteur qui apprend, sans s'en rendre compte, à se mettre à la place de l'autre et découvre ainsi une diversité

⁶⁹ DETAMBEL, Régine. *Petit éloge de la peau*, Paris, France, Gallimard, 2006, 244 p.

⁷⁰ Ibid., p.16.

⁷¹ PETIT, Michèle. *Lire le monde*, op.cit., p.45.

⁷² PETIT, Michèle. *Lire le monde*, op.cit., p.16.

d'univers propres à élargir ses connaissances et ses conceptions de la vie, ce qui est précisément ce qui peut l'aider à opérer des changements et à évoluer.

« Comme le dit Wittgenstein : « *Les frontières de mon langage* sont les frontières de mon monde. »⁷³ La littérature repousse sans cesse ces limites, ouvre mon être à l'inépuisable polyphonie des hommes et réinscrit mon corps dans le tissu du monde⁷⁴. »

Le fait, dans un atelier de bibliothérapie, d'échanger sur les textes qui ont été lus, accroît cet effet puisque chaque participant reçoit différemment les textes qui ont été lus et partage avec le groupe quel retentissement ont eu les mots dans son espace intérieur.

Ainsi, la lecture et ses médiations peuvent-elles être vues comme un levier de changement personnel, culturel et social : à la fois un « détour vital » individuel, pour reprendre l'expression de Michèle Petit, susceptible d'élargir les horizons, d'apaiser et de modifier la perception de soi, et un facteur d'inclusion sociale comme le proclame le manifeste⁷⁵ du collectif l'Alliance pour la lecture. Cependant, le mot bibliothérapie effraie et produit aussi des réactions de scepticisme à l'égard d'une pratique multiforme qui semble flirter avec des pratiques suspectées de n'être ni scientifiquement prouvées ni suffisamment encadrées pour éviter les abus et le charlatanisme.

UNE NOTION SULFUREUSE ?

La littérature réduite au rôle de vulgaire outil ?

Le premier argument que l'on peut rencontrer contre la bibliothérapie serait l'idée, dans un pays dans un pays où le prestige lié à l'art d'écrire fait partie constituante de la culture française, qu'il s'agit d'une instrumentalisation⁷⁶ de la littérature qui irait à l'encontre de ce qu'est essentiellement celle-ci. Si l'utilité de la littérature a été régulièrement débattue au cours de l'histoire et possède à la fois des détracteurs et des partisans⁷⁷, et si, la littérature, en perpétuelle modification d'elle-même, excède toute tentative figée de définition⁷⁸, il semble cependant qu'il y ait dernièrement eu une prise de conscience que la littérature puisse aussi être liée

⁷³ WITTGENSTEIN, Ludwig, *Tractatus logico-philosophicus*, 5.6, traduction de l'allemand par Gilles Gaston Granger, NRF/Gallimard, coll. Bibliothèque de Philosophie, Paris, 1993, 121 p.

⁷⁴ BRUYAS, Frédérique. *Le métier de lire à voix haute*, Paris, Magellan & Cie, 2014, p.36.

⁷⁵ FILL, FEDERATION INTERREGIONALE DU LIVRE ET DE LA LECTURE. « [Grande cause nationale] L'Alliance pour la lecture, comprenant la Fill, est labellisée ! | Fill », 26 novembre 2021. En ligne au : <<https://fill-livrelecture.org/grande-cause-nationale-lalliance-pour-la-lecture-comprenant-la-fill-est-labellisee/>>, consulté le 29 novembre 2021.

⁷⁶ Isabelle Blondiaux le formule ainsi à propos de l'utilisation des livres dans la bibliothérapie : « [cela] relève-t-il d'une instrumentalisation plus ou moins librement consentie, portée par l'intention de rendre caduc le reproche de son inutilité ? » BLONDIAUX Isabelle, op. cit., p.8.

⁷⁷ Sur le livre conçu comme un lanceur d'alerte, un article de Télérama intitulé *Le poids de la plume* suggère que le livre, « bien lancé, reste, au pays de Voltaire et de Zola, investi d'une immense puissance symbolique, et la littérature, d'un extrême pouvoir légitimant. » L'article évoque trois ouvrages ayant contribué à faire retentir, dans le débat public, plus efficacement que « des décennies de recherche universitaire plus anonyme » les dommages causés aux plus fragiles par la « prédation humaine, qu'elle soit sexuelle ou économique » : *Le Consentement* de Vanessa Springora, *La familia grande* de Camille Kouchner et *Les Fossoyeurs* de Victor Castanet. CERF, Juliette. « Le poids de la plume », *Télérama*, n° 3763, 23 février 2022, p.13.

⁷⁸ « Des essayistes ont maintes fois trompé sa mort, porté son deuil et orchestré leurs adieux, tandis que d'autres, ou les mêmes, séparaient le bon grain de l'ivraie, prétendant savoir, selon des critères toujours subjectifs et parfois contraires, ce qui « en était » et ce qui « n'en était pas ». LAURENS, Camille. « "L'Idée de littérature", d'Alexandre Gefen : le feuilleton littéraire de Camille Laurens », *Le Monde (site web)*, 6 mai 2021.

à l'idée de réparation. Le mémoire de Caroline Mathiot, Catherine Sicé et Valentin Saez⁷⁹ évoque à ce sujet les travaux de Denis Labouret⁸⁰ et d'Alexandre Gefen⁸¹ et qui, tous les deux, concluent à l'idée que la littérature en France au 21^e siècle est, pour une grande part, pensée comme « thérapeutique ». La notion de « panser », qui relève du soin, fait irruption avec force dans le domaine littéraire. Ainsi Emmanuel Carrère conclut-il son roman *D'autres vies que la mienne*, où il explique qu'il a décidé de tourner désormais son regard d'écrivain vers autrui, par cette dernière expression : « [...] j'aimerais panser ce qui peut être pansé [...] » tandis que « Denis Labouret résume cette évolution par un joli jeu de mots : « la littérature aurait moins pour fonction de penser que de panser⁸² »⁸³. » Dans cette conception, la littérature peut alors être conçue comme un pansement mental appliqué sur une plaie psychique, le moyen de rencontrer « d'autres vies que la sienne » tout en étant davantage présent au monde. La bibliothérapie est ainsi légitimée à « utiliser » la littérature « [...] parce qu'elle maintient éveillé en nous un art de la lecture qui fonctionne plus généralement comme un « opérateur de communauté » p. 89) et qui entretient au sein d'activités multiples l'exigence intérieure d'honorer, de rendre justice à ce qui compte et passe ordinairement inaperçu⁸⁴. »

Une industrie du bien-être ?

Cependant, la bibliothérapie, en devenant de plus en plus populaire, peut être perçue aussi comme le dernier avatar de la mode du développement personnel et du coaching. Les chiffres le prouvent, la production éditoriale et la vente de livres de développement personnel ne se sont jamais aussi bien portées, ces livres sont de plus en plus souvent réclamés en bibliothèque de lecture publique et n'ont jamais autant été lus⁸⁵ de sorte que certains y voient une américanisation⁸⁶ négative du paysage culturel français et l'influence grandissante de la « psychologie positive » selon laquelle chacun est responsable de son bonheur personnel, lequel devient une équation dans un système industriel. Commentant les travaux du psychologue Edgar Cabanas et de la sociologue Eva Illouz, dans leur ouvrage *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*⁸⁷, Sabine Mégabarné note que

⁷⁹ MATHIOT, Caroline, SICE, Catherine, SAEZ, Valentin, op. cit., p.10

⁸⁰ LABOURET, Denis. *Histoire de la littérature française des XX^e et XXI^e siècles*, Malakoff, Armand Colin, coll. Cursus (Paris), 2018, 324 p.

⁸¹ GEFEN, Alexandre. *Réparer le monde : la littérature française face au XXI^e siècle*, Paris, France, Éditions Corti, 2017, 400 p.

⁸² LABOURET, Denis, op.cit., p. 287-288.

⁸³ MATHIOT, Caroline, SICE, Catherine, SAEZ, Valentin, op. cit., p.10.

⁸⁴ FEUILLEBOIS, Victoire. « Eric Michoulan, *Lire avec soin. Amitié, justice et médias*. Lyon, ENS Editions, coll. « Perspectives du care », 2017. ». *Book reviews - ITI Lethica - Littératures, éthique & arts - MISHA - Maison Interuniversitaire des Sciences de l'Homme - Alsace - Université de Strasbourg*. En ligne au : <https://lethica.unistra.fr/en/research/translate-to-english-recensions#c49988>, consulté le 29 novembre 2021.

⁸⁵ Le baromètre 2021 de la lecture du CNL indique que la lecture en entier des livres de développement personnel a cru de 12 points entre 2019 et 2021. Voir annexe n° 6.

⁸⁶ Un article portant sur le livre *Contre le développement personnel : authentique et toc* rédige ainsi un paragraphe intitulé « Trump, paroxysme du développement personnel ». LALONDE, Catherine. « Ces livres de développement personnel qui ne vous veulent pas que du bien », *Le Devoir*, 30 août 2021. En ligne au : <https://www.ledevoir.com/lire/628323/coup-d-essai-ces-livres-de-developpement-personnel-qui-ne-vous-veulent-pas-que-du-bien>, consulté le 3 septembre 2021. L'article fait la recension d'un ouvrage de Thierry Jobard. JOBARD, Thierry. *Contre le développement personnel : authentique et toc*, Paris, éd. Rue de l'échiquier, 2021, 92 p.

⁸⁷ CABANAS, Edgar, ILLOUZ, Eva, *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, Paris, Premier Parallèle, 2018, 260 p.

« l'injonction au bonheur » est en fait un moyen de faire porter sur les individus les défaillances du système économique et social libéral :

« Aussi les individus sont-ils incités à « prendre soin » d'eux-mêmes, une manière de retrouver la sensation d'un peu de contrôle dans un monde chaotique. [...] et donc assumer seuls⁸⁸ les conséquences de la détérioration du système économique et social. »

Comprise ainsi, la bibliothérapie devient un outil paradoxal d'asservissement plus que d'émancipation.

En outre, le fait que les services proposés par certains acteurs de la bibliothérapie soient aussi associés à des entreprises commerciales peut laisser dubitatif. Ainsi la plateforme *Love for livres*⁸⁹ mise en ligne fin décembre 2019, qui utilise un algorithme alimenté au fur et à mesure par les choix des utilisateurs pour proposer des livres en fonction de leurs émotions, et dont les intentions affichées semblent très vertueuses, renvoie à une autre page web, la page Topaz, à l'extension commerciale nettement indiquée, <https://topaz.loveforlivres.com/>, où sont proposées des prestations tarifées et des programmes personnalisés assortis d'abonnements dont le premier est offert. Dans une interview donnée pendant le confinement peu après le lancement public de la plateforme, sa cofondatrice, Caroline Mas, indique que son « approche est sociale et humaine avant tout⁹⁰ », « revendique une expertise scientifique », se veut œuvrer pour la démocratisation de l'accès aux livres, l'amélioration du bien-être grâce à la bibliothérapie, cite son travail par exemple avec Bibliothèques sans Frontière (BSF) mais « réfléchit » à la possibilité de s'affilier à un site marchand, afin de « ne pas perdre des lecteurs qui sont prêts à acheter des livres directement » et évoque dans la foulée les bibliothèques physiques vendues par cette entreprise.

Le démarchage intensif de l'entreprise peut sembler dérangeant : « J'ai été contactée par Love for livres, une association qui se situe précisément sur ce créneau, mais de manière payante (et c'est assez cher parce que ce sont des spécialistes qui animent des sessions). Cette association cherchait une mise en visibilité en bibliothèque. » indique ainsi une pilote Eurékoï de la BPI qui explique : « J'ai été démarchée par l'assoc[iation] évoquée pour voir comment Eurékoï et la BPI pouvaient la mettre en visibilité. L'assoc[iation] aurait souhaité pouvoir faire une expo[sition] de livres dans la Bpi, mais s'était peut-être bien déjà heurtée à une fin de non-recevoir de la directrice des collections et souhaitait le contact de la responsable de l'animation culturelle. »

Un tel exemple qui met en évidence le brouillage des genres entre bibliothérapie et industrie commerciale à grande échelle peut ainsi permettre de

⁸⁸ MEGARBANE, Sabine. « Edgar Cabanas et Eva Illouz, *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, Paris, Premier Parallèle, 2018, 260 p. », *Ethnologie française*, vol. 49, no. 4, 2019, p. 815.

⁸⁹ GIRGIS, Dahlia. « "Love for Livres", un projet européen pour promouvoir la lecture », *Livres Hebdo*, 25 octobre 2021. En ligne au : <<http://www.livreshebdo.fr/article/love-livres-un-projet-europeen-pour-promouvoir-la-lecture>>, consulté le 10 novembre 2021. En 2021, Love for livres, en partenariat avec l'association Public Libraries 2030, a conçu un projet intitulé « Libraries of Emotions », soutenu par le programme Europe créative de la Commission Européenne qui va, entre autres, expérimenter dans 4 pays européens des séances de bibliothérapie pour la jeunesse et évaluer « l'impact des sciences cognitives sur la culture ».

⁹⁰ OURY, Antoine. « Se baser sur ses émotions pour choisir sa prochaine lecture : Love for Livres », *ActuaLitté.com*, 15 avril 2020. En ligne au : <<https://actualitte.com/article/8060/interviews/se-baser-sur-ses-emotions-pour-choisir-sa-prochaine-lecture-love-for-livres>>, consulté le 15 juillet 2021.

nombreux pays dans le monde où des formations universitaires à la bibliothérapie sont dispensées. C'est le cas, par exemple, en Italie, à l'université de Vérone qui propose un master professionnel sur la bibliothérapie⁹⁷, en Angleterre, en Hongrie⁹⁸, en Lituanie⁹⁹, en Israël, aux Etats-Unis ou bien encore dans le département Bibliothéconomie de l'université de Rio de Janeiro¹⁰⁰ où un enseignement multidisciplinaire a été mis en place.

On constate donc en France une absence de reconnaissance institutionnelle qui colore la bibliothérapie d'une aura pour le moins floue.

« Peut-il y avoir une science de la bibliothérapie ?¹⁰¹ »

Cette défiance face à une notion aussi flottante que la bibliothérapie est d'autant plus présente qu'il peut sembler difficile d'évaluer, avec rigueur, les bénéfices de la bibliothérapie. Selon Philippe Vanstippen¹⁰², la bibliothérapie étant à mi-chemin entre les sciences médicales et les sciences humaines, trouver les bons outils d'évaluation s'avère complexe et, lorsque les études sont réalisées avec une méthodologie relevant des sciences humaines et sociales, elles ne sont pas toujours prises au sérieux. Cependant, sa conclusion prudente – il effectue un certain nombre de réserves¹⁰³ – est que certains travaux prouvent, dans certains cas, l'efficacité de la bibliothérapie :

« Malgré les difficultés méthodologiques liées à l'évaluation *evidence-based* de la bibliothérapie médico-psychologique et malgré les nombreuses variantes de sa mise en pratique nous pouvons affirmer, à la lecture de 25 années de méta-analyses,

<https://www.corsenetinfos.corsica/Bibliothherapie-une-pratique-qui-gagne-du-terrain-en-Corse_a54719.html>, consulté le 6 mai 2021.

⁹⁷ La formation comporte de nombreux enseignements théoriques sur la bibliothérapie dont la lecture à voix haute, la médecine narrative, l'encadrement de groupes, la psychologie, ainsi que des stages pratiques dans des bibliothèques ou des associations.

⁹⁸ L'université de Pecs en Hongrie, associée aux bibliothèques publiques de Zagreb a ainsi mis en place un cursus de formation sur la bibliothérapie après la guerre des Balkans et organisé, entre 1991 et 1999, avec les bibliothèques municipales croates, quatre programmes successifs de bibliothérapie financés par l'Unicef dans les zones sinistrées par la guerre. BARÁTH, Árpád et Ljiljana SABLJAK. « Bibliotherapy for Healing War Trauma in Children and Youth », *Thinking Classroom*, vol. Spring 2001, 14 p., TERWAGNE, Serge. « Soigner par la bibliothérapie les traumatismes psychiques de temps de guerre », *Caractères*, n°5, septembre 2001, p. 10-13.

⁹⁹ Ludivine Blondelle, op.cit. p. 24, mentionne ainsi des enseignements lituaniens dès 2012 : « The academic subject of *Bibliotherapy* is taught at two Lithuanian universities : at Vilnius University, as a speciality elective for the students of the study program of *Libraries and Information*, and at Klaipeda University as a compulsory subject in the study program of *Informology*. » JANA VICIENE, Daiva. « Bibliotherapy in Lithuanian Public Libraries: Service Identification and Analysis », *Toruńskie Studia Bibliologiczne*, vol. 5, n°2 (9), 1 décembre 2012, p. 163.

¹⁰⁰ ALVES, Marilia Amaral Mendes. « Biblioterapia: uma experiência inovadora no curso de biblioteconomia da UNIRIO », *Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação*, vol. 13, n°0, 23 décembre 2017, p. 2065-77.

¹⁰¹ BRYAN, Alice I. « Can there be a science of bibliotherapy ? », *Library Journal*, 64, n°1, 15 octobre 1939, p. 773-776. Cité par Isabelle BLONDIAUX, op.cit., p. 23.

¹⁰² « Tout d'abord, ce recours à des méthodes fortement quantitatives issues des sciences biomédicales occulte les aspects plus qualitatifs des effets de la bibliothérapie et qui relèvent des sciences humaines et sociales. » et « Tant les sciences de la vie voient une prédominance des méthodes dites fondées sur les faits (« *evidence-based* » en anglais), les sciences humaines adoptent les méthodes « classiques ». Bien que ces dernières se basent sur des pratiques scientifiques d'enquête et d'analyse qualitatives et quantitatives, elles n'ont pas le degré de preuve que peuvent avoir les méta-analyses ou les essais randomisés contrôlés, si fréquents en sciences de la vie. » VANSTIPPEN, Philippe, op.cit., p.22.

¹⁰³ Il indique qu'il existe une trop grande variété de bibliothérapie pour pouvoir l'évaluer méthodiquement, que la bibliothérapie ne semble avoir des effets, modérés, que sur des troubles légers, si elle est utilisée en appoint d'autres traitements, qu'il faut créer une « alliance thérapeutique » avec le patient et enfin une certaine habitude de la lecture pour que cela fonctionne même s'il est aisé de lui répondre des expériences ont aussi été menées avec des publics en difficulté avec la lecture, par le biais de lectures orales, par exemple, de contes traditionnels comme le rapporte Michèle Petit dans ses essais. Ibid., p. 26-27.

à la suite de Chamberlain et al. (2008) et de Jones (Jones, 1995), entre autres, que la bibliothérapie est efficace pour une série de troubles psychologiques, dont principalement la dépression et l'anxiété¹⁰⁴. »

Il est à noter qu'une étude mexicaine plus récente, se basant sur 13 études (sur 703 repérées sur trois bases de données : PubMed, Bireme et OVID) choisies pour leur rigueur scientifique, a évalué les apports de la bibliothérapie¹⁰⁵ sur la santé mentale, dans différents contextes cliniques, en tant que moyen de renforcer la notion de sens pendant la pandémie. Cette étude qui portait sur différents profils (personnes âgées, soignants, étudiants...), aboutit également à la conclusion que la bibliothérapie a été utile pour redonner du sens à des personnes affectées de différentes manières par la pandémie et la préconise pour traiter un certain nombre de troubles tels que la dépression, l'épuisement au travail ou l'anxiété.

Commencent aussi à paraître des études qui se fondent sur des éléments physiologiques mesurables pour mettre en évidence les effets positifs de la lecture. Une équipe de chercheurs brésiliens et argentin¹⁰⁶ a ainsi étudié le taux de deux biomarqueurs, l'ocytocine (une hormone liée à la régulation de l'humeur, de l'optimisme et la confiance dans les relations sociales), et le cortisol (l'hormone produite par le corps dans les situations de stress), avant et après une lecture de contes faite à 81 enfants devant être opérés pour des pathologies similaires. Sur les trois groupes constitués, l'un était composé d'enfants auxquels étaient lus des contes traditionnels, l'autre d'enfants auxquels étaient proposées des devinettes, le dernier auquel on ne proposait rien. L'étude a montré que le groupe auquel on avait lu des contes avait un taux d'ocytocine plus important après la lecture que le groupe d'enfants auquel on avait joué à l'aide de devinettes lequel avait un taux plus important que celui avec lequel on n'avait pas interagi. La baisse parallèle du taux de cortisol chez les enfants ayant bénéficié d'une lecture a été aussi été mesurée. Le test salivaire a été complété par une tâche de libre association où les enfants devaient associer des mots aux termes « infirmier » ou « hôpital ». Les enfants auxquels on avait raconté des contes ont associé des émotions positives à l'hôpital et aux soignants tandis que ceux auxquels on n'avait rien lu renvoyaient une image négative et douloureuse de leur hospitalisation. Le décalage positif en faveur de la lecture par rapport au jeu de devinettes laisse penser que c'est bien l'activité de lecture, le fait d'entendre un récit qui a joué et non seulement une interaction humaine. Cette étude semble donc confirmer ce que les adultes qui disent ou qui lisent des histoires aux enfants perçoivent intuitivement : la lecture peut procurer un apaisement et faire reculer l'anxiété et la douleur.

D'autres études sont sans doute nécessaires, et au vu de la production toujours plus nombreuse de recherches menées sur le sujet, nul doute que l'exploration des phénomènes mis en jeu dans les différentes formes des bibliothérapies ne sera

¹⁰⁴ Ibid., p. 26.

¹⁰⁵ Dans l'étude, la bibliothérapie est envisagée comme un « processus de lecture, réflexion et de discussion sur la littérature (récits et histoires personnelles) » (« as the process of reading, reflecting upon, and discussing literature (personal narratives and stories) ») et non, comme c'est souvent le cas, seulement comme un programme d'auto-assistance. MONROY-FRAUSTRO, Daniela et al. « Bibliotherapy as a Non-pharmaceutical Intervention to Enhance Mental Health in Response to the COVID-19 Pandemic: A Mixed-Methods Systematic Review and Bioethical Meta-Analysis », *Frontiers in Public Health*, vol. 9, 1 mars 2021, p. 2.

¹⁰⁶ BROCKINGTON, Guilherme et al. « Storytelling increases oxytocin and positive emotions and decreases cortisol and pain in hospitalized children », *Proc Natl Acad Sci U S A*, vol. 118, n°22, 1 juin 2021, 7 p.

poursuivie. Face à cette complexité de situations, nul doute non plus qu'il faille continuer à s'interroger sur la place que celles-ci peuvent prendre en bibliothèque.

LA BIBLIOTHERAPIE EN BIBLIOTHEQUE : ENTRE MECONNAISSANCE, INTERET ET DEFIANCE

« Les bibliothèques municipales sont le meilleur remède anti-spleen qui existe ! En France on a de la chance car elles sont gratuites. Je fais de la propagande pour les bibliothèques car j'ai une immense gratitude pour ce service. C'est gratuit. Tout le monde peut y aller. » Eva Bester¹⁰⁷

En préambule aux résultats de l'enquête menée pour ce mémoire, il faut rappeler que la notion de bien-être en bibliothèque n'est pas une lubie récente et ne signifie pas une altération de la profession de bibliothécaire. Pour la Fédération internationale des associations et institutions de bibliothèque (IFLA), développer la bibliothérapie fait indéniablement partie de ses missions et, en 2016, elle intégrait les bibliothécaires, au même titre que les travailleurs sociaux et les psychologues, dans son *Central Europe 2020 Bibliotherapy project*¹⁰⁸ dans le but de permettre aux jeunes européens de l'est « de trouver des solutions à leurs problèmes personnels, de développer des compétences de vie et d'améliorer l'image de soi » grâce au développement des actions de bibliothérapie.

En outre, les réflexions nationales et internationales incluent la notion d'aide au développement de la santé et du « bien-être¹⁰⁹ » dans les missions sociales des bibliothèques et l'inscrivent dans une problématique de développement durable. Un ouvrage¹¹⁰ de 2014 portant sur l'agenda 2021 dans les bibliothèques note ainsi :

« Pour contribuer à la participation des citoyens, des travailleurs dans la perspective du pilier sociétal du développement durable, les bibliothèques se doivent de faire des efforts pour une large participation des citoyens. Cette ouverture repose sur une qualité fondamentale que doit posséder tout professionnel des bibliothèques. D'abord « aimer les gens et les comprendre », « savoir accueillir », faire preuve d'empathie, de « care », « que la bibliothèque soit reconnaissable pour l'échange, le dialogue ». Le professionnel doit être un spécialiste créateur de lien social dans sa bibliothèque où tout doit conduire à la convivialité. ».

¹⁰⁷ MEDIONI, David, « Eva Bester : “Je suis une sociopathe de la lecture” - Ernest Mag », *Ernest*, 10 avril 2020. En ligne au : <<https://www.ernestmag.fr/2020/04/10/eva-bester-je-suis-une-sociopathe-de-la-lecture/>>, consulté le 12 avril 2021.

¹⁰⁸ Dans le texte original : « facilitate young clients to find solutions to personal problems, develop life skills and enhanced self-image ». BERES, Judit. « Central Europe 2020 Bibliotherapy project ». IFLA. IFLA, 15 janvier 2016. En ligne au : <https://www.ifla.org/g/libraries-for-children-and-ya/central-europe-2020-bibliotherapy-project/>, consulté le 25 août 2021.

¹⁰⁹ Voir à ce sujet le mémoire de Florence Köll sur les espaces de détente et de convivialité en bibliothèque. KÖLL, Florence. *Les espaces de détente et de convivialité en bibliothèque : inspirations et nouveaux enjeux*, Mémoire d'étude DCB 29, Villeurbanne, France, 2021, 141 p.

¹¹⁰ VOSGIN, Jean-Pierre. « 3. La performance sociétale des bibliothèques. Missions sociales et relations avec la société », Joachim Schöpfel éd., *Vers la bibliothèque globale. L'Agenda 21 dans les bibliothèques*. Éditions du Cercle de la Librairie, 2014, pp. 49-64.

L'agenda 2030 de l'ONU a fixé 17 objectifs¹¹¹ de développement durable et l'IFLA¹¹² indique que les bibliothèques peuvent travailler à atteindre ces objectifs : elle indique pour le troisième objectif consacré à la santé et au bien-être : « les bibliothèques « soutiennent cet objectif en fournissant », entre autres, l'accès public à l'information sur la santé et le bien-être dans les bibliothèques publiques, ce qui aide les individus et les familles à rester en bonne santé »¹¹³. Si le mot bibliothérapie n'y est pas présent ni non plus dans la feuille de route française¹¹⁴ qui en découle, la base de données¹¹⁵ élaborée par un collectif de bibliothécaires répertoriant les actions effectuées par les bibliothèques pour promouvoir le développement durable cite l'exemple du Centre d'information et de documentation (CDI) du collège Guist'hau proposant des siestes contées à l'heure des pauses méridiennes ou bien celui de la médiathèque de Martigues mettant en place des ateliers autour de la notion de bien-être.

Aussi la bibliothérapie en bibliothèque, dans son lien avec le bien-être, au sens large, mérite-t-elle d'être interrogée plus avant. C'est pourquoi une enquête a été menée pour mesurer ce qu'il en était en 2021 de cette notion en bibliothèque, alors même que la crise sanitaire a mis à mal la santé physique et mentale de milliards de personnes.

QUELLE PERCEPTION DE LA BIBLIOTHERAPIE EN BIBLIOTHEQUE ?

Méthodologie de l'enquête

Afin d'avoir des données sur les représentations des bibliothécaires et sur leurs pratiques, un questionnaire¹¹⁶ à la fois quantitatif et qualitatif, destiné à être diffusé en ligne, a été élaboré avec l'outil d'enquête mis à disposition par l'Enssib, Lime Survey, et diffusé du 9 juin 2021 au 1^{er} janvier 2022. Il a été diffusé via les réseaux professionnels sur Agorabib, le forum de l'Association des bibliothécaires de France, l'ABF, sur la page twitter de l'association des directeurs de bibliothèques universitaires, l'ADBU, sur les pages professionnelles du site Facebook, « *Tu sais que tu es bibliothécaire quand...* », « *Bibliothécaires universitaires /*

¹¹¹ IFLA. « Développement durable », *Développement durable*. En ligne au : <<https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/>>, consulté le 9 janvier 2022.

¹¹² Voir annexe n° : infographie Les bibliothèques peuvent stimuler le progrès à travers tout l'agenda 2030 des Nations Unies.

¹¹³ Voir les exemples de Bibliostreet au Chili, de « bibliothèques vivantes » au Kazakhstan, de « canistherapie en Russie, de « bookstart » aux Pays-Bas. IFLA. « IFLA Map of the World - SDG Stories Map », Ifla.org. En ligne au : <<https://librarymap.ifla.org/stories/sdg/3>>, consulté le 9 janvier 2022.

¹¹⁴ MINISTERE DE LA TRANSITION ECOLOGIQUE ET SOLIDAIRE, MINISTERE DE L'EUROPE ET DES AFFAIRES ETRANGERES. *Feuille de route – L'Agenda 2030 en France*, L'Agenda 2030 en France, septembre 2019. En ligne au : <<https://www.agenda-2030.fr/feuille-de-route-de-la-france-pour-l-agenda-2030/documents-a-telecharger/article/telecharger-la-feuille-de-route>>, consulté le 9 janvier 2022.

¹¹⁵ Cette base de données a été créée à l'initiative du CFIBD (Comité français international bibliothèques et documentation). L'ABF, la BPI, l'ENSSIB et le CFIBD pour mettre en valeur le rôle des bibliothèques dans le développement durable. AGENDA 2030 BIB. « Agenda 2030 Bib France », *Airtable*. En ligne au : <<https://airtable.com/shr7YkW20CqgjOhP1/tbl4WuWfb7hdaw1UY/viwCHnArMV2dzKE4J>>, consulté le 9 janvier 2022.

Voir aussi le site Agenda France 2030 et Bibliothèques françaises. AGENDA 2030 BIB, *agenda2030bib*. En ligne au : <<https://agenda2030bibfr.wixsite.com/agenda2030bib>>, consulté le 9 janvier 2022.

¹¹⁶ Annexe n°7 : questionnaire en ligne diffusé grâce à l'outil Lime Survey.

Documentalistes universitaires / BU », « *Professionnel des bibliothèques* » et dans l'infolettre interne des bibliothécaires de la ville de Paris, *List*, ainsi que sur les pages twitter personnelles de professionnels des bibliothèques ou d'élèves conservateurs de l'école nationale supérieure des bibliothèques, l'ENSSIB et de l'institut national des études territoriales, l'INET.

Outre ce questionnaire en ligne, dans un second temps, des échanges¹¹⁷ par mails, par téléphone ou en visio ont ensuite eu lieu avec des professionnels soit qu'ils aient laissé leurs coordonnées dans le questionnaire soit qu'ils aient été sollicités directement. La liste de ces interlocuteurs est donnée en dans les sources.

Afin de vérifier si la bibliothérapie pouvait intéresser d'autres professionnels que les bibliothécaires de lecture publique, des bibliothèques municipales, départementales et universitaires ont été contactées ainsi que deux bibliothérapeutes et un étudiant de DUT Métiers du Livre Année Spéciale de Saint-Cloud ayant réalisé un projet tutoré à la bibliothèque Fessart à Paris visant à organiser un atelier de bibliothérapie. En outre, j'ai pu participer à un atelier de bibliothérapie organisé par la médiathèque de Carquefou (Loire-Atlantique) en novembre 2021 où j'ai pu échanger avec les participantes, deux bibliothécaires et la bibliothérapeute qui a animé cet atelier. Pour avoir des informations plus larges sur le sujet, ont été également sollicités le CNL, la Fill, l'Agence régionale du livre de Provence Alpes Côte d'Azur, le ministère de la Culture, le service Eurékoï de la BPI, le service Questions/Réponses de l'Enssib et la directrice de production d'une compagnie artistique de Loire Atlantique, responsable de l'action « *Histoires au bout du fil* ».

Cette enquête n'est bien entendu qu'une photographie partielle de l'état de la bibliothérapie en France en 2021 et ne prétend donc pas être généralisable mais donner simplement un aperçu des représentations possibles. L'un des biais de l'enquête est sans doute qu'ont répondu à ce questionnaire des personnes que le concept intéressait et que les réponses qui ont été données ne représentent pas réellement les opposants à la présence de la bibliothérapie en bibliothèque.

Le questionnaire a été ouvert 171 fois, 72 personnes n'ont pas répondu aux questions et 40 personnes ont répondu en entier. Les 59 personnes qui ont répondu de manière partielle se sont arrêtées à des stades divers du questionnaire. Sous le terme *Autres structures* se trouvent les bibliothécaires d'une bibliothèque patrimoniale dépendant d'un château appartenant à l'Institut de France, de 4 bibliothèques intercommunales, de la BPI, de l'INIST, de l'INET, de l'INSA de Strasbourg, d'une bibliothèque associative. Sur les 3 centres de documentation ayant répondu se trouve un centre de documentation et d'information de collège, où travaille Aurélie Louvel, une documentaliste spécialisée en bibliothérapie jeunesse. Le sujet venant d'être abordé abondamment par celle-ci dans un ouvrage de 2021¹¹⁸, la bibliothérapie jeunesse ne sera pas abordée dans ce mémoire.

Les commentaires des bibliothécaires interrogés ont été placés en italiques et certains mots mis en valeur en gras.

¹¹⁷ Voir la liste des entretiens dans les sources p. 86-87.

¹¹⁸ LOUVEL, Aurélie, op.cit. Cette appellation est sous copyright : bibliothérapie jeunesse©

Voir aussi sur le reportage sur les expériences menées dans l'académie de Nice par deux professeures documentalistes, Armelle Cendo et Nora Nagi-Amelin. LUDOVIMAGAZINE. *Lire délivre : la bibliothérapie au service du bien-être*, 6 avril 2018. En ligne au : <https://www.youtube.com/watch?v=Ro3xJHZsKbI>, consulté le 6 mai 2021.

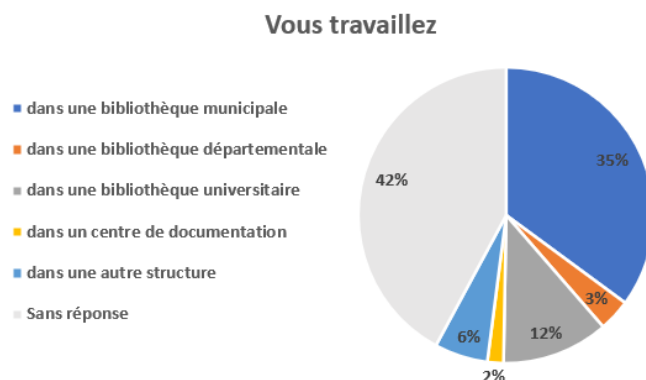


Figure : Répartition des 171 répondants ayant ouvert le questionnaire

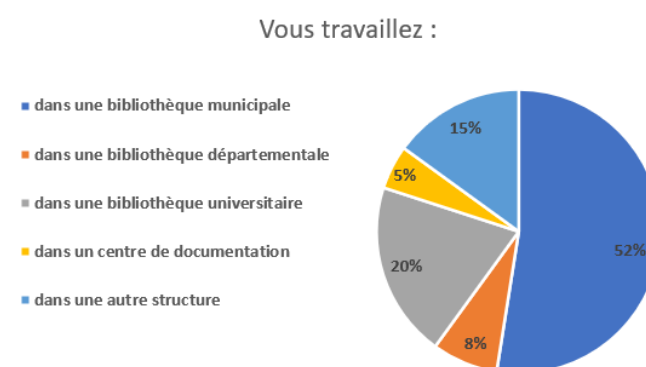


Figure : Répartition des 40 répondants ayant complété l'intégralité du questionnaire

Si la majeure partie des répondants travaille dans une bibliothèque de lecture publique (y compris 4 bibliothèques intercommunales et une bibliothèque associative qui se sont classées dans *Autres structures*), il est intéressant de constater qu'un pourcentage non négligeable de répondants travaille en structure universitaire, ce qui laisse à penser que le sujet commence à déborder le cadre de la lecture publique.

La bibliothérapie en bibliothèque : des connaissances disparates

Une connaissance assez précise de ce que peut être la bibliothérapie

Seules 15% des 54 personnes ayant répondu à la question « Qu'est-ce que la bibliothérapie ? » indiquent ne pas réellement savoir de quoi il s'agit. On peut cependant imaginer que le fait d'avoir répondu à cette question prouve un intérêt pour cette thématique et qu'il y a sans doute davantage de bibliothécaires ignorant la notion que ne l'indique cette photographie partielle. Les autres réponses font

logiquement le lien entre la notion de livre et de thérapie¹¹⁹ : « une approche psychologique permettant d'établir une **thérapie** grâce aux livres », « **Se soigner** grâce à la littérature », « **Soigner** par les livres ».

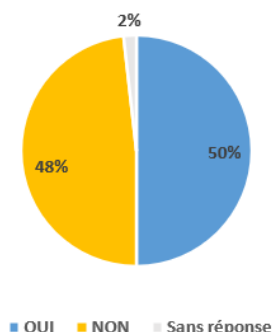
La comparaison avec l'art-thérapie est faite par deux fois : « Une variante de **l'art-thérapie**. En l'occurrence le **soin** de l'esprit par des pratiques ludiques ou esthétiques autour du livre. », « C'est comme **l'art-thérapie** un moyen de se soigner par les livres et la lecture ».

Cet aspect thérapeutique est la plupart du temps mis en rapport avec la notion de « bien-être¹²⁰ » ou de « mieux-être¹²¹ » : « le bien-être qu'on peut apporter (ou avoir) au travers de la lecture en respectant les besoins de chacun. », « C'est le fait de lire des livres pour se faire du bien : se sentir mieux en lisant et après une lecture... », « Pour moi, il s'agit d'une notion de bien-être que les livres peuvent nous apporter : les livres peuvent nous faire du bien. »

Les liens entre bibliothèque et bibliothérapie : une situation contrastée

La part des répondants qui ont entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque est à peu près égale à ceux qui n'en ont jamais entendu parler, ce qui laisse penser que la notion ne commence qu'à peine à être intégrée chez les bibliothécaires mais aussi qu'elle n'y est pas considérée comme indissociable de leurs missions.

Avez-vous déjà entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque ?



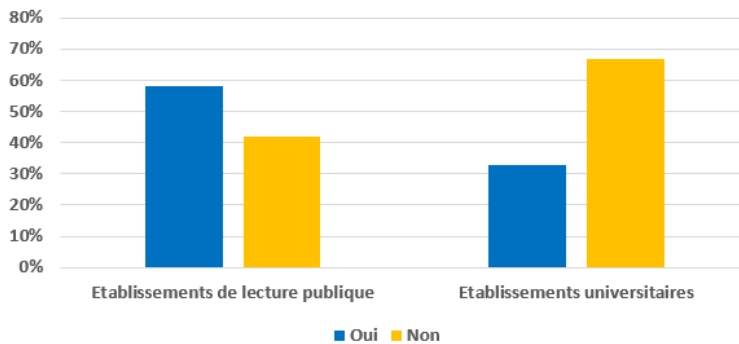
Pourcentage de réponses pour les 57 répondants à la question : « Avez-vous déjà entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque ? »

¹¹⁹ Le mot « *thérapie* » est employé 9 fois et même redoublé 1 fois dans l'expression redondante « *thérapie médicale* ». Le champ lexical du soin est le plus important et comporte les mots « *soin* » et « *soigner* » (14 fois). On trouve également les expressions « *patient* », « *guérir* », « *surmonter les maux* », « *effets thérapeutiques* » employées une fois.

¹²⁰ Le champ lexical du **bien-être** comporte 13 occurrences : « *aller bien* », « *se faire du bien* », « *mieux-être* » sont employés 13 fois, les mots « *réconfort* » et « *aide* » sont également employés.

¹²¹ Concernant la différence d'emploi des deux mots, l'infirmière du SUMPPS de Nantes Université explique que le mot « *bien-être* » est trop normatif alors que le mot « *mieux-être* » s'adapte mieux, sans jugement de qualité ni norme, à l'état propre à chacun. Entretien réalisé en visio le 3 décembre 2021.

Avez-vous déjà entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque ?



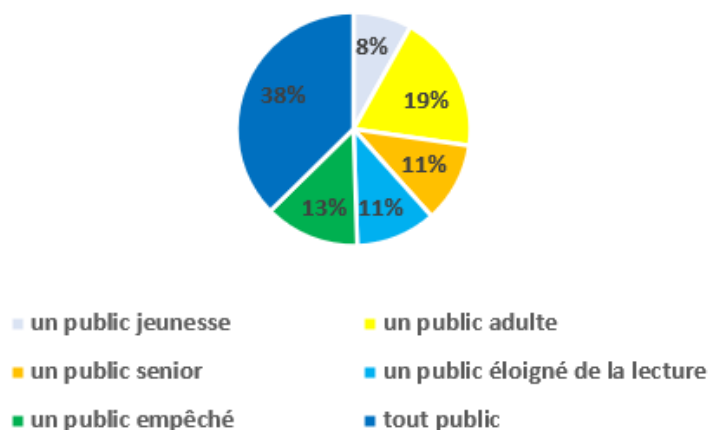
Comparaison entre les établissements de lecture publique et les établissements universitaires

La notion est davantage connue de la profession dans les bibliothèques de lecture publique que dans les établissements universitaires, ce qui n'est pas étonnant puisque les établissements académiques ont fait place à la notion de détente, de convivialité et de bien-être beaucoup plus tardivement que les bibliothèques de lecture publique.

De la bibliothérapie pour qui ? Pour quoi ?

De la bibliothérapie pour quel public ?

A quel(s) type(s) de publics la bibliothérapie peut-elle s'adresser en bibliothèque ?



Sur les 99 personnes qui ont répondu à cette question, près de la moitié pensent que la bibliothérapie peut correspondre à n'importe quel type de public parce que la bibliothérapie touche à la condition humaine et à des problématiques relevant de l'universel.

