
Regards sur L'ART-THÉRAPIE

L'atelier dedans dehors



Singularités extimes

Sandra Desarzens
François Lacroix

Un dehors plein de dedans

Jean-Pierre Klein

TDA/H à l'école

Olivia Lempen
Elodie Richardet

Le pas-sage du passage en atelier d'art-thérapie

Laura Martin Excoffier
Lony Schiltz
Jean-Luc Sudres

Espaces symboliques dedans / dehors

Mariella Mulattieri-Binetti

Dedans dehors comme matière à penser le positionnement professionnel en art-thérapie

Marlène Delacombaz

Fade in – Fade out réflexion sur le « entre » dans le théâtre *playback*

Katia Delay

Ecopoiesis : nature, création et développement humain

Jacques Stitelmann

Je crée, donc je suis

Claire Rufenacht

ÉDITORIAL



*La nature utilise et le hasard et la nécessité.
Ainsi, sommes-nous libres.
dixit Hubert Reeves (2023)¹*

Dedans : 2 300 000 personnes se déplacent ou se figent sur une bande de terre grande comme de Genève à Lausanne et des rives du Léman au pied du Jura ; dehors : 100 000 personnes en quête d'un refuge ont quitté en moins d'une semaine leurs hautes terres d'origine. Dedans : les consultations psychologiques pour les jeunes sont débordées ; dehors : à la télé, on peut voir un documentaire intitulé *Jeunes et armés*. Dehors : on souhaite édifier un mémorial là où a été abattu un érable deux fois centenaire ; dedans : la banque nordique de semences mondiale est menacée par le dégel.

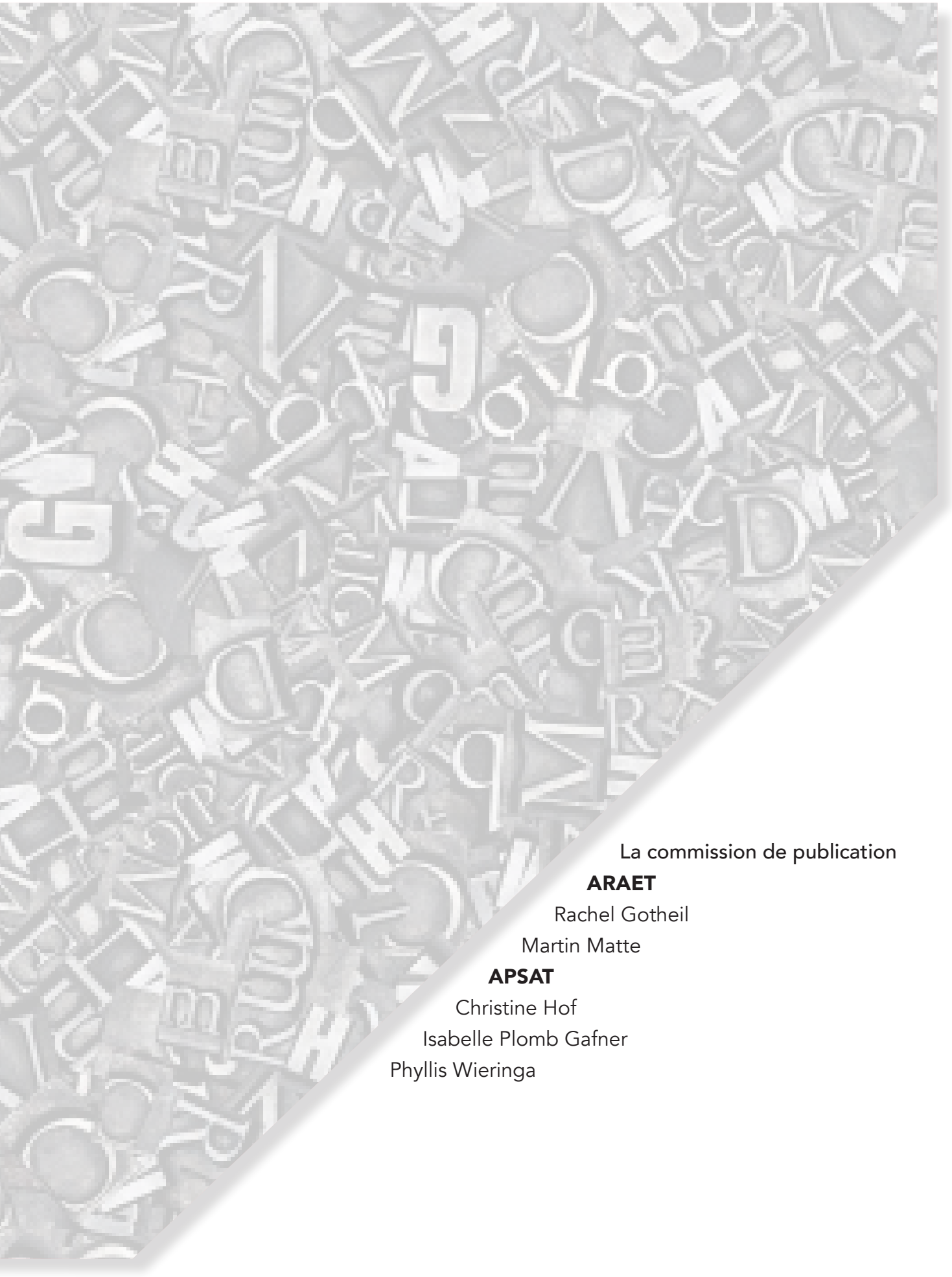
Le hasard a voulu que nous recevions neuf articles autour du thème : dedans – dehors. La nécessité veut que nous vous les offrons dans le meilleur écrin possible. Neuf articles, cela veut dire diversification des clientèles : enfants présentant des troubles d'apprentissage, des jeunes en formation spécialisée ; des interventions multimodales : portraits, façonnage, danse, narration, théâtre... Des regards variés : réflexion ancrée dans la pratique, recours aux méthodes des sciences sociales, élaboration de fondements... Des nécessités : celle de vous offrir un confort de lecture, d'économiser dans nos choix (papier, impression).

Une grande satisfaction en tant qu'équipe éditoriale de deux associations professionnelles, de voir actifs deux pôles du regard sur l'art-thérapie : la réflexion intra/inter/subjective et l'analyse méthodo/objective.

Bref, nous vous souhaitons du plaisir à lire les articles de ce numéro 23 et vous invitons déjà à nous proposer des thèmes pour les prochains,

Pour la commission de publication,
Martin Matte.

¹ Vu sur YouTube le 14.10.2023. Cf. Ideas in Science, vidéo tournée en 2020 à Malicorne, sa résidence.



La commission de publication

ARAET

Rachel Gotheil

Martin Matte

APSAT

Christine Hof

Isabelle Plomb Gafner

Phyllis Wieringa

Sommaire

8

Singularités extimes

Sandra Desarzens

François Lacroix



Fascinante aventure que cet atelier qui alchimise les singularités. Chimie du mélange eau, faïence, cellulose, qui englue les mains qui façonnent le support dont il faudra se désempêtrer. Partager cette pâte comme un îlot de conscience si solide et si soluble, un « extime » à singulariser. Mais avant et pendant il y a tous les dehors (la canicule, le bruit de la rue, le groupe, le savoir-faire) et tous les dedans (*moi, je ne partage pas mon privé*), qui y mènent, en détournent. Une participante est accompagnée dans cet entre dedans – dehors : comme dans tout désert, un peu d'eau et la vie se met à créer, à son in-su.

16

TDA/H à l'école

Olivia Lempen

Élodie Richardet

Aux enfants présentant une « pensée hors cadre » en raison d'un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité, il est offert un cadre d'expression artistique, de créativité et de sensorialité conduit par une art-thérapeute. Il s'agit d'un projet pilote proposé dans le cadre scolaire. Les auteures vont s'immerger « dedans » ce projet et y poser un regard de chercheuse, un regard du « dehors ». Cet article présente les fondements du projet ainsi que les premiers jalons de ce groupe d'expression dans le cadre d'une recherche-action.

13

Un dehors plein de dedans

Jean-Pierre Klein



L'œuvre en position médiane est le salut de l'impasse de deux dedans : le/la client-e et le thérapeute, qui s'entrejaugent. L'œuvre chargée de dedans s'expose comme un dehors qui est un dedans animant un processus de transformation. L'auteur salue le travail de l'art-thérapie comme ces portes tournantes qui permettent à l'un d'entrer et à l'autre de sortir. Le croisement, la rencontre révèle ce qui peut être échangé en paroles, sans paroles, tout en protégeant l'intime. L'œuvre laisse passer le dedans tant que le dehors est accompagnement de sa création.



23

Le pas-sage du passage en atelier d'art-thérapie

Laura Martin Excoffier

Lony Schiltz

Jean-Luc Sudres



Les auteur-e-s nous invitent à suivre le parcours d'une adolescente de 14 ans vivant dans un institut qu'elle va bientôt devoir quitter. Pour l'aider à franchir au mieux ce passage délicat, elle se voit proposer huit séances art-thérapeutiques hebdomadaires d'une heure et demie. Elle a alors la possibilité d'écrire, de dessiner, de décorer et de tenir un « journal de bord thérapeutique » individuel. Tout au long de notre lecture nous la suivons dans son évolution, l'art-thérapie intervenant comme rite de passage, notamment à travers deux autoportraits, un d'entrée et un de sortie.

30

Espaces symboliques dedans / dehors

Mariella Mulattieri-Binetti



Face aux œuvres créées par les patients, l'art-thérapeute se confronte à la difficulté de saisir l'écart entre la réalité interne de la personne – son monde intérieur – et ce qu'elle en donne à voir au monde qui l'entoure. Pour tenter de contourner cet écueil, l'auteure illustre sa réflexion notamment à partir des productions de deux adolescents qui se trouvent en situation dans l'atelier de pouvoir enfin dire, chacun à sa manière, le dedans d'une extériorité affichée différente et de progresser vers une relation à soi et aux autres plus apaisée. Outre les aspects dedans/dehors, les notions de symbole, d'espace symbolique, de mouvement et de santé sont abordées.

Sommaire suite

34

Dedans dehors comme matière à penser le positionnement professionnel en art-thérapie

Marlène Delacombaz



L'auteure nous invite à entrer en EMS, avec elle, sur son lieu de travail. Elle initie un mouvement qui va de dehors au-dedans pour y vivre de véritables rencontres. Rencontre du lieu, rencontre de l'autre dans ce lieu. Elle saisit l'instant par sa présence entière, dans son dedans, elle se prépare à la rencontre pour être pleinement ouverte au dehors. La place importante occupée par le silence et ce qu'il permet de faire émerger sont abordés dans cet article tout en subtilité qui nous invite au dénuement de la rencontre vraie.

40

Fade in – Fade out réflexion sur le « entre » dans le théâtre playback

Katia Delay



Le Théâtre-Récit (TR) ou Théâtre du *Playback*, né dans les années 70 aux États-Unis, s'apparente pour l'auteure très largement aux processus art-thérapeutiques tout en permettant leur compréhension en profondeur. Nous découvrons comment, d'étape en étape, la philosophie et la méthode de cette pratique s'articulent subtilement en allers et retours entre le spectateur, protagoniste d'un bref récit, et l'acteur ou les acteurs antagonistes. Ces derniers proposent une improvisation interprétative, parmi d'autres possibles, à la question sous-tendue *What is it about* - De quoi s'agit-il ? - L'expérience, ainsi menée en quelques traits car de courte durée conduit le spectateur-protagoniste à une meilleure et bienveillante reconnaissance de soi, un but à tout le moins recherché.

50

Ecopoiesis : nature, création et développement humain

Jacques Stitelmann



Partant de questionnements sur la création, l'art-thérapie et la crise environnementale, l'auteur avance, dans un premier temps, des réponses en explorant la situation écologique actuelle, les concepts de nature et de culture et la manière avec laquelle les philosophes et les artistes considèrent cette problématique. Dans un second temps, deux situations cliniques sont exposées pour sentir la manière dont l'art-thérapie peut utiliser l'environnement naturel et lui être bénéfique.

70

BIBLIOGRAPHIE SUR LE THÈME :
DEDANS DEHORS

e-biblio de l'APSAT

64

Je crée, donc je suis

Claire Rufenacht



Qui possède l'immense fabrique multiforme de l'individu, dont parle Jean-Claude Kaufmann dans son livre *L'invention de soi, une théorie de l'identité* ? L'auteure en propose moins un résumé qu'une mise en lien avec les concepts-clefs de l'art-thérapie et de sa propre pratique : processus, création, œuvre, transformation, relation. Pour celle-ci, loin de la société qui met en jeu ou en péril notre capacité à nous construire, la séance de danse-thérapie est un creuset multimodal, multisensoriel où cette fabrique de soi, cette inventivité, ce processus de transformation peuvent se déployer et s'enrichir mutuellement. Le geste modulé sur une suite sonore devient un instrument dans le répertoire de mes modes d'être.

« Les opinions exprimées dans cet article n'engagent que leurs auteurs. »

Singularités extimes

« Écrire c'est s'intérioriser à l'extérieur sans le savoir. »
Bernard Noël

Sandra Desarzens
François Lacroix

Résumé Cet article est né lors d'un atelier de trois jours « Terre Papier Écriture » créé et animé par Sandra Desarzens et François Lacroix dans le cadre des week-ends thématiques du programme de formation continue de L'ATELIER. Alors qu'une participante jette des papiers et des mots dans le pot commun qui recevra bientôt de l'eau et de la poudre de faïence pour faire de la terre, elle parle de sa quête de l'extimité, cette part de son intimité qu'on est prêt à partager avec les autres. Ce mot « extimité » va accompagner le groupe durant ces trois jours d'atelier, questionnant les élans et les retenues, soutenant nos réflexions, dessinant comme une ligne de crête chère à Levinas entre soi et l'autre.

Nous tenons à remercier les personnes qui ont participé de près ou de loin à l'écriture de cet article : un remerciement particulier à la terre qui nous a permis encore une fois d'aller au-delà de la simple curiosité de matière, de "faire œuvre" pour nous permettre une réflexion sur nos transformations, nos ressources et la quête de Soi.

Sandra Desarzens Art-thérapeute intermodale et potière à Ollon (Vaud). Après une formation médicale et deux enfants, elle ouvre en 2003 un atelier de poterie et de création à Ollon. En parallèle elle se forme à la relation d'aide puis à l'art-thérapie à l'Atelier de Genève. Ouvre son atelier d'art-thérapie à Aigle, Terre A Sens, en 2012. En 2022, elle déménage ses ateliers en un seul à Ollon dans les anciens locaux de la poste. Elle y donne des cours de céramique aux adultes et aux enfants. Également art-thérapeute indépendante et en institution avec une population d'adultes en difficultés sociales et psychiques. Membre professionnelle ARAET. Ancienne membre du comité ARAET. Mentor art-thérapeutique. Art-thérapeute pour les étudiantes.s.

François Lacroix Art-thérapeute DF et superviseur Artecurea et SFAT, installé en libéral, coordinateur de programmes de formations à l'ATELIER, coordinateur du labOo (laboratoire d'exploration des nouveaux médias dans l'interface art-thérapie).

Nous nous retrouvons pour la troisième année pour animer cet atelier « Terre Papier Écriture » à l'atelier *Ficelle* de Sandra Desarzens. L'atelier est articulé sur trois jours avec le vendredi « matières », le samedi « transformations » et le dimanche « terminaisons ». C'est la terre papier qui nous guide, la fabrication de la terre papier. La recette est simple, il faut de l'eau, de la cellulose et de la poudre de faïence. Mais comme toutes les bonnes recettes simples, c'est le coup de main qui fait tout ! Un coup de main, des mains, oui voilà, nous espérons que ce sont nos mains qui vont nous entraîner dans l'aventure et nous réserveront des surprises.

Après avoir présenté l'atelier et le cadre du week-end, chaque personne reçoit un carnet qui sera le témoin du processus du week-end en recevant les traces des aventures. Nous invitons rapidement les participantes à créer une première terre, toutes ensemble. Ce sera donc une terre de groupe, une « terre à nous ». Nous leur proposons à chacune de la cellulose et de créer avec ce papier particulier, tout en accueillant les mots qui viennent qui permettront de découvrir nos attentes pour l'atelier. Mais pour mieux éclairer nos propositions de lancement, nous faisons entendre deux voix, deux langages : celui de la terre et celui de l'écriture.

La terre

Ainsi la terre parle à travers le potier : *La terre tremble mais n'a pas peur, elle invite au contraire le chaos. Le chaos du potier. C'est l'état de confusion précédent toute création, il est de celle-ci les prémisses. C'est là que le potier prend en quelque sorte ses marques, stimulé par le chaos lui-même qui est à la fois promesse et défi* (Montmollin, 2013).

L'écriture

Les mots, le langage c'est quoi ? C'est un code qui nous permet de communiquer entre nous, mais aussi de concevoir, d'organiser le monde. Au-delà du code, chaque mot est un contenant, chaque mot porte du sens, porte des symboles, c'est cela l'important : le sens, pas la coquille (Lochmann, 2021).

La terre accueille en ses flans les écritures depuis l'Antiquité, elle lui donne du corps : du relief des ombres, de la musicalité. Et avant le code, il y a des gestes, des émotions, du corps. Tel serait le travail d'écriture, dit Anne Brun (2009), une incessante décomposition et recomposition du corps. Déconstruire les mots pour une écriture du corps plutôt que du code (Anzieu, 1981), chercher l'écriture de l'empreinte plutôt que du contour : *écrire c'est s'intérioriser à l'extérieur de soi* (Noël, 2008).

Ainsi, après un temps de création, les participantes viennent se rassembler autour du pot commun qui va accueillir d'abord le papier, puis l'eau, puis la poudre de faïence. Elles présentent leurs œuvres de papier et en offrent des fragments, en lançant des mots qui parlent d'elles, de leurs attentes. Nous proposons d'être attentive à ne dire et ne donner que ce que l'on souhaite faire entendre au groupe. De trouver cet équilibre entre soi et l'autre, entre l'intime et le public.

Plusieurs parlent de la surprise du papier, comme une sorte de gêne, et puis aussi la surprise et le plaisir du détournement. Et puis le mot « extime » arrive. L'extimité (Cadoux, 1999 : Bernard Cadoux cite Pierre Girin).

Le concept rencontre beaucoup le groupe. La part d'intime qu'on est prêt à partager... Les échanges fusent. — « Tout dépend du contexte, de la personne, des enjeux de l'échange ! »

« Oui mais sans une part d'intimité qu'on partage, peut-on vraiment s'impliquer !? »

« Mais peut-on décider de cela !? Peut-on décider, ouvrir ou fermer le robinet de l'intimité quand on est dans un atelier d'art-thérapie !? »

« C'est sans doute ce que l'on apprend dans nos ateliers, à régler son implication, tout en étant toujours authentique ! »

« Moi je peux vivre mes émotions dans un groupe, mais par contre je ne veux pas partager mes souvenirs, ma vie personnelle avec ma famille, mes proches, c'est ça pour moi l'intimité. »

« Ah non alors, moi ça m'est impossible de pleurer devant un groupe par exemple ! »

On dirait qu'il y a parfois des choses « dedans » qui nous empêchent, ou du moins qui limitent notre élan à se laisser aller à l'extérieur.

Une personne n'a pas parlé encore. Nous l'invitons.

« Je n'ai rien à dire. C'est difficile pour moi, ici dehors avec le bruit des voitures, les montagnes autour, le vent, les enfants qui jouent... Je n'arrive pas, ça m'empêche. »

On dirait qu'il y a des choses « dehors » qui nous empêchent d'accéder à notre dedans !

Le papier doit être déchiré en tout petits morceaux, alors se forment des mouvements en solo ou par petits groupes qui vont et viennent pour prendre un peu de matière pour la travailler, et revenir au pot commun. Les rôles se distribuent, on voit certaines personnes qui s'emparent de plus de matière, de plus de place, d'autres moins. Celles qui observent, celles qui organisent, qui hésitent, qui entrent en transe ! On parle des mouvements nécessaires pour que le groupe se fasse, faire des tentatives, des essais, expérimenter différentes places. Un peu comme la terre qui sous nos yeux et dans nos mains est en train de naître.

Fermer les yeux, toucher la terre, avec les doigts, avec un doigt, avec la paume, avec le poing, en caresse ou en tapes, contre sa joue, sous son nez la sentir, sur ses yeux, et puis sa bouche... Cette terre qui vient de naître cherche à se faire connaître. Cette matière, ce « dehors », n'est bientôt plus étrangère mais devient familière. Voilà la terre à nous.

Chaque participante reprend la même recette, cette fois de manière individuelle, pour créer

une boule de terre. Voilà la terre à soi. Et de nouveau contact, dialogue, rencontre. Sentir le dehors de la terre humide et fraîche en ce jour d'août caniculaire. Accueillir dedans, des sensations. Nous tissons avec la terre des liens d'intimité, comme la cellulose qui se répand dans la terre à la manière d'un mycélium de fils fins. Et puis nous laissons des traces de notre corps dans la terre. Sensations intimes, traces dans l'argile. Comme un mariage entre dedans et dehors, empreintes extimes.

L'argile est le matériau de la création, le plasma du monde. Elle est le support de la métamorphose, la substance la plus plastique du monde. (...). C'est l'inconnu, l'informe, le potentiel. Quand on travaille l'argile, on plonge dans les profondeurs de son propre être, dans les parties obscures et inconnues de soi-même (Bachelard, 2020).

Plus tard, bien plus tard, après ce qu'il faut de nuit et de dépôt, une marche d'approche avec le Kaolin nous fait retrouver la montagne de notre terre à soi. Une montagne de terre et nous sommes des dieux qui de l'argile allons façonner un être. Le mariage extime est difficile à retrouver. Un projet dans la tête, une idée de création. Il y a des dedans qui empêchent. On regarde la potière, les œuvres autour, on pense à Giacometti ou à Camille Claudel et on se fige. Il y a des dehors qui empêchent.

Séraphine est paralysée. Interdite devant sa boule de terre, elle a besoin d'aide.

« Trop d'idées, enfin de pensées, et pas d'idées. »

Peut-être simplement reprendre contact ? Comme hier, toucher et se laisser aussi toucher, par la terre ? Non, c'est trop difficile, maintenant la terre est une étrangère, et Séraphine tout en dedans prisonnière. Il faudra une médiatrice, un pont, une intermédiaire. Sandra travaille avec Séraphine et voilà une bassine qui rencontre son intérêt et accueille la boule de terre. Un contenant, c'est bien mais c'est insuffisant. De l'eau ?

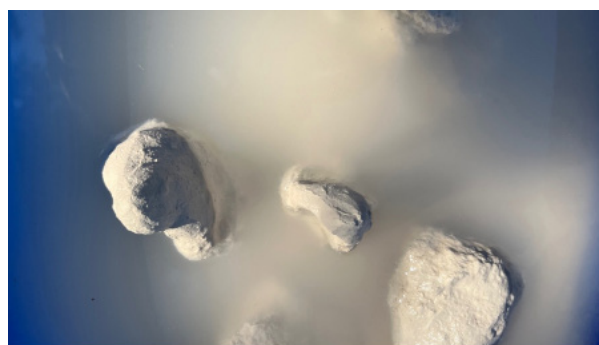
« Oh oui de l'eau ! »

Séraphine verse de l'eau. L'eau qui touche la terre et, contenue par la bassine, forme peu à peu un lac et la terre une île. Le visage de Séraphine se transforme, se détend.

« Est-ce que la terre ne va pas complètement

fondre dans l'eau si je mélange, si je touche la terre ? »

La dernière inquiétude lavée, Séraphine installe la terre et tout autour la mer. Oui, grâce à la bassine, grâce à l'eau, elle peut toucher la terre. Il y a contact. La boule s'est transformée et maintenant il y a un archipel, trois îles et une eau trouble, mais paisible. Une eau couleur de terre.



Des îles aux allures de celles de l'archipel de Koh Yao en Thaïlande.

Des îles lointaines, des endroits au monde où l'on vit entre ciel et terre, mers et rivières.



Je pense à Stig Dagerman et à cette phrase mystérieuse et magnifique qui m'accompagne depuis des années : *L'homme est en lui-même comme un galet sur la plage* (Dagerman & Bouquet, 2011).

Cet univers imaginaire autour de l'île me ramène à Martine Estrade, dont j'avais déjà cité le travail lors d'une précédente parution du journal de l'ARAET sur la métaphore :

En anglais [...] la prononciation de island « I land », littéralement « la terre, le territoire du moi » illustre d'emblée l'île comme métaphore du psychisme humain, métaphore qui se déploie depuis la plus haute antiquité dans la littérature. Il est dans la géographie de chaque être comme une capitale, où il réside ordinairement, où il se trouve au cœur de lui-même et où il prend ses décisions les plus graves (Estrade, 2011) .

Martine Estrade, qui cite ici R. Caillois, précise encore que Freud décrivait l'inconscient

comme une terre étrangère... et familière en même temps. Cet « unheimlich », cette étrange familiarité, vient bousculer notre compréhension du couple « dehors dedans » : à l'intérieur même de notre psychisme, cet inconscient étranger à nous-même. On dirait bien qu'il y a aussi du dehors dans notre dedans !

Quand Séraphine retrouve sa boule de terre, elle lui est étrangère, elle est du « dehors », elle n'est plus ce qu'elle a façonnée la veille et que nous avons nommé « la terre à soi ». La proposition créative au milieu du groupe et des regards, invite aussi ceux de l'art, de la culture, de références qui paralysent et nous rendent étrangers à nous-mêmes. Alors le contenant que propose Sandra permet à la boule de terre de devenir île, et Séraphine de retrouver en elle le « territoire du moi » dont parle Martine Estrade (*ibid.*). L'auteur voit la métaphore de l'île en psychanalyse comme un « hyper cadre » qui vient concrétiser le territoire du moi.

Séraphine donnait l'impression d'une naufragée, perdue en pleine mer inhospitalière, qui enfin a touché terre !

Emmanuel Levinas nous dit qu'un être humain doit d'abord « manger le monde » pour le faire sien, pour s'en nourrir. Je n'habite pas une maison, mais « ma » maison, ce n'est pas une boule de terre, c'est ma terre maintenant. Et puis nécessairement, vient la rupture. De l'autre, du dehors, de l'*unheimlich*. La rupture qui nous sauve de la folie narcissique, l'étranger qui propose de venir prendre place en nous et nous interroge, nous bouscule, nous sauve aussi parce qu'elle nous met en mouvement, la rupture fondatrice de la vie des formes dont nous parle Maldiney (Maldiney, 1996).

Mais on ne peut pas aborder, supporter cette rupture, si nécessaire soit-elle, sans s'être suffisamment nourri. Sans avoir une base solide. Voilà l'image de notre île qui s'installe à nouveau. Sans elle, sans terre, on risque de se noyer, de se perdre. Mais l'île sans la mer de l'étrange n'est plus insulaire, elle devient continent, au risque de l'assèchement.

Je pense ainsi que Séraphine, avec tout le groupe et l'univers de cet atelier, nous ont transporté-e-s vers une représentation complexe du dehors et du dedans. À la place de deux entités distinctes nous avons dessiné

des atmosphères qui se mélangent, où il est surtout important d'être en mouvement, bien équipé de quelques outils pour s'orienter. Nous avons également développé, je crois, l'importance de l'entre-deux, des interstices des rencontres, source de la vie des formes, vitale à notre vie psychique.

Je vais descendre dans mes mains, et un peu plus loin dans l'argile que tu as posée devant moi. Mon poids traverse mes mains et prend forme repérable et je joue avec cette poussée sortant de mes mains et reçue dans la terre. Pression, ex-pression, allers et retours entre mon poids avancé hors de moi et les réponses de cette argile-là. Mes mains et mes yeux ont appris à être de connivence et je peux adoucir une arête ou l'aiguiser, arrondir une spirale, laisser venir les aventures d'appels et de réponses que constituent ces formes naissant de moi (Montmollin, 2013).

Voilà la ligne de crête, entre la toute-puissance du sentir, de manger le monde, et de se perdre dans l'autre, ce qui n'est pas soi. Cette ligne de crête, c'est la source de l'humain, nous dit Emmanuel Levinas (Levinas, 1991).

