

PLUME & RÉSILIENCE : quand l'écriture transforme le parcours de soin en oncologie

Côme Sibieude, Christophe Sibieude, Laura Le Saux,
Camille Baudry, Louis Claret, Sophie Lantheaume



Introduction

Les **ateliers d'écriture**, proposés dans le cadre du programme Nouvelles de l'Hôpital déployé par Short Édition, s'inscrivent dans une approche globale visant à améliorer la qualité de vie des patients hospitalisés. Cette initiative s'appuie sur les **bienfaits de l'expression créative et de la lecture** pour aider les patients atteints de cancer à surmonter les **défis émotionnels** liés à leur maladie.

En offrant un espace de partage et de création, ces ateliers visent à réduire le stress, renforcer la résilience et favoriser les interactions sociales.



Inauguration du Distributeur d'Histoires Courtes, plébiscité par les soignants



2025 - 2^e session d'ateliers d'écriture en groupe : source d'entraide et d'échanges pour les patients



Restitution des ateliers d'écriture : partage, lecture et émotion au rendez-vous

Méthode

48 patients atteints de cancer, ayant participé à un cycle d'ateliers d'écriture ont répondu à notre étude. À l'issue de chaque cycle d'écriture, une restitution avec publication dans le **Distributeur d'Histoires Courtes** de l'établissement et lecture à voix haute des histoires proposées par les patients est organisée en présence de l'auteur, du personnel soignant et dans certains cas des familles. Les données ont été collectées à l'aide de **questionnaires** administrés après les sessions, complétés par des entretiens qualitatifs. L'objectif était d'**évaluer les impacts de l'écriture** sur plusieurs dimensions : la gestion des émotions, la perception du parcours de soin, le sentiment de solitude et les interactions avec les autres participants.

Résultats

Les chiffres mettent en lumière des bénéfices sur plusieurs plans :

- **Expression émotionnelle : 57%** des participants rapportent une meilleure capacité à partager leurs émotions ;
- **Apaisement : 64%** déclarent se sentir plus détendus après les ateliers ;
- **Parcours de soin : 73%** expriment une perception plus positive de leur traitement ;
- **Liens sociaux : 81%** affirment avoir réduit leur sentiment d'isolement et **82%** avoir noué des relations avec leurs pairs.

En outre, plusieurs témoignages mettent en avant le rôle des ateliers comme un espace sécurisant et inspirant pour l'expression de soi.

Discussion

Les ateliers d'écriture offrent aux patients une opportunité de se recentrer sur eux-mêmes et de se distancier temporairement des contraintes de la maladie. Ils permettent de redécouvrir des capacités souvent oubliées ou sous-estimées, comme l'imagination et la créativité. La dynamique de groupe favorise l'entraide et les échanges, renforçant le lien social. Ces ateliers, bien qu'occasionnels, s'avèrent essentiels pour améliorer le moral et l'adhésion au parcours de soin.

Conclusion

En intégrant les ateliers d'écriture au sein des hôpitaux, le programme Nouvelles de l'Hôpital démontre leur potentiel à transformer l'expérience des patients. Ils répondent à des besoins émotionnels et sociaux essentiels, ouvrant la voie à leur déploiement. Un projet de recherche clinique multicentres est en cours de développement pour évaluer les effets anxiolytiques à plus long terme des ateliers chez des patientes atteintes de cancer du sein.