« Il suffit d'en ressentir le besoin, tout le monde peut être concerné. », « Tous les publics **le méritent**. Aucune raison de se priver de **se faire du bien**. Je pense que ce concept peut être **bénéfique pour tous**, à différents niveaux. », « Tout public a besoin à un moment de se sentir bien, épaulé. », « Tout le monde a quelque chose à soigner à un moment donné de sa vie ! Un divorce, une rupture amicale, besoin de

*s'évader d'un quotidien pesant, etc. Selon moi, tous les publics peuvent être touchés. Dans un premier temps, le public senior et empêché pour aider la gestion de la maladie et de la vieillesse mais également tous les autres publics, à un autre niveau. Un peu comme du **développement personnel**, comment **se sentir mieux avec soi-même**, comment **être apaisé...** », « La bibliothérapie peut vraiment s'adresser à tous les publics. Il appartient aux différents médiateurs de **la faire connaître**. »*

Le lien entre cette diversité des publics et celle des collections est également réaffirmé : il y a une « *diversité des collections, des intérêts* », « *Il n'y a pas d'âge pour être considéré en tant que lecteur et chaque étape de la vie peut trouver une réponse dans nos collections* ».

Le public adulte semble le premier concerné et susceptible d'être impliqué dans « *des **lectures comparatives**, des **commentaires liés à son expérience**/l'expérience du personnage ou de l'auteur, des **ateliers de création, de discussion**, des **œuvres qui éclairent votre parcours** ou qui vous montrent la voie...* ». Il est repéré comme étant genré, un public « *souvent féminin qui souhaite faire une pause ludique dans son emploi du temps* ». Le public jeunesse, peu cité par les répondants, à l'exception de la seule professeure documentaliste exerçant en collège ayant répondu au questionnaire, est parfois considéré par certains comme manquant de maturité : « *Seulement à partir du milieu de l'adolescence. Il faut avoir un peu de "vécu et d'expérience"* ». Cette opinion ne semble pourtant pas réellement pertinente si l'on considère les expériences menées avec des enfants qu'il s'agisse de bébés lecteurs, d'enfants participant à *L'heure du conte* ou d'enfants plus grands, dans des CDI¹²² ou encore lors d'expérimentations menées avec des enfants en souffrance, ainsi que l'a montré Michèle Petit, par exemple avec d'anciens enfants-soldats¹²³.

Les publics spécifiques, qu'ils soient empêchés ou éloignés, sont également considérés comme des publics pouvant particulièrement être intéressés par la bibliothérapie à la bibliothèque. En ce qui concerne les séniors, la bibliothérapie apparaît comme un remède à la solitude qui permet d'« *apporter du lien, [des] lectures à haute voix, [des] échanges* ». La bibliothérapie est perçue comme un moyen d'« *aider [à] la gestion de la vieillesse* ».

Le public empêché est perçu avant tout comme un public malade et la bibliothérapie comme une manière d'aider à « *la gestion de la maladie* ». En ce qui concerne le public éloigné, la bibliothérapie apparaît comme à la fois évidente en bibliothèque et complexe à mettre en œuvre compte-tenu du fait que les livres peuvent être perçus par ces publics comme des éléments étrangers et associés à de la souffrance plus qu'à du plaisir et du bien-être :

*« S'appuyer sur des œuvres, découvrir que vous avez cette **expérience là en commun** avec le personnage ou l'auteur, envisager certains romans comme des **compagnons de vie...ce n'est pas ça la littérature** ??*

*MAIS à remarquer qu'avec un public distant c'est un **travail plus délicat** puisque, peut-être, le **préalable à la thérapie** est déjà une **forme d'apprivoisement***

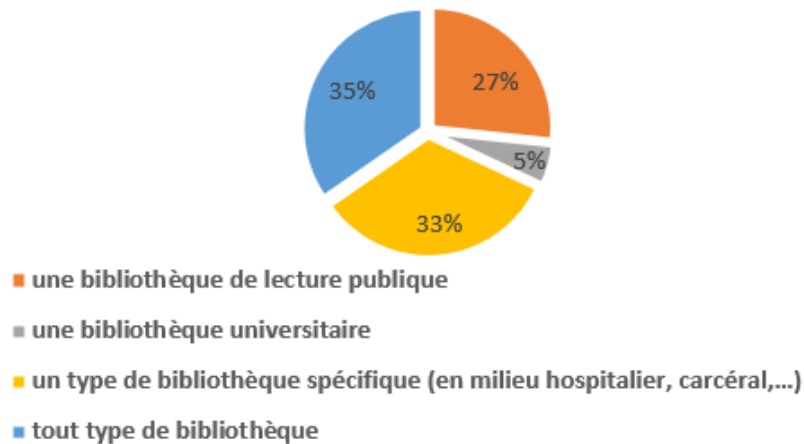
¹²² Aurélie Louvel, documentaliste, qui a répondu au questionnaire et publié récemment un ouvrage sur la bibliothérapie jeunesse, op. cit., défend à l'inverse l'intérêt de la bibliothérapie chez les collégiens..

¹²³ PETIT, Michèle. *Lire le monde*, op.cit., p.32-33, 62.

du livre dont ce type de public est parfois peu familier (première barrière à dépasser ?) »

De la bibliothérapie dans quel type de bibliothèque ?

D'après vous, des activités en rapport avec la bibliothérapie conviendraient-elles avant tout à



En corrélation avec l'idée selon laquelle la bibliothérapie s'adresse à tout public, parmi les 75 personnes ayant répondu à cette question, 35% pense que toutes les bibliothèques pourraient mener des activités de type bibliothérapeutique. « *Quel que soit le type de bibliothèque, il y aura toujours un public pour cette démarche.* », « **La médiation** sur ce sujet semble intéressante à destination de **tous les publics** (étudiants, parents, médiateurs ; publics de bibliothèque spécifique) ». L'idée mise en avant, c'est que c'est moins le type de bibliothèque qui compte que l'expertise documentaire du bibliothécaire et sa capacité à être un médiateur. Ainsi un répondant note-t-il que la bibliothérapie est praticable « **partout où les fonds et les compétences professionnelles peuvent être mises en œuvre** », tandis qu'un autre indique que c'est possible « **tant que le bibliothécaire est motivé et sait ce qu'il fait, pourquoi il le fait et comment le faire.** ».

Cependant, les avis sont plus partagés quand il s'agit de bibliothérapie en bibliothèques universitaires ou d'établissements patrimoniaux. Quand le concept est connu, certains bibliothécaires estiment que la bibliothérapie n'y a pas sa place et n'est pas forcément adaptée.

« *En BU nous privilégions la lecture pour l'étude, la documentation, la démarche a un but académique, beaucoup moins de loisir. J'ai le sentiment que la bibliothérapie serait donc moins en lien avec nos publics/missions qu'en BM.* ».

Mais, inversement, certains bibliothécaires de l'enseignement supérieur semblent avoir pris conscience grâce à la pandémie qu'il existe aussi des publics isolés ou en souffrance à l'université pour lesquels des actions de type bibliothérapeutique pourraient être utiles et « **« améliorer le bien-être des étudiants** » :

« Et pourquoi pas ? **Beaucoup d'étudiants ont particulièrement souffert de la crise sanitaire...** Sans compter, les **étudiants étrangers qui vivent loin de leur famille.** »

Les bibliothèques municipales sont plus unanimement considérées comme des lieux privilégiés pour la bibliothérapie parce qu'en tant que lieux accueillant des usagers multi-profils, elles peuvent « *apporter un mieux-être à **l'ensemble des usagers*** » et peuvent donc toucher des publics qui viendraient à la bibliothérapie par différents chemins, y compris par hasard :

« *Les bibliothèques de lecture publique drainent **énormément de profils différents.** Des personnes en souffrance peuvent être intéressées par la bibliothérapie sans le savoir (principe de sérendipité).* »

La bibliothèque de lecture publique est aussi associée à la notion de loisir, de distraction et de collections « *grand public* ». Les bibliothécaires évoquent la « *lecture plaisir, [où] le lecteur se tourne vers des ouvrages qui résonnent en lui. La création d'un espace d'évasion bénéficie à **l'équilibre mental*** ».

En outre, la proximité du bibliothécaire avec les usagers, son implantation dans un quartier sont soulignées comme des facteurs favorables à la médiation bibliothérapeutique :

« *Cela fait partie de son rôle...* », il s'agit d'« *être au plus près des attentes de nos usagers* », de « *créer un lien privilégié avec les lecteurs* ».

La place des bibliothèques annexes est également évoquée comme un endroit naturel pour créer une proximité encore plus grande avec le lecteur :

« *Eventuellement aussi dans les **petites structures de quartier** où les usagers sont mieux connus des bibliothécaires, ont des affinités avec eux, des relations plus étroites qu'en BM.* ».

Cette activité est donc perçue comme pouvant avoir lieu dans différents types de bibliothèques mais de manière adaptée aux différents types de publics :

« *Concerne toutes les bibliothèques mais **pas au même niveau.** En milieu hospitalier et universitaire, [elle] a complètement sa place (maladies et stress) mais il serait **intéressant de [la] développer pour le grand public** [et de mettre à disposition] en milieu hospitalier des ouvrages pouvant les aider à surmonter leurs maladies, etc.* »

La présence de la bibliothérapie semble ainsi particulièrement adaptée aux publics dits empêchés ou hors-les-murs, qu'il s'agisse de personnes hospitalisées ou incarcérées, ainsi que le mentionne, par exemple, un bibliothécaire sur Agora, le forum de l'Abf :

« Il existe une réponse ABF¹²⁴, partant du principe en apparence que si thérapie il y a, ce ne sont pas les inscrits en bibliothèque qui en ont le plus besoin mais **les publics dits "empêchés", extérieurs, ou encore "hors les murs"** ».

La bibliothérapie semble intéressante à la fois pour le public captif qui est perçu comme « *particulièrement réceptif* » et ayant besoin d'une « *approche plus personnelle* » et pour le bibliothécaire qui peut être plus facilement accompagné qu'en bibliothèque ordinaire par des experts du soin :

« *Le lien avec les professionnels spécialisés est quand même facilité* ».

Est ainsi repérée la possibilité de travailler « *avec un psy* » dans un contexte où la notion de « *thérapie* » passe au premier plan :

« *Le mot thérapie n'est pas anodin. Il y a une dimension de **soin**, tout du moins d'accompagnement.* », « *En milieu fermé, pour public empêché, pourquoi [ne]pas présenter le livre comme outil de soin, de liberté ?* ».

La capacité du livre à permettre à la fois une évasion, une émancipation et un lien avec le monde, via la lecture est soulignée, particulièrement en prison : « *En milieu hospitalier ou carcéral cela aurait beaucoup plus de sens, **renouer avec la lecture** ; le livre est un moyen de **s'ouvrir au monde** ou bien de **s'en évader** justement, parfait pour des publics empêchés.* », « *le livre est une "évasion", un moment hors du temps où on ne pense plus à son mal-être.* » En outre, la bibliothérapie est vue comme le moyen d'échapper à l'enfermement dans un problème parce qu'elle peut « *proposer une **alternative** qui est liée au **plaisir** ainsi qu'à un **éveil culturel** et non à un suivi médical ou professionnel.* »

De la bibliothérapie pour quoi faire ?

Les bibliothécaires qui ont répondu au questionnaire, quand on leur demande ce qu'est la bibliothérapie expliquent également que le livre en soi est un média particulièrement intéressant pour apporter « **soin** », « **réconfort** », « **apaisement** » et qu'il permet de « *retrouver le moral* », « *l'espoir* », « *des solutions* » et de « *dépasser ses difficultés* » tout d'abord parce qu'il favorise « *la **détente*** », « *l'évasion* », « *l'oubli* », « *la légèreté* » : sont ainsi mentionnés « *un bouquin pas prise de tête* », les « *romans feel good* » et le « *plaisir de lecture* ».

Mais ce qui est bien davantage cité, c'est le « **pouvoir de la littérature** », de la « *fiction* », des « *récits* » et « *des mots* » eux-mêmes. L'idée fréquemment exprimée, c'est que les mots peuvent « *faire écho* » ou « *miroir* » à une situation personnelle, permettre une « **identification** » avec les personnages et que les « *œuvres phares* » permettent de « *comprendre, analyser, partager, cautionner les décisions et événements de notre vie.* »

L'idée que le livre est un outil idéal pour l'introspection revient régulièrement dans les réponses : il est question de « *se poser* », d'avoir « *un moment à soi* », d'« **un moyen de se connaître** », de « *l'art et la manière de construire et d'accompagner sa vie* ». Il en ressort que pour beaucoup de bibliothécaires, le livre et la bibliothérapie sont une bonne passerelle pour effectuer un cheminement

¹²⁴ AGORABIB, Forum ABF, 18 juin 2021, En ligne au : <https://www.agorabib.fr/topic/5164-biblioth%C3%A9rapie-en-biblioth%C3%A8que/>, consulté le 20 juin 2021.

intérieur pour « *mieux se connaître* », « *aller à la rencontre de soi, de son intime, de ses émotions et ressentis* », « *transformer ce qu'il y a de vif, de douloureux* ». L'un des répondants seulement fait le lien explicite avec une « *approche psychologique* » et parle de l'usager comme d'un « *patient* » : le rôle du bibliothécaire, dans ce cas, est de « *trouver la lecture qui permettra à un **patient** de le faire avancer sur son chemin par la réflexion, la découverte, l'identification, le plaisir de lecture.* ».

Cette capacité du livre à favoriser l'introspection n'est cependant pas vue comme un obstacle à la socialisation. Bien au contraire, la médiation par le livre, dans la bibliothérapie, est repérée comme un moyen de favoriser les échanges, « *une **manière collective d'approcher le livre*** », de « *partager* », « *confronter les points de vue* », « *développer son humilité* », « *accroître son empathie* »

Enfin, la fonction documentaire des livres et la possibilité de trouver des informations dans les ouvrages est également évoquée avec la présence en bibliothèque de « *livres qui apportent des **réponses*** », « *des **éléments sur des thèmes*** », « *des **sujets sur une maladie, une situation, ...*** », « *qui permettent de **s'informer*** ». Sont ainsi donnés en exemple les livres de la collection Dolto¹²⁵ où l'on trouve des albums pour enfants écrits par un médecin psychothérapeute.

Concernant la pratique de la bibliothérapie, il y a consensus sur le fait que le livre et la lecture¹²⁶ sont au cœur de cette activité. La divergence s'effectue entre ceux qui privilégient la notion de collection, pour lesquels, la bibliothérapie, c'est avant tout de la prescription d'ouvrages et ceux qui lui préfèrent les activités autour de la lecture, les ateliers proprement dits.

Face à cette unanimité quant aux pouvoirs du livre de faire du bien, deux bibliothécaires¹²⁷ seulement font état de leur scepticisme : « *l'utilisation thérapeutique de livres... concept **qui ne me convainc a priori pas** (comme l'exploitation pédagogique des albums par les enseignants)* ». Le concept de bibliothérapie est qualifié par ailleurs de « *truc un peu fumeux quand même* ».

De la bibliothérapie pour « soigner » quoi et avec quels outils ?

Quand les répondants évoquent l'aspect thérapeutique de la lecture, la bibliothérapie leur semble adaptée pour apaiser des souffrances d'ordre psychologique avant tout. Sont évoquées à plusieurs reprises les situations de « ***deuil*** », de « ***stress*** », de « ***dépression*** », d'« ***anxiété*** » et d'« ***angoisse*** », les « *situations ou **problématiques personnelles compliquées*** ». Dans une moindre mesure, la bibliothérapie est également perçue comme pouvant être une aide pour les usagers affectés par des maladies ou des souffrances touchant à la santé physique. La bibliothérapie apparaît alors comme un « *soin de l'esprit* » ou de « *l'âme* » capable d'agir sur un « *état émotionnel ou physique* » douloureux.

¹²⁵ La collection *Mine de rien* est consacrée aux enfants entre 2 et 7 ans, selon Gallimard-jeunesse, et Catherine Dolto, psychothérapeute, y aborde de nombreux thèmes tels que la jalousie, les chagrins, la peur du noir, la violence, la honte, les familles recomposées... DOLTO, Catherine, Collection Mine de rien, éditions Gallimard Jeunesse.

¹²⁶ Les deux termes sont employés dans la même proportion.

¹²⁷ Il est difficile de savoir si ce différentiel en faveur de la bibliothérapie reflète un biais de ce questionnaire auquel n'auraient répondu que les bibliothécaires qui y perçoivent un intérêt ou si une majorité effective de bibliothécaires pensent que la bibliothérapie est une notion ayant une réelle valeur.

Sur le moyen d'y parvenir, il y a consensus sur l'outil privilégié dans la bibliothérapie : il s'agit du « **livre** »¹²⁸ vu comme « **un vecteur de bien-être** » et de la « **lecture** ». Les deux termes sont employés en proportion équivalente dans les réponses. Si l'idée d'« utiliser » les livres est énoncée à plusieurs reprises, cette notion ne semble pas poser de problème et semble naturelle en bibliothèque. Il y a également consensus sur le fait qu'il y a une adaptation nécessaire à chaque type de public, à chaque individu :

« *Trouver la « **bonne** » lecture pour faire du bien au lecteur* », « *Une certaine manière de lire et présenter un livre, en **respectant les besoins de chacun** » ; « *une façon de **se réconcilier avec le livre** » ; « *une activité centrée sur la lecture destinée à tous même aux personnes qui pourraient se sentir **complexées de leurs connaissances littéraires ou exclues de ces pratiques** ».***

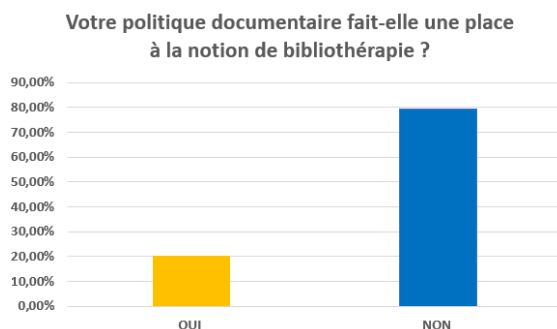
En revanche, il y a désaccord sur la manière de le faire. D'un côté, la bibliothérapie est vue comme une « **méthode de thérapie ou de détente** », « **une méthode assez méconnue** », ce qui suggère une pratique où l'apprentissage et l'entraînement sont au cœur du processus tandis que, de l'autre côté, il est davantage question d'activités ludiques et d'accompagnements plus souples, « **des activités ou des pratiques (esthétiques ou ludiques)** ». De sorte que l'on retrouve à la fois l'opposition entre la bibliothérapie d'auto-traitement à l'anglo-saxonne fondée d'abord sur des bibliographies d'ouvrages à prescrire en fonction de tel type de trouble, où la collection - le livre - joue le rôle essentiel, et la bibliothérapie créative prônée par Régine Detambel où ce sont les animations – la lecture en action - qui sont mises en valeur et donc la triangulation¹²⁹ permise par un bibliothécaire médiateur. Il est ainsi question indifféremment d'« **une médiation** », « **de conseils** », d'« **une aide** », du fait de « **guider** », d'« **un accompagnement** » grâce à la « **mise en relation œuvre (fiction) et personne qui souffre** » sans que la distinction entre ce qui relève simplement de la prescription et ce qui relève réellement de la médiation soit mis en valeur.

Ce désaccord recouvre en partie un autre désaccord sur les collections à utiliser : « **Surtout pas avec des livres documentaires ni des livres de développement personnel** » indique une bibliothécaire, « *Le rôle des bibliothécaires serait de proposer ou de valoriser des ouvrages qui peuvent faire du bien aux usagers (ex : **feel-good**, de **développement personnel**...)* » pense une autre tandis que les livres informatifs thématiques pour les enfants sont valorisés : « *En jeunesse, ces **livres "outils"** aident notamment à la gestion des émotions ou peuvent accompagner un moment dans la vie de l'enfant (de l'entrée à l'école à la naissance d'un autre enfant dans la fratrie, traitement du deuil, etc.)* ». La position intermédiaire existe également avec la proposition d'utiliser à la fois des livres informatifs, des feel-good et des ouvrages littéraires, y compris lorsqu'ils ne proposent pas de happy end.

¹²⁸ « Le livre, notre passion » est-il précisé une fois.

¹²⁹ Le terme « triangulation » est souvent utilisé pour décrire ce qui se passe dans les séances d'art-thérapie où il s'agit du triangle « médium-thérapeute-patient » BOYER-LABROUCHE, Annie. « Leçon 7. Les applications de l'art-thérapie. Et ses effets thérapeutiques », *Pratiquer l'art-thérapie*, sous la direction de Boyer-Labrousche Annie. Dunod, 2017, p. 190. Caroline Mathiot, Catherine Sicé et Valentin Saez l'appliquent ainsi aux séances de bibliothérapie qui vont être « une véritable triangulation : d'un côté le médiateur, avec son corps, sa personnalité, ses outils ; de l'autre l'œuvre sur laquelle il veut s'appuyer et enfin la troisième pointe du triangle : la personne qui va participer à l'atelier de bibliothérapie », op. cit. p.27.

Cependant, la politique documentaire n'intègre pas spécifiquement la bibliothérapie puisque 80% des 44 personnes qui ont répondu à cette question disent ne pas le faire ou n'y ont pas réfléchi : « *Je ne crois pas mais je n'en suis pas sûre.* ».



Les plus sensibilisés indiquent que la « *réflexion est en cours* », qu'ils attendent de suivre la formation d'initiation à la bibliothérapie déjà programmée pour y intégrer ce sujet tandis qu'un autre indique que la partie de la politique documentaire consacrée à la thématique « *santé/bien-être* » correspondrait « *peut-être* » à la bibliothérapie.

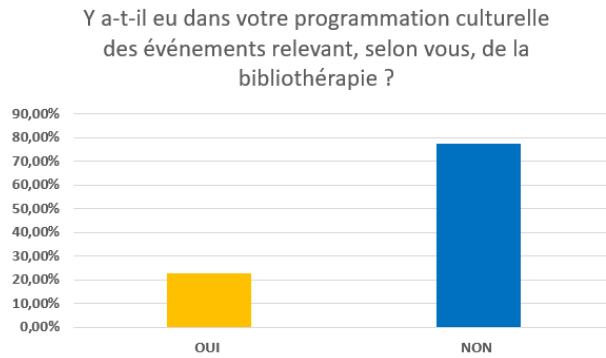
L'une des raisons exprimées à ces doutes et à cette absence de la bibliothérapie dans la politique documentaire, c'est qu'il existe déjà de nombreux documents susceptibles de correspondre aux besoins variés des multiples publics qui fréquentent la bibliothèque et qu'il ne semble donc pas forcément nécessaire de les mettre en valeur : « *A priori, les rayons de la bibliothèque contiennent déjà beaucoup d'œuvres qui pourraient être utilisées en bibliothérapie.* » Il serait en effet assez facile de démontrer que chaque livre de la bibliothèque et que chaque classe de la classification Dewey, au même titre que chaque ouvrage de poésie ou de fiction, pourrait être susceptible de convenir à tel ou tel lecteur, de le faire évoluer, de lui apporter des réponses et donc relever, en quelque sorte, de la bibliothérapie. Mais, en pratique, cela a pour conséquence que les lecteurs qui chercheraient des ouvrages spécifiquement dédiés à la bibliothérapie auraient sans doute du mal à les repérer.

L'autre argument avancé, c'est que, souvent, l'axe fort de la politique documentaire, c'est l'acquisition de nouveautés. Aussi n'est-il pas étonnant qu'un certain nombre d'ouvrages acquis correspondent au succès éditorial des *feel-good* et des livres de développement personnel :

« Nous achetons des **feel good books**. » ; « *En documentaires adultes, nous achetons essentiellement des livres qui plaisent aux usagers comme le développement personnel, les loisirs créatifs...* », « *des documentaires sur le thème de la bibliothérapie* » tandis que les bibliothèques départementales notent que les « *formations dédiées à ce sujet suscitent l'engouement* ». Le « *fonds de livres "facile-à-lire"* », quant à lui, n'est mentionné qu'une fois.

Des pratiques très diverses

Le pourcentage de réponses négatives quant à la présence de bibliothérapie dans la programmation culturelle est également élevé chez les 44 personnes qui ont répondu à cette question.



L'une des questions posées (*Quelle(s) forme(s) la bibliothérapie a-t-elle pu ou pourrait-elle prendre dans votre établissement ?*) portait sur les animations réalisées autant que sur les animations seulement envisagées, la période de pandémie ayant considérablement réduit les animations qui ont réellement pu avoir lieu depuis mars 2020.

Prescription et conférences informatives

Assez naturellement, la bibliothérapie est assimilée aux conseils de lecture dont sont coutumiers les bibliothécaires qui peuvent ainsi s'appuyer sur leur connaissance des fonds. Cela passe par des « **présentations d'ouvrages** », des « **bibliographies** », des « **sélections** » à la bibliothèque « dans des « **kiosques avec des sélections thématiques** », « par le biais de **tables de valorisation**, de **bibliographies** » ou à distance « sur notre **site internet** ».

Ces sélections peuvent être informatives ou de loisir : « **Ouvrages médicaux sur les effets de la lecture sur le cerveau** », « **la constitution d'un fonds spécial** », être aussi intégrées aux fonds jeunesse : « **création du fonds BEABA¹³⁰** », « **des livres d'artistes** » ou « **des bibliographies de lectures d'évasion** », souvent liées à la période de l'année :

« Nous avons disposé une sorte de kiosque que nous modifions, en cette période de futures vacances estivales les livres et auteurs proposés correspondent aux vacances, voyages, aventures... ».

En SCD, l'idée de mettre à disposition des ouvrages variés d'aide cognitive semble aussi envisageable : « Dans mon établissement, nous pourrions proposer des **ouvrages pour aider les étudiants à gérer leur stress, réussir leurs travaux (ex : mémoire)** » ainsi que, côté loisir, « **la création d'un fonds BD** ».

L'idée fréquemment exprimée est que la bibliothérapie est proposée sans le dire à partir du moment où le bibliothécaire est la personne adaptée pour faire des « **conseils personnalisés** » de lecture :

¹³⁰ La médiathèque Toussaint à Angers qui propose ce fonds le présente ainsi : « Une sélection d'ouvrages pratiques et de revues sur la puériculture, l'enfance et l'adolescence est proposée aux parents, grands-parents et professionnels de l'enfance. Les espaces Béaba proposent également des rencontres autour de ces thèmes. » VILLE D'ANGERS. *Guide pratique. A chaque angevin sa bibliothèque*, 26 août 2019, p.4. En ligne au : https://www.angers.fr/fileadmin/plugin/tx_dcdownloads/bibli-guide-pratique.pdf, consulté le 20 novembre 2021.

« Elle existe déjà un peu, surtout sur ce qui touche à l'enfance : sur les questions de parentalité, grossesse, divorce, adolescence, mais aussi de deuil, violences... à travers des **conseils personnalisés**. » ; « Dans ma bib[liothèque] de quartier c'est plus **l'écoute** et la **recommandation**, les sélections. »

Enfin est évoquée la mise en place de conférences ou de tables rondes « pour faire connaître la discipline », ce qui semble sans doute assez évident face un domaine aussi méconnu que la bibliothérapie. Cela apparaît aussi sans doute comme rassurant à l'université parce que cela paraît convenir aux activités habituelles menées en bibliothèque universitaire :

« Une **conférence / table ronde** sur le sujet par des **spécialistes en psychologie, développement personnel, littérature...** Quelque chose qui conserve un **aspect académique et théorique** plutôt que "pratique".

Des conférences sur des thématique liées à la santé sont aussi évoquées comme ayant trait à la bibliothérapie, par exemple sur l'importance de s'alimenter correctement pour être en bonne santé.

Animations autour de la lecture

L'idée que la bibliothérapie, ce n'est pas seulement de la prescription mais que cela passe par des animations plus interactives autour de la lecture est également développée. Tout d'abord, on constate que les « clubs de lecture » réguliers et les échanges autour de la lecture, à partir de livres, sont de la bibliothérapie masquée sous la forme d'« **ateliers de partage, d'écoute, en petits groupes**. »

L'idée revient à plusieurs reprises que ce type d'activité est facilité par le lien privilégié entretenu avec les bibliothécaires en raison de la petite taille des établissements :

« la bibliothèque où je travaille est une bibliothèque de quartier avec un public relativement restreint et **plus intime avec le personnel**, du fait de la taille de la bibliothèque et du nombre réduit de bibliothécaires. Les conseils et échanges sont donc, de fait, plus impactés par **une certaine intimité**. Des **clubs de lecture** pour adultes se réunissent régulièrement au cours de l'année, et on peut imaginer, par extension, que la bibliothérapie se manifeste davantage dans ces réunions où les échanges autour du livre sont nombreux ».

Un des bibliothécaires évoque l'expérience « Loue un bibliothécaire qui peut faire office de bibliothérapeute » sans plus de précision : peut-être est-il fait ici allusion au fait d'emprunter un bibliothécaire comme à la bibliothèque de Colomiers¹³¹, par exemple, où, pendant 45 minutes, un bibliothécaire est

¹³¹ La médiathèque de Colomiers précise que ce que le bibliothécaire ne fera pas : « aide aux devoirs, rédaction des formulaires administratifs, initiation et aide personnalisée à l'informatique, consultations spécialisées (médicales, juridiques, généalogiques...), rédaction de bibliographie ou revue de presse, 'envoi de documents ou de mails, les réservations et achats en ligne ». MEDIATHEQUE DE COLOMIERS. « Emprunter un bibliothécaire », Pavillon Blanc, Médiathèque | Centre d'art de Colomiers. En ligne au : <<https://www.pavillonblanc-colomiers.fr/infos-services/sur-place/47-emprunter-un-bibliothecaire>>, consulté le 3 février 2022.

Inversement, la médiathèque des Pierres vives de Montpellier, sous cette même appellation regroupe des aides liées aux « soucis en informatique, matériel multimédia, démarches administratives, recherche d'emploi (aide à la rédaction de curriculum vitae et lettre de motivation) sur internet. » et « un accompagnement pour les ressources en ligne : code de la

« emprunté » par un usager pour lui faire, par exemple, visiter la bibliothèque, l'aider à faire une recherche documentaire mais aussi « proposer un parcours de lecture autour d'un thème littéraire ».

La « **lecture à voix haute** », sous ses différentes formes, est également pratiquée. C'est le cas avec des enfants lors des « **heures du conte** », lors d'animations sur les « **émotions en lien avec les livres** », sous forme d'animal-thérapie (« *une heure du conte en présence d'animaux de compagnie pour créer un climat de confiance et de l'apaisement* ») ou bien lors de « *sensibilisation aux livres tactiles pour des élèves de maternelles* ».

C'est le cas avec des adultes aussi par le biais d'« **ateliers de lectures à haute voix** », de « *lectures à voix haute sur le thème de l'amour* », de « **siestes musicales/poétiques** dans l'idée d'une relaxation par les mots (la poésie) ». « *Les bibliothécaires peuvent se montrer des passeurs d'histoires, en oralisant des extraits, en dédramatisant la pratique.* »

C'est le cas également pour des publics « **hors-les-murs** », par exemple pour « *des mamans de quartier défavorisé* » ou bien à la prison, à l'hôpital ou en maison de retraite. « **Le portage à domicile** est également présenté comme pouvant être un moment privilégié autour du livre « **où le lien social est privilégié.** » ainsi que l'expérience « *BiblioFil : des appels téléphoniques auprès de personnes isolées pour des séances de lecture à voix haute.* »

Les ateliers d'écriture, par exemple à destination des étudiants, sont également considérés comme faisant partie de la bibliothérapie : « *Avec mon IUT¹³², nous envisagions de mettre en place un forum bien être et un bibliothérapeute aurait réalisé des ateliers d'écritures auprès d'étudiants volontaires.* »

Une mise en espace « zen »

En-dehors de l'utilisation du livre et de la lecture, certains bibliothécaires imaginent aussi la bibliothérapie comme la création d'un espace relaxant et apaisant avec un mobilier adapté, des lumières propices à la détente, l'utilisation de musique dans certaines zones dédiées, un « *espace spécifique détente* », un « *lieu de bibliorelaxation* », le fait de « *lire au jardin* ». Certains envisagent « *des lieux reposants, « cocooning », propices à cette pratique* », une « **salle dédiée aux échanges et présentations des lectures et leurs bienfaits** ». De tels espaces semblent adaptés à des ateliers de sophrologie en médiathèque ou en bibliothèque universitaire, de méditation, ou encore l'organisation, pour les étudiants, de « *journées zen études* ».

route, apprentissage des langues et soutien scolaire tous niveaux. » MEDIATHEQUE DE PIERRESVIVES. « J'emprunte un bibliothécaire ». En ligne au : <<https://pierresvives.herault.fr/488-accueil-individuel.htm>>, consulté le 3 février 2022.

<https://pierresvives.herault.fr/488-accueil-individuel.htm>.

La notion « d'emprunt » de bibliothécaire correspond donc à des pratiques très différentes.

¹³² Il est indiqué dans la réponse qu'« il s'agissait d'un projet qui n'a pas pu aboutir à cause du COVID-19 ».

Rares sont ceux a contrario qui évoquent la bibliothérapie, sur écran via des « **podcasts** » ou de séances de bibliothérapie prenant « *la forme d'un **dispositif numérique interactif*** » loin de l'espace physique de la bibliothèque ou d'un local hors-les-murs.

Des ateliers de bibliothérapie clés en main ou en partenariat

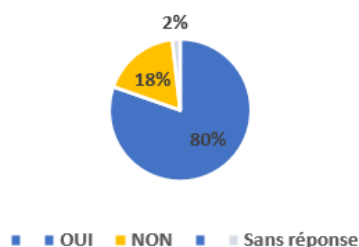
Seule une des bibliothécaires¹³³ ayant répondu au questionnaire a indiqué animer elle-même des ateliers de bibliothérapie réguliers. Les autres témoignages mentionnent surtout des séances d'initiation « *tout public avec une bibliothérapeute* ».

Sont également mentionnés à plusieurs reprises les actions entreprises en partenariat avec d'autres acteurs, par exemple « *en lien avec le secteur social, celui de l'autonomie, de la petite enfance* », « *éventuellement avec le CSC [Centre socio-culturel] qui est dans les mêmes locaux*. Il est question également d'« *ateliers en clinique psychiatrique menés en partenariat avec la librairie et l'art thérapeute de la clinique* ».

On le voit, quoique certains disent ne pas savoir ce qu'est la bibliothérapie et quoique celle-ci n'apparaisse que rarement explicitement dans la politique documentaire et dans la programmation culturelle, les bibliothécaires lui rattachent pourtant beaucoup d'activités exercées au quotidien qui ne portent pas forcément le nom de bibliothérapie. Aussi est-il intéressant de se demander si la bibliothérapie peut faire partie de leurs missions et quels sont les freins pouvant expliquer pourquoi elle est si peu développée dans la majorité des bibliothèques françaises.

LA BIBLIOTHERAPIE AU CŒUR DES MISSIONS DES BIBLIOTHEQUES

Selon vous, la notion de bibliothérapie
a-t-elle un sens en **bibliothèque** ?



Il est frappant de constater que 80% des 56 personnes qui ont répondu à cette question estiment que la bibliothérapie a sa place en bibliothèque et qu'ils l'expriment d'une manière convaincue :

¹³³ Son travail sera évoqué dans la troisième partie de ce mémoire. A ma connaissance, elle est, actuellement, une des seules à avoir organisé, dans une bibliothèque municipale française, des ateliers réguliers intitulés « bibliothérapie » animés par elle-même même si une autre bibliothécaire vient de lancer des ateliers mensuels à Quéménéven en binôme avec une psychologue. Voir article en annexe n°8.

« Le bibliothécaire est, par définition, un/une bibliothérapeute. » Pour beaucoup d'entre eux, la position est affirmée : *« C'est l'essence même de la bibliothèque. », « C'est l'essence même de notre métier : trouver des réponses, partir ailleurs, se retrouver dans les mots. », « En réalité, tout le travail du bibliothécaire est en soi de la bibliothérapie. ».* *« Elle est bizarre votre question : la bibliothérapie est une des essences de mon travail : donner un refuge dans la lecture mais aussi trouver dans un personnage celui qui répondra à une interrogation de lecteur. ».*

Le bibliothécaire expert des collections

Il s'agit tout d'abord d'affirmer que le bibliothécaire est un excellent connaisseur de ses fonds et qu'en tant qu'expert de la documentation, il est bien placé pour sélectionner des ouvrages appropriés, les valoriser et renseigner le lecteur sur les livres qui peuvent lui faire du bien. L'idée que le rôle du bibliothécaire est de prescrire à chacun le livre qui lui convient est énoncée à plusieurs reprises :

« Parce que nous mettons à disposition des collections, dont des livres. », « parce qu'elle [la bibliothérapie] fait partie des différentes facettes liées au métiers du livre », « Les bibliothécaires sont des professionnels de l'information et c'est leur rôle de guider les usagers dans leurs recherches, lectures, démarches etc. », de « donner des listes de livres qui réconfortent, qui font plaisir, qui rassurent, qui bousculent...en fonction de la demande ».

Le rôle d'acquéreur éclairé du bibliothécaire qui met à disposition des livres et les *« regroupe dans un même fonds »* le rend légitime en tant que prescripteur :

« elle [la bibliothérapie] a un sens puisque les bibliothécaires « prescrivent » des ouvrages (terme tout à fait approprié !) » et constituent des fonds repérables par les usagers par exemple en sélectionnant *« les livres utiles au soin par différentes modalités : le livre qui permet de retourner à la lecture, le livre qui permet d'aborder une pathologie et de créer l'identification, le livre qui permet d'échanger avec son entourage sur sa pathologie, le livre qui permet de stimuler le désir de raconter, d'écrire »* et *« aide[nt] à trouver le bon livre, mais aussi en amont mett[ent] les **bons mots-clés sur les notices** ».*

En outre, la bibliothérapie est aussi vue comme un moyen différent de redonner au bibliothécaire un rôle valorisant dans une période où il peut parfois avoir l'impression que les usagers n'ont pas vraiment besoin de lui. La bibliothérapie peut lui permettre de se sentir visible et utile d'une nouvelle manière.

« C'est une nouvelle façon de communiquer sur nos services. Une place motivante pour les bibliothécaires. Cela redonne du sens au travail de conseil à l'heure où les usagers sont très autonomes. »

Pourtant, si la bibliothérapie peut donner l'impression qu'il s'agit d'une activité très exotique et nouvelle en bibliothèque, elle se rapproche en réalité beaucoup d'autres actions menées par les bibliothécaires.

La bibliothérapie, un service qui n'a de nouveau que le nom...

Loin d'être une activité qui n'a pas sa place en bibliothèque, la bibliothérapie est en effet également vue comme un service parmi d'autres :

« *La bibliothèque offre de nombreux **services aux usagers**, celle-ci pourrait très venir s'y ajouter, sous forme diverse comme d'atelier "comme des clubs de lecture" ou sous forme de bibliographie.* » et coïncide avec l'attention portée par les bibliothécaires aux demandes et aux besoins des usagers.

« *Je pense que **sans le mentionner explicitement**, les bibliothécaires participent à la bibliothérapie en étant à l'écoute de ses usagers, en leur conseillant les ouvrages sur des thèmes précis, en discutant après des lectures...* » ; « *le conseil personnalisé est une forme de bibliothérapie. Le bibliothécaire cherche à adapter son conseil aux besoins de la personne.* » ; « *les bibliothécaires ont souvent des demandes particulières, et on fait déjà de la bibliothérapie **sans que ce soit officiellement dit**.* ».

...Et qui place l'utilisateur au centre

Cette attention portée aux besoins propres à chaque usager semble également en accord avec les principes de la bibliothérapie. « *La bibliothèque se veut aujourd'hui **conviviale**, avec **l'utilisateur au centre**. Tout ce qui peut amener à son bien-être, a fortiori avec des livres, est intéressant et pertinent.* »

Le rapprochement est fait avec la notion de 3^e lieu perçu comme un lieu où partager, un lieu d'épanouissement et de connaissance, ce qui implique aussi une facilitation à la connaissance de soi et des autres. Un des bibliothécaires se dit ainsi « *sensible à la notion d'« **expérience** » en bibliothèque : pour moi tout doit contribuer au **bien-être dans cet environnement qu'est la bibliothèque**.* ». Ce n'est donc plus seulement la collection, mais l'ensemble de l'expérience utilisateur et du lieu bibliothèque qui relève de la bibliothérapie :

« *Dans le cas d'une bibliothèque conçue comme un **lieu accueillant**, "un chez soi" à la manière d'un 3e lieu, cela a du sens.* ».

C'est précisément cette adaptation à chacun qui permet, paradoxalement aux publics éloignés de la lecture de se sentir accueillis, lors d'ateliers de bibliothérapie, parce que les lectures à voix haute et les échanges qui les accompagnent permettent de les réintégrer dans la communauté fréquentant ces ateliers. La bibliothérapie est ainsi vue comme un moyen de désacraliser le rapport au livre et au temple des livres que peut représenter la bibliothèque et d'« *aider les personnes empêchées ou exclues de ce lieu de se réconcilier avec la lecture et leurs émotions* ».

Ces remarques rencontrent ici la conception des bibliothèques danoises évaluées à l'aune du ressenti de leurs utilisateurs. L'étude¹³⁴, parue en 2021, montre qu'il y a quatre impacts¹³⁵ des bibliothèques publiques sur les usagers : un impact émotionnel (« Havre »), un impact intellectuel (« Mise en perspective »), un impact social (« Communauté ») et un impact créatif (« Créativité »).

Figure 1. Impact Compass for the impact of the Public Library on the citizens of Denmark



Figure extraite de : « A guide to the Impact Compass of public libraries in Denmark : a haven in our community », p.5.

Il est aisé de repérer que chacune de ces impacts de la bibliothèque a à voir avec la bibliothérapie qui peut à la fois apporter des émotions et une sensation de bien-être, une meilleure connaissance de soi et d'autrui, des échanges avec autrui et une stimulation de la créativité. Le lieu bibliothèque, « *un des seuls lieux gratuits et ouverts à tous* », souligne un bibliothécaire, semble donc parfaitement adapté à la pratique de la bibliothérapie.