Et le processus qui accompagne le développement de l'humain, c'est ce qui occupe l'art-thérapie. Sur cette crête, on est près du sublime, de l'autre, du vide, mais on reste les pieds sur terre avec nos sens qui nous relient au monde, et nourrissent notre appétit à produire des formes, comme des apparitions de l'infini, de l'étrange familier.

Surprise de l'inattendu qui pourtant surgit, ouvrant dans l'instant un monde nouveau et étrange, étranger, un autre- soi. La forme essentielle insiste, elle s'est imposée à ma conscience à mon insu, à mon in-su, elle porte ce monde ouvert, elle y conduit (Stitelmann, 2015).

Bibliographie

Anzieu D., 1981, *Le corps de l'œuvre. Essais psychanalytiques sur le corps créateur*, Paris, Gallimard, coll. « Connaissance de l'inconscient ».

Bachelard G. & Hiéronimus G., 2020, *La poétique de l'espace*, (Éd. critique), PUF.

Brun A., 2009, « Corps, création et psychose à partir de l'œuvre d'Artaud », *Cliniques méditerranéennes*, 80, 143-158. <https://doi.org/10.3917/cm.080.0143>

Cadoux B., 1999, *Écritures de la psychose*, Paris, Aubier.

Dagerman S. H., & Bouquet P., 2011, *Notre besoin de consolation est impossible à rassasier*, Actes Sud.

Estrade M., 2011, *La métaphore de l'île en psychanalyse*. Disponible sur :<http://www.martine-estrade-literarygarden.com/psychanalyse-art/psychanalyse-art-metaphore-ile.php>, consulté le 18 juillet 2020

Levinas E., 1991, *Totalité et Infini : Essai sur l'extériorité*, Le Livre de Poche

Lochmann A., 2021, *Toucher le vertige*, Flammarion.

Maldiney H., 1996, «La vie des formes», *Revue Art et Thérapie*, n° 58-59, pp. 14-31.

Montmollin D. de, Gambs-Lautier M.-H., & Meyer J.-C., 2013, *Éloge de l'empreinte*.

Noël B., 2008, « Pourquoi je m'intitule poète ? parce que », Dans « tiers livre » <https://www.tierslivre.net/spip/spip.php?article1134> consulté le 12/09/2023

Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités : Des concepts pour l'art-thérapie*, Éditions du rebond.

« Les opinions exprimées dans cet article n'engagent que leur auteur. »

UN DEHORS PLEIN DE DEDANS

Jean-Pierre Klein

Résumé Le lieu de l'art-thérapie est le médium lui-même, matière à symbolisation sous forme d'une production pleine des tourments que la personne y projette, en s'en rendant compte ou non, en le programmant délibérément ou non, que l'art-thérapeute le lui décrypte ou non. C'est la production symbolisant le dedans de la personne qui est au cœur de la rencontre, dehors imprégné du dedans sur quoi se porte le travail de symbolisation qui peut rester implicite en envoyant en retour des messages secrets au dedans de la personne, éventuellement à l'insu de tous ! L'art-thérapie est une façon non explicite de tourner autour de l'intime qui n'est symbolisable qu'indirectement en images au sens large du terme.

Jean-Pierre Klein Psychiatre honoraire des Hx, Dr habilité à diriger des recherches en psychologie, PhD, auteur de poèmes, pièces de théâtre, essais (*Penser l'art-thérapie*, Presses Universitaires de France), directeur de l'Institut national (français) d'expression, de création, d'art et thérapie INECAT et de la revue *Art et Thérapie*. www.inecat.org, klein.jpkev@gmail.com

Différences avec la psychothérapie

Soit deux personnes : une en situation de thérapeute ; une en situation d'être accompagnée.

Une psychothérapie, *a fortiori* une psychanalyse, est une rencontre de deux dedans : c'est ce qu'on appelle les phénomènes transférentiels, faits des projections de chacun sur l'autre (sur les représentations de l'autre, ou plutôt sur les représentations de soi dans ses relations aux représentations de l'autre). Remarquez que je mets le pluriel au terme « représentation ». Le tout faisant jeu de relations archaïques. Vous voyez que la rencontre des dedans est complexe, d'autant qu'il s'agit là du nœud du travail psychothérapeutique.

Le psychothérapeute expérimenté qui a appris à reconnaître ses mouvements contre-transférentiels, est en outre sensible (ce que nous espérons être le cas) et attentif au dedans de l'autre, mais il est aussi attentif à ce qu'il perçoit de l'autre. C'est ce qu'on appelle l'empathie qui entre en contact avec ce que la personne ressent consciemment, avec ce que la personne ressent inconsciemment, avec ce que lui-même ressent vis-à-vis de la personne actuelle et ancien enfant qu'il a en quelque sorte introjecté et qu'il perçoit en lui. Ce qui veut dire que son écoute n'est pas

qu'auditive (on peut là aussi le souhaiter) mais qu'elle est aussi corporelle. Ses interprétations ne sont ainsi pas intellectuelles (cela dépend des écoles) mais intuitives émotionnelles. La perception de l'autre en situation de patient "touche" le thérapeute qui sent ce que le patient sent et qui le ressent lui-même pour une part. Il va travailler aussi avec cela.

Le médium au milieu

Quittons la situation événementielle de la psychothérapie et examinons ce qu'il en est en art-thérapie. Le génie de cette approche est qu'elle est médiatisée, c'est en cela que réside son originalité. J'avance même cet aphorisme : « Le salut, c'est le médium ».

Entre l'un et l'autre, circule en effet un objet médiateur qu'on pourrait appeler la production (l'expression accompagnée jusqu'à création). Ce peut être d'abord une matière : argile, couleur, rythme, sons, mots, gestuelle, etc. Cette matière a sa propre identité, son propre caractère, ses propres exigences et même comme le dit Bachelard sa propre imagination (Bachelard, 1942). Elle va servir de matériau (certains inversent les termes matériau/matière) à l'édification d'une production.

Bien entendu, le transfert existe tout autant

mais il s'exerce en priorité sur cette production qui endosse le rôle de "piège à transfert".

La création se faisant

La création – terme qui signifie tout autant l'acte de créer et son résultat- est ce qui importe et les interventions de l'art-thérapeute ne portent pas – selon notre conception de l'art-thérapie - sur le dedans de la personne accompagnée à qui le professionnel renvoie ce que peut signifier sa création, mais se déploient à propos de la création elle-même : les difficultés rencontrées dans son accomplissement, son évolution, selon notre formule favorite : 'la création comme processus de transformation', d'abord dans la forme elle-même. Puis, son dynamisme agit secondairement sur la personne figée sur sa douleur, quelle qu'en soit l'origine et les défenses qu'elle-même a pu mettre en route pour la contenir, ce qui constitue ses symptômes qui s'avèrent toujours des constructions contre pire.

L'art-thérapeute sait que la production manifestation du dehors est pleine des projections du dedans de la personne, qu'elle le sache ou non, qu'elle s'en rende compte ou non.

La sémiotraduction

Il peut arriver qu'une des versions de l'art-thérapie, que je préfère (avec les Québécois) appeler de la sémiotraduction : changement sémiotique dans l'illustration : « Figure ta rupture sentimentale », par exemple. La personne ressent la tristesse de la séparation. Elle la dit : première sémiotraduction du ressenti en langage verbal, puis elle la figure, deuxième sémiotraduction en langage pictural, puis troisième sémiotraduction, elle commente éventuellement - mais ce n'est pas obligatoire - le lien entre ses différents énoncés et son ressenti premier, en l'occurrence, le réel du trauma de la rupture.

Même s'il arrive qu'au début l'art-thérapie fasse appel à la sémiotraduction : « Commençons par dire sa météo personnelle : Beau fixe, Variable, Orageux, etc. », les productions vont, sans qu'on le sollicite forcément, être empreintes des tourments qui envahissent la personne, qu'elle le projette délibérément ou non dans l'œuvre dont la fabrication va elle-même introduire de la temporalité qui

va remettre en mouvement son auteur/trice qui, s'appuyant sur sa subjectivité, va dans le mouvement devenir sujet d'une création, à la place d'être objet de ses souffrances et tourments.

La production comme interlocutrice

L'art-thérapie se déploie ainsi dans du dehors plein de dedans, ce que le thérapeute tiendra secret jusqu'à ce que, le cas échéant, la personne en prenne conscience. Mais cela est dispensable car la création pleine de dedans entre en rapport avec des instances du dedans de la personne qu'on appelle couramment l'inconscient qui n'a pas besoin de se conscientiser pour accueillir son message.

C'est elle, la production, qui joue principalement le rôle de l'interlocuteur. Le professionnel, quant à lui, favorisera cet aller-retour entre la personne et la production dont elle est l'auteur, sorte de corps-à-corps : corps de la personne/corps de l'œuvre issue de la personne et se répercutant sur elle.

Le dedans imprègne le dehors dans le cadre art-thérapeutique qui en retour s'adresse au-dedans, le tout sans volontarisme et même sans que la personne s'en aperçoive cependant que l'art-thérapeute n'en pense pas moins mais se retient d'en dire trop afin de ne pas arrêter la symbolisation (plastique par exemple) qui, elle, est résolutive.

"Interprétations" artistiques/thérapeutiques

La production ne sert pas, dans l'art-thérapie que nous défendons, à support à un travail interprétatif, mais en tant elle-même qu'émettrice d'"interprétations" au sens d'interpellations indicibles, comme nous pouvons en recevoir d'œuvres d'art dont on dit qu'elles nous "parlent", sans pouvoir préciser davantage.

Les "interprétations" en art-thérapie ne sont pas délivrance de décryptage/révélation de significations sous-jacentes mais se travestissent en interventions subtiles : indications formelles, modifications minimales dans le dispositif, paroles sur la création en réalisation. Bien sûr, l'art-thérapeute qui connaît les tourments de la personne (qui elle-même est centrée sur l'acte créatif en train de se faire et les met quelque peu de côté) comprend la relation entre la création et ces tourments mais elle doit, selon moi, le garder pour elle. Quitte à ce que des instances

secrètes de la personne "entendent" la production comme symbolisation la plupart du temps implicite pouvant être explicitée ou non.

On se situe dans la symbolisation primaire en train de s'effectuer (Roussillon, 2001) dans le registre du geste, de la sensorimotricité, du ressenti corporel extériorisés en images, sans forcément que cela passe dans la symbolisation secondaire verbale émise éventuellement par un thérapeute persuadé que la seule voie de la thérapie est la conscientisation.

L'œuvre comme messagerie cryptée

L'art-thérapie (comme la médiation artistique) sont des façons non explicites de tourner autour de l'intime qui n'est symbolisable qu'indirectement en images au sens large du terme. L'art-thérapie saisit l'opportunité de s'adresser des messages, sans vouloir tout comprendre de ce qu'on produit. Rien n'est pire que de vouloir comprendre à tout prix. Comme le dit Edgar Morin : comprendre ce n'est pas comprendre mais reconnaître qu'il y a de l'incompréhensible (Morin, 1990).

C'est parfois secondairement, parce qu'on ne s'y attend pas, que du sens viendra éclairer ces messages énigmatiques.

« Aimer, ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction » affirme Saint-Exupéry (Saint-Exupéry, 1948). L'art-thérapeute et la personne sont tendus vers un dehors plein du dedans de l'une : la production accompagnée par le premier ; c'est la production qui est accompagnée, ce qui indirectement constitue un accompagnement médiatisé de la personne elle-même.

L'important est à l'expression du dedans vers le dehors, suivie de l'impression/imprégnation que renvoie la production à la personne.

L'art-thérapeute se met au service de ce dialogue : personne vers la production et vice-versa, dont il est le « servant », selon le mot d'Arno Stern (Stern, 2013) complexe. Paris, Seuil.

Bibliographie

Bachelard G., 1942, *L'eau et les rêves. Essai sur l'imagination de la matière*, Paris, Librairie José Corti.

Morin E., 1990, *Introduction à la pensée complexe*. Paris, Seuil.

Roussillon R., 2001, *Le plaisir et la répétition, théorie du processus psychique*, Paris, Dunod.

Saint-Exupéry, *Citadelle LVII*, 1948, Paris, Gallimard, 1999, in *Œuvres complètes II*, La Pléiade, Gallimard.

Stern A., 2013, *Le Closlieu, le jeu de peindre et la formulation*, Paris HDiffusion, coll. Précursions.

« Les opinions exprimées dans cet article n'engagent que leurs auteures. »

TDA/H À L'ÉCOLE

UNE ART-THÉRAPEUTE À L'ÉCOLE POUR ACCOMPAGNER LES ENFANTS TOUCHÉS PAR LE TDA/H : MISE EN PLACE D'UNE RECHERCHE-ACTION AU SEIN D'UN COLLÈGE PRIMAIRE VAUDOIS

Olivia Lempen et Élodie Richardet

Résumé Cet article présente les premiers jalons d'un projet pilote dans le cadre d'une recherche-action centrée sur l'étude de l'accompagnement des enfants touchés par un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) dans leur trajectoire scolaire, en s'appuyant sur les outils et le cadre conceptuel de l'art-thérapie. L'approche est complémentaire aux approches plus classiquement centrées sur la compensation des déficits et s'inscrit dans une perspective socio-culturelle. Dans le cadre du projet, un groupe d'expression et créativité mené par une art-thérapeute est mis sur pied au sein d'un établissement scolaire avec l'objectif de potentialiser des qualités attachées au fonctionnement des enfants touchés par le TDA/H telles que la créativité et l'acuité sensorielle.

Olivia Lempen (OL) est professeure associée à la Haute école de travail social et de la santé de Lausanne (HETSL), responsable de la formation en art-thérapie, docteure en psychologie et art-thérapeute aux Ateliers du 23 à Lausanne.

Élodie Richardet (EL) est docteure en anthropologie, chercheuse en santé intégrative, travailleuse sociale et enseignante vacataire à l'unité de formation continue de la HETSL.

Aux origines

Comment mettre à profit, au sein du contexte scolaire, la « pensée hors cadre » qui caractérise les enfants touchés par un trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité ? C'est la question que s'est posée Elodie Richardet et qui l'a amenée à se tourner vers le champ de l'art-thérapie. Grâce au soutien financier de la Fondation Morgane Wild¹, nous avons pu construire un projet de recherche-action et l'inscrire au sein des activités du laboratoire de recherche santé social (LaReSS) de la HETSL. Ce projet pilote vise à répondre au besoin d'accompagnement des enfants touchés par le TDA/H au sein du cadre scolaire, de manière complémentaire aux interventions spécifiques des enseignant·e·s et des spécialistes classiquement impliqués. Pour ce faire, nous proposons un dispositif d'intervention mobilisant l'expression artistique, la créativité

et la sensorialité, conduit par une art-thérapeute au sein même de l'école. La recherche vise à étudier les apports d'un tel dispositif pour la trajectoire scolaire des enfants diagnostiqués d'un TDA/H.

Dans cet article, nous vous présentons les fondements du projet et son étape préparatoire, qui ont abouti à l'ouverture d'un groupe d'expression et créativité mené par une art-thérapeute pour les enfants diagnostiqués d'un TDA/H dans un collège primaire vaudois.

Une approche ouverte du trouble

Le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) affecte 2 à 7% des élèves de l'école primaire pour une moyenne mondiale et suisse de 5% (Hotz, 2018). Si l'on applique cette statistique au cadre scolaire, cela signifie qu'il y aurait en tout cas, au minimum, une ou un élève touché dans

¹ La Fondation s'engage pour une médecine pédiatrique multidisciplinaire et intégrative accessible à tous.

chaque classe du primaire. Actuellement, le TDA/H est la cause la plus fréquente de consultations en psychiatrie de l'enfant dans le monde (Bange, 2023).

De manière générale, trois grandes catégories de symptômes associés au TDA/H sont identifiées : l'inattention, l'impulsivité et l'hyperactivité. Les manifestations liées à l'une ou l'autre de ces catégories de symptômes, qui peuvent plus ou moins s'exprimer selon les enfants, sont difficilement compatibles avec les exigences du cadre scolaire : difficultés fluctuantes à se concentrer², à écouter les consignes et à s'y conformer, à programmer plusieurs étapes dans une activité ou à passer d'une activité à l'autre, à hiérarchiser les informations. Oubli des affaires personnelles, agitation (d'autant plus grande dans des situations de contraintes), impatience, brusquerie, précipitation, grande intensité émotionnelle, caractérisent également le trouble.

Sur le plan cognitif, plusieurs études convergent vers la mise en évidence d'un trouble des fonctions exécutives. Le concept de fonctions exécutives englobe une variété de processus cognitifs distincts nécessaires à l'accomplissement des comportements orientés vers un but³, tels qu'ils sont couramment exigés dans les méthodes d'apprentissage à l'école.

Il est fréquent que les enfants présentant des fonctionnements associés au TDA/H souffrent dans leur trajectoire scolaire et que les enseignant·e·s se sentent démun·e·s. Dans leur quotidien professionnel, chaque enseignant·e est amené·e à accompagner des élèves présentant un TDA/H. Différents moyens d'intervention⁴ leur sont proposés pour relever le défi d'une adaptation dans leur manière de travailler en vue de compenser les déficits de l'enfant, tout en tenant compte du

contexte du groupe classe et des objectifs d'apprentissage.

Néanmoins, en marge des approches centrées sur les déficits caractérisant le trouble, il est de plus en plus courant, autant du point de vue de l'expérience des personnes concernées que des études scientifiques, de mettre en évidence des qualités attachées au TDA/H, telles que la créativité, l'intuition, les idées originales, l'attrait pour la nouveauté et l'acuité sensorielle.

C'est à partir de ces constats, des besoins du terrain scolaire et de notre souhait de proposer une approche complémentaire aux approches d'accompagnement centrées sur les déficits, que nous avons engagé ce projet de recherche-action. Notre approche présente l'originalité d'un double référentiel conceptuel, celui de l'art-thérapie et celui d'une perspective socio-culturelle.

Si jusqu'il y a une cinquantaine d'années, il était possible d'adhérer à des « grands savoirs » (sciences, religions, politiques), la révolution culturelle, la mondialisation puis l'interconnexion via internet, nous ont conduit à relativiser les normes en vigueur. Or si ces normes nous contraignaient, elles nous servaient aussi de boussole, de repères. Depuis lors, une pluralité de logiques cohabite, à l'intersection desquelles le sujet de la modernité tardive est contraint de se situer (Richardet, 2021). Si, aujourd'hui, les individus ont gagné en liberté, ils ne semblent cependant pas bénéficier des moyens pour gérer cette autonomie (Ehrenberg, 2012). Les individus contemporains semblent parfois affectés du même trouble que les enfants avec un TDA/H ; submergés par de multiples informations diverses et paradoxales, ils sont en difficulté pour établir des priorités, sélectionner ou inhiber. Pour faire face à l'anxiété et à l'agitation suscitées par la

² On constate en effet une inégalité dans la capacité de concentration ; par moment ces enfants sont pleinement absorbés par la tâche, ne semblent rien entendre de ce qu'il se passe autour d'eux, alors qu'à d'autres moments, au contraire, ils peuvent sembler distraits par tout et par rien. Cette fluctuation augmente le risque que l'enfant soit perçu comme manquant de bonne volonté lors des moments de déconcentration, alors que cette fluctuation est liée au déficit d'attention.

³ Six dimensions principales sont retenues : l'inhibition de la réponse, le contrôle de l'interférence, la mémoire de travail, la flexibilité cognitive, la planification de l'action et la fluidité mentale (Guay et Laporte, 2006).

⁴ Par exemple, les enseignant·e·s vaudois·e·s reçoivent la Fiche d'information du Centre suisse de pédagogie spécialisée (2016) traitant de l'accompagnement en classe ordinaire des enfants présentant le trouble. Cette fiche, très étoffée, propose des stratégies concrètes pour aider les enfants présentant un déficit à mieux faire face aux difficultés qu'ils rencontrent.

liberté et l'autonomie gagnée, il semble que la majorité des instances décisionnelles réagissent en multipliant les tentatives de contrôle et de maîtrise. Dans le champ de la santé mentale, les diagnostics sont une manière de construire des repères.

Toutefois, peut-être avons-nous quelque chose à apprendre et à intégrer des fonctionnements dit TDA/H pour appréhender les changements socio-culturels qui viennent questionner le rapport au monde réifiant que le sujet de la modernité tardive entretient tant avec lui-même (son propre corps, ses capacités psychique et émotionnelles), les autres, qu'avec la nature/son environnement (Rosa, 2020).

Vers une potentialisation de la créativité non-orientée et de l'acuité sensorielle

De plus en plus d'études démontrent que le TDA/H est associé à une plus grande créativité (Kaufman, 2018 ; Hoogman et al., 2020 ; Wen Ten et al., 2020). Les individus touchés par le trouble présenteraient une importante flexibilité et fluidité de pensée leur permettant de générer de nombreuses options alternatives et originales à un problème, avec une grande capacité de voir les choses sous un nouvel angle et d'innover (Dulude, 2014 ; Hoogman et al., 2020). Cependant, cette créativité se déploierait à condition que la tâche se présente comme ouverte et non-orientée vers un résultat précis, alors que les apprentissages scolaires se caractérisent le plus souvent par des processus orientés vers un objectif.

Lorsqu'un processus de création est accompagné par une art-thérapeute, c'est de manière « ouverte », sans viser un résultat ou un produit fini attendu, ce qui va tout spécialement à la rencontre de cette créativité non-orientée associée au TDA/H. Dans les approches en art-thérapie, la réalisation d'une production est abordée comme un objet d'expérience plutôt que de savoir. Elle vise une forme d'attention qui est ouverte elle aussi, telle que l'attention esthétique (Schaeffer, 2015), au sens où elle accueille, avec indulgence, tout ce qui se présente à elle, sans se presser vers une nécessité de conclusion. La motivation mobilisée pour entrer dans l'activité est intrinsèque, elle se déploie à partir de la curiosité de l'enfant

et son envie de s'exprimer à travers sa production. En outre, la capacité à prendre en compte un nombre plus grand de types de propriétés différentes et à ne pas hiérarchiser, ou trier, peut être un atout dans le contexte de l'expérience de création artistique. N'est-ce pas là aussi une des caractéristiques de l'état de saisissement nécessaire au déclenchement du processus de création (Anzieu, 1980) ?

Des études montrent qu'un traitement sensoriel atypique est présent chez les deux formes du trouble de l'attention, avec ou sans hyperactivité (Engel-Yeger et al., 2011, 2023 ; Lane & Reynolds, 2019). Les personnes caractérisées par une sur-réactivité sensorielle ressentent les sensations plus intensément, ou plus longtemps, que la normale, ce qui se traduit souvent par des comportements de lutte ou de fuite. Les chercheurs suggèrent que la dimension du traitement sensoriel des personnes affectées par le TDAH est souvent négligée et mérite une plus grande attention (Lane & Reynolds, 2019). Ils encouragent le développement d'interventions ciblant le registre sensoriel (Panagiotidi & al. 2018).

La tendance à vivre, voire subir, des impressions sensorielles et des ressentis émotionnels de manière intense chez certains enfants affectés par le TDA/H peut devenir un levier dans l'accompagnement en art-thérapie, car l'engagement émotionnel et sensoriel est valorisé, voire nécessaire, comme un moteur pour la créativité artistique. Le passage par les médiums de création peut permettre aux enfants de prêter attention à leurs émotions, à les exprimer et les vivre sans qu'elles constituent une menace, grâce au détour par les matériaux de création et le partage avec d'autres enfants présentant des difficultés similaires dans le groupe.

Une pensée sensori-motrice

Les art-thérapeutes encouragent les enfants à être à l'écoute de leurs sensations, à « penser avec leur sensori-motricité », en regardant, touchant, sentant. L'intelligence sensorielle est encouragée, elle est la porte d'entrée pour guider le processus de création comme une boussole intérieure à laquelle il est important de porter attention et de faire confiance. Il ne s'agit pas de faire le tri entre ce qui est pertinent ou non, mais d'accueillir l'ensemble des perceptions en leur prêtant une attention d'abord simultanée. Ce n'est que peu à peu

que le tri s'opère de lui-même, dans le contact avec les matériaux de création et par le biais du processus qui engage le tissage d'une continuité entre la pensée sensori-motrice et la pensée verbale.

Intervenir au sein de l'école et renforcer le pouvoir d'agir

Le groupe d'expression et créativité mis en place dans le cadre de ce projet a pour objectif de travailler sur cette continuité entre l'intelligence sensori-motrice, tout spécialement développée chez les enfants concernés par le TDA/H, et les apprentissages scolaires privilégiant une pensée verbale, linéaire et orientée vers un résultat.

Il est démontré que la manière de qualifier un trouble a des répercussions sur le comportement de l'enfant concerné et sur les décisions qui sont prises à son sujet, notamment en matière de scolarité (Travel et Visser, 2006). Lorsque le TDA/H est présenté comme une condition de déficience chronique et que la structure de fonctionnement à adopter pour remédier à la condition est située à l'extérieur de la personne, c'est non seulement l'estime de soi de l'enfant mais également son sentiment de pouvoir d'agir personnel qui sont atteints.

Le contexte scolaire est le plus souvent celui au sein duquel les difficultés associées au trouble ont des répercussions les plus conséquentes dans la trajectoire de l'enfant. La réalité scolaire est une source importante de préoccupations quotidiennes, tant pour l'enfant que ses parents. Proposer un dispositif d'accompagnement centré sur les potentiels et les ressources au sein même de l'établissement scolaire vise, notamment, à renforcer le sentiment d'appartenance de l'enfant au contexte scolaire et son pouvoir d'agir sur sa trajectoire d'apprenant.

L'activité de création artistique, telle qu'elle est proposée par les art-thérapeutes, positionne l'enfant comme actif et compétent, c'est lui qui a le contrôle sur sa création et ses choix. L'enfant est mobilisé dans son corps par l'acte de création. Il utilise les matériaux de création

pour chercher une forme qui corresponde aux appels de sa boussole intérieure, vers une réponse originale mais adaptée. L'enfant est valorisé dans sa manière différente de fonctionner, penser, répondre, par rapport aux attentes scolaires classiques (la pensée verbale, linéaire, non moins pertinente ; peut-être même d'autant plus pertinente pour le monde à venir et ses défis socioculturels en termes de pluralité des possibles).

Observations préliminaires

Dans le cadre de la phase préparatoire du projet qui visait à évaluer la pertinence et les modalités de l'intervention au sein du cadre scolaire, deux suivis en art-thérapie d'enfants diagnostiqués TDA/H scolarisés en école primaire ont été observés par l'une des responsables du projet (ER), puis analysés par les deux responsables du projet (ER et OL). Les observations ont été non participantes avec l'objectif d'interférer le moins possible avec le processus thérapeutique. Les séances d'art-thérapie ont eu lieu chez une art-thérapeute en pratique privée avec des objectifs thérapeutiques dont il n'est pas question ici. Le cheminement de l'enfant dans la thérapie et sa situation personnelle ne sont pas non plus reportés, telles que les conditions des observations ont été conclues avec l'art-thérapeute, les enfants et leurs parents.

Ces observations nous ont permis de vérifier la pertinence de mobiliser la créativité artistique dans l'intervention proposée à l'école et de préciser ses objectifs. Nous partageons ici quelques éléments qui ont émergé, qui concernent les processus créatifs, sans faire référence au processus thérapeutique ou à la dynamique psychique personnelle de l'enfant. Elles sont reportées de manière à préserver l'anonymat et la confidentialité⁵.

« Hector a des difficultés à rester attentif lorsque l'échange se situe au niveau verbal. Ses pieds s'agitent sous la table, son regard explore l'environnement, dégageant une impression qu'il n'écoute pas. Pourtant, par la suite, il se vérifie qu'il a bien entendu...

Hector utilise spontanément les techniques

⁵ Les enfants ainsi que leurs parents ont été informés de leur participation à la recherche et de la présence de l'observatrice. Ils ont signé un formulaire de consentement garantissant l'anonymat et la confidentialité et ont donné leur accord pour que les données anonymisées puissent être utilisées dans le cadre de la communication professionnelle et scientifique.

de création proposées vers d'autres fins que celles auxquelles elles sont destinées. Il choisit des outils de création pour la sensation qu'ils lui procurent plus que pour l'adéquation à un projet de création. Les matériaux sont accueillis pour ce qu'ils sont plus que pour leur fonction (par exemple une gouge est d'abord appréhendée par Hector pour son trou, regarder dedans, etc., avant de chercher à comprendre comment s'en servir). Il montre un intérêt pour ce qu'il nomme la « satisfaction » ressentie durant le moment de contact et de création avec les matériaux, et non pour le résultat de la création (dont il se désintéresse inlassablement) avec une demande, d'une séance à l'autre, de répéter l'activité qui procurait cette satisfaction.

