

# La Bibliothèque des Livres Vivants

Il y a « des livres qui vous parlent »....

Dans ce concept de Bibliothèque des Livres Vivants, l'expression ne peut qu'être prise au pied de la lettre. Créé au Danemark en 2000 à l'initiative d'une ONG et utilisé en France à partir de 2007, ce concept contribue dans le champ de la santé mentale à lutter contre la stigmatisation et l'exclusion. Il aide également les personnes présentant un handicap psychique à se positionner à nouveau dans leur statut de citoyen.

Depuis sa mise en place en 2013, le Centre Ressource Handicap Psychique des Pays de la Loire (CReHPsy PL) s'est tout de suite emparé de la méthode et a organisé à ce jour 5 bibliothèques des livres vivants.

Retour sur ces expériences très prometteuses.

## Des « livres vivants » qui racontent une histoire....

Ici, les livres sont des personnes qui racontent leur histoire et avec qui le dialogue s'instaure. Les usagers intéressés (les livres) viennent témoigner de leur situation de handicap psychique en présence d'un public disposé à cette rencontre (les lecteurs).

La Bibliothèque des Livres Vivants fonctionne de la même manière qu'une bibliothèque traditionnelle, avec « des livres, des lecteurs et des accompagnateurs (Bibliothécaires) ». Cependant quelques préalables doivent être respectés afin de ne pas renforcer les préjugés des « lecteurs ». Les livres sont des personnes sujettes à des troubles psychiques pour qui il est souvent difficile de communiquer. Le choix « des livres » ne se fait donc pas au hasard. L'équipe du CReHPsy propose à des personnes en situation de handicap psychique de devenir « livre ». La maladie doit être acceptée et il faut déjà avoir appris à la connaître et être capable de prendre du recul pour en parler de manière adaptée ; la personne doit être en phase de stabilisation par rapport à sa maladie.

Du côté du lecteur, un temps de préparation et d'information est également nécessaire car le lecteur peut appartenir à des univers très différents ; professionnels de santé, étudiants, membres d'association, grand public etc.. L'accompagnateur (bibliothécaire) les accueille, les oriente et les met en relation avec les livres. Il énonce les règles de « consultation » : un quart d'heure en moyenne par livre. Une fois la consultation du livre terminé, il va s'enquérir du bon déroulement et de l'apport de l'expérience que le lecteur vient de vivre. De même, « livres » et accompagnateur ont également à l'issue d'une bibliothèque un temps d'échanges qui permettra de valoriser les expériences vécues par les uns et les autres.

*A la question de savoir quels bénéfices les livres ont tirés du fait d'être lus : « une joie de vivre...une écoute, un soutien...de la reconnaissance...raconter son parcours et échanger permet de faire le point ».*



Bibliothèque des Livres Vivants du 20 mars 2014

## Un concept au service de l'évolution des représentations

**Ce qui ressort en général des témoignages des acteurs, ce sont des notions d'exclusion et de stigmatisation de la société. Ces moments d'échanges sont donc une opportunité pour ces personnes de prendre la parole et de reprendre confiance en eux. Il s'agit là de se rétablir dans son pouvoir d'agir (empowerment). Les usagers aspirent à être considérés comme des citoyens à part entière et non plus comme des victimes.**



Bibliothèque des Livres Vivants du 10 octobre 2013

## Des expériences prometteuses

Cinq bibliothèques des Livres Vivants se sont tenues depuis 2013. La dernière, qui s'est tenue pendant les Semaines d'Information en Santé Mentale en mars 2015, a été impulsée par un collectif d'usagers accompagné par l'Association ATLAS (qui pour certains d'entre eux avaient déjà participé à cette expérience). Cinq livres se sont prêtés à l'échange et au débat sur le thème de l'adolescence et le vécu de discrimination à la bibliothèque municipale de la Roseraie à Angers. Outre un public déjà ciblé et attendu, composé d'étudiants des métiers du social, de familles de l'UNAFAM, de professionnels de la santé mentale, « lecteurs » concernés par l'accompagnement et la promotion de la santé mentale des plus jeunes à l'adolescence, l'espace de cette rencontre était ouvert à qui le souhaitait, mobilisé par cette question. Le principe de la Bibliothèque a été vivement apprécié. Les échanges, par leur authenticité tant du côté des « livres » que des « lecteurs » ont contribué au succès du moment et participé à l'évolution des représentations.

Jusqu'à présent, la plupart des « livres » ont témoigné avec beaucoup de recul de leurs difficultés au quotidien mais aussi de leurs réussites, en abordant la dimension du rétablissement d'un devenir ; ils ont permis l'échange autour des représentations qui existent sur les troubles psychiques. Ils ont encore évoqué leur sentiment d'exclusion, leurs difficultés pour accéder à la citoyenneté et la nécessité pour eux de fournir des efforts beaucoup plus importants que les autres personnes dans des situations de la vie quotidienne. Unaniment, ils aspirent à être considérés comme citoyen et sont porteurs d'un message d'espoir sur le « vivre avec » une maladie mentale.

Du côté des « lecteurs », le principe de la Bibliothèque des Livres Vivants a été apprécié. A l'issue des rencontres, ils ont pu témoigner d'une prise de conscience des attentes et des difficultés traversées par les usagers mais également de la nécessité d'être tolérant, rassurant, ouvert à la spécificité de ce qu'ils vivent.

*A la question de savoir quels conseils les livres donneraient pour une future BLV : « aux organisateurs, de recommander...aux lecteurs d'être encore plus nombreux, de venir tout simplement sans préjugés...aux livres de parler en confiance, d'écouter les autres, les lecteurs...de ne pas hésiter à participer au groupe, créer un réseau...pour moi, c'est une belle expérience, j'ai été surpris de pouvoir me détacher de mon texte écrit ».*

*A la question de savoir quelle fut pendant la BLV leur expérience la plus importante : « les points communs entre les livres et moi...frappé par le recul des personnes présentant leur histoire...la sincérité...la communication avec les usagers exprimant leur autonomie...découvrir la lucidité que les livres ont d'eux-mêmes...la maturité, le courage des livres ».*

## Le Centre Ressource Handicap Psychique des Pays de la Loire (CReHPsy PL)

Le Centre ressource handicap psychique des Pays de la Loire (CReHPsy), porté par le CESAME et l'association HandiPsy Pays de la Loire depuis juin 2013, est un espace de travail commun aux professionnels du soin et de l'accompagnement des personnes en situation de handicap.

Le CReHPsy est un lieu ressource destiné à fournir information, formation et à investir dans le domaine de la recherche. Des Journées du CReHPsy sont organisées chaque année à des fins d'information et de sensibilisation des professionnels.

### Repère

l'équipe du CReHPsy est composée : du Docteur Denis LEGUAY, médecin-coordonnateur, Sophie DELOFFRE, cadre de santé, Anne-Sophie DELALEU, psychologue, Camille LANDRY, neuropsychologue, Audrey LIVET, psychologue, Amélie GODARD, assistante sociale, Elisabeth BOCCACINO, infirmière, Anastasia MARION, cadre médico-social.

Propos recueillis auprès d'Anne-Sophie DELALEU, psychologue et de Sophie DELOFFRE, cadre de santé.