¹³⁴ SEISMONAUT et ROSKILDE CENTRAL LIBRARY. *The impact of public libraries in Denmark : a haven in our community*, Roskilde Central Library, février 2021, 63 p. En ligne au : https://www.roskildebib.dk/sites/roskilde.ddbcs.dk/files/files/news/roskildebib_folkebibliotekets_betydning_for_borgerne_i_danmark_eng_final_0.pdf

SEISMONAUT et ROSKILDE CENTRAL LIBRARY. *A guide to the Impact Compass of public libraries in Denmark : a haven in our community*, mars 2021, 19 p. En ligne au : https://www.roskildebib.dk/sites/roskilde.ddbcs.dk/files/files/news/en_brugsguide_06.05.21_0.pdf

¹³⁵ Définition des 4 impacts « : Havre : La bibliothèque publique est un havre de paix dans la vie quotidienne, où les citoyens trouvent un espace de contemplation et prennent du temps pour eux-mêmes et pour les autres. Perspective : La bibliothèque publique transmet la connaissance de manière fiable et donne aux citoyens une perspective éclairée et critique sur la vie. Communauté : La bibliothèque publique est un lieu où les citoyens font l'expérience de la convivialité - seuls ou avec d'autres - et où ils constatent que les documents et les installations sont un bien commun sans obstacles financiers à leur utilisation. La créativité : La bibliothèque publique est une source d'inspiration et stimule l'imagination des usagers. La bibliothèque publique peut également contribuer à motiver les usagers à essayer quelque chose de nouveau et à acquérir de nouvelles compétences. »

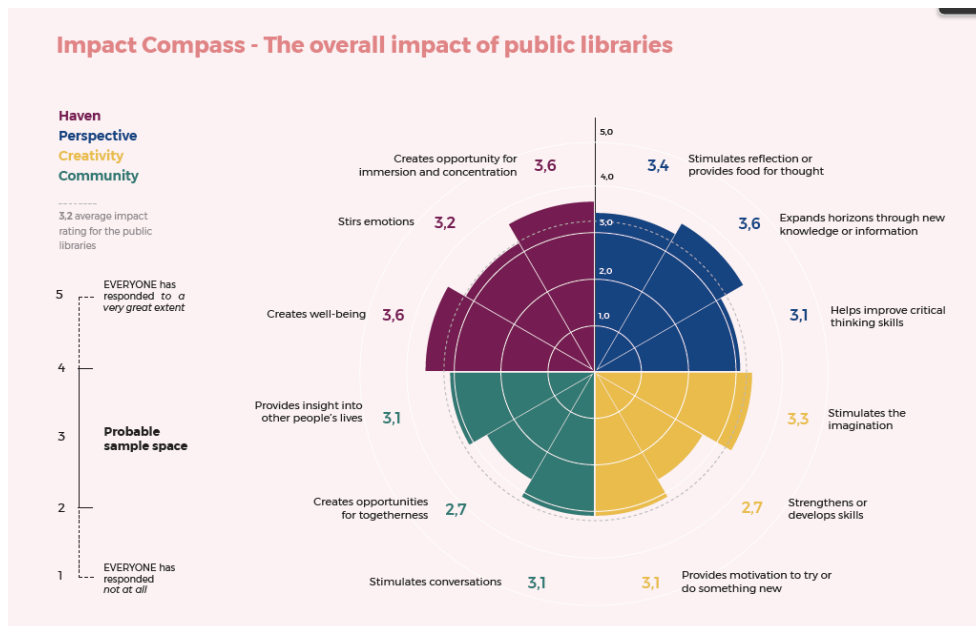


Figure extraite du rapport d'enquête « The impact of public libraries in Denmark : a haven in our community », p.15.

Ce qu'il est intéressant de repérer aussi, c'est que les plus forts impacts ressentis par les usagers danois (évalués sur le graphique à 3,6) sont le fait que la bibliothèque publique « crée des opportunités de pouvoir s'immerger et se concentrer », « crée du bien-être », et « élargit les horizons à travers de nouveaux savoirs et informations », ce qui pourrait s'appliquer à ce que la bibliothérapie peut apporter aux publics desservis par les bibliothèques : du bien-être, une meilleure présence au monde et un meilleur savoir :

« Si l'on considère la bibliothèque comme un **lieu** permettant un **enrichissement personnel** (de savoirs, d'imaginaire, de l'intime) **via le livre comme objet de médiation**, alors la bibliothèque peut être un relais privilégié pour la bibliothérapie. » indique ainsi un bibliothécaire.

DES FREINS IMPORTANTS

Cependant, il existe de nombreuses réticences chez les bibliothécaires qui expliquent, outre qu'elle n'est pas encore très connue, que la bibliothérapie semble délicate à introduire de manière marquée à la bibliothèque.

Un manque de moyens qui ne facilite pas la tâche

Le premier obstacle tient au sentiment que l'on en demande toujours plus aux bibliothécaires, sans leur donner les moyens humains ni financiers d'ajouter une nouvelle tâche, perçue comme moins essentielle, aux activités multiples dont ils ont la charge. La question du manque de temps revient en boucle dans les réponses, lié au nombre de personnels perçus comme trop peu nombreux pour l'étendue et la diversité de leurs missions :

« Le manque de temps, de personnel [pourrait être un frein] et les bibliothécaires ont d'autres missions de base à assurer avant la bibliothérapie. Pas

de budget souvent donc des ateliers "maison" animés par des bibliothécaires sauf qu'on ne peut être au four et au moulin. »

Un « *agenda culturel déjà bien chargé* », de la « *gestion de projet très dense* » : autant d'obstacles pour intégrer la bibliothérapie, souvent coûteuse en temps de préparation, au calendrier chargé des bibliothèques pour une activité dont on ne voit pas toujours très bien quel rapport elle aurait avec les missions de la bibliothèque.

Ce manque de moyens combiné à un manque d'espace est particulièrement évoqué dans les petites structures : « *le temps, l'espace, dans ma bib de quartier* », « *Pour notre petite bibliothèque c'est le manque d'espace.* », Mais la grande taille d'un établissement et le relatif anonymat qui l'accompagne est également évoqué comme un obstacle possible :

« La taille de la structure serait un frein (grand établissement où la relation à l'usager est moins privilégiée). »

En outre, certains bibliothécaires de lecture publique soulignent qu'ils ne possèdent « *pas de collections spécifiques et pas de place pour en installer de ce type.* » et constatent que leurs fonds de livres liés à cette thématique ne sont pas assez fournis : « *Le manque de livres dans le fonds documentaire autour de la sociologie, psychologie, développement personnel, etc...* », ce qui est une des conséquences du fait que la politique documentaire ne tienne pas compte explicitement de la thématique de la bibliothérapie.

Un public qui ne serait pas concerné

En bibliothèque universitaire également, l'inadaptation des fonds aux publics auxquels ils sont destinés est également mentionnée. Alors qu'il semblerait, par exemple, que les bibliothèques universitaires de santé pourraient être les premières concernées par un fonds portant sur la bibliothérapie, certains indiquent que les étudiants en médecine concentrés sur leurs épreuves classantes nationales (ECN) sont avant tout avides de manuels et ne se tourneraient sans doute pas vers des documents liés à la bibliothérapie :

« Le public ne s'y prête pas. La bibliothèque est hospitalo-universitaire, les étudiants sont en 6ème année de médecine et tout le long de l'année, ils sont concentrés sur les collections préparant les épreuves nationales classantes. »

Le problème, ici, excède la sphère bibliothéconomique et met davantage l'accent sur d'autres problèmes liés à la santé : la formation du personnel soignant et du système de santé, et les réformes nécessaires qui permettraient de réintroduire, de manière plus essentielle, la réflexion sur le rapport des soignants à la dimension psychologique de la maladie, à l'attention portée à l'histoire du patient et à la notion de « care » dans le traitement de la maladie.

Un autre bibliothécaire va plus loin en expliquant que la tournure d'esprit des chercheurs est antinomique avec le travail d'introspection découlant d'un travail de type bibliothérapeutique :

« Ce ne fait a priori pas parti de la culture de l'établissement. C'est une bibliothèque d'étude et de recherche : les lecteurs viennent y chercher un cadre

propice à la concentration intellectuelle sur un sujet de recherche plutôt qu'un lieu d'introspection individuelle. Autrement dit, ils sont tournés vers un sujet extérieur plutôt que vers eux-mêmes. A ce propos, il me semble que la tension entre soi comme sujet et sujet qu'on étudie est une source de conflit pour l'étudiant/enseignant/chercheur. C'est un point intéressant à travailler, mais la bibliothérapie n'a rien de naturel pour un public et une bibliothèque qui conçoit d'abord les livres comme outils de travail. »

Autrement dit, la bibliothérapie ne correspondrait nullement aux besoins conscients des usagers d'une bibliothèque académique et, s'il y avait une approche bibliothérapeutique à mettre en place dans ces établissements, cela supposerait un long travail de changement des perceptions chez les usagers également.

En bibliothèque de lecture publique, on mentionne également le fait que cette discipline peu connue peut ne pas attirer le public parce que la notion ne lui dit rien. De plus, la pratique semble délicate à mettre en œuvre avec un public qui pourrait trouver intrusifs les conseils du bibliothécaire et ne pas comprendre l'intérêt de tel ou tel conseil :

« La relation que nous avons avec les usagers est proche, mais pas au point qu'ils nous considèrent comme les bonnes personnes à qui demander de l'aide en cas de problèmes personnels. Le livre n'est pas toujours identifié comme remède, surtout que les parents décident souvent pour leurs enfants (même si on essaie toujours de détourner ce biais !) »

Cette remarque, en réalité, pose la question de la place du bibliothécaire. L'une des craintes, en effet, c'est de ne pas être légitime dans une posture de bibliothérapeute.

La place du bibliothécaire

Un médiateur plutôt qu'un prescripteur

Beaucoup de bibliothécaires indiquent que le rôle du bibliothécaire qui fait de la bibliothérapie à la bibliothèque est bien celui de médiateur : ce dernier terme, dans l'enquête, est plus souvent employée que celui de prescripteur. Il est celui qui « oriente », « accompagne », a un « rôle d'intermédiaire »

Selon Camille Wolf¹³⁶ qui a étudié la notion de prescription en lecture publique, « le terme de « **médiation** » suppose une relation entre un bibliothécaire et un usager, mais une relation qui se veut plus horizontale et tiendrait davantage de l'**accompagnement** de l'utilisateur par le professionnel, quand la prescription instaure une relation plus inégalitaire, plus descendante. La médiation viendrait donc marquer l'aboutissement du changement de posture professionnelle que nous avons pointé en impliquant davantage l'utilisateur. »

« La position classique du bibliothécaire change, au lieu d'être la personne qui sait, il doit s'adapter, écouter l'utilisateur et personnaliser son conseil. Le principal frein serait la formation et l'exigence que la discipline suppose. »

Cependant, la posture du bibliothécaire médiateur, peut sembler plus complexe que celle de prescripteur, plus ancienne, particulièrement dans le domaine de la

¹³⁶ WOLFF, Camille. *La bibliothèque sur ordonnance : quelle politique de prescription pour la lecture publique ?*, Mémoire d'étude, DCB 28, Villeurbanne, Enssib, 2020, p 65.

bibliothérapie qui touche à de nombreux champs et dont le nom qui se termine par « thérapie » peut faire peur.

Quelles sont nos missions ?

Dans son mémoire¹³⁷, Philippe Vanstippen pointe l'une des difficultés liées à la bibliothérapie :

« Considérer la lecture comme un soin nous place dans la position de cinq professions : le médecin, le psychologue, le critique littéraire, le bibliothécaire et le travailleur social. »

La question récurrente, qu'il s'agisse de l'introduction de fonds loisir en bibliothèque universitaire, de la fonction sociale des bibliothécaires au cœur de la notion de 3^{ème} lieu, de l'éducation aux médias et à l'information, est celle du périmètre des bibliothécaires : jusqu'où faut-il aller ? Le bibliothécaire est-il pertinent quand il s'aventure sur le terrain des assistants sociaux¹³⁸ et aide par exemple les usagers à remplir leur feuille d'impôt ou bien quand il a l'impression d'empiéter sur celui des enseignants dans le cas de l'EMI ? La même question se pose pour la bibliothérapie : le bibliothécaire est-il dans son rôle quand il est question de soin, de psychisme et de médecine ? Jusqu'où peut-il, doit-il aller ou ne pas aller dans ce domaine d'autant plus délicat qu'il touche au soin ?

Le « *mélange de l'aspect psychologique avec le métier de bibliothécaire, enseignants...* », « *savoir jusqu'où on peut aller... **quelles sont nos missions ?*** », « *ne pas favoriser une pratique plutôt qu'une autre, rester objectif...* » sont des questions qui montrent la crainte des bibliothécaires quand il s'agit de la bibliothérapie. Nombreux sont ceux qui insistent en particulier sur la nécessité de ne pas confondre la mission du bibliothécaire « passeur » et celui du psychothérapeute.

Le bibliothécaire est bien celui qui peut « **orienter les gens selon leurs besoins** », « **conseiller, écouter l'usager, faire des recherches, mettre en relation avec d'autres usagers.** », « **activer la curiosité, faire connaître le plaisir de lire, de découvrir, d'alimenter son esprit, de le faire voyager à travers la littérature, de l'ouvrir à un ailleurs, enrichir** » et « **défendre les vertus de la bibliothérapie.** »

La crainte de dépasser les limites

Mais il semble parfois difficile de marcher sur cette ligne de crête sans outrepasser ce rôle :

« *Je pense que le bibliothécaire **ne peut pas s'imposer comme ça** avec les lecteurs.* », « *C'est un **chemin trop personnel*** ». « *Il faut vraiment des **professionnels de la psychologie.*** »

¹³⁷ VANSTIPPEN, Philippe, op.cit., p.7.

¹³⁸ Voir la discussion houleuse sur le forum de l'ABF consacrée entre 2019-2021 aux ateliers de médiation animale, à la notion de tiers-lieu et à l'évolution du métier de bibliothécaire. AGORABIB, Forum ABF, 15 avril 2019-5 avril 2021. En ligne au <https://www.agorabib.fr/topic/3601-atelier-de-m%C3%A9diation-animale-en-biblioth%C3%A8que/page/2/>, consulté le 20 juin 2021.

« Les bibliothécaires ont un rôle de **conseiller** auprès des usagers, et peuvent leur proposer des livres en lien avec leurs intimités et leurs problèmes mais selon moi, un bibliothécaire est **différent d'un psychologue** et son rôle **n'est pas celui d'un psychothérapeute**, il n'est pas forcément légitime ni compétent. »

La bibliothérapie apparaît comme un exercice « **délicat** parce que les bibliothécaires n'ont **aucune compétence dans la prise en charge** du mal-être des publics. Ils ne peuvent avoir à mon sens qu'un **rôle de médiateurs vers la ressource susceptible** de répondre à la **demande personnalisée de l'utilisateur**. Aller au-delà me paraîtrait **outrepasser leur rôle**. »

Selon Valentin Saez¹³⁹, qui, dans le cadre de son projet tutoré, a organisé, à la bibliothèque Fessart à Paris, un atelier de bibliothérapie, en juin 2020, il y a là une crainte concernant le fait que des « *choses personnelles puissent émerger* », parce qu'« *on se livre plus* » et que les ateliers de bibliothérapie « *engagent* » davantage dans la relation avec l'utilisateur alors que, dans les traditionnels clubs de lecture, très cadrés, bibliothécaires et usagers parlent peu d'eux-mêmes. Il lui semble que les résistances peuvent s'expliquer par le fait de vouloir « *conserver son statut de bibliothécaire*. »

Cette crainte est d'autant plus forte que la bibliothérapie apparaît aussi comme une discipline parfois douteuse.

Une activité perçue comme potentiellement moins bienveillante qu'elle n'en a l'air

En outre, la bibliothérapie, qui ne « *convainc pas* », ce « *truc un peu fumeux quand même* » peut être perçue comme une pratique dangereuse dans le sens où la formation à la fonction de bibliothérapeute est « *pauvre* » en France, non reconnue académiquement et non réglementée si ce n'est par un code de déontologie non-dit et donc non vérifiable si ce n'est par l'expérience. Les deux bibliothérapeutes contactées, l'une française, Marine Nina Denis¹⁴⁰, l'autre belge, Delphine Crahay¹⁴¹, disent toutes les deux que les deux ou trois jours de formation dispensés en France ne suffisent pas à former sérieusement une bibliothérapeute et qu'elles ont suivi, avant d'exercer, d'autres formations, plus longues et plus solides, dans le domaine de l'accompagnement à la personne.

Valentin Saez a noté les craintes de la direction de la bibliothèque Fessart (Paris19^e), au moment où le projet lui a été présenté. Il explique que la directrice a eu besoin d'être rassurée par l'envoi d'un descriptif du projet extrêmement détaillé, qu'elle a tenu à assister à l'atelier, avec son adjointe, sans y participer, pour vérifier qu'il n'y avait pas de dérapage et que le public ne se sentait pas agressé par ce qui se passait dans l'atelier. On peut penser cependant aussi que c'était aussi pour se faire une idée concrète de ce nouveau service. Enfin, il y a eu une intense réflexion sur les éléments de communication pour ne pas effrayer le public de la bibliothèque.

¹³⁹ Entretien en visio le 14 septembre 2021.

¹⁴⁰ Marine Nina Denis est, par exemple, aussi formée en sophrologie et suit actuellement une formation en Suisse d'accompagnement non médical de personnes en fin de vie et en deuil.

¹⁴¹ Delphine Crahay a suivi aussi « une formation au récit de vie en faculté de psychologie, et une formation aux Pratiques Narratives, où l'on met l'accent sur la posture et les processus d'accompagnement d'une personne. »

Outre le fait que ce soit une activité engageante qui touche aux émotions et à l'intimité, il y a une double crainte liée à la bibliothérapie. La première concerne le fait que la bibliothérapie ne soit qu'une mode qui « *enferme le livre dans le contexte de la bibliothérapie* » et surtout du commerce : « *peur qu'un bibliothérapeute ne soit qu'un effet de mode et s'enrichisse sur le dos de la communauté universitaire.* ». La méfiance à l'égard des prestations tarifées des bibliothérapeutes autoproclamés qui se présentent comme des coachs de vie¹⁴² et prescrivent des livres par mails, contre rémunération, est réelle.

La seconde crainte concerne la proximité supposée et parfois réelle avec des pratiques qui n'ont pas l'air très laïques : un bibliothécaire évoque ainsi ironiquement « *le manque de foi en cette religion* » tandis qu'une autre, à l'issue d'une formation organisée par une bibliothèque départementale, se dit « *peu convaincue* » parce que c'est « *très flou* » et « *pas très scientifique* ». Le voisinage de la bibliothérapie avec ce qui peut ressembler à un fatras new age contribue sans doute à la voir comme une discipline peu sérieuse capable d'abuser les esprits les moins critiques. Il est donc légitime que certains se posent la question de la manière de garantir la question de la garantie de la laïcité face à ce qui peut apparaître comme une « religion¹⁴³ » et non à une pratique à la validité scientifiquement établie.

Il semble donc évident, pour que se développe la bibliothérapie en bibliothèque, qu'un encadrement plus rigoureux de la bibliothérapie soit pratiqué et que des formations appropriées soient instaurées.

La difficulté de se former et de se doter d'outils pertinents

De fait, « *la méconnaissance du sujet* », le fait que « *la thématique* » n'ait pas été « *identifiée* », ainsi que « *l'absence de connaissance des agents* », « *le manque de formation des professionnels* » sont aussi évoqués pour expliquer pourquoi la bibliothérapie est peu présente dans les bibliothèques. La vision des applications que pourrait prendre celle-ci à la bibliothèque reste floue : « *Je ne sais pas comment l'appliquer réellement en bibliothèque* » ou bien « *aucune idée concrète des formes que peut prendre la bibliothérapie* ».

Ce qui ressort en effet de manière criante du questionnaire et des entretiens est la difficulté à se former à la bibliothérapie. C'est le principal frein évoqué quant à l'introduction de la bibliothérapie à la bibliothèque. Les bibliothécaires les plus motivés font souvent la démarche de suivre des journées de formation organisées par des bibliothérapeutes à titre personnel avant de se lancer à la bibliothèque. Malgré tout, de plus en plus, depuis la parution du livre de Régine Detambel, les bibliothèques départementales s'efforcent de répondre aux fortes demandes qui remontent dans leurs réseaux en organisant des sessions de formation à destination des professionnels et des bénévoles qui interviennent en lecture publique.

Mais la difficulté pour les structures départementales est également forte puisque les formations à la bibliothérapie, si elles se développent en ligne et en présentiel, ne sont, en France, pas officiellement reconnues ni encadrées par des

¹⁴² Ce site qui présente la bibliothérapie semble être davantage un moyen d'attirer l'attention du chaland sur le livre de son auteur dont la formation est avant tout commerciale (société d'import-export, propre marque de maillots de bain). L'article présent sur la page est « emprunté » à Léa Guidi, sans mention d'auteur. <https://faus06.wixsite.com/fausta-auteur/single-post/2018/07/14/la-biblioth-c3-a9rapie-pratique-m-c3-a9dicale-m-c3-a9connue-en-france>

¹⁴³ Il existe par exemple un site une bibliothérapie qualifiée de « divine » par un mouvement religieux : <https://www.add-lehavre.fr/article/la-bibliothérapie-divine>

référents académiques contrairement à ce qui se passe dans d'autres pays. Le nombre des formateurs sollicités reste très limité et il est parfois difficile pour les chargés de formation en bibliothèque départementale de savoir à quel interlocuteur faire appel pour former les bibliothécaires, à cause du « *manque d'intervenants à proximité*¹⁴⁴ », avec, de surcroît, une « *peur du dérapage éventuel*¹⁴⁵ » et d'un « *niveau de qualité de l'intervenant* insuffisant.

Le premier réflexe consiste souvent à observer ce qui s'est fait dans d'autres médiathèques départementales et à s'adresser à des intervenants connus comme Régine Detambel¹⁴⁶, par exemple, ou bien à des prestataires ayant déjà fait leur preuve dans le tissu local. Souvent ces formations sont, pour l'instant, de simples initiations à la bibliothérapie, la plupart du temps de deux jours, et, suivant le degré de connaissance des participants, conviennent plus ou moins aux stagiaires qui n'ont pas forcément les mêmes attentes. La même formation dispensée par la même intervenante donne ainsi des appréciations opposées : l'une des médiathèques départementales¹⁴⁷ indique que la formation n'a pas convaincu les participants parce qu'elle était trop orientée « *bibliographies de développement personnel* », l'autre note, chez les participants à cette même formation, une satisfaction quant à ce qu'ils en ont retiré. Quand certains viennent d'abord pour comprendre de quoi il s'agit et souhaiteraient repartir avec des bibliographies de livres de développement personnel demandés par leurs publics, d'autres souhaiteraient avoir davantage de pistes concrètes pour mettre en place des animations ou trouver des partenaires. Cependant ces formations existent et peuvent contribuer à atténuer le sentiment des bibliothécaires à être illégitimes dans ce domaine. Celles qui avaient été déprogrammées en 2020 ont été reportées en 2021 ou 2022 où elles ont souvent affiché complet.

LA PANDEMIE DE COVID : UNE PRISE DE CONSCIENCE ?

La crise sanitaire qui a bouleversé la vie des citoyens, causé des souffrances importantes et obligé les bibliothèques à renoncer à nombre d'actions d'ordinaire organisées pour leurs publics, ou du moins à les revoir à la baisse, a à la fois montré l'importance de ces médiations effectuées par les bibliothécaires et écorné leur rôle social de bibliothécaire médiateur-passeur. Aussi était-il intéressant de se demander si la pandémie avait transformé la reconnaissance de l'utilité de la bibliothérapie en bibliothèque. Aussi a-t-il semblé intéressant de voir si cette période avait modifié la position des bibliothécaires.

Des réponses contrastées

Interrogés sur le fait que les périodes de confinement aient pu modifier leur perception de la place de la bibliothérapie en bibliothèque, moins de la moitié des 44

¹⁴⁴ Il est frappant de constater qu'il y a davantage de témoignages de formations chez les bibliothécaires habitant en zone sud, à proximité de Montpellier où est installée Régine Detambel, que dans les autres régions françaises.

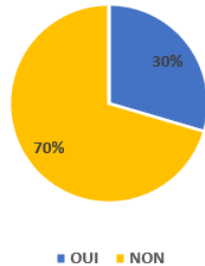
¹⁴⁵ Entretien par mail avec la responsable de la formation à la médiathèque des Hautes Pyrénées. Annexe n° 9.

¹⁴⁶ Sur l'échantillon cité ici, deux médiathèques ont fait appel à Régine Detambel, deux au cabinet Fabienne-Aumont, spécialisé en médiation culturelle, une à Laurette Dufranne, bibliothérapeute intervenant auprès de personnes âgées.

¹⁴⁷ Voir entretien en annexe n°10 avec la médiathèque des Bouches du Rhône.

bibliothécaires qui ont répondu à cette question estiment avoir modifié leur opinion en raison de la crise sanitaire.

Les récentes périodes de confinement ont-elles modifié
votre positionnement par rapport à la bibliothérapie en
bibliothèque ?



Pour ceux qui ont vu leur perception évoluer, pourtant, la crise a pu servir de révélateur et prouver que la compagnie des livres est liée au mieux-être et peut même prouver son utilité :

*« La crise sanitaire n'a fait que renforcer mon opinion sur la nécessité de faire connaître la bibliothérapie. », « Ça ne fait que le conforter », « C'est un concept encore plus intéressant. Pendant le confinement, les gens se sont davantage orientés vers la **lecture**, **preuve** que donc, celle-ci **est bénéfique dans une situation "de crise"** Je pense que pour beaucoup de personne le confinement a été un déclic. Le livre est littéralement devenu "un objet essentiel" pour la santé mentale des gens. »*

En outre, la situation sanitaire a attiré l'attention sur les besoins des publics les plus fragiles¹⁴⁸ et notamment sur celui d'une écoute personnalisée, y compris pour les enfants mais aussi pour les personnels des bibliothèques eux-mêmes :

*« Le confinement a révélé certaines **fragilités** et les a bien souvent accentuées...*

***La situation a modifié le comportement** des usagers et les nôtres aussi (nous n'avons pas tous vécu le confinement ou le déconfinement de la même manière). Professionnellement il nous a fallu assurer beaucoup de **temps d'écoute pour nos usagers** quand certains d'entre nous personnellement aurait aussi eu besoin d'une oreille attentive. D'ailleurs en termes d'habitudes de lectures, les usagers comme les pros n'ont pas tous agi pareil en termes de lecture : certains ont lu plus que d'habitudes, d'autres n'ont pu terminer un seul roman. »*

*« Je trouve qu'il **est de plus en plus important** de trouver un moyen de la proposer, au titre **d'espace d'expression et d'écoute, de "care"**. »*

¹⁴⁸ Voir, sur EPALE (Electronic Platform for Adult Learning in Europe), le témoignage de Sylvie Moors sur son travail avec le livre aux Pays-Bas pendant le confinement. EPALE. « Sylvie Moors: building our identity with stories ...and a soup », 24 juin 2021. En ligne au : <<https://epale.ec.europa.eu/en/blog/sylvie-moors-building-our-identity-stories-and-soup>>, consulté le 18 septembre 2021.

*J'ai pu approfondir la question en me documentant. Et je pense que la **conjoncture est propice** à la bibliothérapie, le confinement nous a permis de nous recentrer sur l'essentiel et surtout sur nous. La bibliothérapie est une manière douce de travailler sur nous, de trouver des réponses adaptées à nos questionnements. C'est une **approche** qui convient aujourd'hui à nos modes de vie puisqu'elle est **personnalisée**. »*

« Les enfants ont en encore plus besoin qu'avant ! »

La rupture du lien social, la distanciation causées par la crise sanitaire et la mise en valeur des fragilités de beaucoup semblent ainsi avoir mis en valeur la nécessité de s'intéresser à la possibilité de faire une place plus explicite à la bibliothérapie en bibliothèque.

La nécessité de constituer un fonds approprié

La crise sanitaire, pour certains, s'est donc accompagnée de la volonté de mettre à disposition un fonds permettant de s'évader et de se distraire des situations anxiogènes. Même si ce type de fonds et si l'écoute des demandes des lecteurs faisaient déjà partie des pratiques, la crise a accentué ce phénomène.

*« Il me semble que **constituer un fonds** pouvant permettre aux usagers de se sentir mieux fait également partie de nos missions. »*

*« Bien sûr, la lecture a été un **mode d'évasion** durant ces mois de confinement. De plus, les bibliothèques ont été, pendant longtemps, le seul lieu culturel à rester ouvert. »*

*« Nos adhérents nous **réclamaient des lectures relaxantes et dites d'oubli** des événements.*

*Personnellement j'essaie de **répondre aux besoins de lectures "légères"** de mes usagers mais ne me substitue pas à quelques thérapies que ce soit. Je prends par contre, autant que faire ce peu, **le temps pour discuter avec les plus fragiles ou les plus seuls, mais je le faisais déjà avant.** »*

En outre, de manière plus marginale, le confinement semble aussi avoir fait redécouvrir à la fois l'importance de la littérature et la possibilité de recourir à des formes de médiation via le numérique.

« Je pense que le confinement a fait découvrir la littérature à beaucoup de personnes »

« La bibliothérapie virtuelle me semble tout à fait concevable, ce que je n'imaginai pas auparavant. »

La crise a donc accru chez certains la conscience que la bibliothèque a un rôle social d'autant plus important que les souffrances dues à l'isolement peuvent s'accroître. La crise, comme toute crise « libérant en même temps des forces de mort et des forces de régénération¹⁴⁹ », a pu aussi agir comme un révélateur que la bibliothérapie a son rôle à jouer pour contribuer à l'épanouissement des citoyens qui peuplent la bibliothèque.

¹⁴⁹ KAËS, René et al., *Crise, rupture et dépassement*, Paris, Dunod, 2004, p.22, cité par PETIT, Michèle. *L'art de lire*, op.cit., p.13.

En somme, à l'issue de cette enquête, on peut déduire que la bibliothérapie semble surtout effrayer parce qu'elle est peu connue et qu'il est donc possible de projeter sur elle de nombreuses peurs qui ont déjà été celles des bibliothécaires à de nombreuses reprises, précisément parce que leurs missions évoluent et sont en lien avec de multiples champs. « Ce n'est pas mon métier » titre Florence Köll¹⁵⁰ parlant du troisième lieu et des lieux de détente et de convivialité en bibliothèque universitaire mais c'est une phrase que l'on pourrait entendre en sous-texte chez ceux qui se méfient de la bibliothérapie à la bibliothèque. La charge associée au mot « thérapie » peut faire fuir tous ceux auxquels le terme pourrait faire penser qu'ils doivent se transformer, sans y être le moins du monde formés, en soignants. Aussi peut-on penser que c'est davantage le mot que la chose qui rend les bibliothécaires réticents alors même que, comme M. Jourdain, de différentes manières, beaucoup font, dans leurs missions ordinaires, de la bibliothérapie sans en avoir conscience.

¹⁵⁰ KÖLL, Florence, op.cit., p. 32.

EN PRATIQUE : COMMENT ARTICULER BIBLIOTHEQUE ET BIBLIOTHERAPIE ?

Le premier élément à prendre en compte, quand on veut faire de la bibliothérapie, c'est que le bibliothécaire, loin d'être illégitime, est en réalité bien placé puisque son profil hybride à mi-chemin entre professionnel de l'information, acteur culturel spécialiste du livre et acteur social à l'écoute des publics et au service de leur épanouissement à la fois émotionnel, intellectuel, social et créatif, pour reprendre les termes de l'Impact Compass¹⁵¹ danois, convient tout à fait à l'hybridité de la bibliothérapie. Loin d'être illégitime donc, il a, au contraire, des atouts non négligeables pour lui faire place en bibliothèque. Il peut en réalité s'appuyer sur des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être solides.

« DIRE CE QU'ILS FONT PLUTOT QUE CE QU'ILS SONT »¹⁵².

De la bibliothérapie à la bibliothèque ? Le quotidien du bibliothécaire...

En préambule, il semble important de rappeler que, si dans bibliothérapie, il y a thérapie, il y a aussi livre. A la question, « la bibliothérapie en bibliothèque a-t-elle un sens, une des réponses est : « *Parce qu'il y a des livres et des lecteurs* » et, d'évidence, les bibliothécaires peuvent donc se sentir à l'aise et faire ce qu'ils savent très bien faire : élaborer une veille, sélectionner des documents en fonction des besoins de leur public, les acquérir, les cataloguer, les équiper, les ranger, les mettre à disposition et les valoriser de mille et une manières que ce soit dans la bibliothèque¹⁵³, hors les murs ou via un site internet¹⁵⁴ ou un réseau social, conseiller les usagers en fonction de leurs besoins et favoriser les échanges autour du livre, mettre en place des conférences sur le sujet, des clubs de lecture, des heures du conte, du portage à domicile, en somme s'appuyer sur leur connaissance du fonds et de leurs usagers qui fait qu'ils vont pouvoir réellement être des passeurs, des médiateurs entre des livres et des personnes.

Au-delà de ces activités, la bibliothérapie peut s'inscrire aussi dans la bibliothèque en travaillant la qualité de l'accueil et le fait que chacun se sente à son aise à la bibliothèque via des espaces pensés pour que chaque public particulier au secteur desservi par la bibliothèque puisse s'y sentir bien. A nouveau, c'est une réflexion qui est menée depuis longtemps dans les bibliothèques de lecture publique

¹⁵¹ Voir p. 54 de ce mémoire.

¹⁵² BERTI, Johann. « Bibliothécaires : dire ce qu'ils font, plutôt que ce qu'ils sont », *Arabesques*, n°97, 1 avril 2020, p.4-5.

¹⁵³ A Carquefou (Loire-Atlantique), des étagères et des tables thématiques ont été mises, en novembre 2021, à disposition lors d'un programme d'animations intitulé : « La médiathèque prend soin de vous. » MEDIATHEQUE DE CARQUEFOU. « Une détente musicale spéciale bien-être », *Carquefou*. En ligne au : <<https://www.mediathèque-carquefou.fr/animations/agenda/106-une-detente-musicale-speciale-bien-etre>>, consulté le 15 octobre 2021.

¹⁵⁴ La médiathèque Anita Conti à Beaucouzé (Maine-et-Loire) propose, par exemple, une liste de romans qui « font du bien » sur sa page « En panne d'idées » MEDIATHEQUE DE BEAUCOUZE. « Liste de romans qui font du bien », mai 2020. En ligne au : <http://www.mediathèque-beaucouze.fr/images/en_panne_did%C3%A9es/LISTE_DE_ROMANS QUI FONT DU BIEN - MAI 2020.pdf>, consulté le 28 octobre 2021.

et qui commence à être prise en compte dans la plupart des bibliothèques universitaires.

On peut alors considérer, si les bibliothécaires perçoivent que le mot bibliothérapie peut effaroucher leur public, leur tutelle ou leur équipe, qu'ils peuvent aussi s'autoriser à continuer à faire, de la bibliothérapie sans prononcer le mot bibliothérapie et sans se sentir coupables. Certains en sont conscients : « *Nous sommes un lieu de ressources incontournable, nous avons le public et nous le pratiquons déjà sans le savoir.* »

Inscrire la bibliothérapie dans la programmation culturelle

Malgré tout, il existe aussi des expérimentations diverses qui montrent qu'il est possible d'annoncer « bibliothérapie » dans le cadre de la bibliothèque sans que cela semble scandaleux. Au contraire, sur les divers témoignages de bibliothécaires sollicités pour ce mémoire¹⁵⁵, tous ceux qui ont sauté le pas indiquent que le public y a trouvé son compte même s'il est noté dans un cas une certaine retenue : « *Peu de participation car peu de communication et un public peu habitué à ce type de démarche.* ». Pour le reste, les publics, souvent des habitués de la bibliothèque, des ateliers lecture et des clubs d'écriture, sont globalement conquis par l'expérience.

Participer à la Nuit de la lecture

L'un des moyens de rassurer le public sur le bien-fondé de la bibliothérapie en bibliothèque peut être de l'inscrire dans une manifestation connue. Quand on cherche des exemples de séances de bibliothérapie en bibliothèque, les premiers résultats qui arrivent sont ainsi souvent liés à l'événement qu'est la Nuit de la lecture. C'était par exemple le cas à Meaux (Seine-et-Marne) en janvier 2020, à Luxeuil-les-bains (Haute-Saône), à Parmilieu (Isère) en janvier 2022 avec des ateliers de bibliothérapie animés par des bibliothérapeutes professionnelles, ou bien, à la bibliothèque du prestigieux Institut du Monde Arabe¹⁵⁶ à Paris avec des bibliothécaires et libraires de l'institut autant qu'à la petite bibliothèque municipale d'Arreau¹⁵⁷ (Hautes-Pyrénées) avec un atelier animé par la bibliothécaire et la libraire du village.

L'unique bibliothécaire de la médiathèque municipale d'Arreau (792 habitants) dit s'être emparée de l'événement et de la thématique 2022, *Aimons toujours ! Aimons encore !*, pour tester un premier atelier de bibliothérapie, un type d'animation qui suscitait chez elle à la fois beaucoup d'envie et un peu d'appréhension :

« *L'idée est venue de moi-même car j'ai fait une formation il y a un moment en bibliothérapie sur internet. La librairie actuelle a elle aussi fait un mémoire sur*

¹⁵⁵ A l'exception de la bibliothèque belge Pierre Perret de Waremme qui avait proposé, en janvier 2019, une séance d'initiation à la bibliothérapie et ne se dit pas très convaincue : « La déception ou la satisfaction au niveau de l'activité dépend de chaque personne je dirais. En tout cas, je ne pense pas que nous ayons été suffisamment convaincus pour mettre en place quelque chose en lien avec la bibliothérapie. » Mail du 1^{er} septembre 2021.

¹⁵⁶ « À l'occasion des Nuits de la lecture, l'IMA proposera des animations autour du thème de la littérature arabe et de l'amour : une bibliothérapie où les libraires et les bibliothécaires de l'IMA, inspirés par les histoires personnelles des participants, conseilleront des lectures amoureuses [...] ». En ligne au : <https://nuitdelalecture.culture.gouv.fr/actualites/ces-lieux-patrimoniaux-qui-participent-aux-nuits-de-la-lecture>, consulté le 15 décembre 2021.

¹⁵⁷ Voir annexe n°11.

le sujet et l'envie nous est venue de nous associer pour proposer cet atelier à l'occasion des Nuits de la lecture. J'avais envie de proposer ça depuis un moment déjà, ne serait-ce que pour mettre en pratique ce que j'avais appris. »

Le fait qu'il y ait un événement institutionnel et la possibilité d'être en partenariat avec une librairie qui avait suivi une formation avec Régine Detambel a permis de donner forme à ce projet. En outre, la bibliothécaire a pu ainsi distribuer aux participantes, à la fin de la séance, des chèques lire qu'elle avait commandés sur le site des nuits de la Lecture. Les critères retenus pour obtenir ces chèques sont les suivants :

« Les projets seront examinés régionalement par les conseillers pour le livre et la lecture des Directions régionales des affaires culturelles (DRAC). Les critères suivants permettront de sélectionner les projets retenus : par exemple, projet porté par un professionnel du livre ou de la lecture ; implication de plusieurs acteurs de la chaîne du livre dans un même projet ; intervention d'un auteur ; qualité et originalité des animations ; animations proposées dans des territoires prioritaires ou s'adressant à des publics dits « empêchés »¹⁵⁸. »

Insérer la bibliothérapie dans une thématique plus large

Il semble assez naturel également d'inscrire des ateliers de bibliothérapie dans une thématique comportant d'autres animations. La thématique choisie est souvent liée à la notion de « bien-être ». C'était par exemple le cas à Meaux qui avait inséré la nuit de la lecture dans le thème plus large du bien-être en 2019-2020 : *« Cette année, le thème du bien-être sera mis à l'honneur, avec de nombreuses animations comme des séances de yoga, de sophrologie ou encore de méditation. »* précise ainsi le maire dans l'introduction de la brochure¹⁵⁹ de la saison culturelle de la médiathèque. Le même raisonnement a été tenu à Cholet¹⁶⁰ et à Carquefou en 2021.

A Carquefou, l'atelier de bibliothérapie a ainsi été placé à la suite d'autres animations liées au bien-être, ce qui est un moyen de préparer le public potentiel à être moins dérouté par ce concept peu connu. Parmi les propositions, il y avait ainsi un club lecture, des bibliographies (« Les livres qui vous font du bien », « les films qui font du bien »), une séance de détente musicale, une conférence sur les émotions et un film projeté dans le cadre du Mois du film documentaire : *C'est quoi, le bonheur, pour vous ?* Julien Peron).

L'équipe entière a été associée à ces manifestations que ce soit pour le choix des documents dans les bibliographies pour animer la conférence, la sieste musicale et la projection du film sur le bonheur. A la bibliothèque Fessart, l'atelier avait été précédé, comme c'est souvent le cas, d'une conférence de sensibilisation à la bibliothérapie, destinée autant au public qu'au personnel. Une note interne a

¹⁵⁸ Un formulaire est à remplir avant l'événement. Il est disponible sur ce site : [://nuitdelalecture.culture.gouv.fr/en-pratique/organisateur/formulaire-de-demande-de-cheque-lire](http://nuitdelalecture.culture.gouv.fr/en-pratique/organisateur/formulaire-de-demande-de-cheque-lire).

¹⁵⁹ VILLE DE MEAUX. « Saison culturelle 2019-2020 », Ville de Meaux.fr. En ligne au : https://www.ville-meaux.fr/uploads/docs/2019-2020_Brochure_Media_bdf.pdf, consulté le 15 décembre 2021. Le terme bibliothérapie n'est pas utilisé par l' élu de la ville. Il apparaît ensuite dans la brochure de manière discrète.

¹⁶⁰ « Nous axons, chaque année, une partie de nos animations sur une thématique particulière. En 2018, il s'agissait du bien-être. Dans ce cadre, la bibliothérapie nous semblait avoir toute sa place, c'est pourquoi nous avons organisé un atelier d'initiation à la bibliothérapie. Celui-ci était animé par Nathalie Palayret, une bibliothérapeute de notre région. Le public a bien apprécié cette animation et notre équipe également. Nous n'avons cependant pas poursuivi ce type d'animation car il s'agissait, pour nous, d'une unique initiation dans le cadre d'une thématique particulière et nous sommes ensuite passés à une autre thématique avec de nouvelles actions. » Mail échangé avec la médiathèque Elie Chamard le 3 septembre 2021.