Hector tripote des objets, semble se retenir d'entrer tout de suite dans l'action lorsqu'il est question d'anticiper, de planifier des actions en vue de réaliser une idée. Lorsque l'AT propose à Hector d'avoir un projet qui n'est pas directement en lien avec un matériau, il est en difficulté. Par contre, son choix s'oriente rapidement, une fois dans l'action, qui se poursuit alors de manière minutieuse et soignée pendant de longs moments. Hector préfère ne pas tester et se lancer dans l'activité en l'ajustant selon ce qu'il se passe avec les matériaux, plutôt que de faire des essais pour réaliser un projet (ex : directement couper, directement appliquer une couleur, ...). Ses choix sont spontanés et s'avèrent ajustés au processus de création à plusieurs reprises (par exemple, il ne prend pas le temps de mesurer des longueurs et coupe directement : la longueur est juste), comme si son corps savait déjà.

Hector démontre une importante détermination et persévérance avec les mélanges de couleurs pour trouver exactement celle dont il sent qu'il a besoin. Il peut alors s'impliquer de manière soutenue et témoigner de son plaisir et du fait qu'il est « fier de lui ». Il est intéressant de relever que lorsque l'AT propose une verbalisation en lien à des sensations plaisantes concernant l'activité de création, Hector est en mesure de se positionner et utilise un vocabulaire précis.

Plus le suivi avance, plus Hector s'affirme et ose exprimer ses besoins en lien aux matériaux proposés et à l'expérience qu'il en fait. »

Les observations nous ont permis de mettre en lumière l'importance d'encourager la créativité non-orientée et l'intelligence sensorielle, en vue de leur potentialisation et du tissage d'une continuité avec la pensée verbale, linéaire et orientée.

Nous faisons l'hypothèse que la « créativité non-orientée », si elle est encouragée et valorisée, peut ensuite être au service d'une intention, voire d'un « résultat » concluant face aux exigences scolaires. Considérer la pensée sensori-motrice comme une alternative à un protocole linéaire pour atteindre un résultat (n'est-ce pas la genèse de beaucoup de « résultats artistiques » ?) pourrait permettre aux enfants avec un TDA/H d'atteindre les objectifs scolaires, à leur manière.

Mises en œuvre de l'intervention

L'intervention prend la forme d'un groupe d'expression et créativité mené par une art-thérapeute au sein d'un collège ordinaire pour des enfants de 5ème et 6ème primaire⁶ diagnostiqués d'un TDA/H⁷. L'art-thérapeute bénéficie d'une attribution par la direction de deux périodes hebdomadaires durant une année pour la conduite de ce groupe accueillant quatre enfants. Les modalités de l'accompagnement, élaborées ensemble entre l'art-thérapeute et les chercheuses, se déclinent autour des objectifs suivants :

- Potentialiser la créativité et l'acuité sensorielle associées au TDA/H dans le cadre du parcours scolaire de l'enfant
- Tisser une continuité entre la pensée sensori-motrice et la pensée verbale
- Restaurer le sentiment du pouvoir d'agir des enfants face à leur trajectoire scolaire

Les chercheuses étudient le processus au sein du groupe d'expression et créativité et s'entretiennent avec l'enseignant-e de l'enfant au sujet de son parcours scolaire. Aucune autre donnée personnelle concernant l'enfant ne fait l'objet de l'étude. Les enfants et leurs parents sont informés de la recherche

⁶ Entre 8 et 10 ans.

⁷ La contrainte du diagnostic pour que l'enfant ait accès au groupe relève des exigences de validité de la recherche concernant des critères d'inclusion définis.

et peuvent décider en tout temps de s'en retirer sans que cela ait des conséquences sur la participation de leurs enfants au groupe. Toutes les observations du groupe dans le cadre du projet de recherche sont collectées et sauvegardées de manière sécurisée et anonyme. Elles sont sous la responsabilité des chercheuses, soumises à une obligation de stricte confidentialité. Les données recueillies et anonymisées peuvent être utilisées pour la communication professionnelle, scientifique et académique.

Une première session du groupe de quinze séances, qui est en cours, est observée par une des responsables du projet (OL) sur le principe de l'observation participante. Elles font ensuite l'objet d'une prise de notes détaillées, qui sont discutées avec l'autre responsable du projet (ER). Des échanges hebdomadaires ont lieu avec l'art-thérapeute, en marge des séances de groupe.

Les maîtres principaux des classes de ces enfants sont sollicités avant le début du groupe pour partager, lors d'un entretien non-directif, les difficultés rencontrées dans l'accompagnement scolaire de l'enfant qu'ils associent au TDA/H. Ces entretiens constituent une base dans l'élaboration d'une partie des critères pour évaluer les apports de l'intervention et les besoins d'ajustement.

Et si... ?

Dulude (2014 : 35) a effectué une méta-analyse des approches alternatives qu'elle a associée à ses propres recherches cliniques auprès des enfants TDA/H. Ces recherches l'amènent à décrire ces enfants comme *sensibles et intuitifs, ayant un fort sens de l'humour ; ils sont spontanés, posent un regard différent et unique sur les choses, en plus d'être imaginatifs, curieux et originaux.*

Et si, par le biais de cette recherche-action, ces enfants allaient nous apprendre quelque chose sur notre monde d'aujourd'hui ?

Bibliographie

Anzieu D., 1981, *Le corps de l'œuvre*, Paris, Gallimard.

Bange F., 2023, *TDA/H. Trouble Déficit de l'Attention / Hyperactivité*, Paris, Dunod.

Dulude D., 2014, *Le TDA/H, une force à rééquilibrer*, Montréal, Les Editions du CRAM.

Ehrenberg A., 2012, *La société du malaise*, Paris, Odile Jacob.

Engel-Yeger B. & Ziv-On D., 2011, "The relationship between sensory processing difficulties and leisure activity preference of children with different types of ADHD", *Research in Developmental Disabilities*, vol 12, n° 3, pp. 1154-1162.

Engel-Yeger B. & Mevorach Shimoni M., 2023, "The Contribution of Atypical Sensory Processing to Executive Dysfunctions, Anxiety and Quality of Life of Children with ADHD. Occupational Therapy in Mental Health".

Lan, J. & Reynolds S., 2019, "Sensory Over-Responsivity as an Added Dimension in ADHD", *Front Integr Neurosci*, vol 13.

Guay M.-C. & Laporte P., 2006, « Profil cognitif des jeunes avec un TDAH », in *Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité : soigner, éduquer, surtout valoriser*, Presses de l'Université du Québec, pp. 37-56.

Hoogman M., Stolte M., Baa, M. & Kroesbergen E., 2020, "Creativity and ADHD; A review of behavioral studies, the effect of psychostimulants and neural underpinnings", *Neuroscience Biobehavioral Review*, pp. 66-85.

Hotz S. (2018). *Prise en charge des enfants. Recommandations d'action pour le traitement du TDA/H dans le processus décisionnel*, Fondation Mercator Suisse.

Kaufman B., 2018, *Twice Exceptional. Supporting and Educating Bright and Creative Students with Learning Disabilities*, Oxford, Oxford University Press.

Panagiotidi M., Overton P.G, Stafford T., 2018, "The relationship between ADHD traits and sensory sensitivity in the general population", *Comprehensive psychiatry*, 80, pp.179-185

Richardet E., 2021, *Vivre et dire l'indicible : Rationalisations discursives d'expériences «liminales » de praticien.ne.s d'hypnose, de néo-chamanisme et d'imagination active jungienne en Suisse romande*, Université de Neuchâtel, Institut d'ethnologie.

Travell C., Visser J., 2006. "ADHD does bad stuff to you": Young people's and parents' experiences and perceptions of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)", *Emotional and Behavioural Difficulties* 11 : 205-216.

Rosa H., 2018, *Résonance : une sociologie de la relation au monde*, Paris, La Découverte.

Schaeffer J.-M., 2015, *L'expérience esthétique*, Paris, Gallimard.

Ten W., Tseng C.-C. Chiang Y-S., Wu C-L, Chen H-C., 2020, "Creativity in children with ADHD : Effects of medication and comparisons with normal peers", *Psychiatry Research*, Feb.

Fiche d'information du Centre suisse de pédagogie spécialisée pour le corps enseignant, 2016, *Trouble du déficit de l'attention avec ou sans TDA/H à l'école*.

ADOLESCENCE, DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET MATURITÉ PRESCRITE ? LE PAS-SAGE DU PASSAGE EN ATELIER D'ART-THÉRAPIE

Laura Martin Excoffier
Lony Schiltz
Jean-Luc Sudres

Résumé Peu d'études concerne le rôle de l'art-thérapie à l'adolescence pour accompagner « le passage entre le dedans et le dehors » en tant que dynamique de transition factuelle, symbolique et identitaire. Ainsi sur l'étayage d'un dispositif d'atelier modélisé en 8 séances, avec un temps d'expression créatif groupal et individuel, il s'agit de montrer comment l'art-thérapie peut constituer « un laboratoire de passage/ pas-sage » pour accompagner, voire implémenter un processus de transformation de soi par soi et par l'autre. Par-delà l'observation phénoménologique clinique du modus operandi des séances, le recours à une évaluation par l'outil projectif AT9 (Archétype Test à 9 éléments) permet un repérage robuste des changements générés par cette prise en charge, tout en nourrissant la réflexion prospective. Prototypique de cette dynamique à l'œuvre, la trajectoire d'Olivia, adolescente de 14 ans, est parcourue.

Laura Martin Excoffier Psychologue clinicienne et art-thérapeute. Centre d'Etudes et de Recherche en Psychopathologie et Psychologie de la Santé (CERPPS) de l'Université de Toulouse - Jean Jaurès. Mail : laura.aurelie.martin@gmail.com. Tel : +33 6 21 58 33 75
(Auteur correspondant)

Lony Schiltz Docteur en Psychologie clinique, HDR, Professeur honoraire de psychologie, Université du Luxembourg,. Mail : lony.schiltz@education.lu

Jean-Luc Sudres Professeur de psychologie. Psychologue clinicien. Psychomotricien et art-thérapeute. Responsable pédagogique du D.U. Art-Thérapies (UTJJ). Centre d'Etudes et de Recherche en Psychopathologie et Psychologie de la Santé (CERPPS) de l'Université de Toulouse Jean Jaurès. Mail : jeanlucsudres@orange.fr

Introduction

A lors que l'adolescence apparaît définie de manière multiple, cette période se révèle être un moment de vie encore plus délicat pour les personnes déficientes intellectuelles. Cette temporalité dynamique de transition entre un dedans/dehors et un dehors/dedans est paradoxalement peu et/ou partiellement explorée dans leurs processus et retentissements existentiels (Picon, 2009). Quant à la place des potentialités créatives et du processus créateur, tout autant qu'au rôle de l'interface « atelier d'art-thérapie » comme vecteur potentiel, elles semblent également négligées (Schiltz, 2021 ; Martin Excoffier, Schiltz & Sudres, 2022).

Contextualisation

Rappelons que les nombreux changements biologiques, cognitifs, affectifs et sociaux vécus et métabolisés par les adolescents se déroulent sans trop de difficultés. En effet, malgré le fait que nombre de médias, et même parfois de professionnels en souffrance, se plaisent à affirmer le contraire dans un catastrophisme ambiant toujours reçu avec complaisance, les enquêtes sérieuses montrent que 80 à 85 % des adolescents vont bien, comme le souligne le rapport « Adolescents en souffrance » de la « Fondation Hôpitaux de Paris – Hôpitaux de France » !

L'adolescent est créatif, même à son propre insu et celui de son entourage (Sudres et

Moron, 2000). Quelle que soit la manière de le considérer, il emprunte des « rites de passage » l'amenant parfois à être dans « un pas-sage » dont les chantres de la crise de l'adolescence se rassasient encore et toujours. Toutes, ces « séquences cérémonielles qui accompagnent le passage d'une situation à une autre et d'un monde (cosmique ou social) à un autre » (Van Gennep, 1909) prennent place explicitement et/ou insidieusement sous l'effet d'une médiation adaptative. Tel est le cas pour les adolescents déficients intellectuels bénéficiant d'une prise en charge institutionnelle en IME¹ et qui arrivent au terme d'un âge limite, soit 14 ans, parfois 15 ans avec dérogation, à la confrontation d'un passage dans le préprofessionnel, avec « l'accès forcé » en IMP², où l'injonction « devient grand ; c'est un ordre ! » leur est

prescrite en un temps record (un an tout au plus). Dans cette dynamique, les ateliers d'art-thérapie peuvent constituer « le laboratoire de passage/pas-sage » et initier les processus de transformation dans la transition entre l'enfance et l'âge adulte, en lien étroit avec une appartenance sociétale forte, dans laquelle se concrétise parfois une menace identitaire importante (Atalay, 2007).

Vivre la séparation (de l'état ou du lieu antérieur), éprouver la mise en marge (l'entre-deux) et parvenir à l'agrégation d'un nouvel état intra/inter psychique et institutionnel constituent en soi une gageure dépassant les attendus de A. Van Gennep dans leurs expressions (Ahovi et Moro, 2010). À l'aide d'un cas clinique, nous allons essayer d'évaluer ces processus de changement en nous basant sur un outil de la psychologie projective.

2. Le dispositif art-thérapeutique

2.1. Cadre, forme et contenu

Il s'agit, pendant 8 séances³ hebdomadaires d'une heure et demie, de discuter autour d'un thème en regards d'objectifs précis (Tableau 1). Puis chaque jeune est amené à écrire, dessiner, décorer, ce qu'il retient de la séance, dans un « journal de bord thérapeutique » individuel.

Voici, au fur et à mesure des séances, les thèmes proposés et leurs objectifs sous-jacents.

Séances	Thèmes	Objectifs
1 ^{ère} séance	Décoration de la première page du cahier « <i>journal de bord thérapeutique</i> »	Investissement de l'espace d'expression
2 ^{ème} séance	Premiers souvenirs à l'IMP	Exploration du climat affectif à l'arrivé dans l'institut
3 ^{ème} et 4 ^{ème} séances	Meilleurs et pires souvenirs de la vie à l'IMP	Faire revenir un éventail ouvert de moments clés passés, en soutenant leur élaboration dans un mouvement partagé
5 ^{ème} séance	Autoportrait / Qualités et défauts	Évaluer l'image de soi au présent
6 ^{ème} et 7 ^{ème} séances	Projections dans la vie future personnelle, familiale et professionnelle	Exploration du vécu affectif lié aux projections dans le futur
8 ^{ème} séance	Clôture du groupe et partage des émotions au moment de quitter le groupe et l'IMP	Étayer la séparation : pouvoir se quitter sans risque d'être « englouti » dans le vide et/ou le vécu d'abandon qui suit le temps passé à créer

Tableau 1: Thèmes et objectifs des séances d'art-thérapie

¹ Institut Médico-Pédagogique, accueillant des enfants et adolescents déficients intellectuels entre 6 et 14 ans pour une scolarité et un suivi multidisciplinaire adapté au handicap.

² Institut Médico-Professionnel, accueillant des adolescents déficients intellectuels entre 12 et 18 ans pour un apprentissage professionnel et un suivi multidisciplinaire adapté au handicap.

³ Ces séances s'étaient sur un travail préalable d'observations et d'expérimentations cliniques amenant à construire une cohérence et une progression.

2.2 Outil d'évaluation : LAT9 (Archétype Test à 9 éléments)

Notre outil d'évaluation, l'AT9 (Archétype Test de 9 éléments), épreuve de Y. Durand, est constituée de deux phases.

La première, grapho-motrice, est guidée par une consigne imposée figurant en haut d'une feuille A4 format paysage : celle de composer un dessin en y faisant figurer neuf éléments : une chute, une épée, un refuge, un monstre dévorant, quelque chose de cyclique, un personnage, de l'eau, un animal (oiseau, poisson, reptile ou mammifère) ainsi que du feu. Cette consigne peut être lue par la personne réalisant l'épreuve ou bien, comme chez les adolescents déficients intellectuels non lecteurs, lue par nos soins et répétée à volonté.

La seconde phase complète le dessin par un récit raconté par la personne pour décrire son dessin, narration qui peut être écrite ou orale, par exemple chez les adolescents de notre étude.

Cette épreuve s'avère donc à la fois un outil d'exploration de l'imaginaire, d'approfondissement de la créativité symbolique, et une méthode de connaissance de la personnalité (Durand, 2005).

Ce test est proposé en deux temps aux adolescents :

- avant la première séance d'atelier, pour évaluer l'état psychologique du jeune (pré-test),
- après la dernière séance d'atelier, pour mesurer l'évolution de son état psychologique (post-test).

2.3 Objectif de ce travail

Nous avons pour objectif de montrer comment l'art-thérapie peut agir comme un rite permettant le passage de l'enfance à l'âge adulte, mais également du « dedans » au « dehors », c'est-à-dire du présent de l'institut à la préparation du futur.

3. Olivia⁴

3.1 La rencontre

Lorsque nous rencontrons, Olivia, elle est tout juste âgée de quatorze ans et se présente comme une grande et mince jeune fille blonde, aux traits fins et aux grands yeux

bleus cachés derrière d'épaisses lunettes. Elle mordille souvent ses lèvres, un geste de nervosité qu'elle a acquis alors qu'elle était encore petite fille. Elle est scolarisée en IMP depuis l'âge de 6 ans, pour une déficience intellectuelle moyenne (Quotient Intellectuel Total = 41), qui a empêché son maintien en milieu ordinaire, même avec le soutien d'une Auxiliaire de Vie Scolaire (AVS)

3.2 Les antécédents personnels et familiaux

Il faut souligner que, depuis sa naissance, Olivia présente des problèmes de santé. Problèmes qui l'ont amenée à fréquenter les cabinets médicaux dont elle garde une forte anxiété. À l'âge de trois mois, elle a, par exemple, souffert d'importantes poussées d'eczéma, qui ont mis à mal la construction de son enveloppe corporelle et qui pourraient être en lien avec une anorexie sévère du nourrisson débutant quelques semaines plus tard, lors de phases d'éloignement de ses parents, ne serait-ce que lors de leurs départs chaque matin pour leurs lieux de travail respectifs.

Alors que sa fille était encore un bébé, sa maman a de nouveau été alertée par ce qu'elle appelle un « manque de retours » dans les échanges précoces qu'elle entretenait avec elle. Elle s'est également montrée très inquiète à l'occasion d'une période de spasmes du sanglot dont souffrait Olivia entre deux et quatre ans. La petite fille a également manifesté pendant longtemps une espèce d'hébétude, souvent mutique, rarement en lien avec son environnement.

3.3 La prise en charge

Aujourd'hui, Olivia se trouve en dernière année à l'institut. Elle est donc en période de passage vers l'IMPro, période se manifestant comme un temps critique susceptible de conduire à une rupture, un vécu d'abandon, une crise, voire à un effondrement de l'homéostasie d'antan. Même si celle-ci relève d'aménagements névrotiques, parfois en faux-self, le risque est celui d'un bouleversement avec décompensation psychotique.

Le réseau social d'Olivia est peu étendu. En dehors d'Antoine, un garçon du groupe issu du même milieu social et qui partage son sentiment « d'être différent » de ses pairs d'âge,

⁴ Les noms et lieux ont été anonymisés..

elle manifeste en revanche peu d'affinités avec les jeunes qui parlent beaucoup et s'agitent sans cesse, comme elle est agacée et effrayée par leur comportement. Les éducateurs parlent d'elle en disant qu'elle a besoin de ce cadre de vie, aussi bien pour ressentir l'aspect sécurisant de son environnement que pour limiter le débordement des autres jeunes. Lorsqu'elle se trouve à l'intérieur de l'institut, « le dedans », elle se comporte de manière plutôt calme, mais à l'extérieur, « au dehors », elle est décrite par les enseignants comme dispersée, imprévisible et sans autonomie.

3.4 L'atelier art-thérapeutique

Pour l'aider « à grandir » et à élaborer les affects anxio-dépressifs et abandonniques avant de quitter l'institut à la rentrée prochaine, nous lui proposons de participer à l'atelier art-thérapeutique intitulé « le groupe des sortants », intitulé qui, paradoxalement ou non, induit anxiété, rupture, abandon et « processus forcé ». Comme tous les autres adolescents du groupe, Olivia bénéficie de :

- deux passations individuelles de l'AT9 en procédure pré-test (avant la première séance d'atelier) et post-test (après la dernière séance d'atelier),
- de l'observation phénoménologique (en modus operandi) des séances art-thérapeutiques, que nous avons réalisées de manière individuelle.

3.4.1. Dessin et histoire de l'AT9 en version pré-test

« Le personnage, il va se baigner dans la rivière. Après il va dormir dans la grotte. Il va manger des saucisses grillées et il va dormir. Le poisson est dans l'eau en train de nager, il mange les bulles. L'oiseau, il mange les graines. La Terre, elle tourne autour du Soleil. Le monstre, il mange le crocodile parce qu'il a faim et les cailloux, ils tombent sur le monstre. Le monstre, il est mort. (Comment se finit ton histoire ?) C'est triste. Le poisson, il pleure, et aussi l'oiseau et le personnage, il pleure aussi car c'était son animal ».

Les capacités d'accès à l'abstraction et à la symbolisation contrastent avec une immaturité des représentations et des difficultés de coloriage, où s'exerce une grapho-motricité encore défaillante. Le contrôle intellectuel de la pensée, à travers la maîtrise des formes et de la pulsionnalité,

est mis en œuvre avec une importance accordée aux formes tracées avant la mise en couleur dans le dessin (Figure 1). Le besoin de superposition et de remplissage du vide va dans le sens d'une rigidité de la personnalité, mais témoigne aussi de certaines capacités d'organisation. Le contrôle intellectuel semble permettre également de supporter les affects anxio-dépressifs, qui peuvent s'exprimer directement dans le dessin, mais surtout par projection dans l'histoire. Néanmoins, les capacités de restauration sont insuffisantes pour que l'histoire se termine bien. Enfin, Olivia signe son dessin de son nom et prénom, témoignant là d'un investissement personnel et d'une appropriation de son dessin.



Figure 1 : Un besoin de remplissage

3.4.2. Observation et dynamique des séances d'art-thérapie

L'atelier a débuté une semaine après cette passation. Dès les premières séances, Olivia s'est beaucoup impliquée dans le groupe où elle a apporté tantôt une touche naïve et enjouée, tantôt une note plus autoritaire à l'intention de ses camarades. Elle a eu un peu de mal à participer aux échanges, à cause de ses grandes difficultés de compréhension et d'expression, mais également en lien avec une pudeur à se dévoiler devant un groupe de garçons adolescents, indice signe d'une étape d'une maturité que nous n'avions pas soupçonnée auparavant et qui contraste avec son apparente immaturité permanente.

Olivia a également réussi à développer sa confiance en elle lors des phases d'écriture qui sont devenues un moyen d'expression privilégié pour elle malgré ses difficultés, en apportant des touches d'une personnalité parfois en décalage, notamment aux moments répétitifs d'apports

de mots qu'elle apprécie (« cheval », « vache » reviennent en boucle) et qui apparaissent totalement hors contexte. Ces périodes semblent à la fois consécutives à des périodes d'anxiété qu'elles semblent atténuer, liées à une forme d'auto-excitation en boucle, et se présentant comme soutien lorsqu'aucune autre idée ne lui vient, comme une manière de combler un vide.

Dans un second temps, Olivia a beaucoup apprécié la réflexion se développant autour de la manière de se percevoir. L'autoportrait a manqué de réalisme avec un schéma corporel peu intégré. Au fur et à mesure, il évolue et se caractérise par une plus grande personnalisation aussi bien du visage que du corps entier, avec des marqueurs de la féminité mis en avant. Dans la description de son caractère, Olivia montre une impossibilité de faire des choix, sélectionnant la quasi-totalité des adjectifs proposés, y compris lorsqu'elle sait qu'ils ne lui sont pas adaptés. La description s'avère trop complète, avec utilisation de qualificatifs antagonistes, distribués de manière organisée dans son cahier.

L'adolescente se montre également capable de projections dans l'avenir. Elle imagine les différents apprentissages qu'elle réalisera en IMPro, et elle peut aussi rêver de différentes professions futures, tout en préservant, comme activité de loisirs ou comme orientation professionnelle, sa passion pour l'équitation.

3.4.3. Dessin et histoire de l'AT9 en version post-test

Une semaine après la dernière séance, nous avons proposé le second AT9 à Olivia.

« Au début, le personnage il dort au S. (une montagne à côté de la ville où Olivia réside), et à côté du S., il y a du feu. Et il dort dans la tente. Et il mange des saucisses sur le feu. Pis ensuite l'oiseau envie de voler dans le ciel mais le monstre habite juste à côté et il veut le manger. Puis le poisson il s'ennuie un peu parce qu'il se demande à quelle heure il est sur la pendule. Et la chute de pierre est tombée sur la pendule et la pendule s'est cassée. L'épée, elle, elle veut... Le monsieur, après être allé au S., il va à la guerre pour tuer des gens. Il avait envie de tuer le poisson parce qu'il voulait le manger. Il le tue et il le mange après. »

Le dessin d'Olivia (Figure 2) a bien évolué d'un examen à l'autre, même si l'immaturité reste importante, en rapport avec la déficience intellectuelle. Le coloriage, et donc le besoin

de remplissage, est passé au second plan par rapport à une progression des formes, progression indiquant un meilleur degré de symbolisation, des facteurs rationnels de la pensée plus présents, une tentative d'accession à la troisième dimension et une élaboration plus poussée du récit associé au dessin. L'éventail de couleurs s'est restreint, peut-être en partie en lien avec le fait que la plupart des formes ne sont actuellement plus remplies, mais les couleurs choisies sont globalement plus chaudes qu'à la première passation. De même, Olivia peut exprimer des affects pulsionnels ou anxio-dépressifs avec des mécanismes de défense suffisamment efficaces pour empêcher d'être envahie. Elle est par ailleurs plus sensible à la tonalité humaine dans laquelle elle peut se projeter. Elle montre de meilleures capacités de restauration qu'auparavant, faisant intervenir des éléments qui transforment ses affects en des événements moins anxiogènes.



Figure 2 : Un début de perspective

3.5 Conclusions

Olivia a vraiment fait de son mieux dans toutes les épreuves, et les quelques mois écoulés permettent de se rendre compte qu'elle a évolué, l'atelier intervenant comme un rite de passage. En effet, elle continue de manifester des comportements d'enfant et un regard de petite fille, accentués par sa déficience, et en même temps un début de préoccupations adolescentes, notamment dans ses expressions faciales et corporelles et dans son application croissante dans les épreuves. En effet, elle s'implique totalement, autant dans son élaboration intrapsychique non consciente que dans sa verbalisation, pour passer du monde des enfants à celui des adolescents.

Jonathan Ahovi et Marie Rose Moro (2010) décrivent le rôle nécessaire de « la séparation » dans le rite de passage, et soulignent le besoin d'une « agrégation satisfaisante à la société » si le rite est accompli de manière structurante. C'est ce qui se passe au sein du groupe, qui se montre très étayant envers les verbalisations et les créations d'Olivia dans l'anticipation de son départ. Il lui permet un détachement progressif de l'établissement qui symbolise son enfance, pour se tourner vers son adolescence représentée par un nouvel institut, le tout consigné dans son journal de bord, puisque, lorsque les expériences de la vie sont abordées de manière anxiogène, il est important de proposer au jeune une « remise en histoire progressive » par et avec l'art-thérapie (Sudres et Moron, 1997 ; Sudres, 2005).

Ainsi, comme Olivia souffre d'une structure de personnalité fragile, il s'avère nécessaire d'enclencher un travail thérapeutique délicat, afin qu'elle puisse se créer une identité d'adolescente, puis d'adulte. En effet, l'adolescence est un moment clé de la construction identitaire (pour épanouir les nouvelles potentialités qui s'envisagent dans cet âge de la réalisation), mais aussi de la déstabilisation du sentiment de réalité (Sudres, 2003 ; Wawrzyniak & Schmit ; 2008 ; Klein, 2012).

