DOC
LE RENDEZ-VOUS
DES MÉDECINS
VAUDOIS

Science et médecine

Les arts visuels dans l’éducation et les soins

Si de nombreuses études mettent en évidence l’importance de la musique pour le cerveau, nous nous intéressons ici aux bienfaits que les arts plastiques (dessin, peinture, sculpture, etc.) peuvent apporter à la formation pour toutes et tous, et en particulier aux cursus scientifiques et médicaux. L’utilité des arts dans le domaine des soins a également été démontrée. En Suisse, les découvertes scientifiques récentes pourraient conduire à des changements systémiques dans l’éducation, ainsi qu’à repenser l’usage de la pratique artistique dans le cadre médical.

Les bénéfices des cours d’arts plastiques sur le taux de réussite scolaire des enfants et sur le développement de la pensée critique de manière générale ont été amplement démontrés.

Bienfaits de la formation artistique

L’étude des arts visuels peut avoir un impact positif sur le développement du langage et l’aptitude à la lecture de jeunes enfants, probablement à cause de l’amélioration de la capacité à analyser et interpréter des informations visuelles, compétences qui renforceront par la suite la lecture. Chez les enfants de 9-10 ans, un cours d’une année comprenant 10 leçons de pratique en arts visuels a eu des effets positifs sur leurs capacités d’analyse, d’interprétation, de déduction et de raisonnement (1). La formation artistique contribue également à développer les compétences de résolution de problèmes et la flexibilité mentale. Ces effets étaient globaux et ne se limitaient pas aux élèves les plus performant-es. L’enseignement des arts visuels à l’école améliore aussi l’engagement des élèves dans leur éducation, leur capacité à se représenter et à comprendre des concepts abstraits (nécessaire pour l’apprentissage des mathématiques par exemple), ainsi que la communication des informations aux autres. Chez les enfants ayant suivi une formation artistique, on constate une amélioration dans les résultats des examens d’entrée à l’université. Cette étude montre que les arts visuels ont autant d’impact que l’étude de la musique (2).

Bénéfices de l’intégration des arts plastiques aux cursus scientifiques et médicaux

Les bienfaits reconnus des cours d’arts plastiques dans les écoles ont conduit à repenser les formations médicales dans les milieux anglo-saxons. Le résultat montre que l’étude des arts visuels améliore les capacités d’observation et de diagnostic des soignant-es. A l’Université de Yale, les étudiant-es de première année qui ont participé aux conférences du Yale Center for British Art ont montré une plus grande capacité à détecter des symptômes à partir de photographies de patient-es que leurs pair-es ayant suivi des conférences supplémentaires dans des domaines médicaux. Une étude ultérieure menée à Harvard (3) impliquait un cours d’arts visuels de 8 séances avec des étudiant-es de première et deuxième année. Ils/elles avaient amélioré leurs performances sur un test d’habileté visuelle d’une heure. De tels résultats ont certainement fait partie des facteurs ayant mené, en 2018, à la recommandation de l’US National Academies of Science, Engineering, Mathematics and Medicine d’intégrer les sciences humaines et les arts au cursus scolaire. Les bienfaits de la pratique artistique se manifestent dans les professions médicales et scientifiques par un renforcement de la créativité, de la curiosité, de la résilience et de la résolution de problèmes.

Les arts visuels dans un milieu clinique

Ce contenu peut être utilisé dans un cadre privé ou pour la formation postgraduée et continue. Toute autre utilisation est subordonnée à l’autorisation écrite préalable de la Société Vaudoise de Médecine (SVM), éditrice et détentrice exclusive des droits.

DOC
LE RENDEZ-VOUS
DES MÉDECINS
VAUDOIS

Les arts visuels peuvent également être utilisés à des fins thérapeutiques dans le domaine des soins et de la réhabilitation.

Regarder une œuvre d'art ou écouter de la musique peut diminuer la perception de la douleur.

Cet effet est encore plus fort si le/la patient-e, adulte ou enfant, est lui-même impliqué-e dans la création de l'œuvre, y compris dans les cas de douleurs aigus.

Des études (4) ont montré qu'exercer une activité artistique réduisait les taux de cortisol après seulement 45 minutes d'activité, améliorait la qualité de vie, l'humeur et le bien-être général, et accroissait l'activité cérébrale dans les zones liées à l'attention et à la prise de décision. La création artistique a montré des effets positifs sur le développement des interactions sociales, la préservation et l'amélioration des fonctions cognitives (y compris chez les personnes âgées), et le maintien d'un niveau d'activité physique plus élevé. Les études montrent qu'après seulement 6 à 8 séances, des effets mesurables peuvent être observés. L'art est également apparu comme un moyen de communication alternatif en cas de troubles du langage.

L'usage clinique des arts visuels est intéressant pour de multiples raisons. D'abord, l'art est facilement accessible et ne nécessite aucune compétence préalable chez le/la patient-e. Il peut jouer un rôle thérapeutique tout au long de la vie et ne dépend pas du langage, des connaissances du/de la patient-e et peut être adapté à ses facultés motrices. Au final, les arts visuels sont peu coûteux et les bienfaits prouvés.

Naomi Middelmann
Artiste plasticienne diplômée (membre Visarte), et artthérapeute, Service universitaire de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), CHUV

Sibylle Menal
The Sense Innovation and Research Center (Lausanne et Sion), Département de radiologie, CHUV

Prof. Micah M. Murray
Scientific and Academic Director, The Sense Innovation and Research Center (Lausanne et Sion), Département de radiologie, CHUV

Ce contenu peut être utilisé dans un cadre privé ou pour la formation postgraduée et continue. Toute autre utilisation est subordonnée à l'autorisation écrite préalable de la Société Vaudoise de Médecine (SVM), éditrice et détentrice exclusive des droits.