également envoyée avant la séance par la directrice à l'ensemble des agents pour les informer de la trame du projet.

Programmer un atelier réalisé par une bibliothérapeute professionnelle

La médiathèque de Carquefou a inscrit la bibliothérapie dans sa saison culturelle pour plusieurs raisons. Le projet est parti d'une part d'une demande du public qui désirait pouvoir lire des livres de développement personnel et du réaménagement d'un fonds ancien. « *A la bibliothèque, il a donc été décidé de mettre l'accent sur ce fonds¹⁶¹ et de mettre en place une session d'animations sur ce thème. [...] De là, la notion de bien-être est apparue puis celle de bibliothérapie* ». Même si ce cycle avait été décidé avant 2020 et avait été présenté un an avant sa réalisation à la Commission culture, la bibliothèque a pensé que le moment était bienvenu pour parler de bien-être. « *Avec la crise, en outre, les gens ont besoin de changement, de réfléchir sur eux-mêmes, de chercher des clés. La bibliothèque n'est pas qu'un endroit où il y a des livres* ».

D'autre part, l'une des bibliothécaires connaissait déjà les ateliers de bibliothérapie pour s'être formée auprès de Régine Detambel et avoir déjà animé, dans d'autres établissements, quelques ateliers réguliers en IME et en maisons de retraite : elle était donc motivée par le projet. La présence d'une agente motivée paraît être un atout pour convaincre les équipes, les tutelles et les publics.

Comment choisir l'intervenante ?

L'intervenante locale, Marine Nina Denis, également formée en sophrologie, s'était déjà fait connaître auprès de la municipalité et était connue pour avoir travaillé dans la région dans différentes structures, avec différents types de publics dont des enfants en difficultés de lecture. Ce critère semble important pour rassurer les bibliothécaires organisateurs quant à la qualité de la prestation.

Les bibliothécaires précisent aussi que leurs « ressentis » positifs lors des rencontres préalables avec l'intervenante ont joué dans ce choix, ce qui souligne que l'expérience des bibliothécaires et leur connaissance du terrain sont essentielles.

Enfin le choix s'est fait aussi en fonction du budget demandé par l'intervenante : 300¹⁶² euros pour deux séances d'1h30 un samedi après-midi, ce qui correspond au budget, prévu à l'année, dont pouvait disposer la médiathèque pour ce type d'animation. Les bibliothécaires, face à un budget contraint, envisagent des prolongements maison, par exemple des ateliers Do it yourself où chacun pourrait s'essayer à fabriquer un objet qui fait du bien.

A Paris, dans le cas de la séance de bibliothérapie à la bibliothèque Fessart, 300 euros ont été déboursés pour une séance de deux¹⁶³ heures animée par Jean-Yves Saez, poète et bibliothérapeute formé par Régine Detambel : deux séances avaient été prévues et des demandes de budget faites pour la prestation de l'intervenant auprès des deux financeurs habituels de la bibliothèque, l'opérateur culturel Bibliocité et la Mairie du 19^e arrondissement, mais une seule a été organisée puisque

¹⁶¹ Voir entretien et photos en annexe n°12.

¹⁶² Il s'agit à peu près du chiffre demandé lors de ces ateliers de bibliothérapie en bibliothèque.

¹⁶³ Il s'agissait initialement d'une séance de 3 heures mais qui a dû être écourtée en raison du couvre-feu à 21h en juin 2021.

seul Bibliocité a répondu à l'appel. Un devis avait été élaboré et l'intervenant a été réglé trois semaines après la prestation par Bibliocité.

Réfléchir aux aspects pratiques et s'adapter en fonction du contexte

Comme pour toute animation, il est nécessaire de réfléchir à la mise en pratique de l'atelier. Il faut donc réfléchir au lieu qui sera utilisé dans la bibliothèque et aux horaires auxquels la séance aura lieu. A Carquefou, le dispositif était simple et supposait simplement qu'il y ait des chaises disposées en cercles dans une salle à part : la bibliothérapeute avait apporté le matériel nécessaire pour écrire, et éventuellement dessiner ou découper, coller. Par contre, à la bibliothèque Fessart, l'intervention¹⁶⁴ a nécessité un peu de manutention avant et, après l'atelier, pour tout remettre en ordre avant l'arrivée du public, le samedi matin, puisqu'elle s'est déroulée de manière dynamique avec des haltes et des activités différentes dans trois espaces de la bibliothèque et les participants ayant la possibilité de se servir d'ouvrages adultes disposés dans l'espace jeunesse,

Ce dispositif où les participants se déplaçaient a donc dû avoir lieu en soirée, de 18h30 à 20h30 en-dehors des heures d'ouverture de la bibliothèque afin de ne pas gêner ni les autres usagers ni les participants. A l'inverse, à Carquefou, l'horaire choisi a été un samedi après-midi avec une séance à 13h et une séance à 15h dans une salle fermée. Les bibliothécaires pensent que c'était un mauvais choix : il y a eu beaucoup moins de participants que dans les autres ateliers programmés le soir où des publics d'ordinaire absents de la bibliothèque ont assisté à la conférence donnée sur les émotions et à la projection du film sur le bonheur. De plus, il s'agissait de femmes habituées des ateliers lecture et écriture alors que la bibliothèque cherche à faire venir davantage d'hommes à la bibliothèque et, dans ce but, axera sa programmation l'année prochaine, sur le roman policier. Cependant, une des bibliothécaires ayant de l'expérience et du goût pour la bibliothérapie, il est envisagé éventuellement de faire des ateliers animés par cette bibliothécaire.

Enfin, il faut aussi réfléchir à la communication : il est important, avec un thème un peu délicat comme la bibliothérapie, de réfléchir aux mots que l'on emploie. Il s'agissait d'attirer les participants potentiels sans les effrayer, en dire trop ni rester trop flou¹⁶⁵. La bibliothèque Fessart, avec Valentin Saez alors stagiaire, a beaucoup travaillé sur les mots, les graphismes choisis afin de communiquer sur le réseau parisien, en respectant les différents canaux¹⁶⁶ de diffusion et les différentes contraintes de mise en page. Il a été choisi de ne pas utiliser le mot bibliothérapie mais de lui préférer le mot biblio-créativité inventé par Régine Detambel et de

¹⁶⁴ Extrait de la fiche bilan réalisée par la directrice de la médiathèque « L'atelier devait initialement se tenir en extérieur mais il a en fin de compte été possible de le proposer à la bibliothèque, ce qui a permis aux participants de déambuler dans les rayonnages pour diverses activités de l'atelier. L'atelier alternait présentation des participants au moyen d'un objet, lectures à voix hautes, jeux littéraires, micro-atelier d'écriture, avec un fil rouge : la gastronomie. Il a été particulièrement apprécié par les participantes pour son aspect ludique et créatif, mais aussi pour les moments de partage informels qu'il a occasionnés. ». Source : SAEZ, Valentin. *Réaliser un atelier de bibliothérapie en bibliothèque : du projet théorique à la réalisation sur le terrain*. Rapport de stage, DUT Métiers du livre Année Spéciale. Saint-Cloud : Université Paris Nanterre, 2021, p. 70.

¹⁶⁵ Voir visuel final en annexe n°13.

¹⁶⁶ Valentin Saez indique qu'il s'agit de flyers, d'affiches, de la newsletter de la bibliothèque, de son compte Facebook et du site généraliste de prescription culturelle Que faire à Paris. Ibid, p. 47.

produire un texte assez poétique, l'atelier étant en partie fondé sur des « tranches poétiques ».

A Carquefou où la bibliothérapie était mieux connue des bibliothécaires, les choix se sont faits plus rapidement. Les images choisies l'ont été parce qu'elles n'étaient pas trop laides et en fonction des goûts des bibliothécaires (« *pas trop de coeurs* » et également de la charte graphique de l'établissement et du format pratique de l'image. Le texte rédigé par le service communication de la mairie a été un texte explicatif pour expliquer ce qu'est la bibliothérapie et mettait l'accent sur la « découverte » et la créativité ainsi que les bienfaits de la littérature.

A Rognac, la bibliothécaire a volontairement choisi de ne pas utiliser les mots parfois un peu conventionnels souvent utilisés pour parler de bibliothérapie, des mots tels que « cocon », « zen », « douceur », « apaisement » et a choisi d'utiliser une métaphore sportive et de mettre l'accent sur l'aspect dynamique de l'atelier, à l'image de son animatrice.

Mettre en place des ateliers réguliers : l'exemple de la bibliothèque de Rognac

Les ateliers de bibliothérapie animés par les bibliothécaires sont rares pour l'instant. Cela demande en effet beaucoup de travail de préparation, donc beaucoup de temps. Les quelques bibliothécaires qui s'y essaient évoquent donc souvent le fait qu'ils sont personnellement très intéressés par cette pratique et qu'ils se sont souvent formés sur leur temps personnel à la bibliothérapie en finançant eux-mêmes cette formation¹⁶⁷. Très souvent aussi, ils travaillent en binôme. C'est le cas à Quéménéven¹⁶⁸, une commune bretonne de 1000 habitants où la bibliothécaire s'est associée à une psychologue ou encore à Arreau où la bibliothécaire s'est associée à la libraire du village.

A Rognac, la directrice de la bibliothèque¹⁶⁹ a présenté son projet d'ateliers réguliers de bibliothérapie à son équipe mais s'est vite aperçue que les bibliothécaires ne souhaitent pas s'y engager parce qu'elles se sentaient mal à l'aise avec ce type d'atelier et l'engagement personnel qu'il demande, ce qui souligne à nouveau qu'il vaut mieux miser sur un intérêt individuel prononcé avant de mettre en place ce type d'atelier.

Rognac est une ville de habitants de 12 000 habitants située dans les Bouches du Rhône. La directrice de la médiathèque *Le jardin des mots*, Claire Caron, a une longue expérience du métier de bibliothécaire et connaît bien le public de la bibliothèque. Elle a expérimenté de nombreux dispositifs au fil des ans et est reconnue comme une personne ressource par les bibliothécaires du secteur. C'est un élément à prendre en compte : avoir une bonne expérience des différents types

¹⁶⁷ A titre d'exemple, une formation animée par Régine Detambel coûte environ 400 euros pour une journée et demi de formation.

¹⁶⁸ LE TELEGRAMME. « Quéménéven - La bibliothérapie s'invite à la bibliothèque municipale de Quéménéven », *Le Télégramme*, 20 février 2022. En ligne au : <<https://www.letelegramme.fr/finistere/quemeneven/la-bibliothotherapie-s-invite-a-la-bibliotheque-municipale-de-quemeneven-20-02-2022-12925399.php>>, consulté le 21 février 2022.

¹⁶⁹ Voir en annexes n°14 et 15 les propos recueillis par mail, via le questionnaire et par téléphone en août 2021 et février 2022.

d'animation de groupes, des différents types de public permet sans doute d'aborder l'atelier de bibliothérapie mieux armé.

Parlant des médiateurs, Michèle Petit¹⁷⁰ notait déjà : « Leurs options, en effet, ne sont pas seulement dues à leurs marottes et goûts personnels, mais sont aussi le fruit d'années d'expériences, d'observations, de la prise en compte des désirs de ceux à qui ils s'adressent, de confrontations avec d'autres professionnels. »

Ainsi la bibliothécaire de Rognac estime-t-elle également que cela fonctionne parce qu'elle connaît très bien les fréquentants de la bibliothèque et qu'ils lui font confiance, ce qui est indispensable dans un tel type d'atelier.

Elle indique avoir longuement réfléchi avant de se lancer dans l'aventure : il s'agissait de réfléchir à la différence entre un atelier de bibliothérapie et un atelier classique du type café littéraire, café philosophie ou atelier d'écriture, de trouver « *le petit truc en plus* ».

Fixer un cadre

La première étape a consisté à présenter le concept à son équipe et aux usagers de la bibliothèque. Une conférence a ensuite été donnée à la bibliothèque pour expliquer ce qu'est la bibliothérapie, puis pour présenter le projet d'ateliers. Les usagers qui étaient intéressés étaient conviés à un premier rendez-vous.

La première séance a été consacrée à mettre au point avec les présents le fonctionnement de l'atelier et à en fixer le cadre. Dans une activité telle que celle-ci, cette étape semble impérative pour éviter les dérapages et bien préciser que la bibliothécaire n'est pas une thérapeute et qu'il ne s'agit pas de faire dans l'atelier un travail de psychothérapie. Le rôle de la bibliothécaire peut être de renvoyer vers les interlocuteurs médicaux compétents mais il doit être clair pour tout le monde qu'il s'agit d'un espace d'échanges autour des livres et non d'un groupe de paroles clinique. La bibliothécaire doit « *savoir rentrer dans l'intime des gens sans jouer au psychologue, ne pas chercher à décortiquer et rester à sa place de bibliothécaire animateur.* »

Les règles de fonctionnement de l'atelier ont été décidées en commun : le rythme de séances a été défini, une fois par mois, le samedi après-midi ainsi que la durée. Les premiers ateliers ont eu tendance à s'étirer jusqu'à atteindre 3 heures mais ce n'était pas tenable pour la bibliothèque net la bibliothécaire : la durée a donc été réduite à 1h30.

Une charte informelle a été mise en place comme lors d'ateliers d'écriture : les séances sont thématiques et le thème est indiqué à l'avance¹⁷¹ de sorte que les participants peuvent avoir le temps de réfléchir à une œuvre en lien avec cette thématique et peuvent présenter cette œuvre au groupe et indiquer en quoi elle a joué un rôle dans leur vie. Le fait que chacun soit bienveillant, dans l'écoute, la discrétion et le non-jugement, que la parole ne peut pas être monopolisée, mais qu'il s'agit réellement d'échanges qu'il faut être attentif à révéler de soi que ce qui peut l'être, est également posé comme un incontournable. Dans l'idéal, avoir rédigé ensemble une charte rappelant les objectifs et le fonctionnement de l'atelier permettrait là-aussi de sécuriser les participants et l'animateur.

¹⁷⁰ PETIT, Michèle. *L'art de lire*, op.cit., p.145-146.

¹⁷¹ Voir le programme pour 2022 en annexe n°16.

Varier les plaisirs

Comme dans la plupart des ateliers de bibliothérapie, il s'agit de s'appuyer sur le livre. La bibliothécaire écrit une fiche action qu'elle adapte au fur et à mesure des discussions. Les séances commencent en général par un échange autour des livres apportés par les participants et la bibliothécaire sur la thématique choisie, puis des extraits ou des textes courts sont lus et chacun explique comment les textes et ce qui est dit par les autres membres du groupe résonnent en eux. La bibliothécaire accompagne ensuite systématiquement chaque séance par des activités diverses : exercices d'écriture, de collage de dessin, de théâtre, par exemple. L'atelier alterne ainsi écoute de textes lus à voix haute et activités d'expression variées, suivant les principes prônés par Régine Detambel.

Garder des traces

Une fois l'atelier terminé, il semble important de garder des traces. La bibliothécaire distribue à chacun la fin de l'atelier un document¹⁷² qui regroupe des informations, des réflexions et une bibliographie sur la thématique. Chaque membre du groupe écrit à la fin de l'atelier sur une fiche le thème du jour et indique les livres qui ont été utilisés dans l'atelier. Une read box a aussi été créée pour être mise à disposition des autres lecteurs qui n'ont cependant pas bien compris qu'ils pouvaient compléter ces fiches. Celle-ci ayant été détruite lors d'un déménagement, il est prévu bientôt de faire apparaître ces traces bibliographiques des ateliers sur le site internet de la bibliothèque pour que d'autres lecteurs puissent en bénéficier.

Cet exemple montre qu'il est possible pour un bibliothécaire d'animer un atelier de bibliothérapie ainsi nommé pour peu qu'un certain nombre de conditions soient réunies : motivation du bibliothécaire, bonne connaissance des publics et de leur animation, expériences variées avec de multiples publics, empathie, fixation d'un cadre clair sur ce qu'est l'atelier et ce qu'il n'est pas, conscience que c'est très chronophage et formation.

QUELS LEVIERS UTILISER ?

Se former

Il existe des formations dispensées à différents niveaux. Les agences régionales du livre peuvent ainsi le faire comme c'est le cas depuis 4 ans en Provence-Alpes-Côte d'Azur où l'agence¹⁷³ indique le succès des formations de bibliothérapie créative faites par Régine Detambel « principalement auprès de bibliothécaires, parfois de documentalistes ou de thérapeutes »¹⁷⁴. L'agence a aussi proposé en 2020 une formation de ce type pour les personnels des hôpitaux de

¹⁷² Voir un exemple en annexe n°17.

¹⁷³ AGENCE REGIONALE DU LIVRE, PACA. « Formation : l'heure des comptes », *ArL Paca*, 28 janvier 2019. En ligne au : <https://www.livre-provencealpes-cotedazur.fr/blog/formation-l-heure-des-comptes-2417/page-1>, consulté le 13 octobre 2021.

¹⁷⁴ Echange de mails en août 2021 avec Claire Castan, chargée de mission Vie littéraire, responsable des projets Culture/Justice à l'agence régionale du livre de Provence-Alpes-Côte d'Azur.

Camargues mais, pour l'instant n'a pas intégré la bibliothérapie aux partenariats qu'elle a aidés à mettre en place entre des bibliothèques et des centres pénitentiaires¹⁷⁵.

Un certain nombre de bibliothèques départementales ont également inscrit à leur programme des journées de formation à la bibliothérapie souvent en raison de demandes venues des bibliothèques des réseaux départementaux ou bien de partenaires sociaux. Cela a, par exemple, été le cas des médiathèques départementales¹⁷⁶ des Bouches du Rhône (2018), des Hautes Pyrénées (2019), du Loiret (2021), des Landes (2020). Il est donc désormais possible d'avoir un premier niveau de formation à la bibliothérapie.

Certes, il leur est parfois difficile de trouver le bon intervenant mais ces formations ont le mérite d'exister et pour peu que les médiathèques départementales soient à l'écoute des demandes des bibliothécaires de leur secteur ou bien initient ces formations en ciblant une catégorie de public pour lequel un besoin a été exprimé, il y a lieu d'y trouver des outils intéressants. Le travail mené à cet égard par la médiathèque départementale des Pyrénées Orientales, une formation à la bibliothérapie à destination des seniors, retient ainsi l'attention : ce projet est parti du constat suivant :

« La crise sanitaire, sociale et économique que nous traversons a souligné encore plus à quel point il était essentiel de lutter contre l'isolement culturel et de générer un maximum d'actions culturelles en direction des publics fragilisés et/ou en situation de handicap.

La médiathèque départementale des Pyrénées-Orientales a donc rédigé pendant le premier confinement un questionnaire¹⁷⁷ qui a été envoyé à l'ensemble du réseau départemental de lecture publique sur la thématique "l'offre de services à destination des personnes fragilisées et/ou en situation de handicap". Ceci dans le but de développer ensuite les collections et l'offre de services de la MDPO à destination de ces publics¹⁷⁸. »

L'une des questions portait sur les activités culturelles et des demandes liées à la bibliothérapie ont été exprimées de même que lors des bilans effectués à la fin d'autres formations. Il a donc été décidé de mettre en place, en 2021, une formation¹⁷⁹ sur la bibliothérapie pour les seniors, mis à mal par la crise sanitaire. Après avoir examiné les réponses à une lettre de consultation envoyée à différents prestataires, la médiathèque a choisi Laurette Dufranne¹⁸⁰ de l'association *La Douce heure*, une intervenante qui avait déjà effectué, à plusieurs reprises, des lectures à haute voix dans des bibliothèques, des Centres Locaux d'Information et de

¹⁷⁵ Le même constat est effectué par Charlotte Grondin, la chargée de mission culture/justice, réfugiés et migrants au ministère de la Culture qui indique qu'« à [sa] connaissance il n'existe pas d'actions spécifiques de bibliothérapie menées en établissements pénitentiaires. » Echange par mail de février 2022.

¹⁷⁶ Voir quelques exemples de programmes de formation en annexe n° 18.

¹⁷⁷ Annexe n°19 : questionnaire

¹⁷⁸ Mail de Sylvie Gaillart, responsable du service formation de la MDPO (Médiathèque départementale des Pyrénées Orientales), août 2021

¹⁷⁹ Voir programme en annexe n° 20.

¹⁸⁰ Laurette Dufranne travaille aussi pour la médiathèque départementale de l'Aude avec le concours financier de la CNSA (Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie), dans le cadre de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Aude.

Coordination gérontologique (CLIC) ou des résidences pour personnes âgées¹⁸¹, ou encore participé à la fête du Livre vivant organisé par la médiathèque. La médiathèque pouvait donc augurer de la qualité d'une formation qui serait appropriée.

La formation s'est déroulée sur deux jours, la première journée étant plus théorique et la deuxième plus pratique. Les 12 inscrits, qui n'étaient pas tous bibliothécaires, mais aussi animateurs sociaux, ont été sondés¹⁸² avant la formation sur leurs attentes puis à l'issue de la formation. Les retours ont été positifs et ont été suivis par la mise en place d'animations par deux stagiaires.

Ce suivi de formation, qui est parfois fragmentaire dans certaines médiathèques départementales, est sans doute à élargir afin de communiquer de manière plus systématique à destination des bibliothèques du réseau, par exemple, sur les suites concrètes données à de telles formations. En outre, cela a été l'occasion pour la médiathèque de vérifier la validité des dispositifs de lecture à voix haute mis en place dans les établissements pour personnes âgées, de les stabiliser et de les élargir à d'autres populations.

Mettre en lien les différents acteurs

« Construire des ponts plutôt que des murs entre leur propre communauté, aussi hétérogène soit-elle, et d'autres communautés professionnelles - chargés de projets culturels, animateurs sociaux, conseillers d'orientation ou d'insertion professionnelle, communicants, enseignants, etc. - tel est l'un des défis que doivent relever les bibliothécaires en ce début du XXI^e siècle. Cela passe par la recherche de complémentarités, sur des projets ponctuels comme à plus long terme. Toutefois, il ne nous semble pas y avoir de réponse toute faite en la matière. Tout dépend en effet du contexte et de l'intérêt qu'une telle démarche présente, aussi bien pour les usagers que pour la bibliothèque elle-même¹⁸³ ».

C'est aussi ce que cette formation a montré à la médiathèque départementale des Pyrénées Orientales : qu'il y avait, sur le secteur, un manque de connaissance des différents partenaires locaux existants, dans le domaine du champ social comme dans le domaine du champ culturel. Une autre formation a donc été programmée en mars 2022 afin que ces différents acteurs se rencontrent et sachent davantage avec qui établir des partenariats. « Cette partie est très importante pour nous car nous travaillons beaucoup en transversalité et nous souhaitons que les bibliothécaires des structures de lecture publique des Pyrénées-Orientales puissent connaître nos collègues des solidarités et leurs missions. [...] Nous nous sommes aperçus que les acteurs de la culture et ceux du secteur social se connaissaient peu, nous avons donc programmé au mois de mars 2022 des sessions de formation et une journée d'échanges "Inclusion et accessibilité culturelles" afin que tout le monde puisse se rencontrer, échanger, mieux se connaître pour créer ensemble des projets. ». Lors de la journée d'échanges, des exemples d'actions inclusives, des réalisations et des projets ayant eu lieu sur le territoire seront ainsi évoqués. Ce type d'initiative qui

¹⁸¹ L'INDEPENDANT « La douce heure littéraire », *L'Indépendant.com (site web)*, 27 mai 2018. En ligne au : <https://www.lindependant.fr/2018/05/27/la-douce-heure-litteraire,3993719.php>, consulté le 20 août 2021.

¹⁸² Voir en annexe n° 21 les attentes des stagiaires et le bilan après formation.

¹⁸³ MAUBERNARD, Corinne. « Le bibliothécaire en quête de frontières : une question de légitimité », *Bibliothèque(s)*, n°96-97, juin 2019, p. 56.

n'est pas si courant¹⁸⁴ semble une piste particulièrement intéressante à suivre sur d'autres territoires puisque ce type de rencontres est à même de faciliter les projets à la lisière de la culture, du champ social et du soin, par exemple des ateliers de bibliothérapie hors-les-murs.

Utiliser les dispositifs financiers existants

Il est parfois complexe de connaître les sources de financement possible pour mettre en place de la bibliothérapie en bibliothèque. Par exemple, le Centre national du livre (CNL) propose des subventions¹⁸⁵ pour soutenir le développement de la lecture pour les personnes empêchées de lire, des subventions qui pourraient être utilisées par les bibliothèques mais le CNL¹⁸⁶ indique qu'il n'a, pour l'instant, pas reçu de demande de bibliothèques pour des manifestations de ce type. De même, l'appel à projets pour la 8^{ème} édition de Partir en livres¹⁸⁷ qui mettait un accent sur le développement de la lecture à voix haute aurait pu justifier des fonds dédiés à des séances de bibliothérapie pour la jeunesse.

Concernant la bibliothérapie, les appels à projet Culture-Santé semblent particulièrement intéressants. Ces dispositifs sont portés à la fois par les Directions régionales des affaires culturelles (DRAC) et les Agences régionales de santé (ARS) et permettent via ces partenariats d'envisager des financements liés à la bibliothérapie dans les bibliothèques de structures médicales ou médico-sociales.

Il est possible d'obtenir également des fonds européens. Par exemple, la journée d'étude mentionnée plus haut, organisée par l'association *Cultures du cœur 66*, a été commanditée par le département des Pyrénées Orientales, dans le cadre du programme européen de coopération territoriale POCTEFA « ARTIS¹⁸⁸ », ce qui signifie qu'il est possible d'obtenir des financements européens sur appel à projet pour des projets de ce type. Le projet ARTIS qui vise à « renforcer les compétences et l'inclusion au sein des territoires (Axe 5) », « améliorer l'accès aux services, sociaux comme de santé ou culturels (Priorité d'investissement 9) », « améliorer l'accès aux services (Objectif stratégique 10) » semble ainsi tout à fait compatible avec le développement de la bibliothérapie à destination des personnes les plus fragiles. Ce qui s'applique ici à une région transfrontalière pourrait donc être applicable à d'autres régions transfrontalières.

¹⁸⁴La Bibliothèque départementale de l'Ardèche a proposé en 2021 une formation à la bibliothérapie en ciblant les animateurs culture des EHPAD dans le cadre du programme Culture Bleue. Il pourrait être intéressant d'y associer des bibliothécaires et de favoriser les projets à cette occasion. Echange par mail avec Brigitte Lafaye, responsable formation à la bibliothèque départementale de l'Ardèche, août 2021.

¹⁸⁵<https://centrenationaldulivre.fr/aides-financement/aide-aux-bibliotheques-et-aux-associations-pour-le-developpement-de-la-lecture>

¹⁸⁶Echange de mails en février 2022 avec Amran Warsama, responsable de l'aide aux bibliothèques au CNL.

¹⁸⁷CENTRE NATIONAL DU LIVRE. « Partir en Livre 2022 : l'appel à projets est ouvert », *Centre National du Livre*, 6 octobre 2021. En ligne au : <<https://centrenationaldulivre.fr/actualites/partir-en-livre-2022-l-appel-a-projets-est-ouvert>>, consulté le 30 novembre 2021.

¹⁸⁸Le projet ARTIS qui vise à « renforcer les compétences et l'inclusion au sein des territoires (Axe 5) », « améliorer l'accès aux services, sociaux comme de santé ou culturels (Priorité d'investissement 9) », « améliorer l'accès aux services (Objectif stratégique 10) » semble ainsi tout à fait compatible avec le développement de la bibliothérapie à destination des personnes les plus fragiles. CONSEIL DEPARTEMENTAL DES PYRENEES-ORIENTALES. « Le projet ARTIS : art pour l'inclusion sociale ». En ligne au : <https://www.ledepartement66.fr/le-projet-artis-art-pour-linclusion-sociale/>, consulté le 5 octobre 2021.

Pour les régions qui ne sont pas dans ce cas, il est possible de faire appel, par exemple au fonds européen de développement régional (FEDER). Dans ce cadre, le Fonds social européen¹⁸⁹ (FSE) finance, dans la thématique « Inclusion sociale » « la revitalisation physique, économique et sociale des communautés défavorisées » et « les infrastructures sociales et sanitaires ». C'est sur ce type de fonds qu'un projet comme le projet « Ateliers populaires de pratique culturelle par le livre, la lecture et l'image » a été financé de 2008 à 2013 : l'association Le Cardan, qui travaille sur l'illettrisme, l'illectronisme, la médiation par le livre et la lecture à Amiens a pu ainsi créer des bibliothèques de rue, des lectures à voix haute et travailler avec les bibliothèques municipales d'Amiens, d'Abbeville et la bibliothèque départementale de la Somme.

Il est à noter que le programme FSE+ 2021-2027, dans son 10^e objectif spécifique « OS 10 - Promouvoir l'intégration sociale des personnes exposées au risque de pauvreté », précise que ces aides peuvent aller, entre autres à des programmes « Actions de réseau d'entraide, de remobilisation et de socialisation, notamment par les activités culturelles, associatives, sportives et de loisirs, lutte contre l'isolement ». La bibliothérapie à destination des publics en situation précaire peut précisément être considérée, non comme un luxe destiné aux seuls publics habituels des clubs de lecture, mais comme une aide à la « remobilisation et à la socialisation » par des activités culturelles. Il existe par ailleurs un volet « Innovation sociale » pour des « activités dont les fins comme les moyens revêtent un caractère social et en particulier celles relatives à la conception et à la mise en œuvre de nouvelles idées (concernant les services, produits, modèles) qui répondent à des besoins sociaux tout en créant de nouvelles collaborations ou relations sociales, bénéficiant ainsi à la société et renforçant la capacité de celle-ci à agir ». Il reste à vérifier que ce dispositif soit applicable à l'utilisation du livre en tant qu'élément de bien-être pour des populations. L'appellation « Innovation sociale » restant floue, mais on pourrait avancer que la bibliothérapie, quoique très ancienne, est précisément un nouveau service dans les bibliothèques, répondant à des besoins sociaux, spécialement quand elle s'adresse à des publics fragiles.

TISSER DES LIENS

En-dehors de ces dispositifs européens assez complexes à mettre en œuvre, il existe aussi des possibilités plus courantes de s'associer à différents partenaires en fonction des publics visés. La bibliothérapie ayant pour but un mieux-être grâce à la lecture, il semble ainsi tout naturel de la proposer à des publics fragilisés comme le montre un rapport de l'organisation mondiale de la santé (OMS),¹⁹⁰ qui, en 2019, préconise des programmes « d'art pour la santé » accessibles à tous, parmi lesquels la lecture, une formation à l'art pour les soignants et le développement de programmes artistiques dans les établissements de santé ou d'aide sociale. Des initiatives allant dans ce sens se sont développées pendant le confinement et se sont pérennisées. C'est le cas dans 7 hôpitaux de l'Assistance publique- hôpitaux de Paris

¹⁸⁹ Un article de la BPI explique comment les bibliothèques de Montreuil-Est ensemble ont candidaté à ces subventions européennes sur une thématique liée à la réussite éducative. GAST, Guillaume. « Un financement européen pour les bibliothèques de Montreuil-Est Ensemble », BPI, 10 septembre 2020. En ligne au : <<https://pro.bpi.fr/un-financement-europeen-pour-les-bibliotheques-de-montreuil-est-ensemble/>>, consulté le 7 janvier 2022.

¹⁹⁰ FANCOURT, Daisy, FINN, Saoirse. « Quelles sont les bases factuelles sur le rôle des arts dans l'amélioration de la santé et du bien-être ? Une étude exploratoire (2019) », OMS Bureau Régional de l'Europe, 2019. En ligne au : <<https://www.euro.who.int/fr/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019>>, consulté le 5 octobre 2021.

(AP-HP) où le Théâtre de la Ville propose des « consultations poétiques¹⁹¹ » pour les équipes soignantes comme pour les patients. Un tel type de manifestation dit bien que « nous devons nous donner les moyens de “faire ensemble”¹⁹² » et de trouver des partenaires appartenant à différents mondes.

Livre et santé : une évidence pas si évidente que cela

En France, même si la mise en application est laborieuse et dispersée, il semble que l'idée commence à faire son chemin dans les ministères. L'expression Santé culturelle¹⁹³ employée par le ministère de la Culture et celui des solidarités et de la Santé montre la volonté de s'associer pour promouvoir la santé par la culture, donc aussi par les livres, dès le plus jeune âge. Une telle association est encourageante et peut permettre de penser que la bibliothérapie peut trouver sa place en établissements médicaux et médico-sociaux en association avec des bibliothécaires. Cependant, ce n'est pas si aisé que cela.

« Travailler avec des établissements de soin, bibliothécaires, n'avez pas peur ! » proclamait cependant l'ABF en juin 2021 lors de son 66^e Congrès, ce qui suggère à la fois une volonté d'intervenir, comme le montre le travail de sa Commission Accessibilité¹⁹⁴ et la difficulté à le faire. Une table ronde a permis d'évoquer les spécificités propres au travail des bibliothèques d'hôpitaux et de présenter la nouvelle plate-forme créée par la Fédération Interrégionale du Livre et de la Lecture (FILL)¹⁹⁵, conçue avec l'association Livre et lecture en Bretagne¹⁹⁶, l'AP-HP et diverses structures du secteur du livre et de la lecture. La plateforme, Lire en établissements de santé et médico-sociaux¹⁹⁷, propose un plaidoyer, des témoignages d'actions concrètes¹⁹⁸ mais aussi des boîtes à outils pour mener différentes actions et faciliter les contacts avec différents partenaires : bibliothèques

¹⁹¹ DASINIERES, Laure. « À l'hôpital, la poésie pour soigner autrement », Slate.fr, sect. Santé, 18 octobre 2021. En ligne au : <<http://www.slate.fr/story/217305/arts-vivants-hopital-consultations-poetiques>>, consulté le 20 décembre 2021.

¹⁹² Ibid., Propos tenus par le directeur du Théâtre de la Ville, Emmanuel Demarcy-Mota.

¹⁹³ Le dispositif met à disposition un kit de visuels variés à destination des familles et des très jeunes enfants. L'un d'entre eux indique ainsi : « Les livres me donnent...de mes nouvelles. » MINISTERE DE LA CULTURE. « « Ma santé à moi, elle est culturelle », kit de médiation sur la Santé Culturelle », *Ministère de la culture*, 30 septembre 2021. En ligne au : <<https://www.culture.gouv.fr/Thematiques/Education-artistique-et-culturelle/L-Eveil-artistique-et-culturel-des-jeunes-enfants/Ma-sante-a-moi-elle-est-culturelle-kit-de-mediation-sur-la-Sante-Culturelle-C>>, consulté le 10 janvier 2022.

Voir aussi le rapport de 2019 de Sophie Marinopoulos qui présente, région par région, les exemples d'actions menées auprès des jeunes enfants, dans tous les types de structure, par exemple la bibliothèque d'Hérouville qui intervient dans les services de maternité et de pédiatrie au CHU de Caen. MARINOPOULOS, Sophie, MINISTERE DE LA CULTURE. *Une stratégie nationale pour la santé culturelle - Promouvoir et pérenniser l'éveil culturel et artistique de l'enfant de la naissance à 3 ans dans le lien à son parent (ECA-LEP)*, 2019. En ligne au : <<https://www.vie-publique.fr/rapport/271301-une-strategie-nationale-pour-la-sante-culturelle-eveil-jeune-enfant>>, consulté le 15 septembre 2021.

¹⁹⁴ Voir les objectifs de la commission sur la page : ASSOCIATION DES BIBLIOTHECAIRES DE FRANCE. « Commission AccessibilitéS », *Association des Bibliothécaires de France*, 23 juillet 2021. En ligne au : <<https://www.abf.asso.fr/4/188/824/ABF/commission-accessibilites>>, consulté le 12 décembre 2021.

¹⁹⁵ La Fill propose aussi sur son site des ressources sous l'onglet Ressources Développement des publics pour d'autres publics empêchés. FILL. « Ressources Développement des publics », FILL, 19 mars 2020. En ligne au : <<https://fill-livrelecture.org/ressources-developpement-des-publics/>>, consulté le 13 octobre 2021.

¹⁹⁶ Le site Livre et lecture en Bretagne, sous l'onglet Publics éloignés propose des ressources sur la lecture en prison, à l'hôpital, la lecture et les handicaps, la lutte contre l'illettrisme. LIVRE ET LECTURE EN BRETAGNE. En ligne au : <<https://www.livrelecturebretagne.fr/>>, consulté le 10 décembre 2021.

¹⁹⁷ FILL. « Lire en établissements de santé et médico-sociaux », *Livre lecture à l'hôpital et en établissements médico-sociaux*. En ligne au : <<https://etablisements-sante-livrelecture.org/>>, consulté le 20 août 2021.

¹⁹⁸ Par exemple, le travail effectué dans une unité psychiatrique par le réseau des bibliothèques de Châlons en Champagne. En ligne au : <<https://etablisements-sante-livrelecture.org/a-chalons-en-champagne-des-bibliothecaires-dans-une-unite-psychiatrique/>>

publiques, établissements de santé et médicosociaux, associations de bénévoles, artistes-auteurs.

La table ronde rappelait la difficulté et la nécessité de communiquer entre les soignants souvent occupés à parer à l'urgence, les bibliothécaires et les membres d'association impliqués dans ces structures afin de déterminer au mieux les moments d'intervention, difficiles à trouver à l'hôpital, les bons interlocuteurs, la bonne distance à trouver, le respect de la fatigue des patients et des soignants, pour lesquels il faut faire la différence entre les patients éphémères, l'articulation avec le projet culturel de l'établissement et les patients au long cours, la nécessité d'adapter les types de récit et, leur longueur. Aussi les ressources données par la plate-forme et les témoignages sont-ils essentiels pour mener à bien des actions, par exemple pour coconstruire le projet et établir un contrat clair afin que le partenariat et le travail effectué ne dure pas que le temps d'une action ponctuelle. La mention bibliothérapie n'y apparaît pas explicitement mais les actions citées en relèvent souvent.

Sortir des murs

Une multitude d'actions et d'acteurs

En réalité, ce qui est vrai en établissements de soin est valable pour d'autres publics, la bibliothérapie pouvant s'adresser à tout type de public fragilisé. Les partenariats sont donc multiples et adaptés aux ressources existant sur chaque territoire. L'association Livre et lecture en Bretagne ne s'y trompe pas qui regroupe sous le même onglet, Publics éloignés¹⁹⁹, lecture en prison, lecture à l'hôpital, lecture et handicap, lutte contre l'illettrisme. A quoi on pourrait rajouter lecture dans les rues, dans les camps, lecture dans les centres sociaux, lecture et seniors, lecture dans le cadre de la PMI, ..., autant d'actions qui s'inscrivent dans le programme des Bibliothèques hors-les-murs (BHLM)²⁰⁰.

Les bibliothèques « nomades », les fameuses Ideas Box de l'association Bibliothèque sans frontière (BSF), par exemple, sont aussi des endroits où peuvent prendre place des séances de bibliothérapie. L'association assure des animations bibliothérapeutiques à Nancy en collaboration avec la médiathèque de Saint-Max, le centre social, l'association Grandir dignement et la société Love for Livres, dans une bibliothèque citoyenne, un Ideas cube fixe :

« Comme son nom l'indique, la bibliothérapie soigne par le livre. Ce sont des ateliers de bien-être, des discussions en groupe autour d'une thématique : la parentalité, l'alimentation, vivre entre deux cultures ou prendre confiance en soi. L'animateur qui mène l'échange s'appuie sur la lecture d'un texte lié au thème du jour mais aussi sur les témoignages de chaque participant²⁰¹. » indique l'animateur du lieu.

¹⁹⁹ L'association Livre et lecture en Bretagne a aussi contribué à développer le concept Facile à lire pour les publics éloignés de la lecture, un public que la bibliothérapie, par le biais de l'oralisation, peut réconcilier avec l'univers de la lecture et avec la bibliothèque. <https://www.livrelecturebretagne.fr/>

²⁰⁰ Sur ces bibliothèques hors-les-murs, voir le diaporama élaboré pour l'ABF par Amandine Minard, la responsable de la bibliothèque nomade de Toulouse, qui rappelle l'histoire de ces bibliothèques, le cadre légal, indique de nombreuses ressources et évoque de nombreuses expériences. MINNARD, Amandine. *Bibliothèques hors les murs*, Support de formation, abf d'Oc, 22 mars 2021. En ligne au : <https://www.abf.asso.fr/fichiers/file/Midi-Pyrenees/FORMATION/210322_BHLM.pdf>, consulté le 20 juin 2021.

²⁰¹ Robert, Gaspard. « "Nouveaux chapitres" : une bibliothèque citoyenne au cœur des quartiers de Nancy », Bibliothèques Sans Frontières, 25 janvier 2022. En ligne au : <<https://www.bibliosansfrontieres.org/2022/01/25/nouveaux-chapitres-une-bibliotheque-citoyenne-au-coeur-des-quartiers-de-nancy/>>, consulté le 1^{er} février 2022.

Dédier un service aux actions hors-les-murs

Cette multiplicité d'interventions possibles à destination des publics hors-les-murs fait que certaines bibliothèques ont eu l'idée de créer un service qui est entièrement dédié à ces actions Hors-les-murs et les centralise. C'est le cas à Belfort où la bibliothèque municipale a un service Hors-les-murs, dont la mission est de « maintenir le lien social par la lecture ». Le service conduit des actions, en particulier de lectures à voix haute, à destination de différents publics en partenariat avec d'autres acteurs : le service de soutien du centre communal d'action sociale (CCAS) pour le portage et des « temps de rencontre et d'échange à domicile », la maison d'arrêt et le Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation (SPIP) pour des séances de « bibliothérapie » : le mot est prononcé explicitement²⁰².