Barbot et Lubart (2012) ont montré qu'il est possible d'identifier trois raisons qui font de la créativité un facteur important de la transformation adolescente de soi. Elle pourrait intervenir « en favorisant les processus de la pensée impliqués dans la formation identitaire, en permettant de développer et maintenir une représentation positive et créative de soi, et en facilitant l'expression de soi sur des supports d'intérêts dans lesquels l'adolescent s'est engagé ».

En tout cas, Olivia a ainsi pu déposer ses angoisses enfantines et adolescentes dans son journal de bord, où l'art-thérapie lui a permis de les élaborer et de les replacer dans son histoire de vie, à l'intérieur de l'institut et même au dehors. L'atelier lui a permis d'accompagner son vécu au cœur des tribulations de cet âge transitoire, pris entre l'enfance et l'âge adulte, et de commencer

à afficher un début de maturité, garantie de son évolution vers un avenir plus serein et plus épanoui.

L'art-thérapie apparaît comme une médiation thérapeutique d'excellence avec les adolescents mais il convient aujourd'hui de l'ouvrir davantage au numérique, notamment à la photographie et à ses applications (Huerre, Costantino, 2017). Toutefois, l'utilisation des photos, et notamment des « selfies », sur les réseaux sociaux, impacte le flou des limites dedans/dehors, réalité/fiction, privé/public, un flou parfois recherché par les adolescents, mais qu'il s'avère important de ne pas oublier dans leur prise en charge thérapeutique.

Bibliographie

AHOVI J., ROSE MORO M., 2010, "Rites de passage et adolescence", *Adolescence*, 4, pp. 861-871.

ATALAY M., 2007, "Psychology of crisis: an overall account of the psychology of Erikson", *Ekev Academic Review*, vol. 11, pp. 15-34.

BARBOT B., LUBART T., 2012, "Adolescence, créativité et transformation de Soi", *Enfance*, 3, pp. 299-312.

DURAND Y., 2005, *Une technique d'étude de l'imaginaire : l'AT9*, Paris, L'Harmattan.

HUERRE P., COSTANTINO C., 2017, *Médiations numériques et prise en charge des adolescents*, Paris, Lavoisier.

KLEIN J.-P., 2012, "Chapitre III. L'art-thérapie : avec qui ?", in *L'art-thérapie* (pp. 86-103), Paris, PUF.

MARTIN EXCOFFIER L, SCHILTZ L, SUDRES J.-L., "L'art-thérapie et les adolescents : clinique d'une évidence ?", *Perspectives Psy* 2022, vol. 61, n° 1, pp. 84-92.

PICON I., 2009, "Adolescence et déficience intellectuelle. Approche clinique de jeunes accueillis en Institut médicoprofessionnel (IM-Pro) ou en unité pédagogique d'intégration (UPI)", *Official Journal of Alter, European Society for Disability Research*, tome 3, numéro 4, pp. 303-319.

SCHILTZ L., 2021, "La fonction structurante des mythes personnels à l'adolescence", *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 69(4), pp.190-194.

SUDRES J.-L., MORON, P., 1997, *L'adolescent en créations. Entre expression et thérapie*, Paris, L'Harmattan.

SUDRES J.-L., 2003, "La créativité des adolescents : De banalités en aménagements", *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 51, pp. 49-61.

SUDRES J.-L., 2005, *L'adolescent en art-thérapie*, Paris, Dunod.

VAN GENNEP A., 1909, *Les rites de passage*, Paris, Picard.

WAWRZYNYA, M. & SCHMIT G., 2008, "Les luttes psychiques de l'adolescence. Identité et appartenance", *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux*, n° 40, pp. 27-43.

Consulté le 20/08/2023,
<http://www.fondationhopitaux.fr>

ESPACES SYMBOLIQUES DEDANS / DEHORS

Mariella Mulattieri-Binetti

Résumé Dans cet article, je vais montrer deux exemples d'activités créatives qui, dans les ateliers de créations à visée thérapeutique dédiés aux jeunes présentant des troubles psycho-affectifs de différente nature (tels par exemple les troubles alimentaires et les troubles du comportement), prennent forme assez fréquemment et qui se prêtent aisément à une lecture en termes de dedans / dehors. Il s'agit du travail de masques en papier et de l'activité concernant les boîtes en carton.

Je vais également noter quelques réflexions théoriques inspirées par des lectures dans différents domaines.

Mariella Mulattieri-Binetti *Depuis le Tessin, je suis partie comme étudiante à Lausanne, inscrite à la faculté des Sciences Humaines, j'ai obtenu mon bachelor et la maîtrise en Sciences sociales et pédagogiques. Déjà lors de ma maîtrise, je me suis questionnée sur la valeur de l'art-thérapie et j'ai inséré cette thématique dans ma thèse. Convaincue de la justesse de cette pratique, j'ai fréquenté l'HETSL (à l'époque HES-SO) la formation en art-thérapie. Depuis, j'ai toujours travaillé dans le domaine pédiatrique, avec les jeunes dans presque toutes leurs difficultés et maladies psychologiques et psychiatriques liées à l'âge évolutif. Je poursuis mon travail en gardant un oeil sur ce qui accompagne les parcours art-thérapeutiques des jeunes que je rencontre et sur ce qui les caractérise.*

Démarrons par quelques considérations concernant l'idée du dualisme dedans / dehors qui nous intéresse dans le thème principal de cette édition du Journal Regards sur l'art-thérapie. Le travail d'introspection chez les jeunes que j'observe dans ma pratique art-thérapeutique, se résume souvent dans un travail d'externalisation de situations, de vécus, pensées, peurs et autres facteurs propres à chaque individu qui appartiennent à un monde plutôt externe, visible, à montrer et à un monde interne, intime, qui se donne à voir difficilement.

Ces univers parfois luttent entre eux, s'opposent ou se méconnaissent, s'ignorent. L'intérêt de les mettre en lumière, en formes et en couleurs, c'est de pouvoir les exposer côte-à-côte pour les faire parler et établir un chemin possible d'aller-retour entre le dedans et le dehors. Ce va-et-vient peut bien être utile à la connaissance de soi-même et être au service d'un bien-être psychophysique plus généralisé.

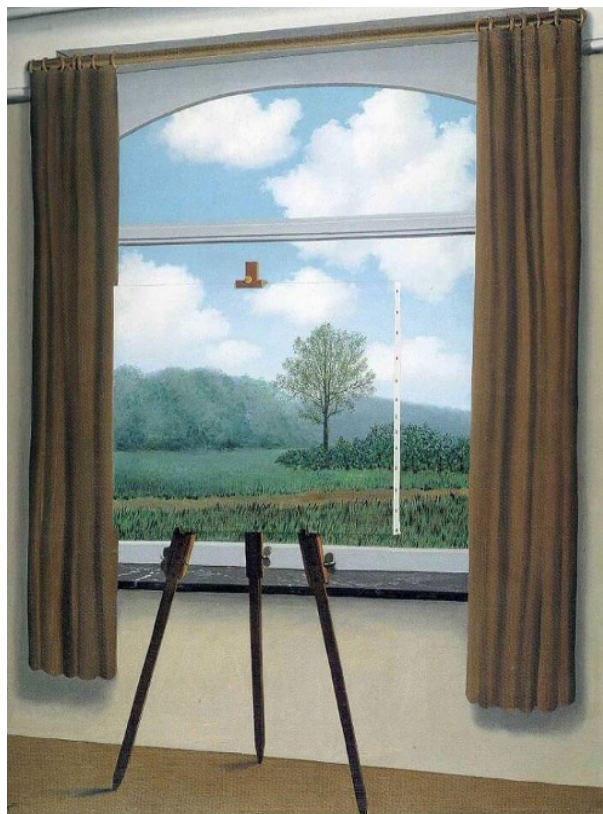
Dans le domaine de l'art, j'aime le point de vue

du peintre Magritte, lequel au début du XX^e siècle, rejoignant le mouvement surréaliste, abandonne l'aspect purement esthétique du travail de graphiste pour rechercher un art qui représente les idées (Grassi, 2023 : 3). À quelque part, le métier d'art-thérapeute s'approche de ce concept. L'art-thérapeute met le patient en mesure d'exprimer ses propres pensées, ressentis, vécus, consciemment ou inconsciemment exposés. En outre, Magritte développe des astuces qui lui permettent de jouer avec le sentiment de dépaysement qui pousse l'observateur à réfléchir. Ces mêmes moyens peuvent être suggérés par l'art-thérapeute afin de faire avancer le processus art-thérapeutique du patient. Par exemple, l'artiste, comme le patient, positionne des objets de façon insolite à l'intérieur d'un contexte étranger à l'objet en question. Ou bien, ils transforment une partie de l'objet, ou encore ils font coexister et collaborer des images qui dans la réalité s'opposent. Ils travaillent aussi autour des grandeurs ou des matières altérées.

Par ces escamotages, Magritte a pour objectif de sensibiliser à l'ambiguïté de la perception humaine et de suggérer l'analyse de la frontière entre réalité et représentation. De même, dans les images produites par les patients, tout un monde personnel de signifiés et de symboles se cache derrière l'apparence anodine des images. Ce qui se donne à voir du dehors n'est pas forcément ce qu'il signifie au-dedans.

Dans l'œuvre de Magritte de 1933, La condition humaine I, où l'observateur admire un paysage maritime vu par la fenêtre, il perçoit après coup un chevalet avec un tableau de cette scène exacte. Il devient impossible de savoir avec certitude si le tableau reproduit avec fidélité le paysage qu'il cache, ou au contraire s'il existe une autre réalité. Magritte suggère ainsi que ce que l'on perçoit comme réalité, est en fait une représentation mentale que chaque être humain élabore en tant qu'expérience intérieure. De ce fait, elle varie d'un individu à l'autre.

Pour l'art-thérapeute, la tâche consiste à bien comprendre, à travers les images et avec le patient lui-même, le sens personnel et la valeur qu'il donne aux expériences vécues.



La condition humaine I, 1933
(image tirée The Human Condition,
1933 by René Magritte, www.renemagritte.org)

C'est ainsi, que dans les deux masques qui suivent, le jeune patient déploie le monde qu'il affiche sur son visage et le monde qu'il cache à l'intérieur de soi.

Le premier masque, aux couleurs vives et chaleureuses, montre le beau et la légèreté de la vie à travers les papillons, les fleurs, le soleil, la balançoire. Il dit forcer son sourire pour montrer à sa famille et à ses amis qu'il est heureux.



Tandis que, à l'intérieur, les choses sont bien différentes. Le fond est sombre, il y a des cages qui piègent son cerveau, des larmes, des nuages qui amènent de la confusion, la peur qui encombre la tête avec des pensées négatives et répétitives. Il souffre.



De ces deux masques, vont naître d'autres moulures de visages en plâtre qui vont exprimer la peur de l'imperfection, la honte du corps, des défauts, la rage contre qui est supposé être parfait, la comparaison constante avec l'autre, la confusion dans les émotions qui se superposent et qui deviennent difficiles à discerner, la scission entre le dedans et le dehors qui fait que les émotions internes sont camouflées. Enfin, il relate un nouveau début, car lui-même est plus conscient de sa maladie,

ainsi que son environnement familial et social. Il peut enfin en parler.

Et la difficulté de s'exprimer par les mots, de communiquer par la parole, ainsi que de communiquer sans entrer dans un conflit sans issue, est bien racontée dans l'une des histoires récoltées dans l'ouvrage *In dentro e in fuori. Racconti per viaggiare in italiano*, lequel a pour but d'encourager le lecteur à voyager à l'extérieur et à l'intérieur de soi (Manna, 2021 : 12). Dans le conte *Salvare la principessa* (Sauver la princesse, Manna, 2021 : 37-43), on suit les stratégies d'un oncle qui cherche à aider les parents et son propre neveu dans une situation d'impasse plutôt fréquente à l'adolescence, soit la recherche et le choix d'une profession. L'oncle, une tierce personne à l'extérieur du duo en conflit parents-enfant, pourrait être assimilé au rôle du thérapeute qui amène un élément nouveau, étranger ; dans le cas de l'art-thérapie, il amène la possibilité de créer un objet. Dans l'histoire, l'oncle s'approche de son neveu qui passe des heures et des heures à la Playstation, en introduisant le jeu de la Nintendo, un jeu suffisamment proche du jeune car il s'agit d'un jeu électronique, mais également proche de l'oncle car le jeu de Super Mario Bros qui doit sauver la princesse est un jeu des générations précédentes. Un pont est créé, une base commune pour la communication est installée au moment où le jeu est branché au courant électrique. Sans trop de mots, l'oncle affirme : Je le sais que ce jeu est plus ennuyeux que le tien. Mais il y a des coups qui arrivent de tous les côtés et je dois prendre une décision, quand tout devient trop... je pense à Super Mario. Et je me concentre sur une chose à la fois. (Manna, 2021 : 43). Puis, l'oncle quitte la chambre et il entend le bruit de nombreux papiers sur l'écritoire du garçon concernant les explications des formations et les formulaires d'inscriptions aux écoles, qui campaient depuis longtemps sur la table. Le symbole de Super Mario en action a pénétré l'imaginaire du jeune garçon qui a pu s'activer à son tour.

Dans le processus art-thérapeutique aussi, les symboles, qui cette fois-ci surgissent chez le patient, font brèche dans l'esprit de la personne et lui permettent une meilleure compréhension de soi-même, de sa situation et de ses propres mécanismes intrapsychiques

et comportementaux.

Comme le dit L. Legno dans ses réflexions autour des théories de C.G.Jung, la fonction du symbole est celle d'unir le conscient et l'inconscient et de pointer de nouvelles voies, de nouvelles possibilités de développement en véhiculant l'énergie psychique qui auparavant était séquestrée par le conflit entre opposés (Legno, 2021 : 3) Le conflit s'atténue et de nouvelles portes s'ouvrent grâce au symbole qui permet le mouvement d'aller-retour entre le conscient et l'inconscient, entre le dedans et le dehors de la personne.

Les images qui suivent offrent une idée d'œuvres en fin de parcours art-thérapeutique concernant un patient figé dans un conflit familial, qui a atteint son sommet, en faisant tomber le patient dans un état de désespoir, de sensation de vide et de rage.

Il s'agit d'une boîte verte, qui a pour but de récolter des émotions positives dont le patient dit avoir besoin. À l'intérieur, des symboles représentent les idées suivantes :

- Des silhouettes en feuilles de papier, fleurs et maisons avec un cœur, afin de signifier l'envie d'atteindre une certaine union familiale. Avant le travail d'équipe, y compris de l'art-thérapie, ce désir était nié et remplacé par la rage et le mépris.

- Une carte topographique pour signifier le voyage intérieur qu'il a accompli et celui qu'il doit encore parcourir.

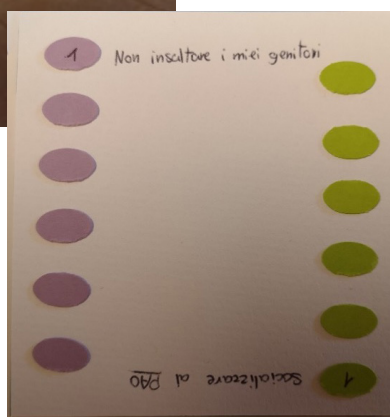
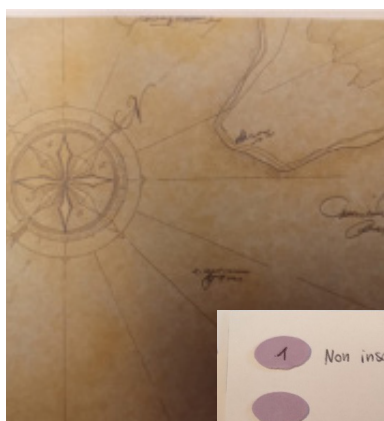
- Derrière cette carte, six points marquent six étapes positives à atteindre, ainsi que six choses à ne pas faire. Les deux premières sont définies, les autres vont suivre. Le premier but à atteindre, c'est la socialisation à développer dans l'institution où il va vivre pendant un certain temps. Par contre, la limite à ne pas dépasser, c'est le respect pour les parents, soit ne pas les insulter.

- L'origami en forme de papillon indique la fragilité du papillon, autant que sa force dans la capacité d'éloigner les prédateurs, en ayant comme décoration des ailes qui ressemblent à des yeux de prédateur. Le patient affirme ainsi sa force et ses ressources qu'il ne percevait pas auparavant.

- L'origami en forme de nœud signifie le fait de ressentir désormais de l'affection pour les gens, de se sentir en lien. L'affection prend un peu la place de la rage et du détachement qu'il ressentait auparavant.

- Enfin, l'origami en forme de portemonnaie va lui rappeler qu'il veut épargner, car il désire visiter Tokyo. Le futur est là, dans sa tête et dans son esprit, ce qui aide à dissiper les nuages de la dépression.

Tout un monde dans une boîte.



De ces réflexions, j'aimerais retenir la notion d'espace qui se crée entre le dedans et le dehors, entre les opposés qui tiraillent les esprits. Cet espace symbolique offre une nouvelle plage où rester, regarder autour de soi, sentir un rayon de soleil, percevoir un nouveau chemin de voyage, essayer, tester,

se reconforter, lire autrement les vécus, se donner une nouvelle chance. À chacun ses espaces, à la charnière entre le dedans et le dehors, à un moment donné de sa vie. Il faudrait toujours pouvoir cerner ces territoires imaginaires mais réels, qui font partie de nous, pour s'assurer le mouvement qui soutient la santé psychophysique. Dedans/dehors, symbole, espace symbolique, mouvement, santé ; l'un des enjeux de l'art-thérapie, c'est de pouvoir toucher en douceur et stimuler ces aspects chez le patient.

Bibliographie

Manna V., Todisco V., Vezzola I., 2021, *In dentro e in fuori. Racconti per viaggiare in italiano*, Bellinzona, Salvioni.

Legno L., 2021, « La saggezza del Tao-teh-ching e il pensiero di Jung », *Quaderni di cultura junghiana*, nr. 2, pp.1-6.

Grassi M., <https://odon.it/rene-magritte-pittura-per-rendere-visibile-pensiero/>, consulté le 10.08.2023.

Les traductions de l'italien vers le français sont du fait de l'auteur.

DEDANS DEHORS COMME MATIÈRE À PENSER LE POSITIONNEMENT PROFESSIONNEL EN ART-THÉRAPIE

Marlène Delacombaz

Résumé À partir de l'antonyme dedans dehors, l'auteure offre un regard sur le positionnement de l'art-thérapeute en gériatrie et psychogériatrie. Elle s'évertue à rendre palpable son propre vécu professionnel en proposant un niveau d'abstraction aspirant à une rêverie dans le monde des idées. La volonté de n'extraire que l'essence de sa pratique ainsi que celle de maintenir une discrétion envers les bénéficiaires et leurs proches qu'elle côtoie aujourd'hui encore, l'amènent à résister à illustrer ses propos en exposant des situations. Cependant, afin de donner chair aux mots, de rendre tangible l'invisible, elle initie un mouvement qui va du dehors au dedans, de l'extérieur à l'intérieur, du commun à l'intime, du plus apparent au plus subtil pour ouvrir, en toute fin, sur le concept d'alliance thérapeutique.

Marlène Delacombaz Art-thérapeute en gériatrie et psychogériatrie. Mandatée de projet pour le développement de la philosophie de soin d'un établissement médico-social. Thérapeute en pratique privée. Diplômée en art-thérapie intermodale à L'ATELIER, institut de formation en poïétique, expression créatrice et art-thérapie expressive. Titulaire d'un Bachelor of Arts en arts visuels. En parcours de formation pour les Soins infirmiers.

« Entrer en EMS » - Continuum identitaire

Il est commun d'utiliser l'expression « entrer en EMS ». On y entre, dans ce dedans qu'est l'établissement médicosocial. Permettez-moi ici, l'utilisation du « on », ce sujet parfaitement à propos pour désigner un être indéterminé et en même temps évoquer un « quelqu'un ». Ce quelqu'un pourrait donc être vous, moi, lui. Le « on » favorisant l'empathie ou du moins la compréhension de ce « quelqu'un » qui, somme toute est : le résident. Le résident qui réside ; celui qui est décrit comme étant « entré » ; celui qui vit en EMS. L'établissement médicosocial est, de ce fait, sa maison. Imaginons un instant. Pour « entrer », il lui a d'abord été nécessaire de « quitter, abandonner, se séparer ». Il a dû se délester de la plupart de ses biens matériels, désertier son logement, rompre avec ses habitudes et ses rythmes ; autant d'éléments qui constituaient une part de son identité intime et sociale.

Autour du résident gravite le personnel de l'établissement. Dans son dévouement, ses gestes, sa réflexion, se perçoit la volonté de le placer au centre et de veiller à ce qu'il se

sente « chez lui ». Se partage alors, de manière plus ou moins explicite, une intention de gommer les lignes, de faire oublier la réalité institutionnelle et de feindre un « chez vous ». Toutefois, tant par l'architecture que par la présence même du personnel, pour aucun résident, l'EMS ne ressemble à son « chez lui ». Pour preuve, nombreux sont les symptômes relatifs aux difficultés d'acclimatation. Ils se manifestent sous la forme d'anxiété, de repli sur soi ou de maux qualifiés de psychosomatiques. Lorsque le diagnostic est posé, il se nomme : « syndrome d'inadaptation au changement de milieu ». Cette formulation est rarement utilisée tant les effets sont vécus couramment par la personne « entrant ».

L'art-thérapeute, lui, est sensible aux manifestations émotionnelles et symboliques de ce passage que représente « l'entrée en EMS ». L'une de ses missions est d'accompagner le mouvement créateur du résident qui, dans un flux de continuité temporelle, favorise le maintien d'un sentiment d'unité personnelle. Son intervention

complète celle de l'ensemble du personnel. C'est un travail en collaboration contribuant à réduire les signes « d'inadaptation ». Certes, l'accompagnement se dessine sur fond d'idéal. Mais la cause est noble. De cette utopie se dégage un sentiment de grandeur qui laisse [re]sentir un souffle de dignité humaine.

En chambre – Espace potentiel

En EMS, les séances peuvent avoir lieu en chambre ou dans les espaces communs. Les dispositifs se déploient pour un accompagnement individuel ou de groupe. Ils tiennent compte des capacités et rythmes du résident. L'orientation¹ [ou vecteur] diffère selon les objectifs et facteurs individuels, art-thérapeutiques ou institutionnels. En conséquence, chaque accompagnement a sa teinte particulière.

Les séances individuelles en chambre ont fréquemment ceci de commun et de spécifique : les regards sont intenses, les paroles sont concernées, les gestes sont habités. Posons notre regard sur cette observation.

Le résident est dans sa chambre, son espace le plus intime. L'art-thérapeute, lui, ajuste son positionnement et sa sensorialité pour se relier à ce dernier. Dans son dedans, il se prépare à la rencontre. C'est alors qu'apparaissent des phénomènes dedans-dehors, des émergences matérielles, émotionnelles et comportementales. Le professionnel perçoit, éprouve et considère les événements surgissant en cours de séances, au moyen de ses sens extéroceptifs et tout à la fois, de ceux qui sont tournés vers l'intérieur. Par l'entrecroisement des informations du dehors et du dedans, l'art-thérapeute, avec l'habileté à reconnaître les motifs de son paysage intérieur se rend sensible aux manifestations du résident.

Entre les deux partenaires, un espace prend forme. Selon Winnicott (Winnicott, 1971 : 47, 108-109), cet espace, qu'il qualifie de « potentiel » s'oppose au monde du dedans et à la réalité existante (du dehors). L'aire intermédiaire, ici assimilée au champ qui s'ouvre entre le thérapeute et son patient, n'est donc pas la réalité psychique interne. Elle n'est pas non plus la réalité externe. C'est un espace où et par lequel se déploie

des mouvements rythmés d'expressions, de propositions et résonnances créatives. Une aire par et au travers de laquelle s'accompagne l'intime, et émergent, éventuellement, de nouveaux possibles.

Cette chambre semble donc propice à offrir un écrin pour un espace où deux aires de jeux se chevauchent, celle du patient et celle du thérapeute (Winnicott, 1971 : 109). Elle est d'autant plus incontournable lorsque la fin de vie approche. Une intervention art-thérapeutique capable de s'ajuster aux paramètres dépendants du quotidien, de la santé de la personne, des réalités institutionnelles, et, avec souplesse, moduler les dispositifs, contribue à une densification qualitative de la prise en soin. La convergence de collaboration inter/trans-disciplinaire/professionnelle aspire ainsi à rendre tangible la complexité humaine.

Phénomènes - Être témoin

Exercer une pratique art-thérapeutique guidée par des postulats phénoménologiques amène à porter une attention particulière aux événements émergeant en séance.

Dans le domaine de la recherche, la phénoménologie fixe comme préalable l'idée que ce que l'on étudie est un phénomène humain et que celui qui étudie, étant aussi humain, participe d'emblée à ce qu'il étudie. Nous rejoignons ici, sous un certain angle, l'espace potentiel qui se situe entre le subjectif et ce qui est objectivement perçu, dont Winnicott fait l'hypothèse (Winnicott, 1971 : 128). Par extension, il serait des phénomènes qui n'appartiendraient ni au monde du dedans, ni au monde du dehors.

Permettez-moi de décrire une image : une maison entourée d'un jardin. Si le dehors est ce qui est révélé, il pourrait être la façade de la maison et ce jardin, bien en vue. L'intérieur de cette maison serait, dans ce cas, le dissimulé. En ce lieu, il arrive que le soleil soit tout à la fois, suffisamment éclairant, suffisamment congruent avec ce qu'il faut de ce que nul ne saisit² pour laisser entrevoir, furtivement, par une fenêtre, l'intérieur de la maison. Ce dedans-là est alors, d'une infime part, révélé aux yeux de celui qui le regarde.

¹ Dans le contexte institutionnel en question, il est de l'ordre du : thérapeutique, développement personnel ou lien social.

² De même nature que ce qui nous échappe (Klein, 2022 : 12).

Zoom arrière. L'attention se pose à nouveau sur la maison entourée d'un jardin. L'image est différente. Le changement est à la fois sensiblement perceptible et difficilement descriptible. Est-il propre au jardin, à la façade, à la maison et son intérieur qui, s'éprouvant révélés, laissent émaner de nouveaux aspects ? Ou est-ce dans l'œil de celui qui regarde que le changement s'opère ? Celui qui regarde, témoin du phénomène révélant-dissimulant, pose ainsi un regard différent. La réalité extérieure, bien que constante, varierait selon l'état de celui qui l'observe. Il se peut également que ce soit la somme des deux phénomènes qui, coexistant, en figurent un troisième : un supraphénomène paraissant sous les traits d'une transformation structurant-éclairant un sens nouveau.

En portant attention aux phénomènes révélant-dissimulant, l'art-thérapeute tient un rôle de témoin. Dans la pratique, il côtoie ce qui est dehors et ce qui est dedans parfois simultanément. Cette dimension du positionnement professionnel est indispensable lorsque le résident faisant l'expérience d'une maladie neurodégénérative est restreint dans ses élaborations imaginatives et expressives. Être témoin ouvre au monde du tacite et de l'explicite.

Langage - Altérité

Aux résidents de l'unité de psychogériatrie, la parole fait souvent défaut. De ce fait, le corps s'impose. Par la gestualité, les mouvements, l'immobilité, les logorrhées et les tons de voix, la personne manifeste son dedans au dehors. Le geste, la voix et le regard développent leur propre langage. Le personnel soignant doit donc aiguïser ses sens et son attention pour tendre vers une compréhension.

Il en est de même pour l'art-thérapeute : son positionnement se module à son interlocuteur. Il mobilise suffisamment sa sensibilité et sa sensorialité pour être réceptif et disponible à divers modes d'expression. En séance, afin de se proposer comme partenaire de jeu, le thérapeute est amené à recourir, lui aussi, à un langage. Pour lui, la parole est aisée. Néanmoins, dans la pratique, elle est utilisée avec parcimonie. Il est vrai que pour la plupart

des résidents les mots sont des phonèmes dont l'enchaînement ne crée plus de sens.

