



Copyright James Silverman - Architecte : Peter Stutchbury - Décoratrice : Julia Landgren - Peintures : Miguel Macaya - Sculpture : Marta Moreu

Architecture et Art, la recherche convergente du bien-être

Pour bien appréhender ce sujet, replongeons-nous dans l'Antiquité, cette période gardienne des secrets de l'Humanité... Il était une fois, Vitruve, le premier architecte romain dont les écrits nous sont parvenus. Ce dernier vécut au 1er siècle avant J.-C. et demeura célèbre pour avoir fait valoir dans son *De architectura* qu'une structure devait présenter les trois qualités de « **firmitas, utilitas, venustas** » autrement dit « **solidité, utilité et beauté** ».

Ce lien entre l'architecture, la beauté et les bienfaits avérés pour les personnes s'est dilué peu à peu avec le temps. Qu'en est-il vraiment aujourd'hui ? Quel est le lien entre l'art, l'architecture et le bien-être ?

Comportement rime avec environnement

Dans les années 1960, la psychologie environnementale ayant pour but d'observer les relations entre les comportements des individus et leur environnement urbain ou bâti, s'est imposée comme une discipline à part entière. Dès lors, les spécialistes n'ont pas tardé à comprendre que **l'être humain et l'environnement qui l'entoure ont réciproquement des répercussions l'un sur l'autre**.

Plus récemment, En 2003, Gabriel Moser, qui dirige le Laboratoire de psychologie environnementale (CNRS) précise « De l'habitat à la planète, en passant par la ville, notre relation à l'environnement conditionne nos perceptions, nos évaluations et nos comportements, et, surtout, détermine notre bien-être quotidien ». (*Espaces de vie. Aspects de la relation homme-environnement*)

Le Centre de ressources autisme Rhône-Alpes mène depuis plusieurs années des recherches sur l'influence de l'environnement bâti exercée sur l'état clinique des personnes adultes atteintes de TSA. Les experts cherchent à identifier les paramètres architecturaux facteurs de troubles pour les personnes autistes.

Grâce à ces diverses recherches sur l'influence des lieux et de leurs caractéristiques architecturales sur le bien-être et la santé mentale, on apprend, par exemple, que l'éclairage artificiel a une influence sur les symptômes de dépression.

Le détour par la psychologie environnementale et la pathologie a fait prendre conscience que l'environnement influence le comportement et que le comportement peut être modifié ou exacerbé par l'environnement. Il a également mis en exergue des décalages de perception de l'espace entre les architectes utilisant leur propre mode d'appropriation et l'utilisateur qui peut être issu de milieu social et/ou culturel distant du sien.

Vers une nouvelle approche de l'architecture ?

L'architecture contemporaine est nourrie notamment des idées de Platon sur la beauté universelle et la proportion géométrique, de l'expérience des cultures anciennes, du Feng Shui basé sur l'énergie.

Et si l'architecture contemporaine était pensée et conçue pour favoriser et promouvoir le bien-être mental et physique au sein d'espaces de vie et de travail ? Cette approche innovante pourrait bien aboutir à une nouvelle réflexion architecturale.

Le concept d'« architecture thérapeutique » prend vie en 2006 au cabinet d'architecture d'Emmanuel Negroni. L'architecte développe l'idée selon laquelle les stimulations sensorielles seraient des « vecteurs d'amélioration de la santé des personnes avec un handicap mental ou encore des moyens de communication permettant d'entrer en contact avec elles ».

C'est ainsi qu'est née une collaboration entre l'entreprise Delos (entreprise new-yorkaise de design et technologie) et la Mayo Clinic en 2015. Tous deux ont alors créé le laboratoire Well Living Lab™ (laboratoire du bien-être) à Rochester dans le Minnesota qui affine la recherche sur les formes, volumes, objets, couleurs, surfaces, conditions écologiques, thermiques et sonores tout en stimulant la santé et le bien-être dans les espaces intérieurs.

Une certification de bâtiment appelée « WELL Building Standard », a été créée, ce qui constitue la première certification reconnue mondialement pour attester des bâtiments dont les normes ciblent le bien-être. Les études menées pour obtenir cette certification ont porté sur les différences de bien-être, de comportement, d'humeur, de qualité de sommeil et de performances professionnelles en fonction de la température ambiante, la lumière et la possibilité de pratiquer des activités physiques quotidiennes dans le milieu de vie ou de travail. Le résultat est sans appel : la combinaison de ces facteurs améliore la satisfaction des employés de 66%, la productivité de 21% et fait baisser le taux d'absentéisme de 56%.

Maria A. El Helou, dans une publication parue sur la plateforme de PhD Talent, affirme que **l'architecture améliore le bien-être et réduit les effets de maladies.** Elle précise que La certification de bâtiment nommée « WELL Building Standard® » obtient une adhésion mondiale : « 370 projets sont inscrits dans le processus de certification dans 28 pays. En France, on compte 26 projets en cours de certification WELL en Mars 2017 - comme SANOFI Carteret et la pré-certifiée tour DUO - faisant de la France le 4ème pays au monde dans le nombre de projets sont en cours de certification. »

Art et architecture, une démarche convergente et innovante pour favoriser et promouvoir le bien-être mental et physique au sein d'espaces de vie et de travail

Les architectes d'aujourd'hui sont donc de plus en plus sensibles au bien-être des utilisateurs des espaces qu'ils créent.

Pour renforcer cette approche, une démarche complémentaire renforçant de manière concrète, innovante et créative cet objectif de bien-être est d'intégrer des œuvres d'art choisies, correspondant aux goûts personnels de l'habitant ou aux valeurs de l'entreprise pour les bureaux. De la même manière que pour toutes les dimensions d'un projet d'architecture, on recherchera le meilleur emplacement, la meilleure lumière et l'adéquation avec les goûts personnels de l'habitant ou aux valeurs de l'entreprise pour les bureaux, afin d'obtenir un réel bien-être.

L'art est en effet une expérience complète qui agit à plusieurs niveaux : neurologique en activant les hormones du bonheur, psychologique en restaurant la confiance en soi, et philosophique en nous reconnectant aux autres.

Nous sommes des êtres incarnés traversés par des émotions, des émotions en interaction des expériences spatio-temporelles que nous vivons à chaque instant. Donc, dans ce monde qui évolue de plus en plus vers une digitalisation riche et innovante, conjuguons nos énergies pour qu'art et architecture soient au service du bien-être des utilisateurs grâce à des œuvres d'art.

À ce propos, Christian Liaigre dans l'introduction de son livre aux éditions Flammarion (2014) disait : « L'architecture intérieure et le design sont parfois synonymes d'intemporalité, de beauté, d'harmonie, de luxe subtil, mais il devrait en être ainsi à chaque fois, car le beau apaise les êtres humains et les réunit ». Et vous, qu'en pensez-vous ?

Anne de la Roussière