La Bibliothèque francophone multimédia (Bfm) de Limoges, où l'on trouve deux quartiers défavorisés, est dans le même cas. Ce réseau de bibliothèques a également mis en place un service nommé Actions extérieures. Le service a mis en place des actions variées dont le contenu est détaillé sur l'article présent sur la plateforme Lire en établissements de santé et médico-sociaux²⁰³ : portage à domicile et animations en maisons de retraite, interventions régulières à la maison d'arrêt, lectures au CHU de Limoges dans le service pédiatrique²⁰⁴, à l'hôpital psychiatrique. Le service comporte en théorie 4 personnes mais en réalité 3, la responsable du service, partie à la retraite n'ayant pas été remplacée. La répartition se fait par rapport au planning en fonction du travail par roulement en service public. A la maison d'arrêt, le travail se fait à deux. Il faut transporter 70 à 80 livres. En ce qui concerne la mission de portage à domicile, toute l'équipe de la médiathèque participe : 35 à 40 personnes sont desservies et il y a beaucoup de gens sur liste d'attente, ce qui confirme que ce type de service répond à une demande réelle mais demande un investissement en personnel important. C'est aussi pourquoi le travail avec d'autres partenaires comme les animateurs des maisons de retraite ou une association bien implantée à l'hôpital permet de gagner du temps.

En outre, le fait de travailler en partenariat avec des professionnels ou des associations permet parfois d'atténuer et de débriefer ce que peut avoir de difficile le fait de travailler avec des publics en souffrance. A la clinique de l'Eure²⁰⁵, un hôpital psychiatrique où ont lieu des séances de bibliothérapie, le fait d'intervenir à trois, une bibliothécaire de la bibliothèque de Vernon, une libraire et l'art-thérapeute de l'établissement de soin permet également d'échanger et de partager les émotions quand elles sont trop vives.

²⁰² Voir des captures d'écran du site de la médiathèque en annexe n°22.

²⁰³ BOUYEURE, Frédérique. « La Bfm de Limoges et l'association Les Blouses roses jouent la complémentarité en établissements de santé », Livre lecture à l'hôpital et en établissements médico-sociaux, 15 octobre 2020. En ligne au : <<https://etablissements-sante-livrelecture.org/formations-croisees-la-bfm-de-limoges-et-lassociation-les-blouses-roses/>>, consulté le 13 juillet 2021.

²⁰⁴ Voir aussi la fiche élaborée par la BPI. BIBLIOTHEQUE ALAIN LORRAINE. « Lire et conter aux enfants hospitalisés », 10 décembre 2020. En ligne au : <<https://pro.bpi.fr/fiche-pratique/lire-et-conter-aux-enfants-hospitalises/>>, consulté le 24 août 2021.

²⁰⁵ MEDIATHEQUE VERNON. « Atelier bibliothérapie à la clinique », *Sapristi ! Le programme des médiathèques SNA*, n°3, juillet 2021, p.3 <https://www.ville-pacy-sur-eure.fr/wp-content/uploads/2021/05/Programme-Mediatheque-2.pdf>, consulté le 17 août 2021.

La bibliothérapie à distance

La pandémie de Covid l'a démontré, quand la bibliothèque est fermée, il faut trouver d'autres moyens d'être un médiateur. C'est pourquoi se sont développés les podcasts sur le modèle ancien de la bibliothèque Georgette Lepage à Brossard au Québec qui, depuis septembre 2017, met en ligne des contes lus par des bibliothécaires et des bénévoles aux enfants à partir de trois ans, dans plusieurs langues (français, en anglais, en espagnol, en mandarin, en dari et en arabe). Ces podcasts²⁰⁶ intitulés *Histoires au bout du fil* sont disponibles sur le site de la bibliothèque et sur différentes plateformes en balado-diffusion (Apple Podcast, Google Podcast, Android, RSS).

De manière plus interactive, lors du confinement²⁰⁷, plusieurs bibliothèques, par exemple, la bibliothèque du Grand Verdun dans la Meuse ou encore la bibliothèque de Nemours en Seine-et-Marne ont mis en place des séances de lectures téléphoniques. A Nemours, la proposition, intitulée Biblio'fil²⁰⁸, était relayée via Facebook et proposait des créneaux de lecture de 15 minutes tous les jours de 10h à 13h sur réservations. Ces lectures au bout du fil peuvent aussi donner lieu à des associations avec d'autres partenaires. A Bordeaux, par exemple, c'est une radio-libre, La Clé des Ondes²⁰⁹ (90.1 MHz), qui, depuis janvier 2020, relaie les histoires racontées par une bibliothécaire pour un public jeunesse.

Il faut tenir compte du fait que si l'on veut aller plus loin que l'enregistrement et élaborer une conversation avec les auditeurs « au bout du fil » afin d'établir une relation plus interactive et soulager un instant, par exemple, la solitude d'une personne isolée, le processus est plus coûteux en temps si c'est le bibliothécaire qui appelle chaque auditeur ou en argent si les appels sont réalisés par d'autres intervenants. Des expériences ont eu lieu avec des compagnies artistiques, comme la compagnie HOME THéâtre, par exemple, dans le Nord, une compagnie habituée à travailler sur les bienfaits apportés par la lecture²¹⁰. La compagnie a inauguré pendant le confinement des « lectures téléphonées²¹¹ » qui ont été relayées par exemple par la bibliothèque de Bavay. Le projet peut perdurer parce qu'il a été repris en 2021 par la médiathèque départementale de l'Aisne qui a acquis le dispositif pour tout le réseau départemental.

²⁰⁶ BIBLIOTHEQUE DE BROSSARD. « Histoires au bout du fil ». En ligne au : <<https://biblio.brossard.ca/histoires-au-bout-du-fil/>>, consulté le 15 décembre 2021.

²⁰⁷ JOST, Clémence, « Bibliothèques et bibliothécaires transformés par le confinement », Archimag.com, 30 juin 2020. En ligne au : <<https://www.archimag.com/bibliotheque-edition/2020/05/20/bibliotheques-bibliothecaires-transformes-covid-19-confinement>>, consulté le 15 avril 2021

²⁰⁸ BIBLIOTHEQUE DE NEMOURS. « Et si on vous racontait des histoires ? », Facebook, 3 avril 2020. En ligne au : <<https://www.facebook.com/148480361884049/photos/a.148485638550188/2910532042345520/>>, consulté le 30 juin 2021.

²⁰⁹ LA CLE DES ONDES. « Allez, Encore Une Histoire ! » En ligne au : <https://www.lacledesondes.fr/emission/allez-encore-une-histoire-?fbclid=IwAR111HKD5en9zeCgk_7I0po0RjiQUls-0zAGW8zeEo0U6GC_pXuonWWPY8Y>, consulté le 30 novembre 2021.

²¹⁰ La compagnie propose aux bibliothèques des « instituts de beauté littéraires » où des « soins littéraires » sont chuchotés individuellement à l'oreille des usagers. CIE HOME THEATRE. « Institut de beautés littéraires – ». En ligne au : <<https://www.hometheatre.fr/institut-de-beautes-litteraires/>>, consulté le 27 août 2021

²¹¹ CIE HOME THEATRE. « Lectures téléphonées ». En ligne au : <https://www.hometheatre.fr/lectures-telephonees/#tab-43774>, consulté le 27 août 2021.

Le même type de projet, intitulé *Histoires au bout du fil*, a été réalisé depuis juillet 2021 par la compagnie La lune Rousse en Loire Atlantique. Elle explique²¹² avoir travaillé avec différentes structures institutionnelles et sociales du département, la caisse d'allocation familiale (CAF) par exemple, avec un succès certain, mais qu'aucune bibliothèque n'a retenu sa proposition, en dépit de la qualité reconnue des prestations offertes par les 40 artistes qu'elle rémunère. La compagnie explique ce retour par le coût de la prestation : 3500 euros pour 40 créneaux réservés par une médiathèque qui achèterait cette prestation, constitue un coût important si le compare à celui d'une animation ponctuelle dans une médiathèque pouvant accueillir 100 personnes dans un auditorium pour 300 à 500 euros. Un tel projet n'est donc viable que si la bibliothèque s'associe à d'autres structures.

Et dans l'enseignement supérieur ?

Devant les preuves manifestes que la santé mentale, déjà fragile d'un grand nombre d'étudiants s'est dégradée avec la pandémie²¹³, les universités sont de plus en plus conscientes qu'il faut agir dans ce domaine. Si la bibliothérapie est encore peu pratiquée à l'université, on constate cependant que la réflexion sur le bien-être y progresse. Ainsi l'université de Nantes s'est-elle associée à d'autres universités pour le projet EUniWell²¹⁴ qui vise à travailler la notion de bien-être à différents niveaux²¹⁵. Le SCD s'est pour l'instant inspiré du sujet sous l'angle de la science ouverte mais est encore loin d'avoir mis la bibliothérapie à l'ordre du jour alors même que cette initiative pourrait être une voie pour obtenir des moyens financiers pour la mettre en œuvre.

Quelques établissements ont cependant franchi le pas. Au SCD d'Aix-Marseille ainsi, le compte twitter alimenté par un personnel du SCD, passionné par la veille et l'actualité culturelle, assure une rubrique régulièrement sur le site du SCD sous l'hashtag #Bibliothérapie en parallèle de l'hashtag#Charlie. Cette rubrique a été créée après les attentats de Charlie Hebdo par la direction du SCD à la demande du doyen de sciences qui souhaitait que le SCD propose des ressources dédiées à un travail réflexif afin d'éclairer le débat public. La direction de l'établissement a trouvé nécessaire, en cette période tragique, d'accompagner les étudiants en leur conseillant également des ressources liées à la détente. Dans ce cas, il s'agit bien de conseils de lecture auxquels a été associé le mot-clé bibliothérapie. Paradoxalement, il a été difficile de trouver des personnels volontaires pour cette tâche parce qu'ils ne se sentaient pas assez compétents pour une tâche pourtant au cœur de l'expertise documentaire de ces professionnels de l'information. Finalement, cette mission de prescription a été confiée à un bibliothécaire assistant

²¹² Entretien téléphonique avec Marthe Gauducheu, directrice de production déléguée, février 2022.

²¹³ INSERM. « Covid-19 : Le lourd impact de l'épidémie sur la santé mentale des étudiants, notamment pendant les périodes de confinements », Salle de presse | Inserm, sect. Communiqués/Dossiers, 9 novembre 2021. En ligne au : <<https://presse.inserm.fr/covid-19-le-lourd-impact-de-lepidemie-sur-la-sante-mentale-des-etudiants-notamment-pendant-les-periodes-de-confinements/44052/>>, consulté le 10 décembre 2021.

²¹⁴ GARSMEUR, LE, Justine « EUniWell : L'Université européenne du bien-être », *Nantes Université*. En ligne au : <<https://www.univ-nantes.fr/decouvrir-luniversite/vision-strategie-et-grands-projets/euniwell-universite-europeenne-du-bien-etre>>, consulté le 20 février 2022.

²¹⁵ Le Symposium Santé mentale, à partir d'un questionnaire destiné aux étudiants des 7 universités va réfléchir à des actions visant l'amélioration de la santé mentale des étudiants.

spécialisé passionné de veille culturelle et connaisseur des codes de communication liés à Twitter.

Outre l'exemple du SCD d'Aix-Marseille qui utilise les réseaux sociaux pour faire de la prescription, il est possible aussi d'utiliser le portail de la bibliothèque pour y inscrire un onglet « bien-être » ou « santé » renvoyant à des ouvrages possédés sur cette thématique. Il est possible également d'aller voir plus loin sur le site de la bibliothèque et de renvoyer aux structures sociales, de santé ou de prévention existant au sein de l'université comme c'est fréquemment le cas sur les sites des universités canadiennes ou anglosaxonnes.

En-dehors de ce type classique de prescriptions, les bibliothèques universitaires ont également travaillé sur la notion de détente par d'autres biais. Il n'est pas rare, à l'occasion de constructions, de rénovations ou de réflexions sur les espaces de voir apparaître des espaces de détente dans ces bibliothèques académiques. Si les modèles norvégiens ou ne sont pas encore atteints et si l'on trouve rarement des espaces de restauration installés dans la bibliothèque, par exemple, l'on trouve cependant de plus en plus d'espaces de convivialité, qu'il s'agisse d'endroits meublés d'assises confortables, d'espaces de sieste ou de transats au jardin. Ainsi que le signale Florence Köll dans son mémoire d'étude Enssib, il s'agit souvent de réfléchir à la manière de mettre en œuvre une amélioration du bien-être étudiant, une notion devenue centrale à l'université et régulièrement questionnée. Le travail sur le bien-être étudiant, mis particulièrement à mal par la pandémie, passe aussi souvent par une mise à disposition à la bibliothèque d'espaces utilisés pour des séances de sophrologie, de yoga, de méditation, d'animal-thérapie, comme à Angers depuis 2019²¹⁶, ou bien de massages effectués souvent pendant les périodes d'examen.

Il existe également depuis 2019 des formations de premier secours à la santé mentale (PSSM) qui pourraient être intéressantes dans ce contexte, pour à la fois donner aux bibliothécaires, comme cela s'est fait au SCD d'Angers, une initiation rassurante aux troubles psychiques et, en dépassant le simple cas de la bibliothérapie, insérer cette formation dans les problématiques d'accueil des publics au sens large.

Le travail sur le bien-être est souvent effectué en partenariat avec le SUMPPS qui peut proposer par exemple des séances de sophrologie ayant lieu dans une des salles de la bibliothèque. Sur ce même principe, il ne semblerait donc pas scandaleux de mettre en place des séances de bibliothérapie en binôme avec un personnel de santé de l'université et un bibliothécaire du SCD formé à la bibliothérapie : le SCD d'Aix-Marseille a autorisé trois de ses personnels intéressés à assister à une journée de formation à la bibliothérapie par Régine Detambel au compte de la formation continue, sans que cette formation ait été liée aux missions inscrites sur les fiches de poste. Si un partenariat SUMPPS/SCD se mettait en place pour assurer des séances de bibliothérapie, il semblerait donc possible de permettre ce type de formation à tous les intervenants.

²¹⁶ UNIVERSITE ANGERS. « Des étudiant·e·s bien dans leurs baskets », 8 décembre 2021. En ligne au : <https://www.univ-angers.fr/fr/vie-des-campus/actualites/actualites-2021/des-etudiant-e-s-bien-dans-leurs-baskets.html>, consulté le 12 janvier 2022.

En somme, si la bibliothérapie est encore confidentielle en bibliothèque, il existe différentes entrées, la principale étant d'aller à la rencontre de partenaires avec lesquels travailler pour mettre en place ce nouveau service et contribuer à développer à la fois le rôle culturel et social de la bibliothèque.

CONCLUSION

La bibliothérapie est-elle légitime en bibliothèque et à quelles conditions ? C'est ce à quoi ce mémoire a tenté de répondre.

Pour cela, la notion de bibliothérapie, qui recouvre différentes représentations et pratiques a été précisée. Cet objet hybride ancien, flottant entre l'univers de la lecture, celui du soin, du mieux-être et de l'accompagnement social est entraîné par son nom du côté de la médecine, ce que montre l'histoire de la bibliothérapie depuis ses origines et ce que confirme l'utilisation qui en est faite dans la tradition médicale de nombreux pays. Mais, en France, où le mot n'existe pas dans les dictionnaires, son nom l'emmène aussi du côté de la création littéraire. D'autre part, la sociologie atteste du pouvoir émancipateur du livre et de la lecture et tire le mot vers une acception sociale.

Le fait que le livre puisse avoir un effet curatif est étudié abondamment et, en particulier dans le domaine de la psychothérapie, la bibliothérapie semble avoir des effets positifs en centre de soin.

Cependant, la bibliothérapie suscite de la méfiance parce qu'on peut y voir une instrumentalisation de la littérature de même qu'une mode commerciale d'autant plus douteuse qu'elle semble émaner d'une conception industrielle du bonheur moins libératrice qu'asservissante. Le fait qu'elle ne soit encadrée par des formations certifiées par l'Etat et que les études scientifiques à son sujet demandent à être poursuivies n'aide pas à sa reconnaissance.

C'est pourquoi, si la bibliothérapie n'est encore que moyennement connue en bibliothèque, il commence cependant à y avoir des représentations et des idées assez précises des raisons pour lesquelles elle peut s'adresser à tous les types de public mais particulièrement aux publics fragiles, être pratiquée dans tous les types de bibliothèque, même s'il y a plus de réserves dans les établissements académiques.

De même, les bibliothécaires ont de nombreuses idées de la façon dont elle peut être mise en œuvre : par la prescription mais plus encore par la médiation. Ainsi la bibliothérapie apparaît comme un nouveau service s'appuyant sur des savoir-faire éprouvés. Cependant, les bibliothécaires repèrent aussi un certain nombre de freins dont surtout un manque de moyens et de formation. L'autre frein majeur tient à l'évolution de la position du bibliothécaire et la crainte, à la fois, de ne pas être à sa place et d'être mis en difficulté par une activité qui engage émotionnellement davantage qu'une simple prescription. Cependant, la pandémie a créé une prise de conscience que procurer des occasions de se reconstruire en dialoguant autour des livres et de ses émotions pouvait être une des vertus de la bibliothérapie à développer en bibliothèque.

C'est pourquoi la première recommandation est sans doute de se rassurer et de s'appuyer sur des outils éprouvés et, surtout, sur son expérience de bibliothécaire : inscrire la bibliothérapie dans un événement culturel, dans une programmation culturelle, s'inspirer des expériences d'autres collègues, se former, repérer les outils financiers et surtout collaborer et co-construire des projets avec des partenaires naturels, qu'ils s'agissent d'acteurs médicaux, éducatifs, universitaires, sociaux, pénitentiaires, culturels, qu'ils soient associatifs ou institutionnels.

La seconde est sans doute de se souvenir que la bibliothérapie demande un engagement personnel un peu plus présent que dans d'autres activités et qu'il faut réserver cette activité à des bibliothécaires motivés et désireux de proposer ce service à leurs usagers.

Cela signifie aussi qu'il faut sans doute user de cette motivation pour communiquer, sensibiliser ses collègues, effectuer un travail de persuasion auprès des tutelles et des financeurs, leur montrer, avec une sorte de « boussole » à la française évaluant la bibliothérapie moins en termes quantitatifs que qualitatifs, que les usagers en tirent du plaisir et un réel bénéfice en termes de stimulation intellectuelle, créative, psychique, et d'apaisement.

« Tout au long de la route, et quelle que soit la culture qui les a vus naître, les humains ont soif de beauté, de sens, de pensée, d'appartenance. Ils ont besoin de figurations symboliques pour sortir du chaos. Et l'on se demande par quel tour de passe-passe on a pu réduire la littérature et l'art à des coquetteries de nantis ou les bibliothèques à de simples lieux d'« accès à l'information ». Ce sont aussi des conservatoires de sens où l'on trouve des métaphores scientifiques qui mettent en ordre le monde qui nous entoure, et des métaphores littéraires, artistiques, issues du travail lent, en retrait, d'écrivains ou d'artistes ayant accompli un lent travail de transfiguration de leurs propres épreuves. Leurs œuvres nourrissent les rêves, les pensées, les désirs, les conversations sur la vie, tout en amadourant les « bêtes énormes et inconnues » qui passent quelquefois mystérieusement près de nous, même si nous n'avons pas fait naufrage dans la mer des Caraïbes²¹⁷. »

« La bibliothèque, les livres, c'était le bonheur, la découverte qu'il y avait un ailleurs, plus loin, où je pourrais vivre. [...] Sans la bibliothèque, je serais devenue folle. La bibliothèque me permettait de respirer. Elle m'a sauvé la vie²¹⁸. »

²¹⁷ PETIT, Michèle. *Lire le monde*, op. cit. p. 33.

²¹⁸ Rosalie, citée par Michèle Petit. *Éloge de la lecture* op.cit., p. 32.

SOURCES

Ministères

Ministère de la Culture, Délégation générale à la transmission, aux territoires et à la démocratie culturelle, échange par mail avec Charlotte Grondin, Chargée de mission culture/justice, réfugiés et migrants, sous-direction de la participation à la vie culturelle, février 2022

Centre national du livre

Centre national du livre, échange par mail avec Amran Warsama, février 2022

Fédérations Interrégionales du Livre et de la Lecture

Fédération Interrégionale du Livre et de la Lecture, échange par mail avec Delphine Henry, déléguée générale, août 2021

Agences régionales du livre

Agence régionale du livre Provence Alpes Côte d'Azur, échanges par mails avec Claire Castan, chargée de mission Vie littéraire, responsable des projets Culture/Justice, août 2021

Médiathèques départementales

Bibliothèque départementale de l'Ardèche, échange par mails avec Brigitte Lafaye, responsable formation, août 2021

Bibliothèque départementale des Bouches-du-Rhône, entretien téléphonique avec Catherine Picard, chargée d'évaluation et de formation, août 2021

Bibliothèque départementale des Bouches-du-Rhône, entretien téléphonique avec Anne Prat-Nida, responsable du pôle Salle d'actualité, août 2021

Médiathèque départementale des Hautes-Pyrénées, échange par mail avec Céline Bourie-Saurel, chef du service Réseau, septembre 2021

Médiathèque Départementale des Pyrénées Orientales, échanges par mails avec Sylvie Gaillart, responsable du service formation, août 2021, février-mars 2022.

Médiathèque des Landes, entretien téléphonique avec Frédéric Sudupé, Pôle formation, août 2021

Médiathèques municipales

Bibliothèque Fessart (Paris 19^e), échange par mails avec Jeanne Ahdab, section adulte, août 2021

Bibliothèque francophone multimédia, Limoges (Haute-Vienne), entretien téléphonique avec Hélène Contenssou-Martin, Pôle actions extérieures, août 2021

Bibliothèque Pierre Perret, Waremmes (Belgique), échange par mail avec Renaud Gavroy, chargé de communication de la bibliothèque, août 2021

Médiathèque d'Arreau (Hautes-Pyrénées), échange par mail avec Cécilia Alexandre, février 2022

Médiathèque Elie Chamard, Cholet (Maine et Loire), échange par mail avec Maud Pacreau, secteur Médiation, Innovation, Communication, septembre 2021

Médiathèque Hélène Carrère d'Encausse, Carquefou (Loire-Atlantique), entretien avec Clémence Sourty, responsable du secteur adulte et Angélique, bibliothécaire novembre 2021

Médiathèque La Bulle, Mazé-Milon (Maine et Loire), échange par mails avec Manon Bardin, directrice adjointe, secteur jeunesse, juin 2021

Médiathèque Le jardin des mot, Rognac (Bouches-du-Rhône), entretien téléphonique et échange de mails avec Claire Caron, août 2021, février 2022

Réseau des bibliothèques de Seine Normandie Agglomération, entretien téléphonique avec Cathy Pesty, directrice du réseau, Nathalie Claudel, libraire, août 2021

Personnels universitaires

SCD Angers (Maine et Loire), échange par mail avec Geneviève Leclerc, secteur littérature, mai- juin 2021

SCD Aix-Marseille (Bouches-du-Rhône), entretien en visio avec Fanny Clain, Responsable adjointe de l'Amu, février 2022

SUMPS Université de Nantes (Loire-Atlantique), visio avec Laurence Fablet, Infirmière, décembre 2021

Etudiant

Valentin Saez DUT Information Communication - Option Métiers du livre et du patrimoine, Saint-Cloud (Hauts-de-Seine) entretien téléphonique, septembre 2021

Bibliothérapeutes

Delphine Crahay, bibliothérapeute, Namur, Belgique, échange par mail, février 2022

Marine Nina Denis, bibliothérapeute, editrice, rédactrice et chargée de communication, Nantes (Loire-Atlantique), échange suite à un atelier de bibliothérapie à la médiathèque Hélène Carrère d'Encausse, Carquefou (Loire-Atlantique), novembre 2021

Divers

Service Questions? Réponses! de l'Enssib, 31 janvier 2022

Service Eurékoi, (BPI), Caroline Lamotte, échanges par mails janvier et février 2022

Compagnie La lune rousse, Saint-Herblain, (Loire-Atlantique), entretien téléphonique avec Marthe Gauducheau, directrice de production déléguée, février 2022

BIBLIOGRAPHIE

LE LIVRE ET LA LECTURE

L'industrie du livre

CABANAS, Edgar, ILLOUZ, Eva, *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, Paris, Premier Parallèle, 2018, 260 p.

CENTRE NATIONAL DU LIVRE. Baromètre 2021 Les Français et la lecture, 29 mars 2021. En ligne au <<https://centrenationaldulivre.fr/donnees-cles/les-francais-et-la-lecture-en-2021>>, consulté le 15 mai 2021.

FRANCE INFO. « Edition : croissance inédite des ventes de livres en France en 2021 », *Franceinfo*, 28 janvier 2022. En ligne au : <https://www.francetvinfo.fr/culture/livres/edition-croissance-inedite-des-ventes-de-livres-en-france-en-2021_4932339.html>, consulté le 1er février 2022.

GIRGIS, Dahlia. « “Love for Livres”, un projet européen pour promouvoir la lecture », *Livres Hebdo*, 25 octobre 2021. En ligne au : <<http://www.livreshebdo.fr/article/love-livres-un-projet-europeen-pour-promouvoir-la-lecture>>, consulté le 10 novembre 2021.

LIVRE-HEBDO. « Le livre, star du marché des biens culturels en 2021. », 8 février 2022. En ligne au : <<https://www.livreshebdo.fr/article/le-livre-star-du-marche-des-biens-culturels-en-2021>>, consulté le 12 février 2022.

MEGARBANE, Sabine. « Edgar Cabanas et Eva Illouz, *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies*, Paris, Premier Parallèle, 2018, 260 p. », *Ethnologie française*, vol. 49, no. 4, 2019, p. 813-819.

OURY, Antoine. « Se baser sur ses émotions pour choisir sa prochaine lecture : Love for Livres », *ActuaLitté.com*, 15 avril 2020. En ligne au : <<https://actualitte.com/article/8060/interviews/se-baser-sur-ses-emotions-pour-choisir-sa-prochaine-lecture-love-for-livres>>, consulté le 15 juillet 2021.

Les livres de développement personnel

JOBARD, Thierry. *Contre le développement personnel : authentique et toc*, Paris, éd. Rue de l'échiquier, 2021, 92 p.

LALONDE, Catherine. « Ces livres de développement personnel qui ne vous veulent pas que du bien », *Le Devoir*, 30 août 2021. En ligne au : <<https://www.ledevoir.com/lire/628323/coup-d-essai-ces-livres-de-developpement-personnel-qui-ne-vous-veulent-pas-que-du-bien>>, consulté le 3 septembre 2021.

LE POUVOIR REPARATEUR DE LA LITTÉRATURE ET DE LA LECTURE

Les pouvoirs de la littérature

BESTER, Eva. *Remèdes à la mélancolie : films, chansons, livres... : la consolation par les arts*. Autrement, 2016.

CERF, Juliette. « Le poids de la plume », *Télérama*, n° 3763, 23 février 2022, 147 p.

De PIZAN, Christine, *Le Chemin de longue étude*, 1402, réed. 2000, traduit par Andrea Tarnowski, Paris, Livre de poche, Lettres gothiques, 476 p.

DETAMBEL, Régine. « Les livres soignent. Entretien avec Laureen Malka », *MyBOOX.fr*, 19 mai 2014. En ligne au : <https://www.detambel.com/f/index.php?sp=liv&livre_id=64>, consulté le 12 juillet 2021.

- DETAMBEL, Régine. *Petit éloge de la peau*, Paris, France, Gallimard, 2006, 244 p.
- FEUILLEBOIS, Victoire. « Eric Michoulan, *Lire avec soin. Amitié, justice et médias*. Lyon, ENS Editions, coll. « Perspectives du care », 2017. ». *Book reviews - ITI Lethica - Littératures, éthique & arts - MISHA - Maison Interuniversitaire des Sciences de l'Homme - Alsace - Université de Strasbourg*. En ligne au : <https://lethica.unistra.fr/en/research/translate-to-english-recensions#c49988>, consulté le 29 novembre 2021.
- GEFEN, Alexandre. *Réparer le monde : la littérature française face au XXI^e siècle*, Paris, France, Éditions Corti, 2017, 400 p.
- HUGO, Victor, Discours d'ouverture du Congrès littéraire international, 7 juin 1878. En ligne au : https://fr.m.wikisource.org/wiki/Discours_d%27ouverture_du_Congr%C3%A8s_litt%C3%A9raire_international, consulté le 12 avril 2021.
- LABOURET, Denis. *Histoire de la littérature française des XX^e et XXI^e siècles*, Malakoff, Armand Colin, coll. Cursus (Paris), 2018, 324 p.
- LAURENS, Camille. « “L’Idée de littérature”, d’Alexandre Gefen : le feuilleton littéraire de Camille Laurens », *Le Monde (site web)*, 6 mai 2021.
- MEDIONI, David, « Eva Bester : “Je suis une sociopathe de la lecture” - Ernest Mag », *Ernest*, 10 avril 2020. En ligne au : <https://www.ernestmag.fr/2020/04/10/eva-bester-je-suis-une-sociopathe-de-la-lecture/>, consulté le 12 avril 2021.
- OLMI, Véronique. « « La lumière est dans le livre » », *La Croix*, 20 décembre 2021. En ligne au : <https://www.la-croix.com/Debats/lumiere-livre-2021-12-20-1201191112>, consulté le 6 janvier 2022.
- OUAKNIN, Marc-Alain. *Bibliothérapie. Lire c'est guérir*. Paris : éd. du Seuil, coll. La couleur des idées, 1994, 436 p.
- OUAKNIN, Marc-Alain. *Lire aux éclats*, Paris, Seuil, 1994, 448 p.
- PETIT, Michèle. *L'art de lire : ou comment résister à l'adversité*, Paris, Belin, 2008, 265 p.
- PETIT, Michèle. *Lire le monde : expériences de transmission culturelle aujourd'hui*, Paris, Belin, 2014, 224 p.
- PETIT, Michèle. *Éloge de la lecture : la construction de soi*, Paris, Belin, 2002, 159. p.
- RABELAIS. *Le Quart-Livre* [1552], Genève, éd. R. Marichal, Droz, 1947, 413 p.
- VERNAY, Jean-François. « Aimez la littérature et elle vous le rendra bien ! », *ZONE CRITIQUE*, 11 décembre 2016. En ligne au : <https://zone-critique.com/2016/12/11/aimez-litterature-rendra-bien/>, consulté le 9 décembre 2021.
- WEBER, Edgar, *A propos du désir dans Les Mille et Une Nuits... peuvent-elles le guérir ?* Colloque Bibliothérapies d'ailleurs : Représentations et pratiques de l'Antiquité à nos jours. Université de Strasbourg, 18-19 novembre 2021. En ligne au : <https://lethica.unistra.fr/websites/misha/iti-lethica/Evenements/2021/Bibliothérapies/Programme.pdf>

La lecture à voix haute

- BRUYAS, Frédérique. *Le métier de lire à voix haute*, Paris, Magellan & Cie, 2014, 76 p.
- CIE HOME THEATRE. « Institut de beautés littéraires – ». En ligne au : <https://www.hometheatre.fr/institut-de-beautes-litteraires/>, consulté le 27 août 2021.
- CIE HOME THEATRE. « Lectures téléphonées ». En ligne au : <https://www.hometheatre.fr/lectures-telephonees/#tab-43774>, consulté le 27 août 2021.

LA BIBLIOTHERAPIE

Définitions

CHAVEZ, Hugo, *Bailly 2020*, en ligne au : < <https://bailly.app/therapeia>>, consulté le 7 avril 2021.

LE ROBERT, article « art-thérapie ». En ligne au : <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/art-therapie>, consulté le 5 avril 2021.

T.L.F.I., article BIBLI(O), En ligne au : <http://atilf.atilf.fr/dendien/scripts/tlfiv5/advanced.exe?95;s=467978805>; consulté le 2 avril 2021

WEBSTER'S THIRD NEW INTERNATIONAL DICTIONARY, Springfield, Mass., G & C. Merriam Company, 1961, p. 212.

Art-thérapie

BOYER-LABROUCHE, Annie. « Leçon 7. Les applications de l'art-thérapie. Et ses effets thérapeutiques », *Pratiquer l'art-thérapie*, sous la direction de Boyer-Labrousche Annie. Dunod, 2017, p. 188-207.

FORMATION THERAPEUTE. « Sectes et dérives sectaires ». En ligne au : <<https://www.formation-therapeute.com/choisir-une-formation/sectes-et-derives-sectaires.html>>, consulté le 10 juin 2021.

FRANCE COMPETENCES. « Vérifier ou rechercher une certification », *France compétences*. En ligne au : <<https://www.francecompetences.fr/recherche/certification/>>, consulté le 8 janvier 2022.

GIRAUD, Jean-Jacques, PAIN, Benoît « Présentation de l'Art-thérapie », *Hegel*, vol. 4, n°4, 2015, p. 258-63.

LE ROBERT, article « art-thérapie ». En ligne au : <https://dictionnaire.lerobert.com/definition/art-therapie>, consulté le 5 avril 2021.

SFAT. « Code de déontologie des Arts-thérapeutes », mai 2021. En ligne au : <https://syndicat-arts-therapeutes.com/wp-content/uploads/2022/01/Code_deontologie_SFAT_2021.pdf>, consulté le 22 août 2021.

Histoire de la bibliothérapie

LEVIN, Len, GILDEA, Ruthann. « Bibliotherapy : Tracing the roots of a moral therapy movement in the United States from the early nineteenth century to the present », *Journal of the Medical Library Association : JMLA*, vol. 101, 1 avril 2013, p. 89-91.

PETRIDOU, Georgia. « Poésie pour l'esprit, rhétorique pour le corps : Remèdes littéraires et cautions épistolaires dans les Hieroi logoi d'Aelius Aristide », *Dossier : Soigner par les lettres : La bibliothérapie des Anciens*, coll. Mètis, Paris, Éditions de l'École des hautes études en sciences sociales, 2017, p. 69-94.

SIMEONE, Christine. *Connaissez-vous Sadie Peterson Delaney, la femme qui a inventé la bibliothérapie ?* France Inter, sect. Livres, 11 décembre 2021. En ligne au : <<https://www.franceinter.fr/livres/connaissez-vous-sadie-peterson-delaney-la-femme-qui-a-invente-la-bibliothérapie>>, consulté le 1^{er} février 2022.

WEIMERSKIRCH, Philip J. « Benjamin Rush and John Minson Galt, II : Pioneers of Bibliotherapy in America », *Bull Med Libr Assoc*, vol. 53, n°4, octobre 1965, p. 510-26.

Une pratique qui gagne du terrain

GUIDI, Léa. « La bibliothérapie, pratique médicale méconnue en France », *Monde du Livre*, 5 juin 2013. En ligne au : <<https://mondedulivre.hypotheses.org/1700>>, consulté le 6 mai 2021.

L'INDEPENDANT « La douce heure littéraire », *L'Indépendant.com (site web)*, 27 mai 2018. En ligne au : <<https://www.lindependant.fr/2018/05/27/la-douce-heure-litteraire,3993719.php>>, consulté le 20 août 2021.

PESCETTI, Pierre-Manuel. « Bibliothérapie : une pratique qui gagne du terrain en Corse », *Corse Net Infos - Pure player corse*, 7 février 2021. En ligne au : <https://www.corsenetinfos.corsica/Bibliothherapie-une-pratique-qui-gagne-du-terrain-en-Corse_a54719.html>, consulté le 6 mai 2021.

BIBLIOTHERAPIE ET SANTE

BLANCHIN, Solène, LOGNOS, Béatrice, REBOUL, Marie-Catherine. « Création et expérimentation d'un enseignement de médecine narrative auprès d'étudiants en 4ème année de médecine à Montpellier. », *Revue Médecine et Philosophie*, (5) – 2021, p.55-60.

BLONDIAUX Isabelle, *La littérature peut-elle soigner ? : la lecture et ses variations thérapeutiques*, Paris, Honoré Champion éditeur, coll. Unichamp-essentiel, 2018, 187 p.

BLOTTIERE, Mathilde. « Peut-on stopper l'hémorragie ? », *Télérama*, vol. 3763, n°3763, 26 février 2022, p.20.

BONNET, Pierre-André. *La bibliothérapie en médecine générale*, Thèse, Université de la Méditerranée - Aix-Marseille II, octobre 2009. 84 p.

BROCKINGTON, Guilherme et al. « Storytelling increases oxytocin and positive emotions and decreases cortisol and pain in hospitalized children », *Proc Natl Acad Sci U S A*, vol. 118, n°22, 1 juin 2021, 7 p.

BRYAN, Alice I. « Can there be a science of bibliotherapy ? », *Library Journal*, 64, n°1, 15 octobre 1939, p. 773-776.

CENTRE NATIONAL DES SOINS PALLIATIFS ET DE LA FIN DE VIE, *La bibliothérapie créative en soins palliatifs*, Entrevue avec le Dr Liminana, 2018. En ligne au : https://vigipallia.parlons-fin-de-vie.fr/18/page/6066/EnDecale_LaBibliothherapieCreativeEnSoinsPalliatifs.html, consulté le 20 septembre 2021.

DALE, E. et MCMILLEN, P. « A Bibliotherapy Evaluation Tool : grounding counselors in the therapeutic use of literature », *The Arts in Psychotherapy*, vol. 32, n°1, janvier 2005, p. 47-59

DUFOUR, Monique S. « Reading for Health : Bibliotherapy and the Medicalized Humanities in the United States, 1930-1965 », Thèse de doctorat en philosophie, Blacksburg, Virginia, Virginia Polytechnic Institute and State University, 2014.

DUSART, Clément. *Utilisation de la bibliothérapie en médecine générale. Enquête d'opinion auprès des généralistes de la Réunion*, Thèse pour le diplôme d'Etat de docteur en médecine, La Réunion, 16 octobre 2020. 67 p.

FANCOURT, Daisy, FINN, Saoirse. « Quelles sont les bases factuelles sur le rôle des arts dans l'amélioration de la santé et du bien-être ? Une étude exploratoire (2019) », OMS Bureau Régional de l'Europe, 2019. En ligne au : <<https://www.euro.who.int/fr/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019>>, consulté le 5 octobre 2021.

FARRAND, Paul. « Development of a supported self-help book prescription scheme in primary care », *Primary Care Mental Health*, vol. 3, 1 mars 2005, p. 61-66. Cité par VANLERBERGHE, Hugo, op.cit., p. 52.53.

HOLLENBACK TWYEFFORT, Louis. "Therapy in Psychoneurosis (Bibliotherapy)." In Vol. 12 of *The Cyclopedia of Medicine, Surgery, and Specialities*. (F.A. Davis, 1940) : 972.

LALAU, Jean-Daniel. « Le cure et le care », *Médecine des Maladies Métaboliques*, vol. 15, n°1, 1 février 2021

MORVILLERS, Jean-Manuel. « Le care, le caring, le cure et le soignant », *Recherche en soins infirmiers*, vol. 122, no. 3, 2015, p. 77-81.

ROSSI, Silvia. « Médecine narrative », Christine Delory-Momberger éd., *Vocabulaire des histoires de vie et de la recherche biographique*. Érès, 2019, p. 236-238.

THE READING AGENCY. *Reading Well*. Londres : The Reading Agency, 2015. En ligne au : <https://reading-well.org.uk/books/books-on-prescription>

THOMAS, Mona. *La bibliothèque du docteur Lise*, Paris, Stock, coll. La forêt, 2011, 197 p.

VANLERBERGHE, Hugo. *Bibliothérapie : intérêt et utilisation en médecine générale. Enquête de pratique auprès des médecins généralistes, exercice*, Université Toulouse III - Paul Sabatier, 10 octobre 2017. 58 p.

Impacts de la pandémie de Covid 19

FRANCE INFO. « Librairies considérées comme "commerces essentiels" : la présidente du Syndicat de la librairie française "très contente" de la décision », *Franceinfo*, 26 février 2021. En ligne au : <https://www.francetvinfo.fr/economie/emploi/metiers/art-culture-edition/librairies-considerees-comme-commerces-essentiels-la-presidente-du-syndicat-de-la-librairie-francaise-tres-contente-de-la-decision_4312479.html>, consulté le 28 novembre 2021.

FRAUSTRO, Daniela et al. « Bibliotherapy as a Non-pharmaceutical Intervention to Enhance Mental Health in Response to the COVID-19 Pandemic: A Mixed-Methods Systematic Review and Bioethical Meta-Analysis », *Frontiers in Public Health*, vol. 9, 1 mars 2021, 15 p.

INSERM. « Covid-19 : Le lourd impact de l'épidémie sur la santé mentale des étudiants, notamment pendant les périodes de confinements », Salle de presse | Inserm, sect. Communiqués/Dossiers, 9 novembre 2021. En ligne au : <<https://presse.inserm.fr/covid-19-le-lourd-impact-de-lepidemie-sur-la-sante-mentale-des-etudiants-notamment-pendant-les-periodes-de-confinements/44052/>>, consulté le 10 décembre 2021

LE BRETON, Marine. « Le coronavirus vous angoisse ? Suivez-nous dans les lectures "antidotes" », *Le Huffington Post*, sect. LIFE, 16 août 2020. En ligne au : <https://www.huffingtonpost.fr/entry/le-coronavirus-vous-angoisse-suivez-nous-dans-les-lectures-antidotes_fr_5f22dd0ac5b68fbfc87ff5a4>, consulté le 10 juin 2021.

Impact de la pandémie sur les bibliothèques

JOST, Clémence, « Bibliothèques et bibliothécaires transformés par le confinement », *Archimag.com*, 30 juin 2020. En ligne au : <<https://www.archimag.com/bibliotheque-edition/2020/05/20/bibliotheques-bibliothecaires-transformes-covid-19-confinement>>, consulté le 15 avril 2021

MAUROT, Élodie. « Grand froid sur les bibliothèques », *La Croix*, vol. 42208, n°42208, 7 janvier 2022, p. 22

TELERAMA. « Bibliothèques : essentielles ! », *Guide culturel du Grand Paris, Sortir*, du 31 mars-6 avril 2020.

LA MISSION SOCIALE DES BIBLIOTHEQUES

AGENDA 2030 BIB. « Agenda 2030 Bib France », *Airtable*. En ligne au : <<https://airtable.com/shr7YkW20CqgJOhP1/tbl4WuWFb7hdaw1UY/viWCHnArMV2dzKE4J>>, consulté le 9 janvier 2022.