À l'image de la compréhension désorganisée de la chaîne parlée, l'art-thérapeute en psychogériatrie est amené à déconstruire son approche. Il renonce au monde du narratif et du figuratif pour emprunter les chemins de l'éprouvé sensoriel, de la trace, du « signifiant formel » (Anzieu, 1987), voire du « sans forme » (Bion, 1962). L'espace de la séance se crée par touches d'expressions-impressions corporelles, tactiles, motrices et posturales. Le professionnel se propose bien souvent en miroir, s'appuyant sur le processus courant « d'échoïsation » (Cosnier, 1994) ; chacun s'identifiant corporellement à l'autre au cours de l'interaction. Il semble même opportun, pour un temps donné, d'accepter une part de non-distinction pour faciliter les mouvements du dedans au dehors (et inversement).

Le silence tient également un rôle important. Il a la propriété de s'épandre dans l'espace et le temps. En séance, le silence a le potentiel d'ouvrir un espace animé³ par la présence de deux êtres. Prendre soin de l'habiter donne ainsi de l'espace au déploiement du jeu. En outre, le silence crée une temporalité apte à engager une synchronisation des rythmes individuels. Être à l'aise avec le silence est une compétence nécessaire. Il est souvent surprenant d'assister à ce qui surgit après un silence habité : des expressions impliquées, des formes essentielles.

Par et au travers les phénomènes substantiels de la séance, par et au travers les sensations, perceptions, il arrive que les contenants et « enveloppes »⁴ individuelles se fassent suffisamment sentir pour percevoir une altérité et que s'éprouve, ainsi, le sentiment d'exister.

Présence – Matière fondamentale

Le regard du résident vivant des troubles mnésiques et neurocognitifs paraît parfois égaré. Dans certaines situations, l'enjeu premier est alors que chacun soit présent à lui-même.

Le concept de « modalité » (Stittelmann, 2012) est une aide précieuse pour les accompagnements en gériatrie. En pratique

³ De son étymologie latine anima « souffle, vie, âme ».

⁴ Référence à l'univers tactile et cutané (Anzieu, 1985 : 34), à la quatrième fonction du Moi-peau ainsi qu'aux principales configurations du concept d'enveloppe (Anzieu, 1985).

intermodale, il est judicieux de repérer ou/ et (pré)sentir la modalité dans laquelle rencontrer le bénéficiaire. Cette approche donne l'opportunité au professionnel d'être présent de manière sensible et réflexive au déploiement des formes et au déroulement de la séance. Le résident, lui, est rejoint dans sa manière d'être en contact avec le monde. Quand le thérapeute résonne avec la modalité du résident, le rapport entre la vie interne et la réalité extérieure de ce dernier semble renforcé. Les fréquences sur lesquelles vibrent la modalité sont comme amplifiées. L'individualité et l'état de présence sont ainsi soutenus. En période de vulnérabilité lors de laquelle la perte de maîtrise génère de l'angoisse ou d'autres manifestations comportementales⁵, ce niveau d'action thérapeutique apporte une plus-value dans la prise en soin.

Lors de certaines séances, la rencontre est immédiate ; il suffit d'un geste ou d'un regard. Parfois, elle prend du temps à se réaliser. Certaines fois, la rencontre n'a simplement pas lieu. Dans ce cas, dans un espace post-réflexif, il est intéressant de questionner les paramètres qui sous-tendent la séance. Ces derniers sont dépendants du résident, de sa santé, de l'organisation de la journée, du lieu, des visites, de l'institution et de bien d'autres choses encore. La liste est infinie et ne sera jamais exhaustive. Toutefois, l'art-thérapeute se doit de s'emparer de ce qui lui incombe : le cadre thérapeutique, le dispositif et ses composants, sa disposition intérieure, sa propre capacité à jouer, son rôle dans le champ relationnel, son positionnement. Son état de présence est, en quelque sorte, sa matière fondamentale. Le professionnel peut moduler, jouer de mouvements et effets. Se proposant en partenaire, l'art-thérapeute est présent. Il l'est au dehors, visiblement, par sa posture corporelle. Il l'est également en dedans, depuis son espace intérieur. Simultanément, il vit, agit, pense et incarne sa présence.

Rosemarie Rizzo Parse, docteure et titulaire de la chaire en sciences infirmières à l'Académie Américaine du Nursing, développe, depuis les années 80, la philosophie de soin

Humaindevenant. Au travers d'assomptions et postulats, elle propose un regard spécifique sur la santé et la qualité de vie.

Le paradigme qu'elle élabore met en exergue les paradoxes de l'être humain étant « indivisible, imprévisible, toujours changeant » (Parse, 2007 : 309). Elle présente des méthodes de recherche ainsi que des positionnements de soin et d'accompagnement. La présence du professionnel est au cœur du paradigme. Elle se décline en ces concepts : Présence vraie, Immersion silencieuse et Présence qui se prolonge. La pratique guidée par l'Humaindevenant valorise « l'être avec » dans l'intention de repérer les patterns de santé, les rythmes paradoxaux et les valeurs prioritaires propres à la personne, d'explorer le sens des expériences, afin d'offrir un décisionnel éclairé, un choix d'options signifiantes concernant la santé et la qualité de vie ; de favoriser la mobilisation de la transcendance.

Les racines phénoménologiques et existentialistes de l'Humaindevenant font que le travail de cette infirmière émérite est une source intéressante et inspirante pour penser la pratique thérapeutique. D'un langage théorique dense se dégage une approche qui mérite de s'y attarder.

Quels que soient les concepts soutenant la pratique, la présence (en tant que matériau générant de la pensée réflexive) s'avère être un paramètre essentiel du positionnement professionnel, et une part de son élaboration est entre les mains du thérapeute. Pour le reste, nombreux sont les éléments insaisissables⁶. Par ailleurs, ces derniers participent aux effets bénéfiques d'interventions art-thérapeutiques, et contribuent sensiblement à la relation thérapeutique.

Amnésie - Alliance

La relation thérapeutique avec la personne âgée a une évolution singulière. Elle s'apparente plus à un processus qu'à une réalisation par étape. Son développement n'est pas linéaire. Avec les troubles mnésiques et l'état de santé fluctuant, tout se [re]joue sur l'instant. Au sein d'un établissement médicosocial, il est

⁵ Symptômes comportementaux et psychologiques de la démence (SCPD) envisagés, selon une certaine approche, comme des besoins non comblés qu'il convient d'identifier.

⁶ Au sens d'incompréhension et de ne pas parvenir à prendre dans la main ; assimilable à ce que nul ne saisit comme cité plus haut dans le texte ; de même nature que ce qui nous échappe (Klein, 2022 : 12).

question d'accompagner les pertes, qu'elles soient physiques, psychiques, ou de l'ordre de la pensée rationnelle et de l'autonomie. Cette constatation n'est pas source de découragement. Au contraire, dans la pratique, elle ouvre à côtoyer constamment le vertige d'une première séance. « Je frappe à la porte, trois fois, et entre... ». C'est une chance unique de se familiariser avec le sentiment de vide donnant la place au jeu et à l'autre. C'est une opportunité de poser un regard neuf à chaque séance, diversifiant les points de vue, libérant suffisamment le résident pour que se dessinent de nouvelles formes.

Pour le professionnel, il peut être intéressant de s'immerger avec le résident dans une sorte d'amnésie qui semble permettre de vivre l'instant. Le thérapeute laisse derrière lui, pour un temps, ce qu'il sait, croit ou imagine savoir. Il oublie ce qu'il a compris, avait cru comprendre du résident et de sa réalité, pour se laisser porter par un flux temporel continu. Cette mémoire mise en sourdine, comme une nécessité à vivre l'instant, participe à être témoin des phénomènes surgissants. Néanmoins, dans cette intention focalisée au présent, il arrive qu'un événement présent vibre avec un événement d'une séance passée. Tant le thérapeute que le résident sont susceptibles d'entendre (voir, sentir, toucher...) cette fréquence. De ce rapprochement passé-présent s'éclaire parfois un sens. Le cerveau est conçu de telle sorte qu'il aime créer des liens entre les choses. Ce sens se structurant, bon gré mal gré, engendre des changements sensiblement perceptibles et difficilement descriptibles⁷ qui modifient la forme du jeu.

Ce positionnement donne également l'occasion de repérer des motifs récurrents et de saisir l'individualité de la personne. Au service de la prise en soin, il offre la possibilité de recueillir des données primordiales pour l'accompagnement du quotidien et celui de la fin de vie. Laissant entrevoir une part d'organisation interne (le dedans), l'essence de cette approche, en collaboration avec l'ensemble du personnel, les proches, les familles, la communauté (le dehors)⁸ tend à honorer l'unicité de l'être.

En accompagnant des personnes vivant une maladie neurodégénérative ou une pathologie apparentée apparaissent deux surprises majeures.

La première tient en ceci : bien que la relation thérapeutique se [re]joue à chaque instant, il est surprenant de constater que l'alliance, elle, demeure. En effet, même en cas d'atteinte mnésique, il est fréquent que le résident reconnaisse le thérapeute en faisant appel non pas à la mémoire vive et consciente mais à celle du corps, de l'émotion, du sentir. La mémoire sensorielle, sensible, celle qui fait appel à une réceptivité du dedans est souvent encore alerte et vivante. L'alliance thérapeutique s'apparente alors à une ambiance relationnelle et thérapeutique qui, mutuellement s'engage, et dans le temps, s'établit.

La seconde surprise est la suivante : lorsque les capacités du résident sont défaillantes et ne permettent plus de suffisamment entendre, voir, peindre, manipuler, danser, écrire, découper, coller, imaginer, penser, raisonner..., il est offert à l'art-thérapeute de vivre son métier sous une forme des plus épurée. Le positionnement s'impose comme matière fondamentale du professionnel ; et les partenaires en présence comme matérialité suffisante à l'accompagnement et à l'effet thérapeutique.

⁷ En référence à la narration de la maison entourée d'un jardin, rédigée plus haut dans le texte

⁸ En tant qu'entité sociale et représentation du collectif.

Bibliographie

Anzieu D., 1985, *Le Moi-peau*, Paris, Dunod.

Anzieu D et al., 2016 (1987), *Les enveloppes psychiques*, Paris, Dunod.

Barthes R., 2005 (1985), *L'aventure sémiologique*, Paris, Seuil.

Bion W-R., 2005 (1962), *Aux sources de l'expérience*, Presses Universitaires de France.

Cosnier J., 1994, *Psychologie des émotions et des sentiments*, Paris, Retz.

Doucet T. J., 2011, *Rosemarie Rizzo Parse : L'Ecole de Pensée de l'Humaindevenant*, Marly, Aquilance.

Heidegger M., 1992 (1964), *L'être et le temps*, Paris, Gallimard.

Klein J.-P., 2020, « Le travail sur soi par métaphore artistique interposée », *Regards sur l'Art-thérapie*, n° 20, pp. 12-19.

Parse R. R., 2007, « The humanbecoming school of thought », *Nursing Science Quarterly*, n° 20, pp. 308-311.

Parse R. R., 2014, *Le Paradigme Humaindevenant : Une Vision du Monde Transformationnelle*, Marly, Aquilance.

Stitelmann J. et al., 2002, *Au-delà de l'image - Processus et émergences créatrices en art, en thérapie et lien social*, Genève, Ed. des deux continents.

Stitelmann J., 2009, « Le phénomène poïétique », *Revue Art et thérapie*, n° 102-103, pp. 34-40.

Stitelmann J., 2012, « Modalité, un concept phénoménologique », in *Honor to Paolo Knill*, Toronto, EGS Press.

Winnicott D. W., 1975 (1971), *Jeu et réalité*, Saint Amand, Folio essais.

FADE IN – FADE OUT

RÉFLEXION SUR LE « ENTRE » DANS LE THÉÂTRE PLAYBACK

Katia Delay

Résumé Dans cet article, l'auteure cherche à saisir ce qui à ses yeux représente l'âme du Playback Theater, en français Théâtre-Récit (TR), âme qui est aussi au cœur de la pratique de l'art-thérapie. Le TR est une forme spécifique de théâtre d'improvisation, inventée dans les années 70 aux États-Unis. Un élément omniprésent dans sa pratique sert de fil rouge à cette réflexion : la notion de fade in – fade out. Autrement dit une oscillation entre l'intérieur et l'extérieur, un mouvement progressif et délicat menant du dedans au dehors. Le TR fonctionne dans une mise en abîme continue entre récit individuel et récit collectif, entre « réalité » et « fiction », entre expérience vécue, expérience exprimée, expérience entendue, puis esthétisée. Théâtre de la reconnaissance et du lien, le TR nourrit en profondeur la pratique et la compréhension des processus art-thérapeutiques, et est éminemment bienfaisant.

Katia Delay est diplômée en sociologie et anthropologie de l'Université de Lausanne, détentrice d'un Master ès art de l'Université du Québec à Montréal, art-thérapeute dipl. féd., membre praticienne ARAET, superviseure, responsable pédagogique en art-thérapie à l'Atelier, metteuse en scène, et écrivaine. Elle a fondé à Lausanne en 2014 la Fadak – La Fabrique Autrement d'Aloys K – lieu dont le but était de permettre à tout un chacun d'expérimenter les vertus transformatrices du processus de création. Depuis 2020, La Fadak est devenue La Maison du Récit, que Katia Delay continue aujourd'hui de diriger. Dans ce contexte, elle forme, entraîne et conduit depuis 2015 la Cie Théâtre du Récit, aujourd'hui forte de 12 acteurs, actrices et musiciens, spécialisée dans la pratique du Théâtre-Récit. Elle a également créé une « constellation » de TR à la Maison du Récit, au sein de laquelle une centaine de personnes ont depuis 2014 déjà participé à des formations et à des entraînements. Elle est diplômée Leadership Playback de l'école-mère de New-York depuis 2019.

www.lamaisondurecit.ch

<https://lamaisondurecit.ch/theatre-recit>

Introduction

Le Théâtre-Récit est une pratique qui relie. Et qui relie non seulement ses pratiquants¹ et spectateur.trices, mais également les strates mêmes composant ce lien. Il nous invite à danser entre l'individuel et le collectif, entre la psyché et la politique, entre l'écoute et l'expression, entre la spontanéité et la forme réfléchie, entre l'infime et l'infini, entre notre vie et la Vie. Et par-là même il nous invite à nous relier fermement à la nuance,

cette fée des fées, seule à même de rendre compte de l'impossible complexité humaine, et qui n'apparaît à notre conscience que dans ce mouvement d'oscillation.

Le TR possède une richesse première, née de ses origines. Il est l'enfant du psychodrame, du théâtre de l'opprimé et du théâtre Forum, de la tradition orale des conteurs, du mime, de la sémiologie, de l'expression spontanée, de la musique et de la musicothérapie, de l'anthropologie, de

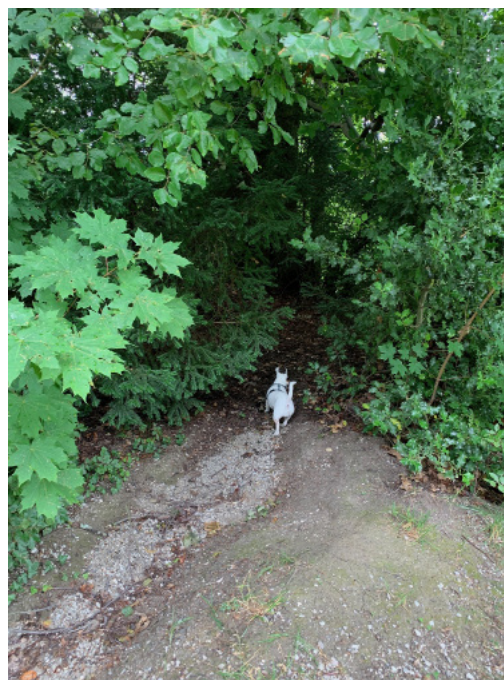
¹ L'écriture inclusive sera utilisée dans ce texte de manière libre et variée. Parce que la vie doit être telle.

la sociologie et des sciences politiques, du théâtre d'improvisation, de la mythologie, du jazz, des tambours chamanes et de Mozart. Il est l'enfant du théâtre de la vie... Il a donc une multitude de pères et de mères, dont certains sont nés de la pensée et de la créativité humaines il y a très, très longtemps. Et malgré cela, il a son identité propre. Il a mûri et grandi en cherchant peu à peu à définir tout à la fois ce qui le différenciait et ce qui le rattachait à ses origines, pour en fin de compte devenir forme autonome. Et là encore : il s'agit d'une autonomie qui – ce n'est paradoxal qu'en apparence – puise sa force de sa loyauté à ses racines. Si le théâtre-récit m'a si fortement « appelée », comme on dit, c'est probablement à cause de cette complexité originaire qui a su se métaboliser en une approche nouvelle. (Ce qui n'est pas sans rappeler la naissance de l'art-thérapie, soit dit en passant.)

Notre monde, façonné par la pensée cartésienne, a besoin – ou pense avoir besoin – de cloisonnements et de spécialisations. Et c'est en effet souvent nécessaire pour aller au fond de la compréhension des phénomènes. Mais seules les pensées reliant, tissantes (“complexe” vient du latin *complexus*, signifiant “tissé ensemble”, comme le rappelle inlassablement Edgar Morin (Morin, 2005 : 12)² auquel nous reviendrons à la fin de cet article), créent du nouveau. La démarche de Jonathan Fox et de Jo Salas, créateurs du TR, en est la plus parfaite illustration. Que les exigences de la méthode scientifique et de la pensée disjonctive me pardonnent : j'ai moi aussi envie de penser les liens, et pas seulement les éléments séparément. En réalité, je ne sais faire autrement : il m'a toujours été difficile d'extraire un élément d'un système lorsque l'on sait que seul le système dans sa globalité

est agissant, signifiant. Distinguer ne doit pas toujours signifier isoler.

Je tente donc ici un voyage entre réflexion articulée et rêverie, à la manière de certaines approches phénoménologiques (Stitelmann, site internet, cf. bibliographie)³, qui ici se prêtent parfaitement au propos et qui, en outre, me conviennent si bien dans leur permission à réfléchir tout en étant dans un état de création. Un voyage « entre », c'est bien de cela qu'il s'agit, et la nature nous y guidera de ses images. Et alors, s'il fallait malgré tout identifier ce qu'est le noyau, le cœur, l'âme du Théâtre-Récit, pour pouvoir ne parler que de cela, pour entrer en lui comme j'entrerais en moi tout en laissant ouvertes toutes les portes, je réalise que, peut-être, à mes yeux cette âme, c'est justement le « entre ».



Entrons

² *Toute ma vie, je n'ai jamais pu me résigner au savoir parcellarisé, je n'ai jamais pu isoler un objet d'études de son contexte, de ses antécédents, de son devenir. J'ai toujours aspiré à une pensée multidimensionnelle. Je n'ai jamais pu éliminer la contradiction intérieure. J'ai toujours senti que des vérités profondes, antagonistes les unes des autres, étaient pour moi complémentaires, sans cesser d'être antagonistes. Je n'ai jamais voulu réduire de force l'incertitude et l'ambiguïté.* Edgar Morin

³ *L'étude phénoménologique est l'étude d'une spécificité des êtres humains : être ouvert au monde et se développer dans l'interface entre soi et le monde. Être dans le monde en tant qu'homme ou femme, implique de tenir compte de toutes les dimensions de l'existence : socioculturelle, historique, affective, psychologique, politique... Le but ultime de la phénoménologie est de développer notre nature humaine, de devenir de plus en plus ce que nous sommes ou pouvons être. Il s'agit moins de parler d'un sujet ou d'un objet du monde que de la relation qu'on établit avec celui-ci et de la transformation qui advient dans ce mouvement de rencontre. L'étude phénoménologique est, en quelque sorte, une activité poétique et artistique. C'est une recherche d'un langage qui chante le monde, comme le dit Merleau-Ponty, plutôt qu'un langage qui réverbère le monde.* Jacques Stitelmann

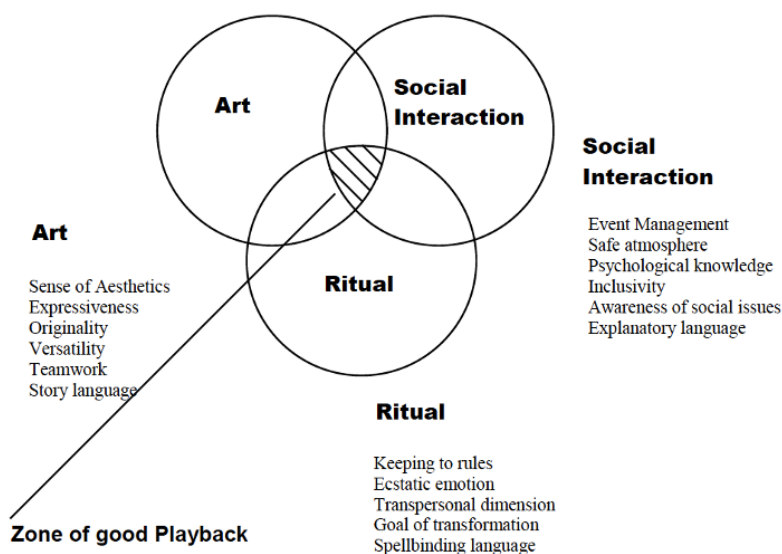
Qu'est-ce que le Théâtre-Récit ?

Le TR est passage. Il est « entre ». Entre humains. Entre structures sociales et noyau psychique. Entre acte politique et acte artistique. Entre accueil de ce qui est, et résistance (au sens politique du terme) à ce qui ne devrait plus être. Entre passé et avenir, puisqu'il n'est qu'au présent. Il abat les frontières et les murs. Il est portes, ouvertures, passages. Il aide à comprendre, à agir, à transformer. Remplaçons ici « Théâtre-Récit » par « Art-thérapie » et, encore une fois, cela fonctionne.

Le TR est une forme spécifique de théâtre d'improvisation, inventé aux Etats-Unis à partir de 1975 par un couple d'artistes, Jonathan Fox et Jo Salas. Il peut être défini comme une pratique artistique holistique de rencontres. À travers un dispositif artistique interactif spécifiquement ritualisé, un espace de dialogue est ouvert.

L'essence du théâtre-récit est synthétisée par ce schéma (Dauber, Heinrich, Fox, 1999) :

Playback Theatre **Essential Skill Areas for Playback Performances**



Voilà la description de son fonctionnement, en quelques lignes empruntées à Daniel Feldhendler, un des rares spécialiste et praticien à avoir écrit là-dessus en français : Cette forme spécifique de travail théâtral vise la représentation spontanée du vécu à travers un dispositif interactif original : des perceptions subjectives, des fragments de vie, des récits personnels exprimés par les spectateurs sont tour à tour représentés selon une dramaturgie particulière. Des acteurs restituent sur le champ et reflètent à travers le jeu ce qu'un membre de l'auditoire vient de communiquer. Un sentiment, une pensée, un moment de récit de vie d'une personne trouvent ainsi leur expression sur scène. Il y a en quelque sorte re-présentation condensée de la narration et re-jeu : d'où le choix de l'expression anglaise *playback theatre* pour qualifier la démarche. Ainsi, selon les contextes respectifs, les membres d'un groupe

font mettre en scène l'expression de leurs subjectivités à travers des regards extérieurs. Dans ce modèle apparaît une dimension sociale, personnelle et singulière qui prend peu à peu forme et sens. La représentation spontanée de fragments de vie crée une dynamique où la narration singulière de récits personnels donne progressivement forme et sens à sa dimension collective. (Feldhendler, 2007).

Ajoutons que pour chaque récit raconté, une « forme » spécifique est soufflée aux acteurs par la conductrice. Cette forme est une sorte de pré-structure, de pré-mise-en-scène, qui va d'une certaine manière constituer le réceptacle scénique du récit. Il existe des formes brèves et des formes longues, et il serait passionnant de mettre en relation les typologies des récits humains avec les formes nées du TR. Nous ne le ferons pas ici, mais nous

simplifierons en disant que les récits humains possèdent des caractéristiques identifiables qui se répètent, et que leur attribuer la forme juste pour les recevoir et les représenter est un des défis et une des forces du TR.

Cette rapide description faite, il s'agit de dire que le TR nous rappelle peut-être par-dessus tout qu'il n'y a aucune frontière étanche entre « vraie vie » et fiction ; chacune nourrit l'autre et se nourrit d'elle. (Huston, 2008 : 175). Le TR ouvre un espace d'expérience concrète de cette vérité humaine essentielle. En cela, son dispositif est unique, qui intègre l'expérience du spectateur dans sa condition même d'émergence. Ou plus exactement, dans le TR, l'expérience vécue – et partagée – est la source même de la réalité-fiction. C'est cet apparent paradoxe qui lui confère peut-être sa plus grande force. Comme les personnages de romans, les « personnages » issus des récits des spectateurs et spectatrices peuvent nous fournir des modèles et des anti-modèles de comportement. Ils nous donnent de la distance précieuse par rapport aux êtres qui nous entourent et – plus important encore – par rapport à nous-mêmes. Ils nous aident à comprendre que nos vies sont des fictions – et que, du coup, nous avons le pouvoir d'y intervenir, d'en modifier le cours. (Huston, 2008 : 173). Nancy Huston ajoute : L'on ne parvient à agir et à comprendre que grâce à l'identification, au décalage, au recul, à la simplification [je dirais à la métaphorisation] et à l'essentialisation, à la ressemblance et à la représentation. (Huston, 2008 : 175). Nous avons là pour ainsi dire une définition possible du but essentiel du TR., et d'une certaine manière de l'art-thérapie. Nous y reviendrons. À la différence qu'ici, les personnages de roman, c'est nous, spectatrices et spectateurs, qui les créons, qui les extirpons de notre existence même. Sans fard. Nul besoin d'autres auteurs de romans. Pratique artistique, esthétique, nourrie d'une réalité humaine imprévisible accueillie dans sa plus grande présence, le TR crée un pont entre connaissances et émotions, entre expériences vécues et expériences imaginables.

On le lit ici, le TR est un théâtre du « passage ». Passage d'un récit oral issu de sa source même (la personne qui a vécu l'expérience relatée) à un récit représenté par d'autres, mis

à distance grâce à la mise en forme esthétique théâtrale. C'est cette dynamique de « passage » qui, comme on va le voir, se propage dans les multiples niveaux constitutifs du dispositif.

Les strates de « Fade in – fade out » en Théâtre-Récit pour les spectateurs, les acteurs et musiciens, et le conducteur

Le principe du « fade in – fade out » (difficile à traduire en français de telle sorte que la simplicité et l'efficacité de l'expression soient préservées, mais que le terme « passage » pourrait recouvrir) me semble offrir une bonne clé de compréhension et d'illustration de ces qualités intrinsèques du TR. Fade in – fade out, cela veut dire entrer progressivement dans..., et en ressortir tout aussi progressivement... avant de ré-entrer une nouvelle fois, etc. En TR, les fade in – fade out sont aux fondements des rituels propres au dispositif. Ils sont des « gestes » très concrets appliqués par les acteurs, tant au niveau général de la représentation vue comme un tout, qu'à des niveaux beaucoup plus particuliers du jeu.

Lors d'une représentation de théâtre-récit, je suis immergé.e (dans mon histoire, dans l'histoire d'une autre, en tant que spectatrice ou en tant qu'acteur.trice) puis j'en ressors transformé.e, avant d'entrer dans une nouvelle histoire, qui me transformera à nouveau. Ces changements peuvent être minuscules, presque inexistantes, parfois, ou alors profonds. Il n'y a ni règles ni garanties. Mais il y a un cadre, une structure et des rituels qui optimisent les chances que le changement opère. Que la surprise ait lieu. L'écho avec certains des objectifs essentiels de l'art-thérapie est, là aussi, tout à fait explicite.

