

## [322] BOIS ET BIEN-ÊTRE (LE DÉCRYPTAGE D'UN PSYCHOLOGUE ET D'UNE ÉQUIPE SCIENTIFIQUE)

Pourquoi le bois procure-t-il une sensation de bien-être supérieure à celle des autres matériaux ?

Une étude de la faculté d'architecture de Bratislava (Slovaquie) a mis en évidence que la variabilité du bois est la principale cause de ce ressenti favorable à l'égard du bois.

En effet, c'est d'abord par la vue que l'on perçoit un matériau. Or la caractéristique du bois est de ne pas être homogène en couleur et en texture. De plus, ces variations sont tout à la fois régulières et inattendues. Ainsi lorsque le regard suit un objet en bois, l'ensemble des teintes est familière, ainsi que leur palette. Par contre, en s'approchant, la diversité des variations dans la texture et le grain de la matière se révèlent reposants et apaisants. C'est le caractère irrégulier résultant d'une combinaison familier/inattendu, du bois qui lui apporte sa valeur esthétique.



Fig. 5 : Exemple d'architecture bois dans un hôpital pour créer une atmosphère apaisante (Crédit photo Scott Norsworthy)

En complément, une étude conduite par l'Université de Colombie Britannique (Canada) a démontré que la présence de bois dans une pièce avait un impact favorable sur le niveau de stress des personnes qui s'y trouvaient. L'étude a consisté à placer 119 volontaires dans une situation de stress (résoudre un problème complexe dans un temps court) et à mesurer notamment leur rythme cardiaque et le niveau électrique de leur peau sachant que les volontaires étaient répartis dans des pièces de volume, forme et mobiliers identiques, mais se différenciant par la présence ou l'absence de bois.

Les résultats de cette étude ouvrent la voie à une architecture intérieure qui prenne en compte les stimuli bénéfiques pour la santé générés par l'environnement visuel des pièces et qui accorde donc une plus grande place au bois. Des applications concrètes sont à envisager dans les hôtels et les chambres d'hôpital où la présence de bois associée à des plantes favorise une meilleure récupération après une intervention chirurgicale.

Enfin, d'après Walter Zschokke de Pro:Holz en Autriche, le bois a un effet positif sur le système immunitaire car il régule l'hygrométrie de l'air. D'autre part, sa surface faiblement émissive ne « rayonne » pas le froid en hiver ce qui résulte en une sensation de plus grand confort pour les occupants des pièces aménagées que les matériaux minéraux.

En étudiant l'histoire de l'architecture, Walter Zschokke a aussi trouvé que les différentes essences de bois généraient des ressentis différents. Ainsi le noyer incarne le luxe, au travers de la richesse de ses nervures, la chaleur de sa couleur (du rouge au vert olive) et la structure particulière de son grain. Le sapin évoque la simplicité ; sa couleur est pâle, peu variée. Le bois de cerisier incarne l'amour ; ses tons sont chaud, voire sensuels. Le chêne symbolise la durée, il évoque la patience, la prévoyance, la durabilité, notamment à cause de sa croissance lente.

Contact Slovaquie : Veronika Kotradyova  
Fakultät für Architektur STU Bratislava

Contact Canada : David Fell, FPInnovations  
david.fell@fpinnovations.ca

Autre source : [www.proholz.at](http://www.proholz.at)

Fig. 6 :  
Résultat de  
l'étude sur le lien  
entre stress et  
environnement  
bois