- AGENDA 2030 BIB, *agenda2030bib*. En ligne au : <https://agenda2030bibfr.wixsite.com/agenda2030bib>, consulté le 9 janvier 2022.
- IFLA. « Développement durable », *Développement durable*. En ligne au : <https://www.un.org/sustainabledevelopment/fr/>, consulté le 9 janvier 2022.
- IFLA. « IFLA Map of the World - SDG Stories Map », Ifla.org. En ligne au : <https://librarymap.ifla.org/stories/sdg/3>, consulté le 9 janvier 2022.
- LERU, « Social sciences and humanities : essential fields for european research and in Horizon 2020 », *Advice Paper*, n°11, juin 2012, 22 p.
- MINISTERE DE LA TRANSITION ECOLOGIQUE ET SOLIDAIRE, MINISTERE DE L'EUROPE ET DES AFFAIRES ETRANGERES. *Feuille de route – L'Agenda 2030 en France*, L'Agenda 2030 en France, septembre 2019. En ligne au : <https://www.agenda-2030.fr/feuille-de-route-de-la-france-pour-l-agenda-2030/documents-a-telecharger/article/telecharger-la-feuille-de-route>, consulté le 9 janvier 2022.
- MINNARD, Amandine. *Bibliothèques hors les murs*, Support de formation, abf d'Oc, 22 mars 2021. En ligne au : https://www.abf.asso.fr/fichiers/file/Midi-Pyrenees/FORMATION/210322_BHLM.pdf, consulté le 20 juin 2021.
- SEISMONAUT et ROSKILDE CENTRAL LIBRARY. *A guide to the Impact Compass of public libraries in Denmark : a haven in our community*, mars 2021. En ligne au : https://www.roskildebib.dk/sites/roskilde.ddbcms.dk/files/files/news/en_brugsguide_06.05.21_0.pdf
- SEISMONAUT et ROSKILDE CENTRAL LIBRARY. *The impact of public libraries in Danemark : a haven in our community*, Roskilde Central Library, février 2021, 63 p. En ligne au : https://www.roskildebib.dk/sites/roskilde.ddbcms.dk/files/files/news/roskildebib_folkebibliotekets_betydning_for_borgerne_i_danmark_eng_final_0.pdf
- VOSGIN, Jean-Pierre. « 3. La performance sociétale des bibliothèques. Missions sociales et relations avec la société », Joachim Schöpfel éd., *Vers la bibliothèque globale. L'Agenda 21 dans les bibliothèques*. Éditions du Cercle de la Librairie, 2014, pp. 49-64.

Les missions du bibliothécaire

- MAUBERNARD, Corinne. « Le bibliothécaire en quête de frontières : une question de légitimité », *Bibliothèque(s)*, n°96-97, juin 2019, p. 56.
- AGORABIB, Forum ABF, 15 avril 2019-5 avril 2021. En ligne au : <https://www.agorabib.fr/topic/3601-atelier-de-m%C3%A9diation-animale-en-biblioth%C3%A8que/page/2/>, consulté le 20 juin 2021.
- WOLFF, Camille. *La bibliothèque sur ordonnance : quelle politique de prescription pour la lecture publique ?*, Mémoire d'étude, DCB 28, Villeurbanne, Enssib, 2020, 120 p. Bibliothèque en bibliothèque d'hôpital
- BERTI, Johann. « Bibliothécaires : dire ce qu'ils font, plutôt que ce qu'ils sont », *Arabesques*, n°97, 1 avril 2020, p.4-5.

Le bien-être à la bibliothèque

- BIBLIOTHEQUE DE BROSSARD. « Histoires au bout du fil ». En ligne au : <https://biblio.brossard.ca/histoires-au-bout-du-fil/>, consulté le 15 décembre 2021.
- BIBLIOTHEQUE DE NEMOURS. « Et si on vous racontait des histoires ? », Facebook, 3 avril 2020. En ligne au : <https://www.facebook.com/148480361884049/photos/a.148485638550188/2910532042345520/>, consulté le 30 juin 2021.
- GARSMEUR, LE, Justine « EUniWell : L'Université européenne du bien-être », *Nantes Université*. En ligne au : <https://www.univ-nantes.fr/decouvrir-luniversite/vision-strategie-et-grands-projets/euniwell-universite-europeenne-du-bien-etre>, consulté le 20 février 2022.

KÖLL, Florence. *Les espaces de détente et de convivialité en bibliothèque : inspirations et nouveaux enjeux*, Mémoire d'étude DCB 29, Villeurbanne, France, 2021, 141 p.

LA CLE DES ONDES. « Allez, Encore Une Histoire ! » En ligne au : <https://www.lacledesondes.fr/emission/allez-encore-une-histoire-?fbclid=IwAR111HKD5en9zeCgk_7I0po0RjiQUls-0zAGW8zeEo0U6GC_pXuonWWPY8Y>, consulté le 30 novembre 2021.

MEDIATHEQUE DE BEAUCOUZE. « Liste de romans qui font du bien », mai 2020. En ligne au : <http://www.mediatheque-beaucouze.fr/images/en_panne_did%C3%A9s/LISTE_DE_ROMANS QUI FONT DU BIEN - MAI 2020.pdf>, consulté le 28 octobre 2021.

MEDIATHEQUE DE CARQUEFOU. « Une détente musicale spéciale bien-être », *Carquefou*. En ligne au : <<https://www.mediatheque-carquefou.fr/animations/agenda/106-une-detente-musicale-speciale-bien-etre>>, consulté le 15 octobre 2021.

UNIVERSITE ANGERS. « Des étudiant·e·s bien dans leurs baskets », 8 décembre 2021. En ligne au : <<https://www.univ-angers.fr/fr/vie-des-campus/actualites/actualites-2021/des-etudiant-e-s-bien-dans-leurs-baskets.html>>, consulté le 12 janvier 2022.

LA BIBLIOTHERAPIE EN BIBLIOTHEQUE

AGORABIB, Forum ABF, 18 juin 2021, En ligne au : <https://www.agorabib.fr/topic/5164-biblioth%C3%A9rapie-en-biblioth%C3%A8que/>, consulté le 20 juin 2021.

ALPTUNA, Françoise, « Qu'est-ce que la bibliothérapie ? », *Bulletin des Bibliothèques de France*, Paris, t. 39, n°4, 1994, p. 94-97.

BLONDELLE, Ludivine. *La bibliothérapie : quelles applications possibles en lecture publique ?*, Mémoire de Master, Université d'Angers, 2018, 159 p.

JANAVICIENE, Daiva. « Bibliotherapy in Lithuanian Public Libraries: Service Identification and Analysis », *Toruńskie Studia Bibliologiczne*, vol. 5, n°2 (9), 1 décembre 2012, p. 157-73.

MATHIOT, Caroline, SICE, Catherine, SAEZ, Valentin. *La bibliothérapie en bibliothèque de lecture publique*, Mémoire de projet tutoré : DUT Métiers du livre Année Spéciale. Saint-Cloud : Université Paris Nanterre, 2020-2021, 80 p.

PANELLA, Nancy, The Library Services to People with Special Needs Section of IFLA : an historical overview, *Official Journal of the International Federation of Library Associations and Institutions*, vol. 35, n° 3, 2009, p. 258-259.

TERWAGNE, Serge. « Soigner par la bibliothérapie les traumatismes psychiques de temps de guerre », *Caractères*, n°5, septembre 2001, p. 10-13.

TURCKBEIM-PET DE, Sylvie. *La bibliothérapie. Aspects et applications.*, Rapport de stage Enssib, 1984, 35 p.

Exemples d'actions menées en bibliothèque

BARATH, Árpád et Ljiljana SABLJAK. « Bibliotherapy for Healing War Trauma in Children and Youth », *Thinking Classroom*, vol. Spring 2001, 14 p.

LE TELEGRAMME. « Quéménéven - La bibliothérapie s'invite à la bibliothèque municipale de Quéménéven », *Le Télégramme*, 20 février 2022. En ligne au : <<https://www.letelegramme.fr/finistere/quemeneven/la-bibliotherapie-s-invite-a-la-bibliotheque-municipale-de-quemeneven-20-02-2022-12925399.php>>, consulté le 21 février 2022.

MINISTERE DE LA CULTURE. « Ces lieux patrimoniaux qui participent aux Nuits de la lecture », *Nuit de la lecture*, 2021. En ligne au : <<https://nuitdelalecture.culture.gouv.fr/actualites/ces-lieux-patrimoniaux-qui-participent-aux-nuits-de-la-lecture>>, consulté le 15 décembre 2021.

SAEZ, Valentin. *Réaliser un atelier de bibliothérapie en bibliothèque : du projet théorique à la réalisation sur le terrain*. Rapport de stage, DUT Métiers du livre Année Spéciale. Saint-Cloud : Université Paris Nanterre, 2021, 76 p.

VILLE DE MEAUX. « Saison culturelle 2019-2020 », Ville de Meaux.fr. En ligne au : https://www.ville-meaux.fr/uploads/docs/2019-2020_Brochure_Media_bdf.pdf, consulté le 15 décembre 2021.

La bibliothérapie en partenariat avec les structures médicales

BIBLIOTHEQUE ALAIN LORRAINE. « Lire et conter aux enfants hospitalisés », 10 décembre 2020. En ligne au : <https://pro.bpi.fr/fiche-pratique/lire-et-conter-aux-enfants-hospitalises/>, consulté le 24 août 2021.

BOUYEURE, Frédérique. « La Bfm de Limoges et l'association Les Blouses roses jouent la complémentarité en établissements de santé », Livre lecture à l'hôpital et en établissements médico-sociaux, 15 octobre 2020. En ligne au : <https://etablissements-sante-livrelecture.org/formations-croisees-la-bfm-de-limoges-et-lassociation-les-blouses-roses/>, consulté le 13 juillet 2021.

DASINIERES, Laure. « À l'hôpital, la poésie pour soigner autrement », Slate.fr, sect. Santé, 18 octobre 2021. En ligne au : <http://www.slate.fr/story/217305/arts-vivants-hopital-consultations-poetiques>, consulté le 20 décembre 2021.

DUTON, Frédéric, GUERIN, Claudie. *La place des bibliothèques d'hôpitaux au sein des réseaux de lecture en France : état des lieux et perspectives*, Mémoire d'étude DCB, Villeurbanne, Enssib, 2004, 89 p.

MEDIATHEQUE VERNON. « Atelier bibliothérapie à la clinique », *Sapristi ! Le programme des médiathèques SNA*, n°3, juillet 2021, p.3 <https://www.ville-pacy-sur-eure.fr/wp-content/uploads/2021/05/Programme-Mediatheque-2.pdf>, consulté le 17 août 2021.

VANSTIPPEN, Philippe. *Les interactions entre la lecture et le soin : étude exploratoire et pistes d'action pour la Fédération Wallonie-Bruxelles*, Master en Sciences et Technologies de l'Information, Université catholique de Louvain, 2018, 95 p.

La formation

AGENCE REGIONALE DU LIVRE, PACA. « Formation : l'heure des comptes », *ArL Paca*, 28 janvier 2019. En ligne au : <https://www.livre-provencealpescotedazur.fr/blog/formation-l-heure-des-comptes-2417/page-1>, consulté le 13 octobre 2021.

ALVES, Marília Amaral Mendes. « Biblioterapia: uma experiência inovadora no curso de biblioteconomia da UNIRIO », *Revista Brasileira de Biblioteconomia e Documentação*, vol. 13, n°0, 23 décembre 2017, p. 2065-77

FORMATION THERAPEUTE. « Sectes et dérives sectaires ». En ligne au : <https://www.formation-therapeute.com/choisir-une-formation/sectes-et-derives-sectaires.html>, consulté le 10 juin 2021.

Les ressources institutionnelles et les financements

ASSOCIATION DES BIBLIOTHECAIRES DE FRANCE. « Commission AccessibilitéS », *Association des Bibliothécaires de France*, 23 juillet 2021. En ligne au : <https://www.abf.asso.fr/4/188/824/ABF/commission-accessibilites>, consulté le 12 décembre 2021.

BERES, Judit. « Central Europe 2020 Bibliotherapy project ». IFLA. *IFLA*, 15 janvier 2016. En ligne au : <https://www.ifla.org/g/libraries-for-children-and-ya/central-europe-2020-bibliotherapy-project/>, consulté le 25 août 2021.

CENTRE NATIONAL DU LIVRE. « Partir en Livre 2022 : l'appel à projets est ouvert », *Centre National du Livre*, 6 octobre 2021. En ligne au : <<https://centrenationaldulivre.fr/actualites/partir-en-livre-2022-l-appel-a-projets-est-ouvert>>, consulté le 30 novembre 2021.

CONSEIL DEPARTEMENTAL DES PYRENEES-ORIENTALES. « Le projet ARTIS : art pour l'inclusion sociale ». En ligne au : <https://www.ledepartement66.fr/le-projet-artis-art-pour-l-inclusion-sociale/>, consulté le 5 octobre 2021.

FILL, FEDERATION INTERREGIONALE DU LIVRE ET DE LA LECTURE. « [Grande cause nationale] L'Alliance pour la lecture, comprenant la Fill, est labellisée ! | Fill », 26 novembre 2021. En ligne au : <<https://fill-livrelecture.org/grande-cause-nationale-alliance-pour-la-lecture-comprenant-la-fill-est-labellisee/>>, consulté le 29 novembre 2021.

FILL, FEDERATION INTERREGIONALE DU LIVRE ET DE LA LECTURE. « [Grande cause nationale] L'Alliance pour la lecture, comprenant la Fill, est labellisée ! | Fill », 26 novembre 2021. En ligne au : <<https://fill-livrelecture.org/grande-cause-nationale-alliance-pour-la-lecture-comprenant-la-fill-est-labellisee/>>, consulté le 29 novembre 2021.

FILL. « Lire en établissements de santé et médico-sociaux », *Livre lecture à l'hôpital et en établissements médico-sociaux*. En ligne au : <<https://etablisements-sante-livrelecture.org/>>, consulté le 20 août 2021.

FILL. « Ressources Développement des publics », *Fill*, 19 mars 2020. En ligne au : <<https://fill-livrelecture.org/ressources-developpement-des-publics/>>, consulté le 13 octobre 2021.

GAST, Guillaume. « Un financement européen pour les bibliothèques de Montreuil-Est Ensemble », BPI, 10 septembre 2020. En ligne au : <<https://pro.bpi.fr/un-financement-europeen-pour-les-bibliotheques-de-montreuil-est-ensemble/>>, consulté le 7 janvier 2022.

LIVRE ET LECTURE EN BRETAGNE. En ligne au : <<https://www.livrelecturebretagne.fr/>>, consulté le 10 décembre 2021.

MARINOPOULOS, Sophie, MINISTERE DE LA CULTURE. *Une stratégie nationale pour la santé culturelle - Promouvoir et pérenniser l'éveil culturel et artistique de l'enfant de la naissance à 3 ans dans le lien à son parent (ECA-LEP)*, 2019. En ligne au : <<https://www.vie-publique.fr/rapport/271301-une-strategie-nationale-pour-la-sante-culturelle-eveil-jeune-enfant>>, consulté le 15 septembre 2021.

MINISTERE DE LA CULTURE. « « Ma santé à moi, elle est culturelle », kit de médiation sur la Santé Culturelle© », *Ministère de la culture*, 30 septembre 2021. En ligne au : <<https://www.culture.gouv.fr/Thematiques/Education-artistique-et-culturelle/L-Eveil-artistique-et-culturel-des-jeunes-enfants/Ma-sante-a-moi-elle-est-culturelle-kit-de-mediation-sur-la-Sante-Culturelle-C>>, consulté le 10 janvier 2022.

SERVICE COMMUNICATION DU PREMIER MINISTRE. « La lecture, grande cause nationale », *Gouvernement.fr*, 24 novembre 2021. En ligne au : <<https://www.gouvernement.fr/partage/12552-la-lecture-grande-cause-nationale>>, consulté le 15 décembre 2021.

LA BIBLIOTHERAPIE JEUNESSE

LOUVEL, Aurélie. *Bibliothérapie jeunesse : une approche expressive et créative*, Malakoff, Dunod, 2021, 272 p.

LUDOVIAMAGAZINE. *Lire délivre : la bibliothérapie au service du bien-être*, 6 avril 2018. En ligne au : <<https://www.youtube.com/watch?v=Ro3xJHZsKbI>>, consulté le 6 mai 2021.

DOLTO, Catherine, Collection Mine de rien, éditions Gallimard Jeunesse.

VILLE D'ANGERS. *Guide pratique. A chaque angevin sa bibliothèque*, 26 août 2019, 16 p. En ligne au : <https://www.angers.fr/fileadmin/plugin/tx_dcddownloads/bibli-guide-pratique.pdf>, consulté le 20 novembre 2021.

DIVERS :

KAËS, René et al., *Crise, rupture et dépassement*, Paris, Dunod, 2004, p.22, cité par PETIT, Michèle. *L'art de lire*, op.cit., p.13.

WITTGENSTEIN, Ludwig, *Tractatus logico-philosophicus*, 5.6, traduction de l'allemand par Gilles Gaston Granger, NRF/Gallimard, coll. Bibliothèque de Philosophie, Paris, 1993, 121 p.

ANNEXES

Table des annexes

Annexe n°1: Baromètre 2021 Les Français et la lecture	103
Annexe n°2 : Graphiques Ngram Viewer	104
Annexe n°3 : étymologie de « Bibliothérapie »	105
Annexe n°4 : Liste des thématiques de livres proposée par The Reading Agency.....	106
Annexe n°5 : Définition des « medical humanities »	107
Annexe n°6 : Baromètre 2021 IES français et la lecture	107
Annexe n°7 : Questionnaire en ligne.....	108
Annexe n°9 : Formation médiathèque des Hautes Pyrénées	110
Annexe n°10 : Formation médiathèque des Bouches-du-Rhône	112
Annexe n°11 : Nuit de la lecture à la médiathèque d'Arreau, janvier 2022.	114
Annexe n°12 : Atelier bibliothérapie a la mediatheque de carquefou	116
Annexe n°13 : Visuels de communication.....	121
Annexe n° 14 : Réponses au questionnaire Lime Survey, directrice de la Médiathèque de Rognac.....	122
Annexe 15 : Echanges de mails avec la directrice de la Médiathèque de Rognac	125
Annexe n° 16 : Programme des rendez-vous réguliers.....	130
Annexe n°17 : Document remis aux participants de l'atelier DU 12 février 2022.....	131
Annexe n°18 : Formations départementales	137
Annexe n°19 : Questionnaire Médiathèques des Pyrénées Orientales.....	139
Annexe n°20 : Programme de la formation	139
Annexe n°21 : Attentes des stagiaires et bilan après formation	140
Annexe n° 22 : Le service Hors- les-murs à Belfort	144

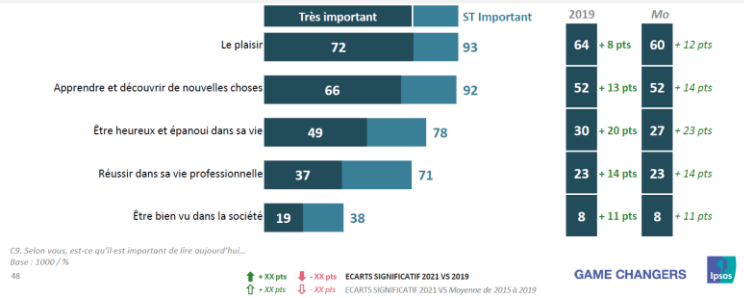
ANNEXE N°1: BAROMETRE 2021 LES FRANÇAIS ET LA LECTURE

LA LECTURE EN GENERAL

Les Français n'ont jamais autant, ni de façon si affirmée, valorisé la lecture.

Si le plaisir et la découverte restent les deux premiers enjeux qu'ils projettent sur la lecture, la moitié d'entre eux considère que c'est aussi un moyen d'être heureux et épanoui dans la vie.

EN 2021, IL EST IMPORTANT DE LIRE POUR...



D'UNE MANIÈRE GÉNÉRALE, PLAISIR ET DÉCOUVERTE, SELON LES CIBLES

- Le plaisir projeté sur la lecture progresse autant chez les hommes que chez les femmes, et plus fortement chez les plus jeunes (moins de 24 ans) et les plus âgés (plus de 65 ans).
- L'apprentissage et la découverte sont des atouts nettement reconnus à la lecture et en progression chez tous, néanmoins, les femmes semblent y accorder une importance encore plus forte.

IL EST TRÈS IMPORTANT DE LIRE DES LIVRES

72% POUR LE PLAISIR				66% POUR APPRENDRE & DÉCOUVRIR DE NOUVELLES CHOSES			
	2021	2019	Mo		2021	2019	Mo
↑↑ Hommes	62	+ 8 pts	+ 11 pts	↑↑ Hommes	61	+ 10 pts	+ 9 pts
↑↑ Femmes	81	+ 7 pts	+ 12 pts	↑↑ Femmes	71	+ 17 pts	+ 18 pts
↑↑ 15-24 ans	66	+ 16 pts	+ 20 pts	↑↑ 15-24 ans	68	+ 16 pts	+ 16 pts
↑ 25-34 ans	64			↑ 25-34 ans	62	+ 12 pts	+ 14 pts
↑ 35-49 ans	73		+ 10 pts	↑ 35-49 ans	65	+ 16 pts	+ 14 pts
↑ 50-64 ans	72			↑ 50-64 ans	66	+ 15 pts	+ 13 pts
↑↑ 65 ans et +	79	+ 12 pts	+ 15 pts	↑ 65 ans et +	67		+ 13 pts

CS: Selon vous, est-ce qu'il est important de lire aujourd'hui...
Base : 1000 / %
49

↑ + XX pts ↓ - XX pts ECARTS SIGNIFICATIF 2021 VS 2019
↑ + XX pts ↓ - XX pts ECARTS SIGNIFICATIF 2021 VS Moyenne de 2015 à 2019

Si l'approfondissement des connaissances reste la première motivation de lecture personnelle, la détente progresse nettement (+9 pts) et devance même le plaisir.

- Ce besoin de détente se renforce autant chez les femmes que chez les hommes, et progresse surtout chez les 25-49 ans et les 65 ans et plus

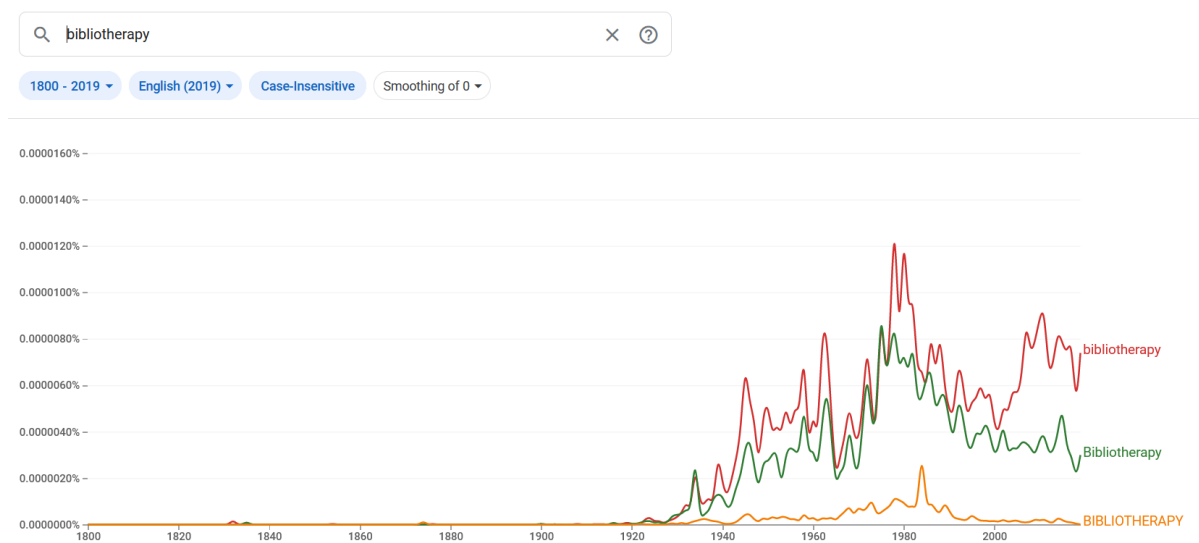
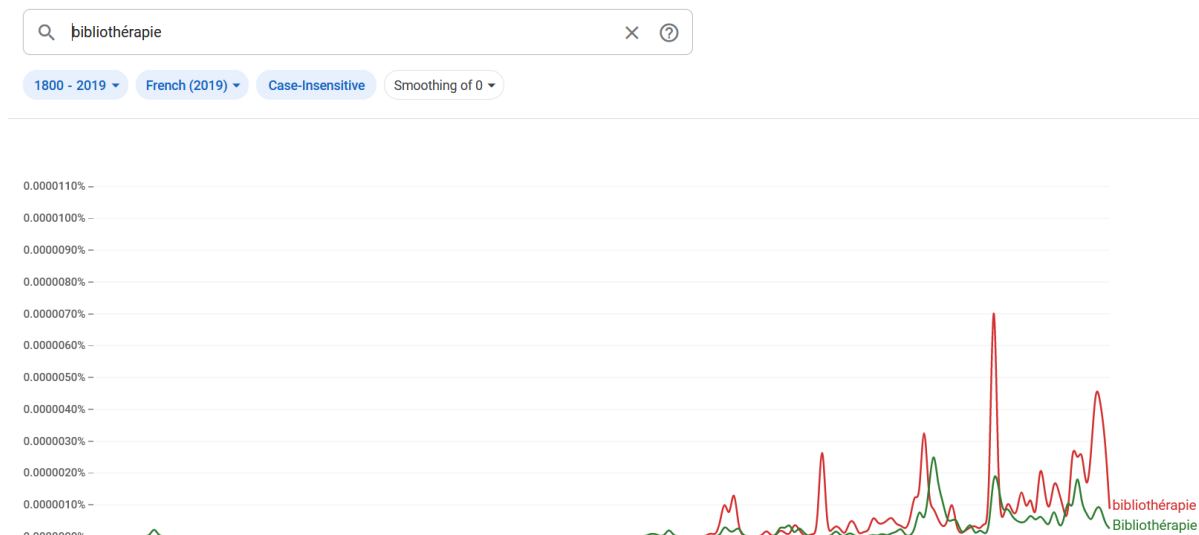
RAISONS PRINCIPALES DE LECTURE TOP 5

				POUR SE DÉTENDRE → SELON LES CIBLES			
		2019	Mo		2021	2019	Mo
1	Pour approfondir ses connaissances	24	1	1	↑↑ Hommes	20	+ 8 pts + 9 pts
2	Pour se détendre	23	4 + 9 pts	4 + 8 pts	↑↑ Femmes	26	+ 9 pts + 8 pts
3	Pour se faire plaisir	20	2	2	15-24 ans	16	
4	Pour s'évader	15	3	3	↑ 25-34 ans	26	+ 12 pts + 12 pts
5	Pour passer le temps	5	5	5	↑ 35-49 ans	30	+ 16 pts + 12 pts
					50-64 ans	22	
					↑↑ 65 ans et +	21	+ 9 pts + 8 pts

C3: Et personnellement, pour quelle raison principale lisez-vous des livres ?
Base : lecteurs → 913 / 910 / 924 / 866 int. & 2 747 pour moyenne (2015 à 2019)
51

↑ + XX pts ↓ - XX pts ECARTS SIGNIFICATIF 2021 VS 2019
↑ + XX pts ↓ - XX pts ECARTS SIGNIFICATIF 2021 VS Moyenne de 2015 à 2019

ANNEXE N°2 : GRAPHIQUES NGRAM VIEWER



Captures d'écran réalisées le 22 février 2022

ANNEXE N°3 : ETYMOLOGIE DE « BIBLIOTHERAPIE »

βίβλος, ου (ή) :

1 écorce intérieure ou moelle du papyrus, d'où écorce en gén. PLAT. *Pol.* 288 e ;

2 écrit, livre, ESCHL. *Suppl.* 947 ; DÉM. 313, 13 ; part. division d'un ouvrage, POL. 4, 87, 12 ; DS. 1, 4 ; en parl. des livres de l'Histoire d'Hérodote, LUC. *Her.* 1.

Étym. Cf. βύβλος et βιβλίον, fin.

θεραπεία, ας (ή) [ρᾶ]

I soin, càd. :

1 soin religieux, PLAT. *Phædr.* 255 a ; ISOCR. 18 e ; θ. θεῶν, PLAT. *Leg.* 716 d, *Euthyphr.* 13 d ; περὶ τοὺς θεοὺς, ISOCR. 226 a, culte des dieux ; au plur. soins (envers les dieux) PLAT. *Rsp.* 427 b ;

2 soins, respect pour les parents, PLAT. *Leg.* 886 c ;

3 p. ext. soins attentifs, prévenances, sollicitude, THC. 1, 55 ; 3, 11 ; θεραπεία θεραπεύειν τινά, XÉN. *Hell.* 2, 3, 14, entourer qqn de soins ;

4 soins quotidiens, entretien, traitement (d'animaux, de plantes, etc.) PLAT. *Euthyphr.* 13 a ; ARSTT. *H.A.* 6, 25, etc. ; soins du corps, PLAT. *Gorg.* 464 b ; d'où parure de femme (cf. lat. cultus) XÉN. *Mem.* 3, 11, 4 ; ou soins médicaux, traitement, HPC. *Art.* 839 ; PLAT. *Prot.* 345 a, 354 a ; ISOCR. 167 b, etc. ; particul. préparation d'un remède, DIOSC. 2, 86 ;

II au sens collect. train de serviteurs, suite d'un grand, HDT. 1, 199, etc. ; POL. 4, 87, 5 ; ἱππικὴ θ. XÉN. *Cyr.* 4, 6, 1, suite à cheval.

➡ Ion. θεραπῆτή, HDT. 1, 199, etc.

➡ Dans une inscr. att. θεράπηα, Ἀθ. 8, p. 495 ; v. Meisterh. p. 37, 20.

Étym. θεραπεύω.

Bailly 2020, en ligne au : < <https://bailly.app/therapeia>>, consulté le 7 avril 2021

ANNEXE N°4 : LISTE DES THEMATIQUES DE LIVRES PROPOSEE PAR THE READING AGENCY

Reading Well booklists

Reading Well helps you to understand and manage your health and wellbeing using helpful reading.

The books are chosen by health experts and people living with the conditions covered. People can be recommended a title by a health professional, or they can visit their local library and take a book out for free.

Many of the Reading Well titles are available to borrow as e-books and audiobooks. [Visit your local library website](#) to find out how to join the library and access books electronically.

Reading Well booklists Schemes

Children

Mental health

Young people's mental health

Long term conditions

Dementia

Chaque rubrique est ensuite déclinée en différents sous-thèmes auxquels correspondent des titres de livres.

Children Topics

Healthy minds

Feelings

Worries

The world around you

Dealing with tough times

When you have a condition

Pryderon

Meddyliau iach

Teimladau

Y byd o'ch cwmpas

Delio â chyflwr

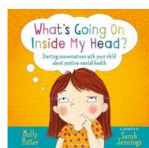
Delio ag adegau anodd

Healthy minds



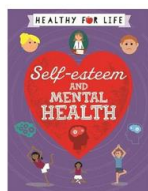
How Not to Lose It:
Mental Health -
Sorted

Anna Williamson, Sophie
Beer



What's Going On
Inside My Head?

Molly Potter, Sarah
Jennings



Healthy for Life:
Self-esteem and
Mental Health

Anna Claybourne

ANNEXE N°5 : DEFINITION DES « MEDICAL HUMANITIES »

« The 'medical humanities' include an interdisciplinary field of humanities, social science and the arts, and provide insight into the human condition, suffering, personhood, our responsibility to each other as well as how social conditions and social institutions influence health and wellbeing and the effects of medical care. They also offer a historical perspective on medical practice. Attention to literature and the arts help to develop and nurture skills of observation, analysis, empathy, and selfreflection – skills that are essential for humane medical care. »

Traduction française :

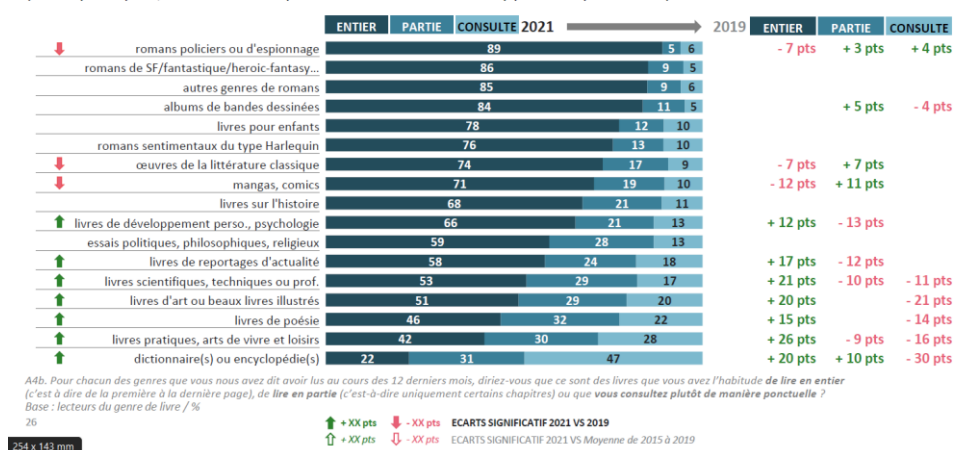
« Les "humanités médicales" sont un domaine interdisciplinaire des sciences humaines, des sciences sociales et des arts, et donnent un aperçu de la condition humaine, de la souffrance, l'identité de la personne, notre responsabilité les uns envers les autres, ainsi que la façon dont les conditions sociales et les institutions sociales influencent la santé, le bien-être et les effets des soins médicaux.

Elles offrent également une perspective historique sur la pratique médicale. L'attention portée à la littérature et aux arts permet de développer et d'entretenir les capacités d'observation, d'analyse, d'empathie et de réflexion personnelle, d'observation, d'analyse, d'empathie et d'autoréflexion - des compétences essentielles pour des soins médicaux humains. »

LERU, « Social sciences and humanities : essential fields for european research and in Horizon 2020 », *Advice Paper*, n°11, juin 2012, p. 7.

ANNEXE N°6 : BAROMETRE 2021 LES FRANÇAIS ET LA LECTURE

Face à une baisse du lectorat, la lecture en entier, de la première à la dernière page, a en revanche fortement progressé pour les genres « utilitaires »
(livres pratiques, livres scientifiques ou livres sur le développement personnel)



ANNEXE N°7 : QUESTIONNAIRE EN LIGNE

Message d'annonce

Conservatrice stagiaire à l'Enssib, j'effectue actuellement une recherche sur la bibliothérapie en bibliothèque et suis intéressée par les représentations des bibliothécaires à ce sujet. Merci donc de répondre à ce questionnaire en indiquant vos coordonnées pour que je puisse, si besoin, vous contacter afin de recueillir des explications complémentaires.

Questionnaire

1) Vous travaillez

- ☐ dans une bibliothèque municipale,
- ☐ dans une bibliothèque départementale,
- ☐ dans une bibliothèque universitaire,
- ☐ dans un centre de documentation,
- ☐ dans une autre structure ?

(Statistiques)

2) Merci d'indiquer ici le nom de votre bibliothèque et la ville où elle se situe.

3) La bibliothérapie, qu'est-ce que c'est pour vous ?

4) Avez-vous déjà entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

(Statistiques)

5) Selon vous, la notion de bibliothérapie a-t-elle un sens en bibliothèque ?

Pourquoi ?

- ☐ Oui
- ☐ Non

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

6) Quand on parle de bibliothérapie, quel peut être, selon vous, le rôle des bibliothécaires ?

7) D'après vous, des activités en rapport avec la bibliothérapie conviennent-elles avant tout à

- ☐ une bibliothèque de lecture publique,
- ☐ une bibliothèque universitaire,
- ☐ un type de bibliothèque spécifique (en milieu hospitalier, carcéral,...)
- ☐ tout type de bibliothèque

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

8) A quel(s) type(s) de public(s) la bibliothérapie peut-elle s'adresser en bibliothèque ?

- ☐ Un public jeunesse
- ☐ Un public adulte
- ☐ Un public senior
- ☐ Un public éloigné de la lecture
- ☐ Un public empêché

- Tout public

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

- 9) Quelle(s) forme(s) la bibliothérapie a-t-elle pu ou pourrait-elle prendre dans votre établissement ?
- 10) Votre politique documentaire fait-elle une place à cette notion de bibliothérapie ? Si oui, expliquez comment.
- Oui
 - Non

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

- 11) Y a-t-il eu, dans votre programmation culturelle, des événements relevant selon vous de la bibliothérapie ? Si oui, donnez un exemple.
- Oui
 - Non

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

- 12) Si oui à la réponse précédente, quels retours avez-vous eus des publics assistant ou participant à ces événements ? des bibliothécaires animant ces événements ?
- 13) Quels seraient ou quels ont été les freins à la pratique de la bibliothérapie dans votre bibliothèque ?
- 14) Quels seraient au contraire les facteurs susceptibles de favoriser la bibliothérapie dans votre établissement ?
- 15) Les récentes périodes de confinement ont-elles modifié votre positionnement par rapport à la bibliothérapie en bibliothèque ? Si oui, expliquez votre réponse.
- Oui
 - Non

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

- 16) De quoi auriez-vous besoin pour faire de la bibliothérapie dans votre bibliothèque ?
- 17) Avez-vous connaissance de formations dédiées à ce sujet ? Si oui, précisez lesquelles.
- Oui
 - Non

(Statistiques + possibilité de commenter la réponse)

- 18) Si vous avez entendu parler d'autres bibliothèques qui ont mis en place de la bibliothérapie, merci d'indiquer lesquelles.
- 19) Si vous acceptez d'être recontacté.e pour un entretien à ce sujet, indiquez ici vos coordonnées (nom, fonction, mail, éventuellement téléphone).

Message de clôture : Merci pour votre contribution !

Questionnaire en ligne diffusé du 9 juin 2021 au 1^{er} janvier 2022.

Annexe n°8 : Article annonçant des ateliers réguliers.

QUÉMÉNÉVEN

La bibliothérapie s'invite à la bibliothèque municipale

● Vendredi, Françoise Tréanton, responsable de la bibliothèque de Quéménéven, avait convié quelques lecteurs pour la présentation des séances de bibliothérapie qu'elle compte organiser chaque mois. « Des maux qui peuvent être soulagés par des mots », explique-t-elle. La pratique est innovante dans le sens où elle est peu connue en France. Bibliothécaire de formation, elle sera assistée de Dominique Louvel, psychologue, pour

animer les discussions.

« Placer l'humain au sein de la bibliothèque »

La différence avec un club de lecture réside dans le fait que l'intervenant raconte le contexte d'un roman sans en dévoiler la conclusion et débat sur les orientations possibles en fonction des données retenues.

« Les petites bibliothèques étant un lieu de vie, le but de ces séances

est de toucher tous les publics. C'est pourquoi il est important, pour nous, de bien choisir nos livres. Ce qui compte le plus, c'est de placer l'humain au sein de la bibliothèque et dans une commune rurale, c'est important de garder le lien », conclut-elle.

Pratique

Séances ouvertes à tout public abonné à la bibliothèque. Abonnement familial annuel : 13,30 €.



De gauche à droite : Muriel Laz, Dominique Louvel, Ghislaine Guillou, Françoise Tréanton (bibliothécaire), Danie Le Gall, Chantal Pennarun et Roger Legallais.

Publié le 20 février 2022 à 13h19 dans Le Télégramme

ANNEXE N°9 : FORMATION MEDIATHEQUE DES HAUTES PYRENEES

Médiation



La bibliothérapie au service du bien-être et de la créativité

Objectifs :

- connaître les principes d'utilisation du livre comme outil thérapeutique et ses applications possibles en bibliothèque
- savoir constituer un fonds « bibliothérapie »
- savoir utiliser les méthodes de la bibliothérapie pour animer des ateliers

Contenu :

- la bibliothérapie : définition, principes, intérêt en bibliothèque
- la bibliothérapie : du récit à la créativité
- acquérir les méthodes d'animation d'un atelier de bibliothérapie

Méthodologie : apports théoriques, échanges, travaux pratiques, ateliers

Effectif : 12 personnes

Durée : 2 jours

Dates : 14 et 15 février

Horaires : 9h - 16h30

Intervenant : Maggy Léoncelli - Cabinet Fabienne Aumont

Date limite d'inscription : 30 janvier 2019

« Nous avons en effet organisé cette formation en 2019.

Nous avons un petit peur du dérapage éventuel au vu de la thématique mais nous étions quasiment sûres que le public serait au rendez-vous.

En effet, la formation était limitée à 12 personnes et nous avons atteint la jauge complète.

Après étude de plusieurs réponses à notre cahier des charges, nous avons retenu le Cabinet Fabienne Aumont.

Ci-dessous, le bilan synthétique post- formation :

Les points positifs :

- Bibliographie riche qui permettra une première application dans les bibliothèques.
- Plusieurs bibliothécaires pensent créer un fonds bibliothérapie.
- A la fin des deux jours, des liens se font entre la bibliothérapie et les publics que les bibliothécaires peuvent cibler (Premières Pages, personnes âgées).
- Une formation qui incite à changer les habitudes de lectures.
- Un groupe dynamique et une formatrice qui s'adapte aux stagiaires.

Les points négatifs :

- La formation ciblait d'avantage les fonds adulte que jeunesse (cependant quelques clés pour les albums).
- Les stagiaires ne pensent pas pouvoir assumer seuls un atelier de bibliothérapie.
- Certains stagiaires ont été réfractaires au travail demandé en amont.

Bilan :

Bilan positif de la part des stagiaires, beaucoup sont venus par intérêt personnel et le professionnel ne venant que dans un second temps.

Des profils de stagiaires différents, entre les curieux et les adeptes, ce qui a certainement enrichi la dynamique de groupe.

Les stagiaires notent la qualité de la formation avec une construction très rythmée et graduée sur 2 jours. Une formation et une formatrice apaisantes.

Bémol pour la Médiathèque départementale, le fait que les stagiaires ne se sentent pas assez autonome pour animer un atelier suite à ces 2 jours de formation.

A l'issue de cette formation, nous n'avons jamais eu information d'une mise en place d'atelier dans une bibliothèque de notre réseau. »

Mail de la responsable de la formation sur la bibliothérapie organisée par la médiathèque des Hautes Pyrénées en 2019, septembre 2021.

ANNEXE N°10 : FORMATION MEDIATHEQUE DES BOUCHES-DU-RHONE



BIBLIOTHERAPIE : UN LIVRE ET CA REPART !