Fade in et fade out du point de vue du spectateur

Le spectateur arrive et s'installe dans le théâtre – fade out du quotidien, fade in dans l'espace du partage et de la création. Il ou elle est accueilli.e par les récits brefs des acteurs qui l'invitent à sortir de lui-même – fade out. Il est ensuite invité à raconter son propre récit, il devient narrateur.trice – fade in et fade out successivement. Ce récit est ensuite pris en charge par les acteurs et musiciens, le spectateur s'observe de l'extérieur – fade out. En même temps, le spectateur narrateur peut être ému par ce qu'il reçoit, ce qu'il voit et entend, et dans certains moments de jeu

il arrive que l'émotion le fasse « rentrer » en quelque sorte en lui – fade in. Les acteurs et musiciens terminent le jeu et, par le regard – fade out –, rendent son récit au spectateur qui, ainsi, le reprend à son compte – fade in. Le spectateur exprime brièvement ce qu'il a reçu, ce qu'il a vu de lui-même, ce qui l'a surpris – fade out. Le spectateur retourne, transformé, à sa vie – fade out de l'espace du théâtre, fade in back dans le quotidien. Et au milieu de tout cela, alors qu'il écoute et voit représentés les récits des autres spectateurs, son esprit opère un va-et-vient continu entre sa propre vie et celle des autres, ses propres souvenirs et ce qu'il voit représenté sur scène, ses propres émotions et celles qu'il ressent exprimées par les acteurs, les musiciens, et les autres narrateurs qui se livrent. Une représentation de théâtre-récit est, pour le spectateur, le lieu d'une infinité d'allers-retours entre son monde intérieur et le monde qui l'entoure, en premier lieu celui constitué des autres spectateurs, avec les récits desquels des liens se tisseront. Le concept de « réticulation narrative⁴ », développé par Jonathan Fox, peut lui aussi être lu sous l'angle d'un fade in – fade out de l'individu vers la communauté présente, et vice-versa. Chacun (individu et groupe) est à tour de rôle signifiant et signifié, v émetteur et récepteur, en situation d'intériorité puis d'extériorité.



Réticulation narrative

Fade in et fade out du point de vue du conducteur ou de la conductrice

La conductrice (utilisons ici le féminin), en Théâtre-Récit, joue un rôle très particulier. C'est elle, en principe, qui assure l'échauffement de la troupe avant chaque représentation, engageant acteurs et musiciens à se mettre en lien, à former corps. C'est ensuite elle qui accueille les spectateurs, trouve les mots appropriés pour introduire la représentation, mettre le public en confiance, ouvrir les récits. Elle est aussi celle qui questionne le narrateur-spectateur afin que le récit de l'expérience racontée apporte les éléments nécessaires au jeu. C'est elle, enfin, qui vérifie avec chaque spectateur-narrateur que son récit a été bien entendu, que l'essentiel en a été redonné. Durant toute la représentation, elle s'inquiète (dans le sens constructif du terme) de savoir si tout le monde est en confiance, reçoit ce dont il ou elle a besoin. Elle est la garante de la fluidité, de la circulation entre tous les éléments et tous les protagonistes de la représentation, de la « sécurité » relationnelle. Tous ses sens doivent être en éveil à chaque seconde.

La conductrice, de ce fait, vit chaque représentation comme une somme incessante de fade in – fade out, difficiles à séparer les uns des autres. Constamment reliée à ses propres émotions et sensations, elle les met au service des récits recueillis afin de tenter d'en saisir l'essence à chaque instant. Un aller-retour peut-être plus remarquable que les autres se situe dans le travail de choix de la forme qu'elle va proposer aux acteurs d'utiliser pour jouer le récit entendu. Ici, l'écoute de la conductrice doit se pratiquer sur trois plans simultanés : entendre le sens – la signification – du récit dans sa plus simple dimension narrative d'expérience relatée, entendre ce qui est dit entre les mots, l'implicite, les images sous-jacentes, et entendre la structure formelle dont le récit est fait. Ce sont tous ces éléments qui lui permettront de proposer aux acteurs la forme qui lui semble la plus adéquate pour chaque récit entendu.

Attentive à tout et à tous, reliée simultanément à elle-même, à chaque autre personne présente,

⁴ On peut prendre connaissance de l'essentiel du concept ici : <https://www.iptn.info/?a=doc&id=300>
 Pour aller plus loin, lire Jonathan Fox : *Gathering voices : Essays on playback theater*. Ed. Tusitala 1999.
 Le site www.iptn.info met également à disposition de nombreux articles sur le théâtre playback.

à chaque élément de l'environnement de la représentation, la conductrice doit être une acrobate des passages. Elle danse seconde après seconde sur des fils invisibles pour faire son travail : créer les conditions d'une rencontre vraie. Tout comme l'art-thérapeute.

Fade in et fade out du point de vue des acteur.trices et des musicien.nes

L'acteur ou le musicien est en coulisses, puis il entre sur scène et se présente – fade out du quotidien, fade in dans l'espace transitionnel et symbolique de la scène. Mais l'espace de jeu – la scène – est elle-même divisée en plusieurs espaces, ou espaces-temps, dans lesquels l'acteur navigue en ajustant en quelque sorte sa qualité de présence. (Non que sa présence soit plus ou moins bonne. Le mot qualité désigne ici une sorte de différenciation sur l'échelle des « in » et « out ».) Lorsque le spectateur-narrateur est en train de dire son histoire, accompagné en cela par la conductrice, les acteurs et les musiciens sont assis au fond de la scène et écoutent. Ils ne sont pas encore à proprement parler entrés en jeu, mais intervient là un premier fade in – fade out : en même temps que le récit arrive aux oreilles des acteurs, leur conscience doit être simultanément reliée à l'histoire qui est racontée et aux échos et images qu'elle fait surgir en eux. On pourrait parler d'une sorte de fade in – fade out vibratoire, où intérieur (vie intime, souvenirs, métaphores, émotions des acteurs) et extérieur (récit écouté) s'entrechoquent sans discontinuer. Ces secousses constituent le matériau de jeu de l'acteur au moment où il commencera à jouer. Il doit donc leur accorder une attention soutenue, les accueillir, les retenir en lui, les choyer et leur faire confiance. Il n'aura pas le temps de les questionner avant de faire son travail. Il y a là un parallèle évident à faire avec l'activité psychique et sensitive intense de l'art-thérapeute à l'écoute de son patient ou de sa patiente. C'est, me semble-t-il pour l'avoir maintes fois vécu, le même mécanisme qui se déploie, dans un équilibre extrêmement subtil des différents niveaux d'écoute.

Ouvrons ici une brève parenthèse pour mentionner un outil central de la pratique du TR, qui est la question *What is it about ?*, question qui intervient dans ce même intervalle d'écoute du récit. C'est la question « De quoi s'agit-il ? De quoi est-il question

dans cette histoire ? » Lorsqu'un.e acteur.trice de TR écoute un récit de vie, il ou elle doit en plus de ce qui est dit plus haut être capable d'analyser cette question en direct, simultanément au déroulé du récit. Lorsque quelqu'un raconte « J'ai accompagné ma fille de huit ans au bus ce matin, elle partait pour la première fois en camp pour quatre jours », c'est déjà un récit. Et donc : *What is it about ?* Pourquoi cette personne nous raconte-t-elle cela ? De quoi est-il question ? L'acteur.trice a quelques secondes à peine pour trouver la ou les réponses à cette question, et les redonner au spectateur-narrateur sous forme de jeu spontané. Il peut s'agir en réalité d'une histoire sur la l'angoisse de la séparation ; sur la culpabilité ; sur la résurgence d'un souvenir d'enfance traumatisant vécu par le narrateur ; sur la fierté du parent ; sur le soulagement, etc. Un millier de signaux verbaux et non verbaux vont orienter l'acteur.trice dans telle ou telle direction. Et l'observation de ces signaux, dûment et longuement entraînée, va lui permettre d'avoir toutes les chances d'être juste dans son interprétation – au sens théâtral et psychologique – du sens profond de l'histoire. Cet outil du *What is it about* a été largement transmis dans plusieurs ateliers de découverte du TR à la Maison du Récit, notamment avec des art-thérapeutes en formation, avec des résultats extrêmement riches en termes d'apprentissage de savoir-être et de savoir-faire fondamentaux en art-thérapie.

Revenons au déroulé du jeu dans la représentation de TR. Le spectateur-narrateur a donc terminé de raconter son histoire, et la conductrice a terminé de poser les dernières questions d'explicitation ou de précision. Ensuite, à la seconde où la conductrice lance le fameux « regardons ! » qui indique le début du jeu (*let's watch !*), les acteurs effectuent alors un nouveau fade out – pour s'extraire de leur rôle d'écoute active – fade in – pour entrer dans le « play », dans l'espace symbolique du jeu. Leur corps, leurs sens, leur présence changent à nouveau de qualité en un instant. Ils passent d'acteur à personnage, de ce mode d'écoute vibratoire que nous avons décrit plus haut à une présence totale au jeu, à l'essence représentée et mise en forme du récit entendu. Durant le jeu, l'oscillation ne cesse jamais, qui les ballote du narrateur-

personnage à eux-mêmes, de leurs pensées à leur spontanéité. Enfin, le jeu terminé, ils figent puis, lentement, sortent de leur rôle de personnages pour redevenir complètement eux-mêmes, acteurs et actrices dans leur présence propre. En rendant le regard au spectateur-narrateur, ils accomplissent le dernier fade out : sortir de l'histoire, la rendre à son propriétaire, revenir à eux-mêmes et au présent de la représentation qui se poursuit.

Nous avons tenté ici de décrire brièvement ces oscillations entre intérieur et extérieur du point de vue des spectateur.trices, des acteur.trices et musicien.nes, et de la conductrice. Nous proposons de compléter maintenant la réflexion à travers deux angles : les théories du jeu théâtral du début du 20^e siècle, et un angle psycho-sociologique qui nous semblent inspirants et nourrissants eux aussi pour la pratique et la réflexion art-thérapeutique.

Fade in – fade out et tradition théâtrale

Ouvrons ici une brève parenthèse sur l'histoire du théâtre et sur les sources des deux grands courants théâtraux du 20^e siècle qu'ont été Brecht et Stanislavski. Dans toutes les écoles de théâtre, leur approche est encore enseignée, analysée, comparée.

Souhaitant rompre avec l'illusion théâtrale et pousser le spectateur à la réflexion et à l'action, Berthold Brecht (Allemagne, 1898 – 1956) postulait la nécessité d'une distance esthétique et de rituels théâtraux seuls à même, selon lui, d'amener le spectateur à faire de la représentation théâtrale le ferment d'une conscience politique indispensable. C'était là pour lui le but du théâtre. Les acteurs devaient à tout prix éviter la psychologisation qui n'est que source d'identification et de catharsis. En une phrase : ils devaient plus raconter qu'incarner. À l'inverse, Constantin Stanislavski (Russie 1863 – 1938) avait pour obsession le "jouer juste, jouer vrai". Ses acteurs devaient plonger dans leurs émotions personnelles, aller y puiser la vérité des personnages. Brecht était dans le fade out, Stanislavski dans le fade in.

Le Théâtre-Récit ne choisit pas entre les deux. Les acteurs et actrices y sont pour ainsi dire simultanément appelé.es à entrer en résonance profonde avec les émotions

qu'ils ressentent en écoutant un récit et en le jouant, et à s'en extérioriser pour mettre de la distance avec ce même récit, le proposer sous un nouveau point de vue, offrir aux spectateurs des alternatives qu'ils peuvent ensuite mettre en actes dans la vraie vie, et surtout éviter à tout prix toute projection qui dénaturerait le récit initial. Ainsi, le TR intègre les deux niveaux afin de créer un mouvement de "in" et "out" : une distance esthétique grâce aux formes et aux rituels, contrebalancée en quelque sorte par la spontanéité et l'authenticité dans le jeu. Nous retrouvons la dualité, la coexistence des opposés, également à un niveau purement artistique. Cette coexistence qui est seule à même d'exprimer la complexité humaine.

Fade in – fade out entre liberté et contrainte (ou sécurité) : le Théâtre-Récit et l'ambivalence des êtres sociaux

Enfin, voici un dernier chapitre de réflexion autour de cette idée du « entre », du « fade in – fade out » que met en mouvement le TR, qui nous semble essentiel en regard de l'état actuel de nos sociétés : l'oscillation entre la liberté et la contrainte, qui est au cœur de nos questionnements les plus profonds.

Le TR est un théâtre d'improvisation. Qu'est-ce qui est au fondement de l'improvisation : l'incertitude. Et l'incertitude est l'une des caractéristiques les plus fondamentales des récits ouvrants. On ne sait pas vers quoi l'histoire va aller. Tout est possible. Ainsi, ce à quoi l'acteur de TR nous pousse à nous identifier, ou à nous confronter, c'est aussi à cela : l'ambiguïté, le doute, le désarroi, l'incertitude. En cela, le théâtre d'improvisation est éminemment moderne, qui donne à voir l'individu privé de repères, obligé de se débrouiller en cherchant à tâtons des réponses invisibles. Le TR n'est cependant pas individualiste. Il n'est au contraire fait que de liens, dans lesquels il puise d'ailleurs sa formidable liberté. L'individu moderne auquel il s'adresse en direct vit dans une tension permanente entre désir de liberté et besoin de liens. Les récits que l'on entend dans une représentation de théâtre-récit – autant que dans un cabinet d'art-thérapie – sont très souvent l'illustration de cette tension.

Nous vivons dans ce que le sociologue Zygmunt Bauman (né en Pologne en 1925) appelle "des sociétés liquides". Pour lui,

la culture se définit comme la capacité individuelle et collective de transformer son environnement social⁵. Lui aussi souligne l'ambivalence des êtres sociaux, en quête à la fois de sécurité et de liberté (Bauman, 1997). À partir de la mise en évidence de cette ambivalence, Bauman démontre l'incapacité des sociétés, qu'elles soient occidentales ou soviétiques (c'est dans ces dernières qu'il est né), à trouver dans la modernité un équilibre satisfaisant entre liberté et sécurité – et donc à assurer les conditions d'une authentique émancipation. Dans les sociétés postmodernes, ces "sociétés liquides", c'est à l'individu et à lui seul de prendre en charge sa propre construction. Il en résulte une profonde précarisation sociale, où dominent l'incertitude et le règne de l'indifférence.

Nous en sommes là, et nous devons en sortir. Or de par son fonctionnement et sa structure, le Théâtre-Récit offre un équilibre unique entre liberté et sécurité. Pour les spectateurs et spectatrices : liberté d'être et de (se) raconter, sécurité d'être entendus et validés. Pour les acteurs et actrices : liberté d'improviser, sécurité grâce à la possibilité donnée par les formes et par le récit initial de se mouvoir avec certitude dans l'incertitude.

D'une certaine manière, à un niveau tant individuel que collectif, le TR offre des alternatives entre les modèles et les anti-modèles. Le spectateur-narrateur passe du statut de sujet à celui d'individu. Comme le dit le sociologue Vincent de Gaulejac : L'individu est du côté de ce qui fait société, donc de l'instituant, de ce qui s'impose comme une donnée, comme l'ensemble des déterminations biologiques, psychiques et sociales qui interviennent dans sa constitution. Le sujet est du côté de ce qui peut advenir comme création, donc de l'institué, de ce que l'individu peut faire de lui-même. En termes plus analytiques, ce passage de l'individu au sujet met en évidence une chronologie. L'individu précède le sujet dans la mesure où l'émergence d'un processus de subjectivation ne peut advenir qu'à partir de ce qui le

fonde : son histoire, son milieu, sa famille, ses conditions concrètes d'existence. Et c'est dans la remise en cause de ces fondements, de l'identité assignée, de la place occupée, des éléments constitutifs de son héritage de départ que le sujet peut advenir comme mouvement, comme tentative jamais définitivement aboutie.» (De Gaulejac, 2009 : 54).

Le dispositif du Théâtre-Récit offre l'espace d'expression des histoires de vie, des conditions concrètes d'existence pour ces dernières, et le mouvement potentiel pour s'en détacher, les voir de l'extérieur, et devenir sujet actif face à elles. En offrant des récits alternatifs, des points de vue différents sur une expérience vécue, le TR peut donc mettre en acte une forme de résistance au sens où en parle Gilles Deleuze. Pour ce dernier, l'information est un système contrôlé de mots d'ordre ayant cours dans une société donnée. Dans un tel système, seul l'art pour offrir une contre-information. Mais cette contre-information ne devient effective que quand elle devient acte de résistance⁶. (Deleuze, 1987). Nous retrouvons ce que disait Nancy Huston à propos des anti-modèles proposés par les personnages de roman.

Terminons ce chapitre par cette citation de Pierre Reverdy : L'éthique c'est l'esthétique du dedans. Chaque troupe de Théâtre-Récit doit construire sa propre éthique, fondée sur l'éthique mise en place par les fondateurs de la méthode, et inspirée de sa propre recherche humaine et esthétique. Parce qu'un jour arrive le moment de jouer, le moment de re-présenter un récit, que c'est une grande responsabilité, et que la dimension artistique, esthétique de cet acte est la grammaire même de l'éthique, ce qui rendra l'histoire rejouée porteuse d'humanité et d'évolution. Là encore, nous voyons un parallèle évident avec la place de l'éthique en art-thérapie, et l'importance de la mise en forme même de cette responsabilité, dans nos dispositifs au sein desquels l'expression créative tend à prendre une place essentielle.

⁵ Voir aussi à ce sujet Cyril Dion : *Petit manifeste de résistance contemporaine*. Actes Sud, Paris, 2018. L'auteur y dit notamment ceci, qui nous paraît un formidable résumé de ce que nous cherchons à créer avec le théâtre-récit : « L'agrégation des histoires changera les récits. C'est ce qu'on appelle une culture. »

⁶ Deleuze dit également ceci : Il y a entre la lutte des hommes et l'œuvre d'art un rapport le plus étroit, pour moi le plus mystérieux. Le théâtre-récit offre parfois des incarnations de ce mystère.

Conclusion

Laissons le mot de la fin à Edgar Morin, ce penseur de la « non-disjonction », de la globalité, de la complexité, qui devrait tant être encore plus entendu. À nonante-cinq ans, il écrit un livre dont on aurait pu imaginer qu'il serait le dernier (alors qu'il n'en était rien !) À quoi le consacre-t-il ? En voilà le titre : Sur l'esthétique, et le sous-titre en est Nous laisser nous émerveiller ? (Morin, 2016). Edgar Morin y raconte tout ce qui a nourri sa vie d'un point de vue artistique ou esthétique. Dans une entrevue, il raconte : Les arts sont ce qui m'a formé. J'ai découvert mes propres vérités à travers les arts. Cinéma, théâtre, littérature. Il y a des êtres que nous méprisons dans la vie ordinaire : le vagabond, le prisonnier... Quand nous les voyons dans les livres ou les films, nous voyons le caractère humain. C'est très important. On sait qu'on connaît mieux avec l'émotion. La connaissance doit être accompagnée d'émotion et l'esthétique ce n'est que de l'émotion. Cela peut être un bouleversement intérieur. Mais à travers ces émotions nous pouvons connaître le monde. Si on faisait de l'éducation esthétique, nous deviendrions meilleurs au-delà du moment où on voit le film ou où on lit le livre. » (Morin, 2017).

Cet immense penseur, chercheur, philosophe, sociologue, place la poésie et la musique au-dessus de tous les arts et dit que quand elles sont mêlées c'est quelque chose de sublime. On n'est bien sûr par obligé d'être du même avis. Toujours est-il que le TR est théâtre, musique et poésie ensemble, dans une célébration des liens humains. Nous sommes les seuls à pouvoir donner du sens à nos vies. Et ce sens émerge lorsque nous sommes capables de communier avec autrui comme dans l'amour ou l'amitié, mais aussi lorsque nous communions en étant portés par l'art, par la fiction au centre de laquelle nous découvrons l'humanité, grâce à laquelle nous pouvons affronter la vie ensemble. Selon Morin, pour créer il faut la collaboration d'une force inconsciente et de la volonté consciente. Quand on découvre l'universalité dans la beauté, et qu'on est ému, c'est qu'on a touché du doigt l'authenticité du monde. (Ibid.)

Il me semble difficile de mieux dire qu'avec ces mots ce qu'est le travail d'une troupe de Théâtre-Récit. Ce qu'est la force du Théâtre-

Récit. Au final, il est un dispositif unique dans le sens où les expériences réellement vécues et racontées sur le moment sont condition même de l'œuvre de fiction. Nous sommes au cœur d'un dispositif d'une extraordinaire originalité, parce qu'il se place entre la « vraie vie » et la fiction, en le revendiquant. Le Théâtre-Récit n'est que générosité, il est entre le don et le contre-don, entre l'art et la thérapie.



Et maintenant, ressortons.

Bibliographie

Essais

Bauman Z., 1997, *Postmodernity and its Discontents*, Polity Press.

De Gaulejac V., 2009, *Qui est je ?*, Paris, Éd. du Seuil.

Dion C., 2018, *Petit manifeste de résistance contemporaine*, Arles, Actes Sud.

Feldhendler D., 2005, *Théâtre en miroirs – l'histoire de vie mise en scène*, Paris, Téraèdre.

Fox J., 1999, *Gathering voices : Essays on playback theater*, New Paltz, N.Y., Ed. Tusitala.

Fox J., 2015, *Beyond Theatre : A playback theatre memoir*, New Paltz, N.Y., Ed. Tusitala.

Huston N., 2008, *L'espèce fabulatrice*, Arles, Actes Sud.

Morin E., 2005, *Introduction à la pensée complexe*, Paris, Point Seuil.

Morin E., 2016, *Sur l'esthétique*, Paris, Robert Laffont.

Sites Internet et articles

Feldhendler D., 2007, *Médiations sociales et théâtre récit*, en 2012, <https://journals.openedition.org/osp/1281>

Site internet du réseau international de Playback Theater, consulté en 2023, www.iptn.info

Deleuze G., 1987, "Qu'est-ce que l'acte de création ?" Conférence donnée dans le cadre des Mardis de la fondation, le 17 mars 1987, consulté en 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=2OyuMJMrCRw>

Entrevue avec Edgar Morin, TV5 Monde 15 janvier 2017, consulté en 2019, <https://www.youtube.com/watch?v=nfnIXj7FCCA>

Stitelmann J., à propos de l'écriture phénoménologique, consulté en 2019, www.l'-atelier.ch

ECOPOIESIS : NATURE, CRÉATION ET DÉVELOPPEMENT HUMAIN

Jacques Stitelmann

Résumé Est-ce que la création et l'art-thérapie sont concernées par la crise environnementale actuelle ? Peuvent-elles participer à sa résolution et transformer notre rapport à la nature ? Est-ce que ces méthodes de soin et d'accompagnement qui mettent l'accent sur le processus créateur peuvent aider à traiter les personnes qui souffrent d'anxiété environnementale ? Est-ce que le rapport à la nature peut être un élément ou un objectif thérapeutique ?

L'auteur avance des réponses à ces questions en explorant la situation écologique actuelle, les concepts de nature et de culture et la manière avec laquelle les philosophes et les artistes considèrent cette problématique. Deux situations cliniques sont exposées pour sentir la manière dont l'art-thérapie peut utiliser l'environnement naturel et lui être bénéfique.

JACQUES STITELMANN Artiste, psychologue-psychothérapeute ASP, art-thérapeute, fondateur de L'ATELIER. Auteur de nombreux articles et livres sur l'art-thérapie.
Avenue du Mail 24 – 1205 Genève

Est-ce que la création et l'art-thérapie sont concernées par la crise environnementale actuelle ? Peuvent-elles participer à sa résolution et transformer notre rapport à la nature ?

Est-ce que ces méthodes de soin et d'accompagnement qui mettent l'accent sur le processus créateur peuvent aider à traiter les personnes qui souffrent d'anxiété environnementale ?

Est-ce que le rapport à la nature peut être un élément ou un objectif thérapeutique ?

Telles sont les questions qui m'habitent en écrivant ce texte de réflexion sur les termes proposées par la Commission de publication du Journal associatif *Regards sur l'art-thérapie* : dedans-dehors.

Il m'arrive de proposer à mes patients de sortir du cabinet-atelier, que ce soit pour créer en séance ou pour mener la relation thérapeutique en marchant dans notre environnement plutôt qu'en restant statique dans le cabinet-atelier (Stitelmann, 2019). Il m'arrive également de proposer des ateliers land art pédagogiques ou expérientiels en nature ou en ville (Stitelmann, 1999, 2002). Il m'arrive enfin de créer moi-même dans le but d'élaborer les phénomènes

contre-transférentiels que j'éprouve dans l'accompagnement thérapeutique. Je fais cela très souvent en allant dans la nature, créant avec ce que j'y trouve de matériaux assez bruts et éloignés des concepts et de la pensée abstraite, décentré des questions qui m'habitent.

Cette pratique m'a conduit à réfléchir de manière approfondie au rapport que les humains établissent avec leur environnement naturel et aux effets soignants ou aidants du contact à la nature.



Cairn, J. Stitelmann, 2015

Les rapports entre les humains et leur environnement

Depuis des siècles, l'homme s'est rendu compte qu'il pouvait avoir un impact négatif sur l'équilibre de son environnement pour la production de ses ressources matérielles et pour sa santé (Charbonnier, 2023). Dans les années 1970, on constate scientifiquement une forte dégradation de l'environnement due aux activités humaines et on se met à critiquer la forme de la considération humaine occidentale pour la Nature qui s'est, depuis, mondialisée, une forme utilitariste, industrielle, capitaliste et prédatrice. L'humain constate aussi qu'il peut souffrir de la dégradation de son environnement.

Les chercheurs en écologie ont constaté que le souci pour l'environnement humain est très ancien, on en retrouve des textes datant du Moyen-Âge et des siècles suivants. Avec la naissance du terme *écologie* au milieu du XIX^e siècle, la science tente de comprendre les liens établis entre les humains et leur environnement naturel et de le protéger. On distingue alors trois grands sujets : la protection de la nature et du paysage (on décide de protéger certains espaces de la nature dans des parcs ou zones hors des activités humaines) ; l'épuisement des ressources naturelles (le développement de l'industrie commence à mettre à mal la forêt à grande échelle) ; la lutte contre les pollutions (notamment dans les villes qui se développent en taille et densité). Au milieu du XX^e siècle, une nouvelle écologie apparaît, qui met en valeur les dimensions systémiques planétaires des liens entre l'humanité et la nature. Les concepts de *Gaïa*, de *Système Terre* et de *Biosphère* apparaissent. On ajoute de nouveaux sujets d'inquiétude comme : le changement climatique résultant des activités humaines ; l'érosion de la biodiversité et la santé environnementale. L'être humain est désormais considéré comme faisant partie d'un système complexe, la terre, aux ressources limitées et aux capacités limitées de réception des activités du vivant. On parle d'une nouvelle ère géologique, l'Anthropocène, résultant de l'impact devenu irréversible des activités des hommes, notamment les flux de matières et d'énergie, sur le système Terre qui était stabilisé depuis plus de 10'000 ans dans ce qu'on a appelé l'Holocène (Fragnière, 2022).

Durant les 30 dernières années, la situation se dégrade régulièrement, les rapports d'experts tirent les sonnettes d'alarme les uns après les autres. Les scénarios les plus négatifs semblent malheureusement se réaliser années après années, malgré les déclarations de bonnes intentions et les plans politiques de nos dirigeants (Huet, 2023).

Ces rapports constatent la forte augmentation de la population mondiale qui conduit à des besoins alimentaires croissants, à une augmentation des flux de produits alimentaires ou énergétiques et à une augmentation des pollutions. La surexploitation des ressources énergétiques non-renouvelables qui ont fait la puissance du monde présent conduisent à leur extinction prochaine. L'augmentation des pollutions issues de nos comportements peu soigneux, que ce soit celles de l'eau (eau douce, océans, glaciers), celles de l'air (CO₂, gaz à effet de serre, couche d'ozone), celles de la terre (appauvrissement du sol, désertification, perte de la forêt tropicale, déséquilibre météorologique, réchauffement climatique), celles de la diversité animale et végétale (nombre croissant d'espèces animales en voie de disparition, déséquilibres entre espèces, perte de diversité de la vie) et, finalement, celles de l'équilibre psychique des humains et de leurs sociétés (Jonas, 2017 ; Bonneuil et Fressoz, 2013 ; Wallace-Wells, 2019 ; Klein, 2019 ; Ghosh, 2016 ; Koller, 2022).

L'état de l'environnement et celui de la santé des populations apparaissent comme très clairement liés (Senn et coll., 2022).

Les milieux citadins sont envahis de bruits indésirables et de déchets, certaines villes n'arrivent plus à recycler leurs poubelles, des bulles d'air viciés se développent régulièrement autour des villes, des orages, glissements de terrain et inondations de plus en plus fortes s'abattent sur des régions de plus en plus nombreuses. La vie sociale se dégrade aussi, l'environnement socio-culturel et relationnel devient plus agressif, concurrentiel, irrespectueux, clivé ; les entreprises pratiquent de simples et uniques logiques de marché et de gestion administrative. Les humains se sentent déshumanisés (Fleury, 2019 ; Pelluchon, 2023). Les riches s'enrichissent, les classes

moyennes s'appauvrissent et les pauvres sont de plus en plus nombreux, les écarts croissent de manière exponentielle. On parle d'une société à deux vitesses. En Europe, les grands patrons, directeurs de régions ou personnages publics gagnent en quelques mois ce que la moyenne des gens du commun gagne en une vie. Sur d'autres continents, l'écart est encore plus grand, une seule journée peut suffire à un grand patron ou à un personnage public pour gagner plus qu'un citoyen moyen du même pays dans une vie entière de labeur.

De nouvelles pathologies psychiques liées à l'insécurité sociale et environnementale apparaissent comme l'éco-anxiété, dans laquelle des malades, surtout des jeunes, ressentent une angoisse croissante vis-à-vis du monde dans lequel ils devront vivre, du monde que leur lègue les générations qui les précèdent (Koller, 2022 ; Albrecht, 2023).

Les experts constatent, sur tous les plans, que les dynamiques de domination, de prédation et de dégradation augmentent au lieu de se réduire. Il n'est plus possible de revenir en arrière, nous disent-ils, il faut changer quelque chose dans notre manière de considérer et de traiter l'environnement. De nombreux mouvements écologiques, sociaux et politiques sont apparus durant les 50 dernières années, certains très radicaux, d'autres plus réformateurs, qui proposent des changements technologiques et sociaux très divers (Ferry, 2001). On attribue régulièrement la cause de ce processus de dégradation à l'avidité matérialiste du modèle social occidental, à son désir de croissance technologique et industriel mal contrôlée, à la globalisation économique et administrative de ses valeurs dans une sorte de post-colonialisme dominateur. Cela est certainement juste mais, au regard de l'histoire, il est possible de constater que toutes les sociétés et cultures dominantes, impériales, ont fait et font pareil avec les moyens de leur époque : elles imposent un système de domination et tentent de drainer les richesses économiques et politiques pour leur puissance et leur propre développement. Et dans toutes ces sociétés des propositions alternatives sont apparues, plus empathiques ou coopératives, la plupart du temps malheureusement écartées et minorisées.

Notre époque a ceci de particulier que le levier technologique a démultiplié la puissance

de l'impact de l'homme sur l'environnement et sur les autres hommes. C'est ce qu'on appelle *l'anthropocène*, un nouvel âge du développement de la terre dans lequel les humains occupent une place centrale dans son évolution, sa transformation, sa destruction possible, mais aussi dans les possibilités d'un soin responsable. Il est clair que les protections contre ces excès n'ont pas été suffisamment développées par notre culture et qu'il semble que l'espèce humaine, par son immaturité congénitale qui demande un effort immense et continu de maturation, possède une tendance à la prédation organisée et une aptitude à l'avidité irrespectueuse envers son environnement.

Notre société mondialisée qui prend conscience, peu à peu de cette situation, se trouve devant deux alternatives : continuer ou renoncer.

Continuer signifie poursuivre la dynamique destructrice centrée sur la domination, le pouvoir et la maîtrise de l'environnement considéré comme un réservoir inépuisable de ressources matérielles. Des conséquences peu prévisibles sont craintes qui menacent le vivant sur terre, en tous cas l'humanité.

Renoncer signifie tempérer ce mode de fonctionnement, le remplacer par une vision différente de l'homme, plus responsable de lui-même et de son environnement ou/et par des technologies plus respectueuses du vivant. En fait, il est possible d'observer quatre variantes issues de ces deux alternatives :

- **Continuer le développement technologique capitaliste**, c'est-à-dire la domination de l'homme sur l'homme, du fort sur le faible et de l'homme sur ses environnements naturels et culturels. Ne pas croire aux prévisions du GIEC (Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat), du Club de Rome et de la plupart des experts scientifiques et anthropologues et poursuivre la logique d'enrichissement économique, de gestion du vivant comme s'il était un objet, de la logique de domination anthropocentrique et de la croyance aveugle en la justesse de ses opinions et croyances issues d'un rationalisme à courte vue dans lequel règne la froide gestion administrative des biens et des êtres vivants considérés comme

des biens. Dans cette vision, il apparaît que l'homme ne sente pas vraiment son insertion dans le processus global de la nature.

- **Continuer le développement technologique et la logique du progrès, mais de manière réfléchi** en développant des technologies correctives des excès cités ci-dessus, en élargissant la palette des référents logiques pour gérer nos rapports au vivant de manière moins utilitariste. Les tenants de la pensée du développement décarboné font certainement partie de cette alternative.

- **Renoncer au développement exponentiel actuel** centré sur le profit économique et matériel et de gestion administrative du vivant comme des objets et le remplacer par une évolution ou un développement de la pensée : principe de responsabilité, de précaution ainsi que croissance sensible et éclairée des liens à l'environnement et aux technologies mais aussi à la culture et aux rapports humains.

- **Renoncer et revenir en arrière**, à un équilibre qui précédait l'étape actuelle du développement de l'humanité. Viser une décroissance, refuser le progrès technologique sans forcément s'atteler à la maturation sociale en s'appuyant sur les solutions anciennes et traditionnelles.

Pour aller dans la direction des deux variantes du milieu, qui me semblent être les plus intéressantes, quelques attitudes fondamentales sont évoquées par les spécialistes de l'environnement. Ces attitudes, nous allons le voir, font justement partie de ce qui intéresse les art-thérapeutes et le processus de création intégré au développement humain et au lien social, c'est-à-dire la poïétique. Cela demande un changement des modes de pensée, des logiques sociales et de l'éthique :

- **Ne pas vouloir dominer l'environnement**, cesser de vouloir imposer ses buts et sa volonté au monde. S'adapter au monde plutôt qu'adapter le monde à ses besoins et désirs, comme le fait le créateur avec ses matériaux, comme le fait le patient vis-à-vis de ses expériences existentielles et comme le fait le thérapeute vis-à-vis de son patient.

- **Ne pas vouloir que le monde soit**

comme on le veut, mais le laisser être comme il est et faire avec, être impressionné et réceptif de ses singularités et de sa diversité. Là aussi c'est ce qui est expérimenté en art-thérapie, où l'impression vis-à-vis de son existence, des matériaux et des partenaires de relation thérapeutique viennent avant l'expression de son imaginaire, de ses désirs, de ses sentiments, de ses objectifs et de ses désirs.

- **Laisser le vivant naître des matériaux et des forces en présence** et l'aider à trouver la forme vers laquelle il tend, l'accompagner dans son advenue plutôt que vouloir le contraindre, l'utiliser ou le dominer. C'est ainsi que l'on invite le patient à accompagner les formes sensibles en art-thérapie et c'est ainsi que l'on accompagne les patients eux-mêmes dans leur développement, sans vouloir les guider vers des objectifs qui ne seraient que ceux de l'institution ou du thérapeute.

- **Improviser plutôt que planifier** de manière volontariste et normative, sentir ce qui advient, s'y adapter, s'en inspirer pour faire acte créateur.

- **Recycler et composter** les productions devenues inutiles, que ce soit sur les plans matériels, sociaux ou psychologiques. Considérer les événements et ratés de nos vies comme des déchets qu'on peut recycler plutôt que jeter. En réalité, c'est momentanément qu'ils paraissent inutiles, en regard des plans qu'on s'est fait à leur propos, mais ils peuvent être des ressources pour les formes à venir, pour des productions et développements futurs.

- **Augmenter la logique de la sensibilité** dans son propre rythme plutôt que les logiques intellectuelles de gestion administrative et de profit à court terme. Il s'agit de sentir plutôt que de calculer et planifier, de ralentir et d'entreprendre des actions à plus petite échelle.

- **Augmenter le sens de la communauté**, le partage et la solidarité entre les humains et entre les vivants. Se sentir partie du vivant, au même niveau, dans le même cycle que n'importe quel autre vivant.

C'est pourquoi l'art-thérapie peut avoir un effet positif dans l'élaboration des questionnements écologiques et peut participer à faire évoluer le monde sur ce plan. L'art-thérapie peut être

une manière de lutte écologique pas tant sur les dimensions matérielles et techniques, mais en traitant le sol humain et social déséquilibré, c'est-à-dire la pensée humaine, l'équilibre psychologique et relationnel des êtres humains ainsi que les valeurs culturelles, dans une insertion bénéfique à leur environnement culturel et naturel.

Rapports entre nature et culture

Le type de rapport que les humains établissent à la nature, à l'environnement, est une des problématiques qui sous-tend la crise environnementale actuelle. Les scientifiques et philosophes nous montrent qu'il existe aujourd'hui dans notre civilisation une forte opposition entre nos conceptions de la nature et de la culture. Comme si l'une luttait contre l'autre. Comme si la valorisation de la culture tendait à maltraiter la nature. Cela n'a pas toujours été le cas et ne l'est pas dans toutes les cultures.

Comment cette opposition nature – culture s'est-elle installée ? Que sont nature et culture ?

Le concept de culture comporte deux lignées de signification :

- L'une concerne le traitement du sol en vue de faciliter sa production agricole. Cela peut être l'ensemble des techniques utilisées, le soin donné aux plantes ou le sol lui-même. Par extension, cela peut être le même type de soin destiné à des êtres vivants, à des bactéries en laboratoire ou aux capacités productrices de normes, de valeurs et d'habitudes des êtres humains.
- L'autre concerne, de manière figurative, le développement des capacités humaines pour que le sujet s'élève au-dessus de sa condition primitive, pour qu'il puisse cultiver ses aptitudes. Cela peut être l'ensemble des moyens mis en œuvre dans ce but ou les savoirs utiles pour cela.

Avant d'être un amas de normes, d'habitudes, de savoirs et de règles, la culture serait donc un soin destiné à soutenir la croissance du vivant dedans ou dehors de l'être humain. Notre monde semble se préoccuper plus de la première acception !

On tend à définir la nature de deux manières également :

- La première présente la nature

comme l'environnement indépendant de l'homme dans lequel se meut l'humanité. Cela comporte la terre, les minéraux, les végétaux, les animaux, tout ce qui peut exister sans l'humanité. Cet environnement peut être doté de ressources pour la vie humaine dont on peut se servir pour exister. Au fil des âges, l'humanité a apprivoisé la nature, s'en est protégée, l'a utilisée pour sa survie, puis pour s'en enrichir et s'en distancier (Harari, 2021).

- La nature, c'est aussi ce qui est à l'origine d'une chose, avant d'éventuelle transformation, la part essentielle d'une chose, sans quoi elle ne serait pas ce qu'elle est. C'est alors un principe de génération, une origine et un potentiel d'advenir. Lorsqu'on parle de la nature humaine, on parle alors de ce qui est présent dans l'humanité avant que la culture et les relations humaines ne le transforment et ne le modèlent, une sorte d'essence de chaque humain qui le différencierait de chaque autre espèce animale ou végétale.

Ayant cela en tête, la nature ne doit donc pas être confondue avec l'environnement des humains, elle réside aussi en eux, elle ne doit pas être opposée à la culture. La nature des humains, c'est aussi leur culture. La question essentielle aujourd'hui, c'est le type de rapport qu'on entretient avec nature et culture (Descola, 2005).

Les historiens ont avancé l'hypothèse qu'au paléolithique, l'homme se sentait inclus dans l'environnement, qu'il se sentait habité des forces qui traversent tout, objet, vivant, plante, animal, humain. Les sociétés dites primitives qui existent encore aujourd'hui ont gardé cette vision d'inclusion, et nous, qui nous sommes extraits de cet environnement par les développements technologiques et scientifiques, avons certainement beaucoup à apprendre d'elles.

À partir du néolithique, l'homme apprend à drainer les forces de la nature pour réduire les souffrances de l'existence liées aux aléas de la météo et des saisons. Il comprend les besoins et le développement des animaux et des plantes et il les apprivoise et les utilise à son profit, passant de la cueillette à l'agriculture et de la chasse à l'élevage. Il domestique peu à peu la nature, qui devient objet de ses

désirs et de ses projets. Les développements technologiques des derniers siècles vont dans la même direction et renforcent la différenciation et le clivage entre nature et culture avec, associés à ce clivage, une vision et des comportements de domination abusive et irrespectueux des ressources de notre environnement.

Avec la révolution industrielle, la puissance de la technique augmente encore plus le pouvoir de l'homme de transformer la nature. Les machines prolongent ses bras et ses jambes de manière exponentielle. Elles en démultiplient leur puissance. On peut se demander si elles n'atrophient pas dans le même temps les capacités réflexives et culturelles de l'humanité !

Tout occupé à augmenter sa puissance, l'homme augmente son bien-être matériel et, dans le même temps, son potentiel destructif de l'environnement qui lui procure ses ressources. En parallèle aux développements techniques, il ne se soucie que trop peu des protections culturelles nécessaires contre les effets destructifs de ses actes. L'humain tend à devenir une simple partie du réseau de machines qui enserme le monde, produisant un effet de déshumanisation que certains artistes ont bien montré et critiqué, comme Charles Chaplin dans son film *Les temps modernes* ou Jean Tinguely dans son œuvre collective *le Cyclop*. Depuis, des mouvements philosophiques, politiques, artistiques et spirituels de reprise de contact respectueux à la nature se développent en contre-point de la dynamique sociétale générale, que ce soit envers la nature environnementale ou la nature humaine, sa vie psychique et relationnelle.

On peut dès lors considérer cinq dimensions dans la manière de considérer la nature et la crise environnementale actuelle :

- **La technique**, qui permet d'augmenter la force de production et de transformation de matériaux utiles de l'environnement et leur usage comme objet ou machine. La technique peut être plus ou moins respectueuse des matériaux et des agents humains qui les transforment. Elle peut agir en augmentant ou réduisant l'impact des activités humaines sur l'environnement
- **La science**, qui permet la compréhension des phénomènes naturels,

sociaux et mentaux afin de se situer de manière rationnelle face à eux, si possible en se centrant sur nos désirs et besoins mutuels. Elle permet d'améliorer la compréhension de la nature et de mesurer les effets de nos actions. Elle permet aussi le développement de techniques plus adéquates à l'évolution du monde.

- **La spiritualité**, qui permet de se relier par la pensée aux forces du vivant afin de se protéger des dégradations de la nature ou des rapports humains qui produisent les misères humaines et sociales. Elle peut permettre aux humains de se relier par la pensée au monde dont ils sentent qu'ils font intimement partie.

- **La philosophie**, qui permet à l'être humain de réfléchir à l'existence et de s'orienter dans ses valeurs, ses choix et ses engagements. Elle peut aider à développer la responsabilité des humains sur leurs actes et développer une pensée critique en remettant en question leurs croyances.

- **La beauté et la création**, qui permettent le développement des potentialités de sensibilité des humains afin de forger, actualiser et rénover les liens établis entre l'homme et le monde d'une autre manière que la manière prédatrice.

Les deux dernières manières sont certainement celles dans lesquelles agit l'art-thérapie.

De nombreux penseurs se sont attachés à penser notre rapport à la nature et, dans les dernières décennies, ont développé l'écologie, la science qui s'occupe des rapports entre l'homme, ses activités et la nature et nous permet de nous situer et d'agir face à la crise environnementale.

Parmi ceux-ci, je citerais brièvement quelques idées majeures, avant de voir comment l'art et l'art-thérapie peuvent y contribuer.

Maurice Merleau-Ponty (Merleau-Ponty, 2021) a étudié la nature en tant que ce qui existe avant que la pensée ne différencie le sujet qui pense, la pensée produite par le sujet qui pense et l'objet pensé par lui. Ce philosophe présente la nature non pas comme un environnement non-humain différencié et externe aux humains, mais comme la perception globale, insérée et indifférenciée de l'environnement dont nous faisons partie. Il a dit : *À la source et dans la profondeur de*

la Nature cartésienne, il y a une autre Nature, domaine de la présence originaire (Merleau-Ponty, 2021 : 487). Pour cet auteur fondamental pour l'art-thérapie expressive, sentir et habiter le monde n'est pas le connaître, l'expliquer ou le maîtriser, c'est avoir avec lui un rapport plus profond, intime, respectueux, premier. *L'art est la réalisation objective d'un contact avec le monde, qui ne peut pas être objectivé* (Ibid. : 486). Pour cet auteur, la poésie est considérée comme la forme de langage verbal la plus proche et respectueux de la nature. *L'art est cette expérience de l'identité du sujet et de l'objet. On ne sait plus ce qui est fait et ce qui est idée : tout se lie dans une production.* Pour Merleau-Ponty, l'art est une manière essentielle du rapport positif à la nature.

Hans Jonas (Jonas, 1978 ; 2017) souligne la nécessité de développer des capacités humaines spécifiques pour contrer les risques liés à l'excroissance de la puissance technologique et à ses effets destructeurs. Ces capacités sont réflexives, ce sont avant tout des principes de précaution et de responsabilité. Ce philosophe considère que l'homme est peu capable de réfléchir aux effets de ses comportements destructeurs. Il est par nature abusif, exploiteur et profiteur. C'est pourquoi il doit créer des réflexions et attitudes supplémentaires pour dépasser cela, et il ne peut changer que s'il est menacé fortement.

L'esprit humain peut créer des techniques pour améliorer l'aisance de vivre, quitte à être inconscient des effets destructeurs de la nature, des animaux, des autres humains par les pollutions et abus. Mais l'esprit humain peut aussi créer des valeurs, de la pensée, de la réflexion, des lois, de la culture et des arts. C'est cet aspect de l'esprit humain qui est aujourd'hui sous-développé et qui pourra nous aider à faire face à notre destructivité.

Les comportements de domination du XX^e siècle ne conviennent plus. Pour ce philosophe, il faut y ajouter le sens de la responsabilité vis-à-vis de l'environnement et des autres humains, et de la limitation de la liberté d'agir égoïstement. Il faut également y ajouter de la créativité, de l'ouverture à la surprise et au nouveau. Il faut complexifier les causalités et multiplier la variété des réponses aux problèmes, il faut lutter contre

le dualisme. Il faut augmenter la loyauté au vivant, l'éthique, l'amour, l'humilité, la justice, la charité, la compréhension mutuelle. Il faut augmenter la solidarité homme-monde-animaux-vivant et non-vivant.

Nous savons comment l'art-thérapie peut intervenir à ces niveaux, dans le développement des potentiels créateurs, dans le développement de relations respectueuses et éthiques et dans l'accompagnement du patient dans la recherche des nouvelles solutions qu'il trouvera à ses problèmes.

La Shoah, Hiroshima et les grandes pollutions industrielles nous ont montré que la terre n'est pas infinie et que les humains peuvent la détruire, et peuvent s'entre-détruire et que la terre est la même pour tous. Le principe de responsabilité est pour cet auteur comme une actualisation contemporaine et laïque des valeurs ancestrales spirituelles.

Philippe Hadot (Hadot, 2004), afin de comprendre l'idée de nature, développe une réflexion ancrée dans la pensée grecque classique et oppose une attitude prométhéenne à une attitude orphique.

Dans l'attitude prométhéenne, construite à l'image du personnage mythologique de Prométhée, l'homme tente de s'extraire de la nature, il la considère alors comme ennemie, hostile et jalouse. Il veut la dominer, en extraire des ressources utiles pour lui, il affirme ses droits sur la nature. Il développe technique et science : technique pour utiliser les choses de la nature à son profit et science pour en comprendre le fonctionnement, de l'extérieur. La science expérimentale en est le fleuron.

Dans l'attitude orphique, selon le personnage d'Orphée de la mythologie grecque, l'homme se considère comme faisant partie de la nature. Il n'y a pas d'opposition entre nature et culture. L'éthique et l'esthétique deviennent fondamentaux. Les rapports de domination n'ont pas de sens. La nature recèle des mystères qui n'ont pas besoin d'être dévoilés, mais qui peuvent être abordés avec sensibilité, respect et émerveillement. L'action artistique s'ancre aisément dans cette attitude, tout comme la pensée phénoménologique. Contemplation, observation sensible, imagination, activité créatrice en sont des manières de chanter le monde et la vie.

L'art-thérapie est certainement plus orphique que prométhéenne !

Il s'agit de *revenir à la poiésis grecque*, nous dit Hadot (Hadot, 2004 : 204), c'est-à-dire à cette capacité humaine de créer le monde tout en se créant soi-même.

On comprend mieux la nature et on l'accompagne mieux en dessin qu'en mot, en mot poétique qu'en mots rationnels. Dans son poème, le poète fait exister le monde plus qu'il ne le dévoile. Hadot cite Klee : *L'art ne rend pas le vivant, il rend vivant*, l'art donne la vie. Il cite aussi Claudel, pour qui l'œuvre d'art est une *co-naissance*, une naissance de l'œuvre et de soi-même.

Si Prométhée est à la source du progrès, de la technique et de la science, Orphée est à la source de l'art et de l'esthétique ; c'est Orphée qui aide à se sentir être une part de la nature.

Dans l'art, l'être humain tente de comprendre le monde et de frayer avec de manière sensible, sans s'en séparer. Il expérimente la création d'œuvre et de soi-même dans le même geste. En créant on peut sentir la puissance créatrice de la nature au cœur de nous et on sent aussi qu'on en fait partie. On peut épouser l'élan cosmique, se laisser habiter par lui. *S'abandonner au torrent du monde* (Hadot, 2004 : 296), disait Cézanne.

C'est cette forme d'art, une poiétique, qui est pratiquée dans l'art-thérapie, un art qui nous rapproche de notre environnement et de notre nature humaine intérieure, en perpétuelle évolution.

Luc Ferry (Ferry, 1992, 2001), dans une direction semblable, différencie plusieurs courants dans l'écologie actuelle, en prenant parti pour les courants les moins extrémistes qui tentent d'associer technologie tempérée, démarche scientifique rationnelle éthique et rapport sensible et respectueux au monde. Il avance l'idée que la croissance doit se poursuivre sur les plans philosophiques et éthiques et pas uniquement sur les plans matériels, techniques et financiers. Il croit en l'innovation adaptée aux réalités et constats critiques écologiques.

En art-thérapie, cette pensée peut nous aider à relier les exigences de la sensibilité artistique et les exigences de la science et

des logiques économiques et administratives institutionnelles.

Corine Pelluchon (Pelluchon, 2020, 2023) met en avant le besoin de développer une attitude de considération envers les animaux, les autres humains et envers les diverses parties intérieures de soi, dont certaines peuvent être marginalisées, méprisées ou écartées. Elle pense qu'il faut développer des aptitudes humaines délaissées par la focalisation sur les objets, la technologie et le profit économique. Ce principe de considération, proche du principe de responsabilité de Jonas, invite à reprendre les valeurs humanistes des Lumières en les décentrant de l'homme et en les élargissant au vivant tout entier. Pour cela, cette auteure demande de réhabiliter la vulnérabilité, de positiver la différence et de s'ouvrir à l'altérité. Pelluchon voit l'écologie comme une possibilité de réactiver et rénover les valeurs des Lumières.

Réhabiliter la vulnérabilité signifie accepter l'interdépendance et la responsabilité des humains vis-à-vis du vivant. Les plans sociaux, psychologiques, écologiques doivent être traités contre la logique de domination pour protéger le monde de la destructivité humaine. La crise écologique actuelle pourrait être pour cette auteure l'occasion d'améliorer les normes juridiques et les règles politiques par limitation et incitation des initiatives humaines ainsi qu'à faciliter le travail sur soi, la réflexion sur sa place dans le monde, afin de rendre nature et culture amis et associés.

La prise en compte des défis climatiques implique d'articuler les trois dimensions de l'écologie dont il a déjà été question : l'écologie environnementale, qui s'attache à la dégradation des ressources, l'écologie sociale, qui pose le problème de l'organisation du travail et de la répartition équitable du coût de la pollution, et l'écologie mentale, qui renvoie à l'expérience que le sujet fait de lui-même et au sens de sa vie (Pelluchon, 2020 : 217). C'est dans cette dernière dimension que l'art-thérapie peut être active et fortement effective, en élaborant la fragilité humaine, sa vulnérabilité, au sein de laquelle sont logées les ressources propices à la création et au développement des patients.

Création, art, thérapie et nature

Des artistes qui étudient la nature et créent

avec elle, notamment dans le land art et la peinture de paysage, on peut constater plusieurs manières de faire. On les appelle parfois des « artistes » parce qu'ils sont souvent engagés envers l'écologie.

Témoigner, alerter et critiquer : Certains utilisent l'art pour témoigner de la destruction, de la décomposition, de la pollution ou de la vitalité de la nature et pour alerter sur le processus de destruction en cours. Certains créent dans l'objectif de mener une action politique critique de la situation actuelle. Ils récupèrent des matériaux industriels dégradés et les mettent en œuvre afin de questionner les valeurs et les lois actuelles qui conduisent à dégrader la nature. Par exemple Nicola Garcia Uriburu, qui a coloré le grand canal de Venise pour sensibiliser à l'impact de la civilisation sur la nature, l'interdépendance homme-environnement et le risque de la destruction de cette ville fragile, symbole de toutes les activités et constructions humaines.

Sentir et retrouver la nature et la vie en soi : d'autres développent un contact sensible à la nature vivante et cherchent à en ressentir et expérimenter les forces de déploiement. Ils cherchent à ressentir le flux du vivant en eux-mêmes. Le travail d'Andy Goldsworthy se situe souvent sur ce plan, notamment ces dernières années où l'expérience sensible de l'artiste tend parfois à prendre le pas sur les aspects formels de l'œuvre matérielle.

Prendre soin de la nature : d'autres encore œuvrent artistiquement à restaurer la vitalité de l'environnement, à en soutenir la diversité et la vitalité dans des dispositifs écologiques artistiques dépolluants. Sebastiao Salgado, par exemple, qui renature une vallée de sa région d'origine en voie de désertification par les pratiques humaines.

Imaginer : d'autres enfin cherchent à inventer le futur, au-delà de la perte de diversité et de la destruction. Ils se projettent dans l'avenir, créent des tiers-lieux, des habitats-autres, des rapports restaurés et respectueux à la nature. Ce sont souvent des collectifs, comme Medialab Prado qui milite pour l'*open source* dans les nouveaux médias, ou le collectif Hehe qui crée des moyens de transports alternatifs citoyens individuels en utilisant par exemple les réseaux de voies de tram.

Le land art est certainement la forme artistique qui s'est la plus intéressée à l'environnement naturel. C'est une forme artistique qui est née dans les années 1960. Le land art est effectué en général dans la nature, avec les éléments de la nature, comme le montrent les travaux d'Andy Goldsworthy ou ceux de Richard Long. Mais il peut être aussi gigantesque et industrialisé, comme on le voit dans des œuvres comme *Spiral Jetty* de Robert Smithson construite avec des bulldozers et s'étendant sur plus de 400 m de long ; ou le *Champ de foudre* de Walter De Maria, qui recouvre un terrain de 1 x 1 mile (Tieberghien, 1999 ; Garaud, 1994).

Le land art est né de plusieurs causes et désirs, dont le souci écologique, mais pas uniquement. Les artistes, se sentant entravés par les logiques du marché de l'art, ont cherché à cette époque à en sortir et à créer des œuvres hors des circuits marchands et culturels des musées et galeries. Ils cherchaient également à inclure le spectateur dans l'œuvre, à lui faire vivre une expérience existentielle singulière, qu'il vive l'art du dedans.

En ce qui me concerne, la nature a occupé une place importante dans mon enfance, comme lieu protégé des violences du monde des adultes qui m'entouraient. J'ai commencé à développer un fort lien d'amitié avec elle et me souviens de sentiment esthétique à voir des montagnes, des ciels, ou à sentir des odeurs de terre mouillée, de résineux, de renard dans les sous-bois. Je pouvais vivre corporellement et me sentir dans le monde, cela me donnait la sensation d'exister. Comme beaucoup d'enfants, avec quelques amis, nous jouions à des jeux de chevaliers ou d'Indiens, et construisions des cabanes, nous habitons la nature et étions un de ses membres.

Adolescent, la nature me donnait la sensation de rassembler avec une certaine harmonie ce qui tendait à s'éparpiller de mon sentiment d'exister. Le sentiment esthétique était puissant et calmait mes anxiétés sur mon propre équilibre, sur celui de mes proches et sur celui de l'espèce humaine. L'écologie en plein développement est devenue rapidement un lieu de mon investissement politique, dès la publication du rapport du Club de Rome en 1972 (Meadows, 1972).