Daniel Pennac dans Comme un roman : « Le bonheur de lire ? Qu'est-ce que c'est que ça, le bonheur de lire ?... Chaque lecture est un acte de résistance. De résistance à quoi ? A toutes les contingences : toutes : sociales, professionnelles, psychologiques, affectives, climatiques, familiales, domestiques, grégaires, pathologiques... Une lecture bien menée sauve de tout, y compris de soi-même. Et, par-dessus tout, nous lisons contre la mort »

 Durée 2 journées	 Maximum 12 stagiaires	 Date jeudi 22 et vendredi 23 novembre
OBJECTIF GÉNÉRAL	Connaître les principes de la bibliothérapie et ses applications possibles en bibliothèque.	
OBJECTIFS SPÉCIFIQUES	Appréhender et comprendre la bibliothérapie. Constituer un fonds de « petits remèdes littéraires ». Utiliser les méthodes de la bibliothérapie pour animer des ateliers auprès des usagers de la bibliothèque.	
CONTENU	La bibliothérapie : définition, formes, origine, évolution de cette pratique... Les publics spécifiquement concernés et pourquoi. Typologie des ouvrages concernés : constitution d'un fonds de bibliothérapie. Mise en pratique d'ateliers pour découvrir différentes méthodes d'animation d'un atelier de bibliothérapie : lecture/écriture/arts plastiques.	
MÉTHODES PÉDAGOGIQUES	Apports théoriques. Ateliers pratiques.	
PUBLIC ET PRÉ-REQUIS	Salariés ou bénévoles travaillant en bibliothèque municipale ou associative du réseau de la BD 13, souhaitant mettre en place des ateliers à l'aide de ce concept.	
INTERVENANT RÉFÉRENT BD13	Maggy LEONCELLI - Cabinet Fabienne Aumont Anne PRAT-NIDA	
LIEU & HORAIRES	BD 13, Marseille. De 9h à 17h	



Formation proposée en 2018 par la bibliothèque départementale 13 (Bouches du Rhône)

Médiathèque départementale des Bouches du Rhône

Entretien téléphonique avec Mme Catherine Picard le 11 août 2021

« L'entretien sera court parce que cette formation a été un échec. L'intervenante était une spécialiste des ateliers d'écriture et a simplement recyclé ce qu'elle propose d'ordinaire dans ses activités d'ateliers d'écriture, des ateliers créatifs adaptés. Les stagiaires étaient désappointés : on leur a présenté des ateliers de créativité, pas des actions liées à la bibliothérapie. On leur a présenté des titres de romans, des collections, des auteurs sur le bien-être. Le propos était trop abrupt et il n'y avait pas assez de clé en main. L'intervenante manquait d'expérience dans ce domaine. Les stagiaires auraient voulu moins de théorie ou en tout cas plus de diversité théorique. En fait la médiathèque départementale avait un marché avec un cabinet (le cabinet Fabienne Aumont) et n'a pas pu choisir son intervenant.e (Maguy Léoncelli : *belge, Tournai, art-thérapie et philo-thérapie*)

La difficulté, c'est de trouver le bon intervenant. Nous sommes preneurs d'idées et de contacts.

Savez-vous si, à la suite de la formation, les stagiaires ont mis en place des actions en lien avec la bibliothérapie ?

La médiathèque n'a aucune idée de la façon dont les stagiaires ont prolongé ou non le stage.

Avez-vous connaissance d'autres formations ?

L'agence régionale du livre Paca propose des formations avec Régine Detambel : c'est d'un autre niveau. Ces formations s'adressent à la fois à des libraires et à des bibliothécaires.

Pourquoi aviez-vous proposé cette formation ?

C'était une demande du réseau par le biais des référentes territoire. Nous faisons des enquêtes C'était dans l'air du temps

Il faut faire attention au public visé dans ce type de formation : les bénévoles ne sont pas forcément à même de pratiquer la bibliothérapie.

Avez-vous développé un fonds lié à la bibliothérapie ?

Oui, un fonds pro lié à la bibliothérapie pour les enfants en s'inspirant d'Aurélié Louvel, documentaliste. »

Entretien téléphonique le 23 août avec Mme Anne Prat Mida qui a assisté à l'atelier :

« Pas convaincue : l'impression d'avoir des ateliers d'écriture et pas de connexion avec une prescription par rapport à tel ou tel type de pathologie.

A fait un stage personnel avec Mme Detambel. Pas convaincue non plus au niveau de la thérapie, pas convaincue sur les effets thérapeutiques de la lecture et sur la façon de prescrire : c'est très flou et flottant. Il n'y a pas d'ancrage scientifique. Même si convaincue que la lecture peut avoir des effets bénéfiques.

Pour elle, évident que la bibliothérapie a à voir avec le soin.

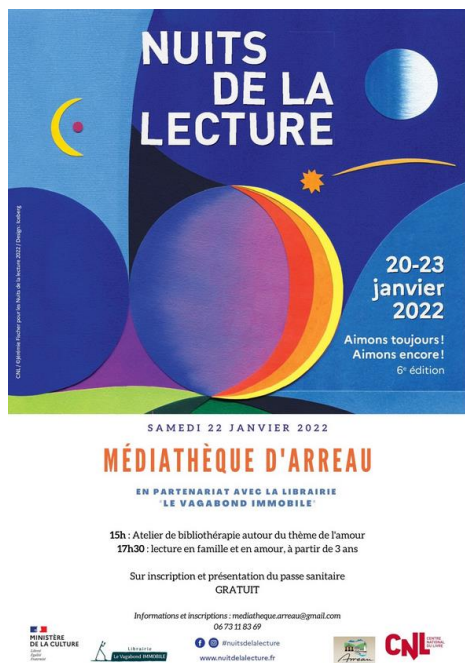
Regret : que Mme Detambel n'ait pas abordé la question des partenariats avec les soignants.

Lors de la formation avec le cabinet Aumont, il s'agissait de partenaires de bibliothèques et il y a surtout eu des expérimentations à partir de textes poétiques, des ateliers de création, des ateliers créatifs autour du développement personnel.

Il faudrait développer les retours d'expérience en milieu médical. »

ANNEXE N°11 : NUIT DE LA LECTURE A LA MEDIATHEQUE D'ARREAU, JANVIER 2022.

Affiche de l'événement et fiche action de l'atelier.



ATELIER BIBLIOTHERAPIE

Thème : l'amour

Nombre de participants max : 8

Durée : 1h - 1h30

TRAME :

- Exercice 1 : la découverte du sentiment amoureux

Extrait de Kokantzis.

A partir de la lecture du texte et de son propre ressenti, noter 3 mots qui font penser à l'amour, au sentiment amoureux, à sa découverte, la première fois...

Possibilité de partager avec les autres participants.

- Exercice 2 : la déclaration d'amour

Poésie de Paul Eluard

Proposer aux participants d'écrire une lettre/poésie/déclaration d'amour et en faire ce qu'ils souhaitent par la suite (l'enterrer, la brûler, l'envoyer...)

- Exercice 3 : le grand amour, la passion amoureuse

Extrait de « je l'aimais » de Anna Gavalada

Tirer un mot, une phrase, une notion de la lecture du texte et le noter sur la feuille. Dessiner un arbre autour tout en notant des mots qui se rapportent à celui du centre de la feuille.

Possibilité de partager avec les autres participants.

- Exercice 4 : la rupture.. et après

Extrait de l'album « Amoureux »

Pendant la lecture du texte, dessiner intuitivement ce que l'on ressent à cette lecture.

Possibilité de partager avec les autres participants.

- Conclusion

Chanson des Ogres de Barback « Et oui »

Echange par mail avec Cécilia Alexandre de la médiathèque d'Arreau (65)

Comment cette idée vous est-elle venue, avez-vous été formée à la bibliothèque. L'idée vous a-t-elle été proposée par la librairie partenaire ou bien par la médiathèque départementale. Comment l'idée a-t-elle été reçue par l'équipe de la bibliothèque ?

L'idée est venue de moi-même car j'ai fait une formation il y a un moment en bibliothérapie sur internet. La librairie actuelle a elle aussi fait un mémoire sur le sujet et l'envie nous est venue de nous associer pour proposer cet atelier à l'occasion des Nuits de la lecture. J'avais envie de proposer ça depuis un moment déjà, ne serait-ce que pour mettre en pratique ce que j'avais appris ! Comme je travaille seule, l'idée a été bien reçue ! :)

Ma seconde interrogation porte sur l'atelier lui-même : avez-vous assuré vous-mêmes l'animation ou bien avez-vous fait appel à un prestataire ? Si c'est ce dernier cas, sur quels critères l'avez-vous choisi ? Quel a été le coût pour la bibliothèque ? Avez-vous obtenu des subventions pour proposer cette animation ?

Nous avons assuré nous-même l'atelier, puisque nous avions quelques bases sur le sujet. Nous avons repris des éléments qu'on nous avait transmis lors de ces formations.

La librairie du Vagabond Immobile a fait une formation avec Régine Detambel, pour ma part c'était sur internet avec ma petite bibliothérapie : <https://ma-petite-bibliothérapie.fr/formation-bibliothérapie/>. C'était des séances individuelles en visio, très intéressantes et la formatrice était avenante et pédagogue, enrichissante et les échanges ont été fluides et conviviaux. Toutes les informations de durée et de coût sont sur le site, je ne me souviens pas exactement des détails.

Comment l'atelier s'est-il concrètement déroulé ? Durée, quel contenu, quelles activités ? Avez-vous aménagé spécialement un espace ? Aviez-vous créé des tables thématiques liés à cet événement ?

La durée était d'environ 1h30, dans l'espace de la médiathèque. Nous avons installé des tables en plus pour l'occasion et mis à disposition du matériel comme des feuilles de couleurs, des choses à coller... Je vous mets en pièce jointe notre trame avec les exercices proposés et les textes associés ainsi que l'affiche de communication. J'ai proposé quelques livres sur le thème de l'amour et de la bibliothérapie. A la fin, les participantes ont reçu un chèque lire, dont j'avais fait la demande auprès du ministère, sur le site des nuits de la lecture.

Ma troisième série de questions porte sur le public : est-il venu nombreux ? S'agissait-il de nouveaux-venus ou bien d'habitué(e)s ? Avez-vous eu des retours des participants ? Sont-ils venus par curiosité ou bien parce qu'ils savaient ce qu'est la bibliothérapie ? Ont-ils mentionné qu'ils souhaiteraient que des ateliers de cette sorte soient organisés plus régulièrement ? Ont-ils apprécié ? émis des critiques ? Et vous, en tant que bibliothécaire, que pensez-vous de ce type d'animation ? La bibliothérapie vous semble-t-elle avoir sa place en bibliothèque ? Pourquoi ?

Quant au public, nous avons 3 personnes ! C'est peu, mais en milieu rural, pas toujours facile d'attirer du public. L'horaire est-il adapté (15h), le jour... ? Nous essaierons un autre créneau pour voir. Ce sont des habituées du lieu. Elles ont été ravies de leur participation et sont prêtes à revenir si cela été proposé de nouveau.

Pour une première c'était déjà pas mal, c'était moins intimidant pour nous aussi de nous lancer dans cette première ! Je pense qu'elles sont venues à la fois par curiosité et parce qu'elles avaient entendu parler de bibliothérapie sans vraiment savoir ce que c'était. Pour elles comme pour nous, ce fut une découverte, pour elles du sujet, pour nous de ce type d'animations. Personnellement, même si j'avais un peu peur au début, j'ai adoré mener cette action, car elle nous a permis un beau moment d'échange avec la libraire et les participantes. Je pense que la bibliothèque est un lieu pour la bibliothérapie, car elle offre une collection infinie de textes à lire pour se faire du bien, ainsi qu'un espace sûr et réconfortant pour réaliser des ateliers à plusieurs, où les gens se rencontrent et échangent.

Ma dernière interrogation porte sur votre communication. Vous avez utilisé le mot "bibliothérapie". Avez-vous hésité à le faire ou bien vous êtes-vous dit qu'au contraire ce mot pouvait attirer ?

Aucune hésitation. Pour moi, ça me semblait aller de soi. Avant de commencer les exercices, nous avons fait un petit point explicatif sur ce qu'est la bibliothérapie.

Echange par mail avec Cécilia Alexandre de la médiathèque d'Arreau (65)

ANNEXE N°12 : ATELIER BIBLIOTHERAPIE A LA MEDIATHEQUE DE CARQUEFOU

Entretien avec Clémence Courty et Angélique, bibliothécaire, à l'issue d'un atelier de bibliothérapie le 20 novembre 2021.

1. *Comment avez-vous entendu parler de bibliothérapie ?*

Angélique, ex-libraire à Angers chez Richer, en a parlé à la médiathèque où elle fait partie de la section adulte sous la responsabilité de la directrice ? Clémence Sourty

Elle a entendu parler de la bibliothérapie par des collègues libraires qui cherchaient des titres de livres pour des clients nombreux qui demandaient des livres qui font du bien.

Angélique est à la médiathèque de Carquefou en tant que bibliothécaire après avoir été en formation de bibliothérapie en 2019-2020.

Elle a lu Régine Detambel. Pour elle, les libraires et bibliothécaires sont des prescripteurs sans le savoir quand ils essaient de répondre aux demandes récurrentes de leurs usagers.

2. *Formation*

Elle a suivi une formation en ligne par Skype avec Régine Detambel qui propose différentes formules à des tarifs différents. Dans ce cas, c'était tous les quinze jours les lundis entre décembre et mars. Elle y a appris des notions telles que :

L'utilisation de la langue maternelle, de la langue paternelle, des images, de l'écriture, des ressentis

la langue maternelle, ce sont les histoires lues, l'oralité

la langue paternelle : à partir de photographies, de cartes postales, des écrits sont produits. Ce sont des ressentis traduits par écrit.

Quand un libraire ou un bibliothécaire sont prescripteurs, ils utilisent la langue maternelle (l'oral du livre conseillé) et la langue paternelle (l'écrit du livre lu).

Exemple : en maison de retraite, ce qui manque souvent, ce qui a disparu, c'est la capacité à écrire : le fait de ne plus savoir écrire. Lors de mini-ateliers, il y a des paroles qui sont produites, de l'oralité. A la fin, souvent, il y a une retranscription écrite pour garder trace.

En présentiel, Régine Detambel fait aussi des formations en groupe.

3. *Qu'est-ce que c'est pour vous ?*

C'est l'envie de prendre soin de soi et des autres avec des romans doudous. Ça fait du bien de voir qu'on a pu faire du bien à d'autres. En France, ce n'est pas reconnu, il n'y a aucune légitimité.

Lors de sa formation ABF, Angélique était stagiaire bénévole et a proposé des ateliers de bibliothérapie. Il s'agissait d'avancer sur le comment. Elle en fait depuis 2019. Cela lui a permis d'avancer sur « Comment faire ».

Le mot « bibliothérapie » apparaît sur son CV.

4. *Pourquoi cet atelier ? Qui a eu l'idée ? Raisons qui vous ont poussé à le proposer ?*

Depuis 5 ans, les livres de développement personnel sont le secteur le plus vendu et le plus demandé.

A la bibliothèque, il a donc été décidé de mettre l'accent sur ce fonds et de mettre en place une session d'animations sur ce thème. En parallèle, l'intervenante qui habite Nantes a démarché la ville.

Il y avait avant la Covid un projet de réaménagement et le constat qu'il fallait renouveler le fonds qui était très ancien. Il a été décidé, en raison de la demande du public, de constituer un fonds dédié au développement personnel. De là, la notion de bien-être est apparue puis celle de bibliothérapie.

5. *Pourquoi cela vous semble-t-il avoir une place en bibliothèque ?*

A cause du fonds et de la demande d'ouvrages sur le développement personnel. Avec la crise, en outre, les gens ont besoin de changement, de réfléchir sur eux-mêmes, de chercher des clés.

La bibliothèque n'est pas qu'un endroit où il y a des livres.

6. *Choix des activités ? des livres ? Rapport avec collection ?*

En réalité, la décision avait été prise avant la crise de faire un cycle « bibliothérapie ». L'idée, c'était de faire connaître les collections autrement en faisant une accentuation sur l'animation. Il y a, en parallèle, eu un fonds parentalité avec un cycle d'animations sur la parentalité.

Dans le cadre du cycle « La médiathèque prend soin de vous », il y a eu :

-un club lecture

- une bibliographie : sélection « Les livres qui vous font du bien » : les livres avaient été sélectionnés par les bibliothécaires qui ont choisi chacune des livres qui leur avaient fait une émotion positive. Il pouvait y avoir des Bd, des romans, des

mangas, des livres qui commençaient mal et cela allait de mieux en mieux pour le lecteur même si le livre finissait mal. C'est l'écriture qui fait du bien, pas forcément l'intrigue.

Exemples : Mathias Malzieu [*Maintenant qu'il fait tout le temps nuit sur toi*], un livre sur le deuil

En attendant Bojangle d'Olivier Bourdeaut : un univers qui fait du bien même si l'histoire est dramatique

La cantine de minuit : Abe Yaro, manga

Également une bibliographie sur les « films qui font du bien » : mise en valeur sur le site de la médiathèque

-une séance de détente musicale. C'est la collègue qui avait l'habitude qui a proposé des musiques relaxantes.

-une conférence sur les émotions

-Un film projeté dans le cadre du Mois du film documentaire : *C'est quoi, le bonheur, pour vous ?* Julien Peron

7. Co-construction ?

C'est l'ensemble de l'équipe qui a fait la sélection

8. Y a-t-il des pièges à éviter ? Par exemple des livres de gourous, de dirigeants de sectes ou bien des pièges commerciaux ?

Les bibliothécaires sont des professionnels, ils vérifient surtout les documentaires en santé, droit, histoire, science mais pour les livres liés au bien-être ils ont aussi vérifié les sources. Ils sont vigilants.

9. Public qui a adhéré à ce cycle « bien-être » ?

Beaucoup de public féminin ; la directrice n'a pas forcément envie de relancer, pour cette raison, cette thématique.

Pour le mois du film documentaire, il n'y a pas que des femmes, il y a plus d'hommes inscrits mais le réalisateur du film choisi ne viendra finalement pas : *C'est quoi, le bonheur, pour vous ?* Julien Peron

Pour la conférence sur les émotions, l'intervenant était un psychothérapeute, coach sportif de Carquefou. 50 personnes sont venues : c'est beaucoup après la période de creux lié à la Covid

La directrice va donc changer de thématique pour attirer un public plus masculin : le prochain cycle sera sur le polar.

Le public n'est pas à l'aise avec le terme « bibliothérapie ». Le public s'est inscrit à tous les ateliers sauf à celui-là.

Alors que pour la conférence sur les émotions, il y a eu de nouvelles personnes. La médiathèque a touché de nouvelles gens, peut-être un nouveau public

10. Public hors les murs ?

Maison de retraite

11. Choix de l'intervenante ? Sur quels critères ? Pour quel coût ?

C'est elle qui a démarché d'abord la municipalité. Puis elle a ensuite repris contact : elle avait déjà fait des conférences, s'adressait à différents publics. Il y a eu signature d'un contrat. Il y a un premier critère qui est une histoire de confiance, de ressenti, pour choisir les intervenants

Le budget joue aussi, il est lié au temps passé : 2 fois 1h30 un samedi après-midi, 300 euros.

En ce qui concerne la conférence sur les émotions, il y avait eu des contacts avant la Covid et tout a été annulé mais la conférencière a repris régulièrement contact et a continué à échanger. Cette persistance du lien malgré tout compte aussi. Le budget était de 500 euros pour une jauge de 100 personnes. 50 sont venues, ce qui n'est pas mal pour l'après-Covid.

Le budget est prévu pour l'année et beaucoup de choses sont faites maison si c'est possible :

Les clubs lecture, le do it yourself : on pourrait imaginer de fabriquer un objet qui fait du bien

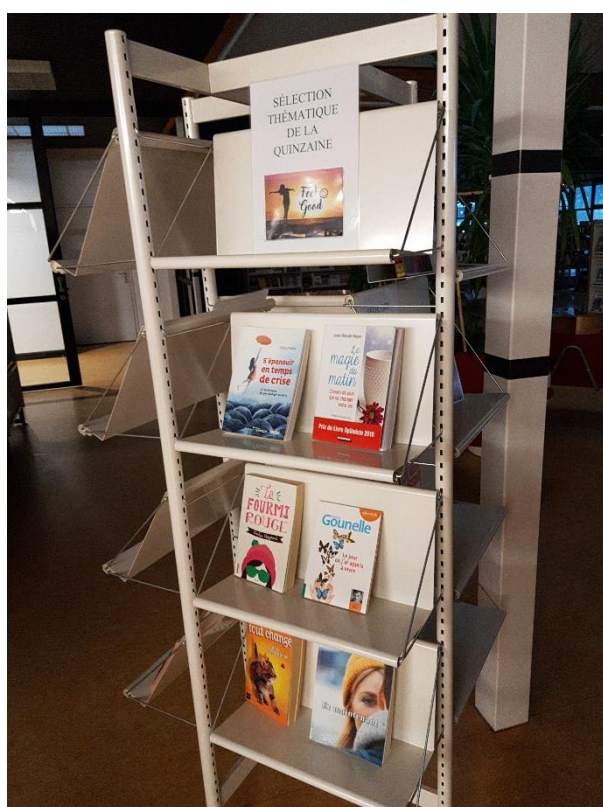
En ce qui concerne la bibliothérapie, c'est inconcevable sans formation préalable et uniquement pour les collègues volontaires. Il faut du temps pour que cela s'installe.



Première de couverture du livret élaboré pour la thématique *Bien-être*.



Table thématique (Photo de l'auteure)



Présentoir (Photo de l'auteure)

ANNEXE N°13 : VISUELS DE COMMUNICATION



JUN 5 **Atelier de biblio-créativité (COMPLET)**
Public - Organisé par [Bibliothèque Fessart](#)

🕒 Samedi 5 juin 2021 de 18:30 à 20:30 UTC+02
il y a environ 9 mois

📍 [Bibliothèque Fessart](#) [Afficher la carte](#)

Détails

Venez découvrir la biblio-créativité, une pratique qui mêle jeux poétiques, ateliers d'écriture et lectures à voix haute. Un moment de partage et d'échange autour des livres et des mots!

Animé par Jean-Yves Saez, du collectif Les Passeurs de Rimes.

Gratuit sur inscription

[Littérature](#)



[Samedi 5 juin à 18h30](#)

Venez découvrir la biblio-créativité, une pratique qui mêle jeux poétiques, ateliers d'écriture et lectures à voix haute. Un moment de partage et d'échange autour des livres et des mots.

Atelier pour adultes à gratuit [sur inscription](#)

 **PARIS**   



Atelier biblio-créativité

avec Jean-Yves Saez



samedi 5 juin à 18h30

*Un temps dynamique et convivial
Des jeux parmi les mots
Des lectures à voix haute
Des micro-ateliers d'écriture
Et autres amuse-gueules ...*

Venez découvrir la biblio-créativité, une pratique qui mêle jeux poétiques, ateliers d'écriture et lectures à voix haute. Un moment de partage et d'échange autour des livres et des mots.

gratuit sur réservation

Bibliothèque Fessart | 6 rue Fessart, 75019 Paris
☎ 01 42 08 49 15 | Email : bibliotheque.fessart@paris.fr

Ces visuels ont été élaborés par Valentin Saez et la directrice de la bibliothèque Fessart pour annoncer l'atelier de bibliothérapie du 5 juin 2021.

ANNEXE N° 14 : REPONSES AU QUESTIONNAIRE LIME SURVEY, DIRECTRICE DE LA MEDIATHEQUE DE ROGNAC

Vous travaillez à la médiathèque municipale Le Jardin des mots 13340 ROGNAC

La bibliothérapie, qu'est-ce que c'est pour vous ?

Après avoir suivi une formation grâce à la BDP des Bouches du Rhône, après voir lu nombre de documents et ouvrages (dont ceux de Régine Détambel) et forte de mon expérience sur d'autres ateliers (ateliers d'écriture, café philo, comité de lecture...) que je mène depuis des années et au vu de la "longévité" de ma carrière avec toutes les expériences que j'ai pu mener, la bibliothérapie est, pour moi, l'art et

la manière de construire et d'accompagner sa vie en s'appuyant sur des oeuvres fictionnelles phares (ce n'est pas de la recherche documentaire!) qui permettent de comprendre et d'analyser, de partager, de cautionner, les décisions et les événements de notre vie.

Avez-vous déjà entendu parler de bibliothérapie en bibliothèque ? Oui

Selon vous, la notion de bibliothérapie a-t-elle un sens en bibliothèque ? Pourquoi ?

Oui mais, en réalité, tout le travail du bibliothécaire auprès de son public est en soi de la bibliothérapie. Il m'a fallu du temps pour trouver le petit "truc en plus" qui différencie les ateliers de bibliothérapie que je mène de mon travail général auprès des lecteurs. Cela n'a pas été facile peut-être que c'est lié à ma façon de mener ce métier. Si je ne faisais que du prêt, de la veille documentaire et des achats et animations classiques, ce serait différent.

Quand on parle de bibliothérapie, quel peut être, selon vous, le rôle des bibliothécaires ?

Le bibliothécaire est, par définition, un/une bibliothérapeute. Ensuite, soit il/elle coordonne des ateliers de bibliothérapie avec des personnes missionnées pour et compétentes, un peu comme des ateliers d'arthérapie ou d'écriture ; soit le/la bibliothécaire va s'engager dans des formations spécifiques en parallèle de ses missions de base et animer lui/elle-même les ateliers. Ce faisant, il/elle aura une nouvelle approche de l'offre littéraire, un autre regard sur le contenu du livre...Le danger, c'est de ne pas tomber dans l'analyse psychologique poussée et de se prendre pour un psychothérapeute : d'une, c'est une autre formation et une autre approche ; de deux, qui sommes -nous pour oser porter une analyse psychologique de nos lecteurs ? Le principe d'universalité et de neutralité en termes d'équité dans l'accueil de nos usagers ne serait alors plus respecté.

D'après vous, des activités en rapport avec la bibliothérapie conviendraient-elles avant tout à un type de bibliothèque spécifique (en milieu hospitalier, carcéral,...) ?

Oui, seulement s'il y a un projet d'orientation de vie; c'est pareil que pour un atelier d'écriture. Les objectifs sont différents, on ne mène pas un atelier avec un public lambda comme avec un public ciblé et captif ayant des "difficultés" communes.

D'après vous, des activités en rapport avec la bibliothérapie conviendraient-elles avant tout à tout type de bibliothèque ? Oui

A quel(s) type(s) de public(s) la bibliothérapie peut-elle s'adresser en bibliothèque ? un public jeunesse ?

Oui, seulement à partir du milieu de l'adolescence. Il faut avoir un peu de "vécu et d'expérience".

A quel(s) type(s) de public(s) la bibliothérapie peut-elle s'adresser en bibliothèque un public adulte ? Oui

Des lectures comparatives, des commentaires liés à son **expérience/l'expérience du personnage ou de l'auteur, des ateliers de création, de discussion, des oeuvres qui éclairent votre parcours ou qui vous montrent la voie...**

A quel(s) type(s) de public(s) la bibliothérapie peut-elle s'adresser en bibliothèque : un public éloigné de la lecture ?

S'appuyer sur des œuvres, découvrir que vous avez cette expérience là en commun avec le personnage ou l'auteur, envisager certains romans comme des compagnons de vie...ce n'est pas ça la littérature ??

Quelle(s) forme(s) la bibliothérapie a-t-elle pu ou pourrait-elle prendre dans votre établissement ?

A Rognac : 1 RV par mois, le samedi après-midi, durant 2h (parfois plus, cela dépend de la tournure que prend l'atelier) avec 3 à 7 personnes, de 17 à 90 ans. Une thématique différente à chaque séance, annoncée à l'avance. Beaucoup de discussion, d'échanges, de présentations d'ouvrages, de lecture à voix haute, de partages d'expériences de vie ou de lecture ; toujours un moment avec un atelier pratique que je concocte et qui peut prendre des formes très diverses (par ex: construire une spirale de la violence à travers le vocabulaire et les situations...). Le public a tendance à se fidéliser et revient d'un mois sur l'autre.

Y a-t-il eu, dans votre programmation culturelle, des événements relevant selon vous de la bibliothérapie ?

Oui : sophrologie en médiathèque ; Lire au jardin; ateliers de lectures à haute voix; carnets de voyages; certains thèmes abordés dans des animations...

Quels retours avez-vous eus des publics assistant ou participant à ces événements ? des bibliothécaires animant ces événements ?

Je suis la seule formée et la seule de mon équipe qui se sentait capable de prendre cet atelier en charge. Public : plutôt féminin, de 17 à 90 ans, venant d'horizons très divers, parfois en famille (mère et fille par ex.), venant la première fois par curiosité, un peu dérangé au départ par cette approche plus intime de la lecture puisqu'elle touche au parcours de chacun; puis très vite fidélisé et en demande d'un mois sur l'autre. Le côté thème/ par mois est très pratique. Par contre, il est difficile de travailler sur une progression sur plusieurs séances (c'est valable pour tous les ateliers en médiathèque). Il y a progression mais sur l'ensemble de l'année, dans l'approche de chacun/l'importance du roman ou poésie comme moyen "d'apprentissage".

Quels seraient ou quels ont été les freins à la pratique de la bibliothérapie dans votre bibliothèque ?

Le manque de temps, de personnel et les bibliothécaires ont d'autres missions de base à assurer avant la bibliothérapie. Pas de budget souvent donc des ateliers "maison" animés par des bibliothécaires sauf qu'on ne peut être au four et au moulin.

Pouvoir avoir un intervenant extérieur, comme j'ai pu l'avoir pour la sophrologie pendant 2 ans. Prendre le temps d'analyser plus en profondeur ce qui se passe et ressort de ces ateliers. Une communication plus importante sur ce qu'est la bibliothérapie. Pour l'instant, c'est assez intime, la communication ne sort pas du milieu littéraire et paraît donc réservée à une élite "cultivée".

De quoi auriez-vous besoin pour faire de la bibliothérapie dans votre bibliothèque ?

De temps !! Mais on en fait, c'est déjà pas mal, avec nos moyens.

Avez-vous connaissance de formations dédiées à ce sujet ? Si oui, précisez lesquelles.

Formations en BDP, Formations par Régine Detambel via l'ARL, Certaines formations ponctuelles proposées sur Internet mais il faut regarder le contenu et surtout les objectifs et la finalité que l'on veut y mettre.

ANNEXE 15 : ECHANGES DE MAILS AVEC LA DIRECTRICE DE LA MEDIATHEQUE DE ROGNAC

Mail d'août 2021

A vous lire, je me demandais comment vous définiriez le "petit "truc en plus" qui différencie les ateliers de bibliothérapie que [vous] menez de [votre] travail général auprès des lecteurs" ainsi que vous l'écrivez.

Le "truc en plus":

Lorsque vous conseillez un livre ou un film, forcément, de manière plus ou moins consciente, de façon plus ou moins professionnelle, vous analysez les raisons de la demande, les éléments "psychologiques" de cette demande (même une demande scolaire y est soumise), vous faites une brève analyse comportementale de la personne en face de vous (adulte ou enfant, même travail), son niveau de lecture, ses lectures précédentes...et vous adaptez l'offre en fonction. Et c'est d'autant plus fort lorsque vous travaillez dans une médiathèque, et dans une structure de moins de 20000 habitants, ce qui est notre cas. Vous êtes alors très proches des lecteurs (sans faire copain copain non plus), vous connaissez leurs habitudes de lectures, leurs

références passées...Et dans mon cas particulier, c'est flagrant : je suis la directrice, j'ai contribué à la naissance et à l'évolution de cette structure, en créant de nouveaux services au fil du temps, en étant à l'écoute des gens. Ces usagers, pour plus de la moitié, je les ai vus naître ou connus très jeunes (ils sont aujourd'hui parents à leur tour), les seniors, je les ai connus lorsqu'ils en avaient 40...Du coup, j'ai une relation privilégiée avec les lecteurs que n'ont pas forcément mes collègues arrivés plus récemment (même si nous avons tous la 50taine maintenant).

Par conséquent, pour animer un atelier de bibliothérapie qui ait du sens et qui soit différent de ce que j'appelle "la démarche habituelle de profiler- bibliothécaire", qui puisse se concevoir en petits groupes car je n'ai pas le temps nécessaire pour faire de la bibliothérapie individuelle, sur du long terme (un an), il m'a fallu réfléchir à :

- la forme de cet atelier

- la périodicité, réaliste, pour que ça ait du sens pour les participants mais pour que je ne l'arrête pas au bout de 6 mois par épuisement ou manque de temps

- le contenu

- les objectifs, dont le 1er a été "qu'est-ce que cet atelier apporte, que les lecteurs n'ont pas déjà dans le conseil de lecture habituel

De plus, je ne voulais pas m'en tenir à la forme d'ateliers qui m'a été présentée en formation, càd les ateliers "feel Good" (que perso je déteste, je n'aime pas la littérature "feel good" qui moi m'irrite au lieu de me détendre).

La première séance de bibliothérapie a été une réunion de brainstorming avec les participants présents. Nous avons défini ensemble des principes de base, les attentes, les thèmes, j'ai présenté différentes formes d'ateliers et le public a choisi :

- atelier mensuel, le samedi après-midi de 14h30 à....la fin varie 16h ou 18h, c'est selon

- le choix de travailler par thèmes s'est mis en place assez rapidement, soit par demande des participants soit au contraire parce que ça partait dans tous les sens

- atelier à l'écart du prêt parce que les gens se livrent intimement à travers leurs lectures/non lectures, avec beaucoup de discussions où les participants racontent des pans de vie sans que je sois dans l'analyse psychologique profonde (là on rentre dans le soin et je n'ai ni les droits ni les compétences). Volontairement, je reste à la surface.

- la création d'une Read Box thématique, complétée plus ou moins régulièrement au fil des séances, avec un classement par thèmes et mise à la disposition des autres lecteurs pendant les heures d'ouverture et bientôt sur notre portail web.

- la diversité des "exercices" qui accompagnent les moments de présentation d'ouvrages (moments d'écriture, de jeux de cartes ou de dés, exercices en binômes ou seul(e), lectures à haute voix...Variété d'exercices "pratiques"

- petit moment à chaque séance où on théorise sur ce qu'est la bibliothérapie et sur quoi chacun évolue à titre personnel d'atelier en atelier. Comme je le dis également pour les cafés philos, le plus gros du travail se fait avec soi-même entre chaque séance.

- je ne suis pas la seule à proposer des ouvrages, chaque participant vient avec ses propositions et les raisons de ses choix. La bibliothécaire n'est pas la référente mais coordonne et anime, oriente l'atelier.

- le droit de ne pas parler et seulement d'écouter

J'avoue que parfois, je doute, je me demande si les ateliers de bibliothérapie ne seraient pas mieux dans des univers où le livre entre peu. Pour moi, en effet, tout

ce que je viens d'écrire sur le rapport à la lecture est tellement évident, que ça l'est aussi sans doute pour l'usager de bibliothèque.

Je me demandais également quelles qualités et quelles compétences il vous semble qu'il faut mettre en oeuvre pour animer des ateliers de bibliothérapie à la bibliothèque. Avez-vous une idée des raisons pour lesquelles les membres de votre équipe ne se sentent pas aptes à prendre en charge ce type d'atelier ?

2- Compétences et qualités pour animer un atelier/ mes collègues de travail :

- capacité d'écoute
- de l'empathie mais aussi ne pas avoir peur de prendre à rebrousse-poil certaines idées
- savoir rentrer dans l'intime des gens sans jouer au psychologue, ne pas chercher à décortiquer et rester à sa place de bibliothécaire animateur
- du temps et du travail de préparation qui ne peut se faire qu'à la maison, vu que nous ne sommes que 3 + 1 secrétaire pour 12 000 habitants ; beaucoup d'œuvres à sélectionner
- apprendre à se livrer aussi (gérer ce que l'on livre aux autres ou non)
- créativité/imaginaire pour créer les exercices
- capacité à établir un programme sur plusieurs séances

Formations : à mon avis, il faut en faire plusieurs, de prestataires différents, pour croiser les acquis, les formes de bibliothérapie et cerner enfin de type d'atelier que l'on veut mener. C'est la même démarche que pour la formation à l'animation d'atelier d'écriture. Attention à certaines formations proposées sur internet qui contiennent tout et n'importe quoi, qui sont chères et qui, finalement, se contentent soit de faire un cours de littérature soit un cours de lecture à voix haute.

Pour ma part, la formation organisée par la BDP via le cabinet Fabienne Aumont, que j'ai suivi en 2019, ne m'a pas beaucoup appris de choses, d'une part, parce que j'avais déjà commencé mes ateliers après une auto-formation, d'autre part, parce que, très vite, la formation s'est orientée uniquement sur le feel good.

Avez-vous une idée des raisons pour lesquelles les membres de votre équipe ne se sentent pas aptes à prendre en charge ce type d'atelier ?

3- Pourquoi mes collègues ne se sentent pas capables de mener un atelier de bibliothérapie :

- Pour toutes les raisons qu'on vient d'évoquer. Surtout pour 2 raisons :
- par manque de temps car elles ont d'autres ateliers à mener ou leurs tâches quotidiennes et la préparation de ce type d'atelier est long
 - parce qu'elles ne se sentent pas de rentrer plus avant dans l'intimité des lecteurs
- Du coup, pour l'instant, elles ne désirent pas faire de formations dans ce sens.

Enfin, j'aimerais savoir quels conseils vous donneriez à une bibliothèque souhaitant mener ce type de projet (argumentaire avec la tutelle, les équipes, planification, fonds utilisés, partenariats, etc...)

4- Conseils à une bibliothèque :

Il me faudrait beaucoup plus de temps pour coacher une autre médiathèque ou du moins donner des repères. Et puis, il me faudrait connaître aussi la structure,

l'équipe des bibliothécaires...En attendant, je ne peux donner que des grandes lignes en matière de conseils :

- faire plusieurs formations ; se rapprocher de sa BDP ; assister à des ateliers de bibliothérapie (pour avoir un point de vue de l'utilisateur) ; j'ai été comme cela un membre de mon équipe qui a assisté à un atelier (dans une autre ville, pas avec moi) et qui n'a pas du tout aimé car c'était trop intrusif pour elle, elle s'est sentie mise à nue devant le groupe.

- concevoir un projet réalisable/ au fonctionnement de sa structure

- analyser et adapter la demande du public ou l'offre nouvelle/ à ses usagers

- lire des ouvrages de Régine Detambel sur le sujet, de Ouaknin, de Nancy Huston (l'espèce fabulatrice chez Actes sud notamment), Alice Zeniter (je suis une fille sans histoires (Editions l'Arche, 2021))...

- les partenariats, les fonds, la tutelle, la planification : cela dépend de la forme de l'atelier ; idem pour le matériel. Il me faudrait un exemple précis de projet d'atelier et alors je pourrais développer. Là, un atelier de bibliothérapie en général, je ne suis pas assez compétente et je suis plutôt qqun de terrain.

- les publics : publics ciblés ou ouvert à tous, pas la même démarche (ex : je l'ai fait pour des ados suivis par la PMI, présentant des troubles psychiques ou des difficultés scolaires, là j'ai travaillé en étroite collaboration avec une infirmière psy et une animatrice qui les a tout le reste du temps)

Mail de février 2022

1) ***Vous m'aviez précisé que, lorsque vous avez fait votre première séance de bibliothérapie, vous avez commencé par une séance de brainstorming avec les participants et vous indiquiez que vous aviez présenté aux présents différentes formes d'ateliers. Vous souviendriez-vous de ce que vous leur aviez proposé ? Est-ce que les choix faits lors de ce premier atelier ont donné naissance à une sorte de charte entre les participants et vous ou bien est-ce que vous l'avez formalisée plus tard, par exemple, pour les nouveaux venus ?***

Lors de la 1ère réunion, nous avons discuté avec les personnes présentes de ce que recouvrait le mot "bibliothérapie", des formations que j'avais suivies, des attentes des participants, du rythme des RV, de l'évolution que les ateliers pouvaient prendre, de ce que moi je voulais ou ne voulais pas/ aux ateliers de bibliothérapie déjà existants, de mes doutes / aux autres ateliers que je pratiquais déjà (et effectivement, pour lesquels il y a, chaque fois, de la bibliothérapie à petites doses dedans car, justement, c'est notre cœur de métier, sinon, gérer des collections, je peux le faire depuis mon logiciel et dans un bureau!!). Comme les participants changent parfois dans l'année (il y a de nouvelles recrues), je prends chaque fois le temps d'expliquer tout cela en version courte.

2) ***De même, avez-vous réalisé des fiches-action et des fiches-bilan ?***

Je fais toujours des fiches action lors de mes interventions : comme un artiste en stand-up, j'écris tout et je le restitue de façon naturelle car je m'adapte chaque fois au groupe, je peux changer l'ordre des petits exercices et surtout, il y a une énorme part de discussion, de conversation (et rien n'est enregistré !). Nous faisons

un petit bilan en fin de séance mais rien d'écrit. Par contre, dans mon bilan annuel du fonctionnement de la médiathèque, là, je fais un chapitre dessus (celui de 2021 est en cours d'écriture).

3) Sur votre site, j'ai vu le court texte que vous avez utilisé pour présenter l'atelier.(Je l'ai recopié ci-dessous).

"Et oui, je vous invite une fois par mois le samedi de 14h30 à 16h à des "manœuvres sportives", pas seulement du cerveau, mais aussi des yeux, des mains, du coeur, des émotions, des sentiments, de la mémoire...Vous voyez, c'est un sport complet ! Autour d'une thématique chaque fois, les participants se livrent à des petits exercices ludiques ou chargés en émotions, c'est selon. Ils parlent de leurs lectures, et de comment ces lectures faites ou à venir peuvent orienter ou conforter leurs parcours de vie. Les livres (papier ou numériques, peu importe) permettent d'accéder à des expériences d'autres humains, proches des vôtres ou, au contraire, à des années lumières, aident à restructurer les relations sociales en partant de votre enrichissement personnel. Quelqu'un a dit un jour : "pour équilibrer le monde, il faut d'abord s'équilibrer soi". Moi, je vous dirai simplement : "il n'y a pas plus vivant que la littérature, pas plus énergique que la lecture, pas plus risqué que de lire les autres.""
Nombre maximum de participants : 8"

Quand vous avez communiqué au début sur l'atelier, aviez-vous utilisé les mêmes mots-clés, par exemple la métaphore sportive, la notion de corps et âme, d'"équilibre", de "vie", d'"énergie" et de "risque" ? Est-ce intentionnel de n'avoir pas utilisé les mots "détente», mieux-être", "cocon", "zen" souvent associés à la notion de bibliothérapie ?

Pour le texte de présentation, je l'ai fait à la demande du service communication de la commune (pour le Facebook mairie) et on s'en est servi pour notre portail ; cela m'a permis de changer l'ancien, un peu trop conventionnel. Et oui, intentionnellement, je n'ai pas utilisé les termes que vous citez car d'une, je les déteste, et, de deux, la bibliothérapie, pour moi, ce n'est pas ça (sinon, on se fait un brunch entre copines et on s'allume des bougies !!). J'ai suivi une formation où la bibliothérapie était un peu présentée comme ça et ça me gêne profondément. Je ne fais pas du coocooning, au contraire, je veux que les gens se sentent en confiance et se livrent mais tout en étant acteurs pendant l'intervention.

4) Comment se présente votre **Read box** ? Est-elle toujours d'actualité ? Serait-il possible de voir à quoi ressemble l'une des pages présente dans cette boîte ?

Avec le déménagement, la read box a été détruite. Je vais en faire une autre avec une version dématérialisée. En gros, c'était une jolie boîte d'écriture achetée à

Centrakor, en forme de valise et elle contenait des fiches couleurs, thématiques avec des auteurs et des titres dont on avait parlé ; les autres lecteurs l'avaient ensuite à disposition en section adulte et pouvaient rajouter leurs titres et auteurs. Mais, ça peu de gens l'ont fait ou ont compris qu'ils avaient le droit de le faire.

4) Est-ce qu'il n'y a pas un peu de bibliothérapie sans le dire dans votre nouveau service Bib'A Dom ?

Eh oui en bibadom, comme dans les autres ateliers réguliers, il y a de la bibliothérapie car cela fait partie de notre métier et de nos missions principales. C'est ce qui m'a fait longtemps douter, je ne voyais pas ce que je pouvais apporter d'autre que ce que je faisais déjà. J'ai pensé puis voulu arrêter mais ce sont les lecteurs qui m'ont demandé de continuer la bibliothérapie. Je me suis alors dit que, oui, j'apportais quelque chose de différent.

ANNEXE N° 16 : PROGRAMME DES RENDEZ-VOUS REGULIERS



ANNEXE N°17 : DOCUMENT REMIS AUX PARTICIPANTS
DE L'ATELIER DU 12 FEVRIER 2022

ROGNAC
www.ville-rognac.fr ■ CULTURE
Médiathèque Municipale
Le Jardin des mots

BIBLIOTHERAPIE :
LE ROMAN D'AMOUR

COMMENT UN LIVRE PEUT-IL CHANGER VOTRE VIE ?

Les livres nous apportent une aide immense dans la conduite de notre vie. Qui n'a jamais été réconforté, enthousiasmé, ou tout simplement emporté par la lecture d'un roman ? Ému par la découverte de poèmes ? Inspiré par la philosophie ? C'est encore plus vrai des livres de développement personnel. Les Américains parlent même de « livres d'aide » [self-help]. Aujourd'hui, de nombreux ouvrages se proposent d'aider les lecteurs. C'est le projet de la bibliothérapie, qui pourrait reprendre cet exergue d'André Gide à son chef-d'œuvre *Les Nourritures terrestres* : « *Que mon livre t'enseigne à t'intéresser plus à toi qu'à lui-même, puis à tout le reste plus qu'à toi...* »

Comment s'ouvrir à l'amour véritable ?

Extrait de *Comment s'ouvrir à l'amour véritable - Apprendre à aimer, apprendre à s'aimer* de Sharon Salzberg

« Je suis convaincue qu'il n'existe qu'une seule forme d'amour : l'amour véritable, qui s'efforce de s'exprimer en nous malgré nos certitudes réductrices, nos distorsions culturelles et toutes ces habitudes fondées sur la peur, le mécontentement de soi et l'isolement que nous avons tendance à développer à mesure que nous avançons dans la vie. Chacun de nous est capable de faire l'expérience de l'amour véritable. À partir du moment où nous l'abordons avec cette ouverture, il devient possible de trouver l'amour dans les moments de rencontre les plus banals : avec le caissier du supermarché, un enfant, un animal domestique, la nature en forêt – et à l'intérieur de nous. L'amour véritable apparaît quand on se reconnaît pleinement vivant et complet en dépit de ses blessures, de ses craintes ou de sa solitude. C'est un état dans lequel on s'autorise à être vu en pleine lumière par soi-même et par

*les autres tout en offrant l'éclat de son propre regard au monde environnant.
C'est un amour qui guérit.*

On peine parfois à trouver sa place dans le monde actuel, à se positionner, à avoir des relations bienveillantes, que ce soit au sein de notre famille, dans notre vie amoureuse, amicale, professionnelle... Et pourtant ce sont ces relations saines qui nous nourrissent, nous font grandir. Quand on blesse l'autre, on se blesse toujours un peu soi, aussi... Fions-nous à notre boussole éthique et apprenons de chaque relation, en créant des liens sincères. »

Pourtant selon **Sharon Salzberg**, nous portons en nous la clé de notre épanouissement : l'amour, inconditionnel, sans restriction. Pas besoin de courage pour faire appel à lui, il suffit de parvenir à s'ouvrir à lui, pleinement.

Comment parvenir à retrouver l'essentiel, l'amour ?

L'auteur nous donne quelques pistes, à travers des exercices pratiques pour muscler notre bienveillance :

- * en méditant,
- * en vivant en pleine conscience,
- * en aspirant à la bonté,
- * en faisant preuve de compassion,
- * en étant juste,
- * en se réjouissant pour les autres,
- * en sachant pardonner...

Et enfin, au bout du chemin, la promesse d'apprendre à aimer... et à s'aimer.

Aller plus loin

- Écouter l'émission *Grand Bien vous fasse* de France Inter avec **Sharon Salzberg**

<https://www.franceinter.fr/emissions/grand-bien-vous-fasse/grand-bien-vous-fasse-04-avril-2018>

Des émotions plus vraies que nature

Inutile de chausser un casque de réalité virtuelle pour vivre des émotions par procuration. Un bon roman d'amour fait largement l'affaire ! Un article paru sur le site américain NPR rapporte une expérience menée par une équipe de chercheurs de l'université américaine de Stanford. Ceux-ci ont observé le cerveau de volontaires pendant la lecture, distraite ou au contraire attentive, d'un roman de Jane Austen, grande figure de la littérature anglaise. Leur découverte : lorsqu'elle est attentive, la lecture active des parties du cerveau impliquées dans le mouvement et le toucher. *"Comme si les lecteurs se plaçaient physiquement dans l'histoire au fur et à mesure qu'ils l'analysaient"*, expliquent les auteurs de l'article. Une autre étude menée par une équipe de l'université d'Emory, en Géorgie (États-Unis), et publiée en 2013 dans la revue *Brain Connectivity* suggère, elle, que la lecture d'un roman vous "transporte" dans le corps du protagoniste. *"Le simple fait de penser à courir, par exemple, peut activer les neurones associés à l'acte physique de courir"*, précise Carol Clark, chargée de communication scientifique de l'université américaine.

Une rêverie stimulante

Que l'on soit ou non amoureux (en vrai), que l'on soit ou non en couple (dans le réel), on a tous besoin de s'extraire de temps en temps de notre quotidien. [Le fantasme](#) – qui est une mise en scène mentale à laquelle on participe – est un moyen pratique et sans frais de s'offrir un petit bain de romantisme (ou plus si affinités). Avec un avantage incomparable : celui de ne faire de mal à personne. Quittez votre époque et votre milieu. Blottissez-vous (en rêve) dans les bras d'un personnage de roman, qui vous en voudra ? *"Les fantasmes ne commandent pas la vie sexuelle, ils en sont la nourriture"*, remarque le psychiatre français Henri Nahi Barte. Laisser son esprit divaguer est d'ailleurs, plus largement, une bonne habitude pour notre santé psychique. Mary Helen Immordino-Yang, une neurologue de l'université de Californie du Sud, a dirigé une étude qui atteste des [bienfaits de la rêverie](#). Ses recherches suggèrent que lorsque notre esprit vagabonde, il produit notamment des scénarios et des plans qui invitent à se projeter dans l'avenir.

Du baume au cœur

Autre avantage de la littérature sentimentale : elle nous aide (quand elle est fine et réussie) à mieux comprendre ce que l'on vit ou a vécu. Combien de lecteurs ont un jour trouvé dans telle ou telle histoire une grille de lecture de leur propre vécu amoureux : *"Je ne suis donc pas la seule à aimer autant"*, *"J'ai souffert comme il souffre"*... Cette identification est d'ailleurs bénéfique pour la santé. En effet, savoir reconnaître nos

[émotions](#) (ou les comprendre après coup) est un facteur d'apaisement. Une étude menée en 2007 par des chercheurs de l'université de Californie établit que le fait de [mettre des mots sur ce que l'on ressent](#) aide à soulager sa détresse émotionnelle. Alors, si les livres sont nos amis, autant aller directement vers ceux qui nous correspondent..

Un imparable antistress

[Le soin par le livre](#) n'est d'ailleurs pas une nouveauté. Dans les pays anglo-saxons, la bibliothérapie (ou thérapie par la lecture) est largement développée. L'objectif ? Prescrire la lecture de romans (d'aventure, de psychologie, d'humour, et pourquoi pas d'amour) pour contrer des troubles légers comme [l'anxiété](#). Une étude de l'université du Sussex, rapportée par le journal britannique *The Argus*, indique que [la lecture de romans est en effet le meilleur moyen de se détendre](#). Pour le prouver, les scientifiques ont augmenté le niveau de stress et la fréquence cardiaque d'un groupe de volontaires grâce à une série d'exercices, avant de tester auprès d'eux différentes méthodes de relaxation. Les résultats indiquent que la lecture est la plus efficace d'entre elles ! Elle peut réduire le stress de 68 %, davantage que le fait d'[écouter de la musique](#) (61 %), de prendre une tasse de thé (54 %) ou de [se promener](#) (42 %). Autre élément intéressant : les sujets n'ont eu besoin de lire que six minutes, en silence, pour ralentir leur rythme cardiaque et apaiser leurs tensions musculaires.

Un facilitateur d'empathie

Parce qu'ils décortiquent la psyché des personnages et nous livrent leurs monologues intérieurs, les romans sentimentaux nous donnent aussi des clés pour mieux comprendre celles et ceux qui nous entourent. Des études tendent d'ailleurs à prouver que lire des romans (quel qu'en soit le genre) améliore notre capacité d'[empathie](#). Dans un article paru dans la revue *Cerveau & Psycho* en mai 2012, Keith Oatley, professeur de psychologie cognitive de l'université de Toronto, fait ainsi état de recherches publiées en 2006. Après avoir évalué les habitudes de lecture de 94 adultes, les chercheurs ont testé les volontaires sur leurs habiletés sociales, dont la perception des émotions. "*Nous avons demandé aux sujets d'essayer d'identifier l'état émotionnel d'une personne uniquement à partir de photos où l'on ne voyait que les yeux*", explique le scientifique. Les résultats sont étonnants : plus les gens lisent des romans, plus ils se montrent perspicaces dans leur perception des émotions. **La question émerge alors : et si, en aiguisant nos compétences relationnelles, lire des romans d'amour nous aidait tout simplement à... vivre des histoires d'amour ?**

Musclez votre bonheur

Le bonheur, c'est comme un muscle, il faut le travailler. D'après le docteur Seligman, chef de file de la **psychologie positive**, "les gens peuvent choisir comment penser. Nous visons un optimisme flexible et lucide." Entraînez-vous dès maintenant. Le soir, avant de vous coucher, listez dans un carnet **3 choses positives qui vous sont arrivées** dans la journée et les raisons pour lesquelles elles se sont bien déroulées. De cette manière, vous incitez votre esprit à se focaliser sur le positif... Et comme l'enseignait Epicure, rappelez-vous que votre bonheur repose avant tout sur votre volonté, alors choisissez d'être heureux !

Le roman d'amour : un conte d'amour moderne ?

Le roman d'amour reprend souvent le schéma narratif du conte traditionnel, d'où la notion de « romance », un moment intense mais daté chronologiquement : il y a un début...et il y a une fin.



Il faudrait nombre de pages pour lister tous les bons romans d'amour ; à vous de définir ce qu'est un **bon** roman d'amour, moi, je ne peux que vous soumettre ma version de bibliothécaire :

-une histoire qui tient la route même si elle se déroule dans un temps et un lieu qui n'existe pas ; mais que la construction du récit soit cohérente

-des personnages attachants, bien campés mais qui renvoient aussi à des parts de nous-mêmes, avouées ou non, et déclencheuses d'émotions

-des sentiments et émotions fortes, qui réveillent à la fois nos sens, notre corps et nos souvenirs ou nos fantasmes

Quelques documentaires et sites web sur le roman d'amour :

-Nancy HUSTON et Rachid KORAICHI : Tu es mon amour depuis tant d'années.- Ed. Magnier

-Réinventer l'amour : comment le patriarcat abote les relations hétérosexuelles / Mona CHOLLET.- Ed. La Découverte

-Libres d'aimer : les cougars dans la littérature / Clélia RENUCCI.- Albin Michel

-Eros émerveillé : anthologie de la poésie érotique française.- Gallimard.- (Poésie)

-site internet : lisez-com

-site internet : www.psychologies.com / bibliothérapie-les-romans-a-lire-en-cas-de-rupture-amoureuse

Quelques titres et quelques auteurs maintenant :

Pour changer un peu des Danièle Steel, Nora Roberts ? Stéphanie Meyer...que vous connaissez déjà toutes et tous...

-La terre qui penche / Carole MARTINEZ

-Nos rendez-vous / Eliette ABECASSIS

-Par le vent pleuré / Ron RASH

-7 nuits / Alina REYES

-La délicatesse du homard / Laure MANEL

-Le courage qu'il faut aux rivières /Emmanuelle FAVIER

-Ör / Audur Ava OLAFSDOTTIR

-Ceci est mon cœur / Louisane C. DOR

-On ne meurt pas d'amour / Géraldine DALBAN-MOREYNAS

-Amours / Léonor de RECONDO

-En censurant un roman d'amour iranien / Shahriar MANDANIPOUR

-L'amant du volcan / Susan SONTAG

-Dans les westerns /Gilles LEROY

-Starlight / Richard WAGAMESE

-Le ministère du Bonheur suprême / Arundhati ROY

-Retour à Martha's Vineyard / Richard RUSSO

-Les romans de Jojo MOYES, de Nicholas SPARKS

-Quatre jours en mars / Jens-Christian GRONDHAL

-Les séries (livres ou films) comme Outlander, Angélique...

-L'amour au temps du choléra / Gabriel GARCIA MARQUEZ

-la poison d'amour / Eric-Emmanuel SCHMITT

-Seule en sa demeure / Cécile COULON

-Séréna /Ron RASH

-Transit / Anna SEGHERS

-L'amour a le goût des fraises / Rosamund HADEN

-L'amour au temps des scélérats / Anouar BENMALEK

- **Les classiques :**

- Le diable au corps / Raymond RADIGUET
- Chéri / Colette
- Belle du seigneur / COHEN
- Les romans de Jane AUSTEN
- Le lecteur / Bernhard SCHLINK
- Tristan & Yseult

- **Romans à lire en cas de rupture amoureuse :**

- Haute-fidélité / Nick HORNBY
- L'amour dure 3 ans / Frédéric BEIGBEDER
- Je m'en vais / Jean ECHENOZ
- La fin d'une liaison / Graham GREENE
- Beaux rivages / Nina BOURAOUI

Pour votre information, il y a plein de sites internet qui donnent des bibliographies sur ce thème !

- **Sur le deuil de l'être aimé :**

- Quelle n'est pas ma joie / Jens Christian GRONDHAL
- Dans ce jardin qu'on aimait / Pascal QUIGNARD
- Le bureau des jardins et des étangs / Didier DECOIN

ANNEXE N°18 : FORMATIONS DEPARTEMENTALES

**LES LIVRES PRENNENT SOIN DE NOUS :
POUR UNE BIBLIOTHÉRAPIE CRÉATIVE**

Mardi 13 et mercredi 14 octobre de 9h à 17h
Espace Marc-Lauga à Escourou

Intervenante
Régine Detambel, auteure et bibliothécaire

Publics
Bibliothécaires bénévoles et salariés

La bibliothérapie a affaire avec le soin. Elle est un terme qui sert à désigner communément « les vertus thérapeutiques de la lecture ». Le nouage du langage au corps est indéniable mais il est encore méconnu. La bibliothérapie est un des moyens par lequel des personnes en « difficulté » (psychologique, physique, sociale ou existentielle...) mettent en œuvre le traitement par lui-même à travers la lecture. L'auteure Régine Detambel, kinésithérapeute de formation, traitera de la lecture et de l'écriture comme thérapies, mais aussi de la mystérieuse force de la voix, de la parole, du chant, de la symbolique...

CONTENU

- Découvrir le concept de bibliothérapie, sa genèse et son histoire,
- Approche thérapeutique,
- Comprendre l'importance de constituer une offre de lecture adaptée à cet enjeu,
- Identifier et sélectionner les auteurs, éditeurs et collections.

21

Formation proposée en 2020 par la médiathèque des Landes

JOURNÉE CULTURE BLEUE

**SENSIBILISATION AU YOGA DU RIRE
ET À LA BIBLIOTHÉRAPIE**

Pour vous inscrire, cliquer sur la date de formation ci-dessous



OBJECTIFS

- Découverte par la pratique de deux techniques d'animation innovantes
- Sensibilisation pour mieux en comprendre l'intérêt pour les personnes âgées en EHPAD

	durée : 1 jour		maximum : 30 stagiaires	INSCRIPTION AVANT LE 26 FÉV. 2021
CONTENU		• Initiation au yoga du rire • Initiation à la bibliothérapie (lecture sensorielle) <i>La formation sera une immersion pratique, dans ces deux techniques, afin de permettre à chaque participant.e de mieux cerner leurs bienfaits pour les résident.e.s, d'apprendre des astuces faciles à développer au sein de leur structure, de réaliser des projets intégrant ces techniques.</i>		
INTERVENANTES		Bibliothérapie : Laurette Dufranne, formatrice, art-thérapeute (Association La douce heure) Yoga du rire : Chantal Nowak, sophrologue (Sophro-Terre)		
DATES ET LIEUX		• Jeudi 29 avril 2021 (09h-17h) Site de Bésignoles - Privas		
PUBLIC		Animateurs.trices en EHPAD <i>La session de 2020 ayant été annulée en raison de la Covid 19, les personnes inscrites en 2020 seront prioritaires.</i>		

Formation proposée en Ardèche en avril 2021

Se former à la bibliothérapie – la suite

Lieu :	En visioconférence	 Régine Detambel
Date :	Groupe 1 - le lundi 11 octobre Groupe 2 - le mardi 12 octobre	
Intervention exceptionnelle :	Régine DETAMBEL est écrivaine, bibliothérapeute et formatrice en bibliothérapie créative. Elle est notamment l'auteure de <i>Les Livres prennent soin de nous</i> . Pour une bibliothérapie créative (Actes Sud, 2015).	
Public :	Réservée aux personnes inscrites sur les sessions des 27 et 28 mai derniers. Le groupe du 27 mai est attendu comme convenu le 11 octobre ; celui du 28 mai est attendu le 12 octobre. Aucune nouvelle inscription n'est possible.	
Horaires :	9h30 - 11h30 et 14h - 16h	
Objectifs :	• Améliorer la qualité de l'accueil de personnes en souffrance, • Découvrir la bibliothérapie créative, • Envisager une animation dans sa structure, • Sensibiliser à l'utilisation de textes pour « prendre soin ».	
Programme :	Eléments de récapitulation de la 1 ^{re} journée avec exemples d'exploitation de textes en bibliothérapie. Fonction et utilisation de l'écriture et des objets médiateurs dans l'animation d'un atelier de bibliothérapie. Posture créative des bibliothécaires. Présentation et déroulement d'un atelier-type. Construire son propre atelier dans sa structure.	
Clôture des inscriptions :	Jeudi 30 septembre	

Crise économique, crise sanitaire, crise existentielle, crise du couple... La vie ne manque pas d'épreuves à traverser et la bibliothèque peut être un refuge pour nos souffrances humaines. Pour faire face aux défis de l'existence, à tous les âges de la vie, il est bon de se ressourcer en contactant sa créativité. Mais est-ce que le quotidien nous en donne l'occasion ? Comment les livres peuvent-ils apporter un nouvel élan ? Est-ce que les textes peuvent nous aider à vivre ? Comment sortir des prescriptions des manuels de développement personnel ? Pour envisager tous ces questionnements, Régine Detambel vous invite à découvrir la bibliothérapie créative.

2^{ème} partie d'une formation proposée dans le Loiret en octobre 2021 à la suite de celle qui avait eu lieu également sur deux jours au mois de mai 2021

ANNEXE N°19 : QUESTIONNAIRE MEDIATHEQUES DES PYRENEES ORIENTALES

« Le questionnaire été composé de 9 petites parties :

- la sensibilisation du personnel de votre structure à la question des personnes fragilisées et/ou en situation de handicap,
- les publics fragilisés ou en situation de handicap fréquentant votre bibliothèque,
- votre bâtiment et vos espaces,
- vos collections adaptées et les services proposés,
- les outils adaptés aux différentes formes de handicap,
- l'accueil dans votre structure et les interventions hors les murs en direction de ces publics,
- les actions culturelles accessibles,
- les supports de communication adaptés,
- la formation du personnel

Parmi les réponses données sur la thématique des actions culturelles et en matière de besoins de formation du personnel nous avons noté quelques bibliothèques intéressées par la bibliothérapie.

Également dans les besoins de formation formalisés dans nos questionnaires d'évaluation de fin de formation, souvent cette thématique revient.

Du coup ... pour 2021 nous avons souhaité inclure la bibliothérapie dans notre catalogue en la dédiant plus particulièrement aux seniors qui ont beaucoup souffert d'isolement pendant ces périodes de confinement. »

Le questionnaire a été envoyé en 2020.

ANNEXE N°20 : PROGRAMME DE LA FORMATION

Agenda
9 et 10 sept
9h - 12h
14h - 17h
Date limite d'inscription :
6 août

Bibliothérapie, quand les livres prennent soin des seniors
Objectifs
Cette formation devra permettre aux salariés et bénévoles des bibliothèques de connaître les principes de la bibliothérapie et les applications possibles dans leurs structures. Elle devra leur donner les clés pour mettre en place des ateliers en favorisant les partenariats avec les acteurs et professionnels locaux.

Contenu
JOUR 1

- Introduction à la bibliothérapie : origine, évolution, contexte et enjeux.
- Intérêt de la bibliothérapie en bibliothèque.
- Connaissance des publics concernés : identifier les besoins des seniors, créer du lien social, accompagner les personnes isolées ou fragilisées.
- Concevoir une rencontre autour des mots aux travers de lectures à haute voix bienveillantes, réconfortantes poétiques et sensorielles.
- Travailler sur le choix des extraits littéraires leur réception, les effets attendus et observés.



THÉMATIQUES
→ Typologie des ouvrages concernés : constitution d'un fonds en bibliothèque.

JOUR 2

- Construction d'une séance de bibliothérapie créative : contenu, forme, durée, méthodes d'animation.
- Analyser son rôle et sa posture professionnelle.
- Mise en place de projets en bibliothèque : connaissance de la législation et des dispositifs existants, partenariat avec les professionnels et acteurs locaux (Conseil départemental, personnels de santé, maisons de retraite, maisons sociales, CLIC...).

Public concerné
Bibliothécaires salariés et bénévoles du réseau départemental de lecture publique.



Effectif : 15 stagiaires maximum.
Lien : Médiathèque Départementale des Pyrénées-Orientales à Thuir.
Intervenant : Laurette Dufraigne, Association La douce heure.
Renseignements
Sylvie Gaillard,
responsable du service formation
04 68 57 41 55
sylvie.gaillard@cd66.fr

<https://fr.calameo.com/read/00663313271d9e31278d6>

ANNEXE N°21 : ATTENTES DES STAGIAIRES ET BILAN APRES FORMATION

Voici les quelques informations que je peux vous donner sur la formation "Bibliothérapie, quand les livres prennent soin des séniors" qui s'est déroulée à la médiathèque départementale des Pyrénées-Orientales les 9 et 10 septembre 2021 avec Laurette Dufranne comme intervenante..

Contenu de la formation

• Objectifs :

Cette formation devra permettre aux salariés et bénévoles des bibliothèques de connaître les principes de la bibliothérapie et les applications possibles dans leurs structures. Elle devra leur donner les clefs pour mettre en place des ateliers en favorisant les partenariats avec les acteurs et professionnels locaux.

• Contenu :

Jour 1

- Introduction à la bibliothérapie : origine, évolution, contexte et enjeux.
- Intérêt de la bibliothérapie en bibliothèque.
- Connaissance des publics concernés : identifier les besoins des séniors, créer du lien social, accompagner les personnes isolées ou fragilisées.
- Concevoir une rencontre autour des mots aux travers de lectures à haute voix bienveillantes, réconfortantes poétiques et sensorielles.
- Travailler sur le choix des extraits littéraires leur réception, les effets attendus et observés.
- Typologie des ouvrages concernés : constitution d'un fonds en bibliothèque.

Jour 2

- Construction d'une séance de bibliothérapie créative : contenu, forme, durée, méthodes d'animation.
- Analyser son rôle et sa posture professionnelle.
- Mise en place de projets en bibliothèque.

• Public concerné :

Bibliothécaires salariés et bénévoles du réseau départemental de lecture publique.

Attentes des stagiaires formulées via un questionnaire avant la formation (7 réponses sur les 12 personnes inscrites)

Merci de bien vouloir répondre à ces quelques questions pour que la formatrice Laurette Dufranne de l'Association La douce heure puisse vous connaître un peu mieux et surtout répondre au maximum à vos attentes :

1. Description rapide de votre bibliothèque et du poste que vous y occupez
2. Avez-vous déjà mené un projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap ?

3. Réalisez-vous des ateliers de lecture en direction des seniors dans votre structure ou faites-vous appel à des intervenants extérieurs pour le faire ?
4. Quelles sont vos attentes par rapport à cette formation ?
5. Quels types de textes penseriez-vous lire dans le cadre d'un atelier bibliothérapie ?

Réponses formulées sans mention des noms des personnes et des villages

Stagiaire 1

1. Description rapide de votre bibliothèque et du poste que vous y occupez :

Bibliothèque municipale accueillant principalement une population de personnes âgées. J'occupe le poste d'accueil, de conseil et également la recherche et la planification des animations.

2. Avez-vous déjà mené un projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap ? Oui, la bibliothèque accueille tous les mardis un groupe de jeunes adultes handicapés d'un accueil de jour.

3. Réalisez-vous des ateliers de lecture en direction des seniors dans votre structure ou faites-vous appel à des intervenants extérieurs pour le faire ? Non

4. Quelles sont vos attentes par rapport à cette formation ? Connaître le type d'ouvrage adapté pour mettre en place un atelier attractif

5. Quels types de textes penseriez-vous lire dans le cadre d'un atelier biblio thérapie ? De la poésie

Stagiaire 2

1. Description rapide de votre bibliothèque et du poste que vous y occupez : Je travaille au service culture de la communauté de communes et plus précisément dans un bassin de lecture

2. Avez-vous déjà mené un projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap ? J'ai mis en place un service de portage de livres à domicile pour les personnes qui ne peuvent pas se rendre à la médiathèque et je porte également des documents à la maison de retraite du village.

3. Réalisez-vous des ateliers de lecture en direction des seniors dans votre structure ou faites-vous appel à des intervenants extérieurs pour le faire ? Nous avons déjà réalisé des ateliers en direction des seniors et vous avez animé les séances.

4. Quelles sont vos attentes par rapport à cette formation ? Qu'est-ce que la bibliothérapie ? Quels sont les bienfaits de ces ateliers ou faut-il en attendre ? pour quels publics ? Comment le mettre en place ? Déroulement d'une séance ? Y a-t-il des textes plus appropriés que d'autres ?

5. Quels types de textes penseriez-vous lire dans le cadre d'un atelier biblio thérapie ? Cela fait parti de mes questionnements. Cela peut être des contes, des textes qui font appel à des souvenirs, des ressentis.

Stagiaire 3

1. Présentation de l'établissement : petite médiathèque située idéalement près des écoles et des commerces, offre sur tous les supports des ouvrages aux habitants de cette commune. Elle constitue un point de rencontre pour une bonne partie de la population.

2. Le poste que j'occupe :

- Participer à la constitution et à la gestion des collections en qualité de contributeur pour un ou plusieurs domaines d'acquisition au sein de la médiathèque.
- Sous l'autorité fonctionnelle du pilote, être contributeur d'un ou plusieurs domaines Poldoc réseau.
- Participer à la valorisation des collections au travers de sélections thématiques, tables de présentation et rédaction de coups de cœur.
- Accueillir les publics et les accompagner dans la découverte et l'utilisation des services de la médiathèque
- Accueillir des publics spécifiques. Portage à domicile pour les publics empêchés
 - Participer à l'action culturelle de son équipement et du réseau : mise en place d'ateliers en direction d'un public familial, animer le club de lecture adulte.

3. Projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap :

Un service de portage des documents au domicile des personnes empêchées est proposé par les médiathèques du réseau.

Partenariat avec l'association Valentin Haüy au service des aveugles et des malvoyants, association qui a pour vocation d'aider les aveugles et les malvoyants à sortir de leur isolement, et de leur apporter les moyens de mener une vie normale. Des ateliers de lecture (via un partenaire) en direction des seniors (hors les murs) ont été proposées pour une maison de retraite.

4. Mes attentes : Avez-vous un exercice de bibliothérapie à me donner ? Comment se soigner grâce aux livres ? *Comment sélectionner et prescrire des livres « qui font du bien » ? Quelle posture le bibliothérapeute doit-il adopter ? De quelle manière les livres influencent-ils nos comportements ?*

5. Quels types de textes dans le cadre d'un atelier bibliothérapie: les « self-help books, Développement personnel », les livres de psychologie et les livres de littérature.

Stagiaire 4

1. Description rapide de votre bibliothèque et du poste que vous y occupez :

La bibliothèque se situe dans un local partagé avec l'Agence Postale . Les seniors et les enfants du primaire sont les lecteurs principaux. Actuellement j'occupe ce poste les après midi, du lundi au vendredi, à la demande. Mon activité principale est la gestion du prêt et le retour depuis septembre 2019.

2. Avez vous déjà mené un projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap ?

Actuellement, aucun projet ni atelier n'ont été mené en lien avec les personnes fragilisées de la commune.

3. Réalisez-vous des ateliers de lecture en direction des seniors dans votre structure ou faites-vous appel à des intervenants extérieurs pour le faire ?

Dans cette structure pas de projet mis en place

4. Quelles sont vos attentes par rapport à cette formation ?
Mes attentes par rapport à cette formation sont de pouvoir connaître le déroulement d'un atelier, avec quels ouvrages, quelle forme donner à l'atelier (groupe, individuel, gestuel ...)

5. Quels types de textes penseriez-vous lire dans le cadre d'un atelier bibliothérapie ?

Dans un atelier bibliothérapie je vois bien lire de la poésie, de la philosophie, mais aussi la presse

Stagiaire 5

1. Description rapide de votre bibliothèque et du poste que vous y occupez :

La bibliothèque se situe dans le centre culturel sur une surface de 200 m2. La station balnéaire a une population de 5900 habitants l'hiver (pour la plupart retraité) et de 85 000 l'été. Actuellement le centre culturel est en réhabilitation la bibliothèque se trouve dans des locaux temporaires. Je suis en poste depuis 2012 en tant que responsable de la bibliothèque.

2. Avez-vous déjà mené un projet en lien avec les personnes fragilisées et/ou en situation de handicap ?

J'ai organisé des ateliers manuels avec un établissement de personnes atteintes de début d'Alzheimer et de personne âgées. Actuellement ma collègue organise des lectures avec un établissement de jeunes handicapés tous les mardis après-midi.

3. Réalisez-vous des ateliers de lecture en direction des seniors dans votre structure ou faites-vous appel à des intervenants extérieurs pour le faire ?

Nous aimerions mettre en place des ateliers de lecture c'est pour cela que nous sommes intéressés par cette formation.

4. Quelles sont vos attentes par rapport à cette formation ?

Avoir les outils et techniques nécessaires pour cette mise en place

5. Quels types de textes penseriez-vous lire dans le cadre d'un atelier bibliothérapie ?

Je souhaite transmettre mes lectures que j'ai classé dans mes coups de cœurs.

Stagiaire 6

Je connais la formatrice Laurette Dufranne, puisque je l'avais accompagnée sur des ateliers à l'attention d'un public de personnes âgées pendant 2 ans à la Médiathèque. Depuis un an et demi, je suis responsable de la Médiathèque d'une petite commune et j'ai dans mon lectorat, un nombre important de personnes "âgées" (60-90 ans), essentiellement féminin.

J'ai fait à 2 reprises des comités de lecture avec eux qui ont eu un franc succès. Je vais à cette formation avec curiosité, sans attente à priori, mais en espérant y trouver des infos, ou des conseils dans ma pratique professionnelle. Je n'ai pas d'idée précise sur des textes à lire, cela peut-être une piste pour la formation.

Stagiaire 7

Je suis animatrice dans un l'EHPAD.

Je mène toutes sortes de projets d'animation au sein de l'établissement pour les personnes âgées.

Je réalise des ateliers lectures avec les résidents en petit groupe.

Il n'y pas d'intervenants extérieurs mis à part Mme Dufranne qui est venue quelques fois dans notre structure.

Je souhaiterais que cette formation puisse m'aider à améliorer mon atelier lecture (étapes pour mettre en place un atelier de bibliothérapie).

Pendant un atelier de bibliothérapie, je pense que je lirais un poème.

Evaluation suite à la formation

Attentes :

- découverte de la bibliothérapie et des outils pour mettre en place des ateliers,

- partages d'expériences,

- quelles thématiques peuvent intéresser les seniors,

- quels types de textes proposer

Organisation pratique : inscription, horaires, accueil, salle et matériel = 11 très satisfaisants et 1 satisfaisant ;

La durée de la formation = 9 très satisfaisants, 3 satisfaisants.

Pédagogie-animation : l'intervenant = 9 très satisfaisants, 3 satisfaisants.

Documentation remise : 7 très satisfaisants, 5 documentation non remise à venir (envoyée par mail après la formation).

Objectifs atteints : 12 objectifs tout à fait atteints = formation donne envie de faire des lectures lors du portage à domicile, mise en pratique directe de la personne travaillant en Ehpad, formation très concrète, apport très complet.

Contenu : 6 contenu adapté, 6 contenu suffisant. Développer un peu la mise en situation et comment on accueille les personnes lors de la mise en place de l'atelier.

Acquis de la formation et mise en pratique : Pour la personne travaillant en Ehpad = mettre en place une lecture systématique avant chaque atelier, pour les bibliothécaires = lectures lors du portage à domicile, atelier autour de la thématique du polar, peut être autour d'un atelier intergénérationnel, des lectures hors les murs.

Suites éventuelles : 7 personnes aimeraient donner une suite à cette formation, 4 personnes ne le souhaitent pas et 1 personne ne se prononce pas. Les suites éventuelles mentionnées : développer des actions concrètes, rester en contact avec le groupe pour échanger sur les expériences menées.

Projets engagés par la MDPO

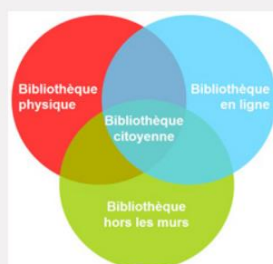
La MDPO organisait en collaboration avec l'association de Laurette Dufranne "La Douce heure" des lectures dans des Ehpad du département, elle poursuit ces lectures et nous envisageons de les étendre auprès d'un public élargi.

Nous organisons cette année deux formations sur la thématique "Inclusion et accessibilité culturelles" et une journée d'échanges sur cette même thématique afin de permettre des rencontres et des partenariats entre les acteurs du monde de la culture et ceux des solidarités.

Sylvie GAILLART. Responsable du service formation de la MDPO.

ANNEXE N° 22 : LE SERVICE HORS- LES-MURS A BELFORT

ACTIONS HORS LES MURS



Le service Hors les murs a pour mission de maintenir le lien social par la lecture. Vous trouverez sur cet espace un descriptif des services proposés aux Belfortains.

Le service Hors les murs assure des permanences dans divers lieux de la Ville de Belfort, en s'appuyant sur les ressources des trois bibliothèques, et propose des visites de groupes, des spectacles, des expositions, des rencontres, des lectures à voix haute...

MAISON D'ARRÊT

La Bibliothèque municipale a pour mission de favoriser l'accès au livre, à la culture et à l'information des publics dits « empêchés ». Elle collabore en ce sens depuis une vingtaine d'années avec la Maison d'arrêt de Belfort et, depuis quelques années, avec le SPIP (Service Pénitentiaire d'Insertion et de Probation).

Ce partenariat est contractualisé par une convention.

Une manière de promouvoir et de constater les effets positifs de la bibliothérapie (= soigner par le livre).

LECTURES

Le Service Hors les murs propose régulièrement des lectures à voix haute dans les Maisons de quartier de Belfort, les résidences de personnes âgées, à l'Hôpital de jour, à la Maison d'arrêt...

BIBLIOTHÈQUE À DOMICILE

Depuis 2002, la Bibliothèque municipale de Belfort et le Service de soutien du CCAS (Maison de l'Autonomie) proposent aux belfortains un service de portage à domicile. Vous pouvez nous accueillir tous les mois pour un temps de rencontre et d'échange autour de livres, disques, films, livres lus...

Ce service gratuit s'adresse aux seniors et aux personnes handicapées rencontrant des difficultés à se déplacer, que les personnes soient domiciliées chez elles ou en établissement.

Pour vous informer ou prendre rendez-vous :

Bibliothèque Municipale de Belfort
Service Hors les murs
Responsable : Céline Stévenot
cstevenot@mairie-belfort.fr
03 84 54 27 54

Service de soutien du CCAS
Maison de l'Autonomie
03 70 04 86 95

Captures d'écran effectuées le 15 février 2022 sur la page du site de la médiathèque de Belfort.

TABLE DES MATIERES

SIGLES ET ABREVIATIONS	11
INTRODUCTION.....	13
DE QUOI PARLE-T-ON QUAND ON PARLE DE BIBLIOTHERAPIE ?	17
Une notion plus complexe qu'elle n'en a l'air	17
<i>Un mot tardif pour une conception ancienne</i>	<i>17</i>
<i>Une évolution différente dans les pays anglo-saxons et en France</i>	<i>20</i>
<i>En pratique, deux courants majoritaires entre médecine et littérature..</i>	<i>23</i>
Une notion sulfureuse ?	29
<i>La littérature réduite au rôle de vulgaire outil ?.....</i>	<i>29</i>
<i>Une industrie du bien-être ?.....</i>	<i>30</i>
<i>La crainte de pratiques douteuses : en France, une pratique non encadrée</i>	<i>32</i>
<i>« Peut-il y avoir une science de la bibliothérapie ? ».....</i>	<i>33</i>
LA BIBLIOTHERAPIE EN BIBLIOTHEQUE : ENTRE MECONNAISSANCE, INTERET ET DEFIANCE	37
Quelle perception de la bibliothérapie en bibliothèque ?.....	38
<i>Méthodologie de l'enquête</i>	<i>38</i>
<i>La bibliothérapie en bibliothèque : des connaissances disparates</i>	<i>40</i>
<i>Des pratiques très diverses</i>	<i>49</i>
La bibliothérapie au cœur des missions des bibliothèques.....	53
<i>Le bibliothécaire expert des collections.....</i>	<i>54</i>
<i>La bibliothérapie, un service qui n'a de nouveau que le nom... ..</i>	<i>55</i>
<i>...Et qui place l'utilisateur au centre</i>	<i>55</i>
Des freins importants	57
<i>Un manque de moyens qui ne facilite pas la tâche</i>	<i>57</i>
<i>Un public qui ne serait pas concerné.....</i>	<i>58</i>
<i>La place du bibliothécaire.....</i>	<i>59</i>
<i>Une activité perçue comme potentiellement moins bienveillante qu'elle n'en a l'air.....</i>	<i>61</i>
<i>La difficulté de se former et de se doter d'outils pertinents</i>	<i>62</i>
La pandémie de Covid : une prise de conscience ?	63
<i>Des réponses contrastées</i>	<i>63</i>
<i>La nécessité de constituer un fonds approprié</i>	<i>65</i>
EN PRATIQUE : COMMENT ARTICULER BIBLIOTHEQUE ET BIBLIOTHERAPIE ?	67
« Dire ce qu'ils font plutôt que ce qu'ils sont »	67

<i>De la bibliothérapie à la bibliothèque ? Le quotidien du bibliothécaire...</i>	67
<i>Inscrire la bibliothérapie dans la programmation culturelle</i>	68
<i>Mettre en place des ateliers réguliers : l'exemple de la bibliothèque de Rognac.....</i>	72
Quels leviers utiliser ?	74
<i>Se former</i>	74
<i>Mettre en lien les différents acteurs.....</i>	76
<i>Utiliser les dispositifs financiers existants</i>	77
Tisser des liens.....	78
<i>Livre et santé : une évidence pas si évidente que cela</i>	79
<i>Sortir des murs</i>	80
<i>La bibliothérapie à distance</i>	82
<i>Et dans l'enseignement supérieur ?</i>	83
CONCLUSION	87
SOURCES.....	89
BIBLIOGRAPHIE.....	91
ANNEXES.....	101
GLOSSAIRE.....	ERREUR ! SIGNET NON DEFINI.
INDEX	ERREUR ! SIGNET NON DEFINI.
TABLE DES ILLUSTRATIONS	ERREUR ! SIGNET NON DEFINI.
TABLE DES MATIERES.....	147