Jeune adulte, je pratiquais assidument la

randonnée et le land art, aimant pratiquer une création « en passant », en marche, une création mineure, un don de formes esthétiques au promeneur suivant, espérant la rencontre à distance tout en stimulant le propre processus créateur d'autres promeneurs hypothétiques.

Adulte, la pratique de la randonnée et des traversées océaniques en voilier m'ont aussi rendu de plus en plus sensible aux forces soignantes du vivant et m'ont fait sentir avec humilité la fragilité de la vie. J'ai prolongé mon investissement du land art à titre personnel, allant vers toujours plus de simplicité et de proximité avec les simples éléments naturels, cherchant à les laisser chanter leur présence et à y être avant tout sensible et réceptif.

J'ai introduit assez naturellement dès les années 1990 le land art en thérapie, sentant de l'intérieur sa puissance poétique (Stitelmann, 1999, 2002).

Je désire présenter aujourd'hui deux manières de travailler avec la nature en art-thérapie : *le poème sur feuille et le concassé de coquillage*, afin d'en faire ressortir certains éléments marquant de la rencontre entre art-thérapie et nature.

Poème sur feuille, création, nature et démarche existentielle



Un autre poème sur feuille. J.Stitelmann 2020

Il y a quelques années, j'ai fait un voyage en famille de retrouvailles avec un lieu lointain de mon histoire familiale. Voyage émouvant, d'autant plus que ce lieu a été un lieu d'extermination et de massacre d'une partie de ma famille, d'exil pour une autre part. Ce voyage m'a confronté à l'absence d'objet, absence de personnes, absence de parole. Pour faire face aux émois, nous dessinions, nous

enregistrions des sons du vent dans les feuillages, des voix dans des marchés, des chansons au coin des rues, nous photographions. J'ai écrit alors quelques poèmes dans lesquels la nature était très présente. Ils étaient comme des traces, des résonances à travers le temps. La nature, elle, avait survécu aux calamités, les oiseaux chantaient, les feuillages bruissaient, l'eau s'écoulait, la vie se poursuivait. Mes poèmes tentaient de transformer ces calamités en catastrophes (Chamoiseau, 2021).

À notre retour, nous avons écrit une sorte de mémoire destiné à la famille. J'avais publié quelques-uns de ces poèmes dans des revues et dans un recueil et j'avais transposé un de ces poèmes sur une feuille vivante lors d'une randonnée.

Ce jour-là, une brume effilée enveloppait la montagne, une bruine légère par moment, des ouvertures de paysages à d'autres. Lors d'une pause, assis sur une prairie d'alpage, ma main prend une jeune feuille de plantain, je la suçote, elle a ce goût singulier de champignon terreux et d'amertume acidulée. Je remarque que mon ongle écrase un peu le limbe sensible et aqueux de la feuille et laisse des marques d'un vert un peu plus foncé. L'idée me vient de tracer un dessin puis des lettres. C'est amusant. L'idée d'écrire sur une feuille vivante plutôt qu'une feuille morte de papier me plait.

Je prends mon canif, plus pointu et précis et trace des lettres, des mots. Cela m'évoque une blessure de la feuille et, en résonance, mes blessures personnelles, leurs traces, leurs cicatrices. J'écris délicatement, sans découper la feuille. L'émoi est fort : blessure, soin, cicatrice, trace, feuille vivante, culpabilité, mémoire... Une intimité s'installe entre la feuille vivante, encore rattachée à la plante, et moi.

Sous mes doigts s'écoulent sans le vouloir quelques mots de l'un des poèmes de ce voyage dont je parlais avant,

*Nulle trace
sur le chemin
que je suis*

En même temps que j'écris, mon corps et mon esprit entrent en résonance, ils se meuvent au rythme de mon grattage de feuille. Des pensées naissent, des associations sur la

mort, la vie, l'oubli, la mémoire, l'absence, l'existence, le dépassement des entraves. Absence de trace des perdus et des oubliés, absence de transmission. Une non-trace, cela ne se voit pas, mais cela ne cicatrise pas, cela resurgit régulièrement en souffrance dans le temps des générations suivantes. On croit que rien n'existe, mais cela est tapi en sous-sol de soi, en sous-sol de nous, dans un réseau inconscient d'énergie, cela diffuse sous terre, comme les champignons du goût du plantain. Les fautes et les souffrances des anciens se répandent sur les 7 générations suivantes, disent les textes anciens. Et lorsqu'on la sent, cette trace, lorsqu'elle émerge, elle laisse un goût d'amertume dans la bouche, dans la main, dans le poème. Un goût de joie aussi, d'émerveillement de la trace qui émerge. Nulle trace, et pourtant elle est là, devant mes yeux, au cœur de mon cœur et de ma pensée. Une trace qui cicatrise en même temps qu'elle se marque. Je me sens alors en chemin, est-ce que je suis en chemin, ou bien suis-je le chemin ?

Créer me met en chemin, comme la randonnée, qui me fait me sentir vivant. Quel est le chemin que je suis en train de suivre ? Un chemin inconnu, qui prend forme à mesure que je marche, à mesure que je crée des formes, qui s'ouvre devant moi au fil de mes pas. Un chemin que je suis moi-même, car lorsque je me sens vivre, je suis le cheminement lui-même, le flux de la vie qui me traverse.

On voit dans cet exemple que marcher dans la nature dans un *état de poésie* et écrire de manière ludique et sans but avec un morceau de nature mobilise un questionnement existentiel qui m'habitait sans qu'il soit présent à ma conscience. C'est le geste créateur qui mobilise le questionnement et qui, surtout, me meut, me met en mouvement, en chemin. Et la trace absente prend forme et cicatrise dans le même temps, résilience. Je pense que c'est ainsi que fonctionne le processus créateur dans le développement des êtres humains. Ici la nature en occupe une place importante car dès le voyage elle avait trouvé une place importante dans le sentiment qu'en elle résidait une puissance de survie, de dépassement, de renaissance.

La poésie est un jeu amusant, elle adoucit l'amertume, mais elle donne aussi, surtout, une chance pour trouver des formes à

l'informe tout en engageant en résonance un processus d'élaboration existentiel. La force de ce moment, rattaché directement à l'art-thérapie, réside en partie dans l'écart existentiel vécu entre le rapport corporel, sensible, à un matériau brut de la nature et le manque de trace psychique en moi pour un questionnement momentanément inconscient mais très présent. Cet écart, ce décentrement, a permis l'expression sans frein de l'essentiel d'une forme, une métamorphose. La nature a été présente tout au long du processus, depuis le ressenti de l'absence dans le lieu des ancêtres jusqu'à la résolution de la problématique dont ce poème a marqué une étape décisive dans son élaboration.

Le concassé de coquillage, création et étude contre-transférentielle

Un autre fois, je me promène sur une plage de Camargue grise et bleue, chaude tout de même, c'est la fin décembre, le temps est doux, le vent soulève un peu le sable en tourbillons tricotés.

Je regarde la mer, écoutant le son des vagues brasser doucement l'air. Mes doigts sculptent un amas de sable en cône un peu distraitemment. Et, à côté, un amas de coquillages, retirés du sable où ils étaient entremêlés, presque tous écrasés par quelque tempête et ressacs d'hiver. Jusqu'à quelle hauteur cela tiendra-t-il ?

Avec le cône de sable, les traces de mes pas, à peine marquées sur le sable durci de l'hiver s'effacent par le souffle du vent, lentement, doucement, comme certaines amertumes. Les coquillages restent en place, ils sont plus lourds. Peu à peu, les traces de mes pas ont complètement disparu, le cône est encore un peu présent ; mais l'étendue de mon chemin depuis la petite ville, au bout de la plage à l'est, reste gravé dans ma tête et dans mon corps un peu fatigué : la mer d'un côté, avec une vue libre jusqu'aux Pyrénées là-bas vers le sud-ouest ; quelques étangs rosés de l'autre côté, bordés de joncs et de broussailles à l'odeur de boue ; ici des flamands, aussi roses que la saumure des salins ; cris des mouettes par-là, et trace sonore d'une route au loin, qui se reforme à chaque passage de véhicule. Sur le petit canal passe lentement un pêcheur embusqué et ramant, amant de solitude, lui aussi. Mon attention est donnée à l'environnement. Un poème vient à ma main :

*Concassé de coquillage
Gris de cendre
Sur la plage
Isolée de décembre*

Rêverie de retrait, de recul de la frénésie citadine et professionnelle ; il me faut temps et retrait pour que les traces de la vie se marquent, quelque part au cœur de moi. Certains éléments saillants de mes dernières semaines émergent, en pensées, puis disparaissent ; des visages de proches, de patients, passent et s'estompent. Rêverie, digestion psychique, compostage des restes d'existence forment une vie.

Noah

Le concassé de coquillage amarre ma rêverie à la petite installation discrète, en voie de disparition, sur la longue plage. Il me relie dans le même temps à une autre petite installation land art récente, discrète elle aussi, faite par un patient, Noah, que je suis depuis quelques mois. Il avait pris quelques coquillages dans l'atelier, pour compléter la poignée de petites moules grises du Léman trouvées par lui-même lors d'une balade faite le week-end précédent. Dans une séance réalisée au bord du Rhône, situé à quelques minutes à pied de mon cabinet, Noah avait installé les coquillages au cœur des restes d'un foyer de pique-niqueurs, en les écrasant soigneusement.

Noah est un patient qui souffre d'une profonde dépression et qui traverse de fortes turbulences affectives et professionnelles. Il me parle une fois d'un arc-en-ciel qu'il a vu en venant à la séance alors qu'il avait l'impression de se noyer dans son existence destructrice. J'avais eu l'association d'idée du mythe de Noé et de l'histoire du déluge. Noah devenait fou du déluge émotionnel qui submergeait sa vie. Le poids intergénérationnel d'une faute trop lourde, la perte et l'oubli de ressentir la vie de son corps avaient habité les premières séances de sa psychothérapie.

Mais il se sentait peu à peu revivre dans l'alliance thérapeutique que nous créions ensemble puis dans sa vie quotidienne. L'idée de l'arc-en-ciel comme signe d'une alliance de vie, et alliance thérapeutique, après un déluge existentiel, me semblait intéressante et contrastait avec une sorte de trou agonique, un trou autistique, dans lequel il s'était peu à peu enfermé récemment en réaction à

un surinvestissement professionnel, puis à un *Burn out*, qui l'avait fait perdre travail et couple. Il ne ressentait plus rien et poussait son corps dans ses derniers retranchements, se mettant en danger dans des aventures et excursions en montagne sans veiller aux protections élémentaires.

Sa petite installation de coquillages concassés déposée dans un ancien foyer au bord du fleuve était le reflet et la trace d'une double action de destruction : feu d'un ancien foyer et écrasé de coquillages, qui matérialisaient la destruction de sa vie privée et professionnelle, présente et pluri-générationnelle, et trouvaient des résonances dans le mythe de Noé et du déluge.

Si le mythe l'intéresse, c'est comme une toile de fond, une structure qui ouvre son malheur à un élément culturel partagé, c'est surtout la simplicité du contact avec des matières et des formes élémentaires, très proche des choses et du corps qui l'intéressent. Dans la thérapie, il aime les expériences très simples réalisées en séances dans les semaines précédentes : faire et écouter des sons sur des structures sonores Baschet ; sentir son corps en remuant lentement ses articulations et ses membres, sans objectifs artistiques, juste sentir ; aller au bord du fleuve et sentir les odeurs, distinguer les différences, le froid, la terre, les algues, plutôt que de rester dans le cabinet-atelier. Tout cela le conduit à ressentir le vivant, en lui et entre nous, avec l'apparition du sentiment de joie.

En thérapie, ce n'est pas tant la formulation et la compréhension des problèmes qui guérit et transforme le patient que la découverte de solutions aux problèmes posés en thérapie, c'est-à-dire la mobilisation des forces de création et de résilience. En thérapie expressive, c'est la résolution des problèmes formels et esthétiques qui mobilise les ressources vivantes, et la guérison du patient, lorsque ces ressources peuvent être transférées dans la vie quotidienne. Et, s'il y a compréhension, ce n'est pas tant la prise en compte intellectuelle que la prise en main, la préhension avec le monde, qui agit le changement. Il faut inventer un nouveau rapport au monde et à soi qui tienne mieux compte des événements particuliers qui sont apparus en chemin. Patient et thérapeute créent de manière collaborative un champ poïétique orienté vers le vivant. Les concepts et la formulation théorique

sont intéressants en tant qu'ils permettent l'émergence de nouveaux rapports et liens entre les vécus et, surtout, ils aident le thérapeute à accompagner son patient. Mais pour le patient, c'est l'action créatrice, les ressentis et pensées qui naissent des formes créées qui sont les éléments importants.

Pour Noah, des formes simples et naturelles apparaissent : coquillages, concassés, feu, cendres, sons, mouvement, articulations du corps, sentir et recevoir plus qu'exprimer. C'est l'exploration sensible des formes et leur transformation qui paraît agir de manière thérapeutique. Il s'agit avant tout pour lui d'explorer la matière du monde, entre chose et corps, et d'explorer la transformation de cette matière dans les limites de sa malléabilité, c'est-à-dire de sa capacité à être transformée par l'action humaine ou, plus encore, de sa plasticité, c'est-à-dire de l'ouverture propre de la matière aux processus de transformation. Matière et patient s'informent et s'en-forment. Il me dira plus tard que sentir son corps inclus dans la nature et que sentir des formes naître amicalement de ses mains dans la nature lui avait redonné la sensation d'exister. Le compostage des douleurs en sens à la vie et en joie était possible, comme le recyclage de simples matériaux naturels de création en formes esthétiques.

Pour le thérapeute il en a été de même, le jeu avec des éléments naturels a été source de réflexivité et a permis une élaboration contre-transférentielle utile à la compréhension du patient et à son accompagnement sensible.

Dans cet exemple encore, la nature a joué un rôle essentiel dans la retrouvaille avec des ressources inattendues de sensibilité, d'imagination, de sens à la vie, d'élaboration des problématiques.

Conclusion

On voit dans ces exemples que l'action créatrice dans la nature, avec la nature, est une voie thérapeutique de premier choix. Elle a mobilisé les qualités nécessaires citées avant dans ce texte pour développer une approche écologique et une approche thérapeutique. L'environnement n'a pas été dominé, au contraire on lui a laissé prendre une forme sensible par lui-même, par les forces présentes, on a aidé ces forces à trouver des formes. Patient et thérapeute ont joué, ils ont improvisé plutôt que planifié, ils ont recyclé des douleurs

sans le savoir ni le vouloir consciemment. La logique de la sensibilité a guidé le processus et un sens de communauté cohérente est né entre les personnes et leur environnement naturel. Nous nous sommes sentis faire partie du monde vivant. Le regain de santé a été fait grâce au lien à l'environnement, à l'écoute de l'environnement. Le milieu de soin, le cadre thérapeutique a été construit et proposé de manière écologique, ancré dans le respect des processus naturels, en soutenant une dynamique poïétique, créatrice de forme et d'humanité.

Se sentir vivant, habiter son existence, guérir et soigner implique non seulement une démarche d'intégration à soi-même ou à son environnement culturel ou relationnel, cela implique aussi une intégration à son environnement naturel.

L'art-thérapie peut clairement avoir un impact sur le rapport à l'environnement, ceci dans une expérience corporelle de participation poïétique, où les formes créées et les humains naissent et se transforment ensemble, en profonde interrelation respectueuse. C'est une eco-poiesis.

Bibliographie

Albrecht G., 2021, "Fin du monde et détresse écologique", in *Penser le vivant*, pp. 51-55, Paris, L'OBS.

Banon D., 2005, « Bible et écologie », *Pardès* 2005/2, pp. 203-209 <https://www.cairn.info/revue-pardes-2005-2-page-203.htm#no1>

Berthon-Crestey M., 2020, *Un art amoureux de Nature, le land art et ses mutations*, Lausanne, Ides et calendes.

Bloch E., 1976, *Le principe d'espérance*, Paris, Gallimard.

Bonneuil C. et Fressoz J.-B., 2013, *L'événement anthropocène*, Paris, Seuil.

Chamoiseau P. 2021, *Le conteur, la nuit, le panier*, Paris, Seuil.

Charbonnier P., 2021, "Libres de polluer ?" in *Penser le vivant*, pp. 29-33, Paris, L'OBS.

- Coccia E., 2010, *La vie sensible*, Paris, Payot.
- De Waal F., 2021, « L'espèce humaine doit cesser de se surestimer », in *Penser le vivant*, pp. 99-103, Paris, L'OBS.
- Descola P., 2005, *Par-delà nature et culture*, Paris, Gallimard.
- Descola P., 2019, *Une écologie des relations*, Paris, CNRS.
- Ferry L., 1992, *Le nouvel ordre écologique*, Paris, Grasset.
- Ferry L., 2001, *Les sept écologies*, Paris, Observatoire.
- Fragnière A., 2023, « Du paysage au système terre : une brève histoire de la pensée écologique », pp 37-44, in *Santé et environnement*, Genève, RMS.
- Garraud C., 1994, *L'idée de Nature dans l'art contemporain*, Paris, Flammarion.
- Germond L., Fel L., Pronnier J., 2021, *Art et écologie*, Paris, Palette.
- Gosh A., 2021 (2016), *Le grand dérangement*, Paris, Wildproject.
- Harari, Y., 2021, *Sapiens*, Paris, Albin Michel.
- Hadot P., 2004, *Le voile d'Isis, essai sur l'histoire de la nature*, Paris, Gallimard.
- Huet S., 2023, *Le GIEC, urgence climat*, Paris, Tallandier.
- Jonas H., 1978, *Le principe de responsabilité*, Paris, Cerf.
- Jonas H., 2017, *Une éthique de la Nature*, Paris, Flammarion.
- Klein N., 2019, *Plan B pour la planète*, Arles, Actes Sud.
- Koller S., 2022, « Eco-anxiété et société », in *Santé et environnement*, pp. 170-176, Genève, RMS.
- Levine S. et Kopytin A., 2022, *Ecopoiesis*, London, JKP.
- Marder M., 2023, *La pensée végétale, une philosophie de la vie des plantes*, Paris, Presses du réel.
- Meadows D et D., 1972, *The Limits to Growth. Rapport Meadows*, Club de Rome : <http://www.donellameadows.org/wp-content/userfiles/Limits-to-Growth-digital-scan-version.pdf>
- Merleau-Ponty M., 2021, *La Nature*, cours du collège de France, Paris, Seuil.
- Morizot B., Zhong Mengual E., 2018, *Esthétique de la rencontre*, Paris, Seuil.
- Morizot B., 2020, *Manières d'être vivant*, Arles, Actes Sud.
- Moscovici S., 2002, *De la Nature. Pour penser l'écologie*, Paris, Métailié.
- Pelluchon C., 2020, *Réparons le monde*, Lausanne, Payot.
- Pelluchon C., 2023, *L'espérance*, Paris, Payot et Rivages.
- Pierron J.-P., 2023, *Pour une insurrection des sens*, Arles, Actes Sud.
- Senn N. et coll., 2022, *Santé et environnement. Vers une approche globale*, Genève, RMS.
- Servigne P., 2021, « L'autre loi de la jungle », in *Penser le vivant*, pp. 69-75, Paris, L'OBS.
- Stitelmann J., 1999, « Nature, corps et création », *Revue Art et Thérapie*, Paris, n° 66-67, pp. 90-102.
- Stitelmann J., 2002, « Du Land Art à l'art urbain », *Revue Poiesis*, Toronto, n° 4, pp. 60-79.
- Stitelmann J., 2019, "De la trace comme une source, potentiels du land art en thérapie", conférence donnée dans le cadre des séminaires d'Asphodèle, Paris (en cours de publication).
- Tiberghien G., 1995, *Land Art*, Paris, Carré.
- Tiberghien G., 2005, *Notes sur la Nature*, Paris, Félin.
- Wallace-Wells D., 2022, *La terre inhabitable*, Paris, Laffont, 2021.

« Les opinions exprimées dans cet article n'engagent que leur auteure. »

JE CRÉE, DONC JE SUIS

RÉFLEXIONS SUR LA CONSTRUCTION IDENTITAIRE EN DANSE-THÉRAPIE
À PARTIR DE LA LECTURE DU LIVRE DU SOCIOLOGUE JEAN-CLAUDE KAUFMANN :
L'INVENTION DE SOI, UNE THÉORIE DE L'IDENTITÉ, PUBLIÉ CHEZ ARMAND COLIN EN 2004.

Claire Rufenacht

Claire Rufenacht Après un Master en Lettres à l'Université de Genève et plusieurs années d'activité professionnelle en communication culturelle, Claire Rufenacht se forme à l'art-thérapie à l'Atelier (Genève) et obtient en 2018 un diplôme de spécialisation en danse-thérapie. Elle pratique en libéral à Genève en individuel et en groupe. Mandats réguliers avec les HUG (Centre Corail, familles avec enfant atteint de maladie rare et complexe). Musicienne et danseuse, elle enseigne le tango argentin et a mis en place plusieurs dispositifs de danse-thérapie par le tango (Tango&Santé, SlowTango&Couples), s'intéressant aux problématiques relationnelles ainsi qu'aux troubles liés aux maladies neurodégénératives (Parkinson, Alzheimer) et cardiovasculaires (AVC).

www.unautresouffle.ch

Les concepts d'identité et d'individu aident à penser notre métier d'art-thérapeute. En effet, lorsqu'un patient vient sonner à notre porte, nous nous confrontons à une personne à part entière qui va s'ouvrir à nous et que nous allons accompagner un certain temps. Forcément, nous allons devoir apprendre à la connaître, à percevoir *qui elle est*, selon ce qu'elle veut bien et peut nous montrer et ce que nous pouvons voir (et sentir, écouter, etc.). Avoir quelques repères sur la notion de « construction identitaire » est bienvenu.

Le sociologue Jean-Claude Kaufmann apporte toute une réflexion autour de l'identité et la lecture de son livre : *L'Invention de soi, Une théorie de l'identité* nous permet d'accueillir un patient avec des outils théoriques très intéressants. Je ne vais pas ici faire un résumé ni une analyse du livre, mais plutôt poser par écrit ce qui, à la lecture de ce livre, a nourri ma réflexion autour de ma pratique d'art-thérapeute et de danse-thérapeute.

Cette question-jeu de mots : « Qui suis-je ? Dans quelle étagère ? » trotte dans ma tête depuis si longtemps, comme une petite rengaine. En langue espagnole, j'aime cette distinction entre les verbes « ser » et « estar » qui différencient l'être dans sa qualité essentielle de celui dans un état provisoire.

L'autre jour, une patiente atteinte de Parkinson, qui vient me voir avec son mari pour un travail en tango-thérapie, me dit : « J'essaie de me rappeler que Je ne suis pas malade, mais qu'une partie de moi est malade. »

Or la question en filigrane de chaque page de Kaufmann est la suivante : « Qu'est-ce qui me définit comme individu ? ».

Toute la réalité d'une personne serait désormais censée pouvoir être concentrée en un seul papier (la carte d'identité, ndr), l'identité apparaissant ainsi comme une donnée extrêmement simple et contrôlable. Alors qu'elle est à l'inverse extraordinairement complexe, mouvante, insaisissable (Kaufmann, 2004, : 22) (mise en caractères gras par l'auteure).

Je pratique la danse-thérapie en libéral dans une grande ville de Suisse romande. Je reçois des patients en individuel et en groupe. Je demande toujours au patient son ou ses objectifs lorsqu'il vient me voir. Ils ne sont pas toujours définis, et nous les cherchons ensemble ; en outre, les objectifs viennent à changer, se transformer, au fur et à mesure que le processus thérapeutique évolue. Les besoins sous-jacents de ces objectifs sont souvent en lien avec la question « identitaire ».

J'ai remarqué un besoin différent si la personne souffre d'une maladie au diagnostic établi (psychique ou physiologique) ou non. Dans le premier cas, l'objectif thérapeutique du patient sera directement lié à sa maladie : « souhait de ralentir les effets » (Parkinson, Alzheimer), « aller vers le mieux » (lors de dépression, troubles post-traumatiques, troubles post-opératoires), ou enfin « recevoir un soutien pour vivre avec sa maladie ». Par ailleurs, les patients « non-malades » ont souvent comme objectif un « retour à soi » : « J'aimerais me retrouver » est un objectif souvent posé dès le début. Quand il s'agit d'enfants, les parents s'adressent à moi avec régulièrement ce genre d'objectifs : recentrement, ancrage, canalisation des émotions de leurs enfants.

Dans tous les cas, patients atteints de maladies ou non, le concept d'identité est présent. Et c'est justement parce que l'identité est « complexe, mouvante et insaisissable » que l'art-thérapie est un outil d'accompagnement intéressant, ces adjectifs se prêtant parfaitement aux arts de la danse ou de la musique par exemple, elles aussi « complexes, mouvantes et insaisissables ».

Voir la personne dans sa globalité

Un art-thérapeute offre généralement un regard qui diffère de celui des médecins. Si les symptômes et les diagnostics médicaux font partie de son anamnèse, l'art-thérapeute cherche à observer d'autres aspects de la personne : ses « modalités vivantes et souffrantes », ses ressources et blocages dans son processus créatif. Sa posture n'a pas la « chemise blanche » du médecin. Un rapport « de personne à personne » apparaît, sans sortir néanmoins du cadre thérapeutique.

Jean-Claude Kaufmann expose différentes définitions de l'identité selon les disciplines (psychanalyse, psychologie, sociologie, anthropologie, etc.). Il en ressort une tension qui serait l'articulation entre subjectivité et objectivité de la construction identitaire.

Je me pose cette question essentielle : *qu'est-ce qui fait qu'on est qui on est ?* Ma subjectivité, ma sensibilité, mon intelligence, ma résilience me forgent, tout comme mon entourage, ma culture, mon ancrage et héritage social. Cette vision panoramique de l'identité me semble importante à adopter pour tout

accompagnant. Apprendre à connaître son patient sous un maximum de plans. La posture de l'art-thérapeute se dessine petit à petit : il a une vision globale du patient, et s'intéresse à son potentiel créatif.

Processus de construction

Il faut selon Kaufmann séparer les termes « identité » et « individu ». Il définit **l'individu** comme étant de *la matière sociale, un fragment de la société de son époque, quotidiennement fabriqué par le contexte auquel il participe, y compris dans ses plis les plus personnels, y compris de l'intérieur* (op. cit. : 49).

L'identité, quant à elle, est un *phénomène précis et spécifique, qu'il faut délimiter, et situer exactement dans l'immense* **fabrique multiforme de l'individu** (id. : 50). Kaufmann reprend le concept freudien **d'identification** : elle permet de *concevoir l'individu comme un processus, continu et mouvant, ouvert sur son environnement social* (id. : 25) qui nous met sur *la piste d'une analyse dynamique et constructiviste de l'identité* (id. : 26).

Nous verrons comment l'art-thérapie participe à cette entreprise.

Selon lui, **le processus identitaire (est) un instrument d'inventivité personnelle, souple, et aux modalités innombrables. Chacun peut s'en saisir pour ouvrir les failles les plus inattendues, dans une existence qui sinon se serait déroulée comme un destin inexorable** (id. : 208). Or les champs de l'art-thérapie et de la danse-thérapie peuvent participer pleinement au « processus identitaire », notamment par le développement de la créativité, et permettre un accompagnement et un cadre où les failles peuvent s'ouvrir en sécurité.

Je me permets de faire une petite parenthèse autour du terme **processus**, qui est aussi largement utilisé dans les théories de l'art-thérapie. Jean-Pierre Klein donne cette définition de l'art-thérapie : *accompagnement thérapeutique de personnes mises en position de création de telle sorte que leur parcours d'œuvre œuvre fasse* **processus de transformation d'elles-mêmes**. En art-thérapie, on parle de processus de transformation par la création, c'est-à-dire que l'acte de créer aurait la capacité de nous transformer. Jacques Stitelmann parle de **processus créateur, processus d'errance, de destruction et de reconstruction, liaison/**

déliation, réalisé dans un climat complexe et bien spécifique (Stitelmann, 1999). Il s'agirait donc de voir la transformation comme un processus vivant et thérapeutique.

Dans les arts, on peut parler de **processus de création** : un artiste s'exprime après un travail de recherche, un apprentissage de techniques, de nombreuses répétitions, pour aboutir à quelque chose qui prendra forme. Et cette forme exprimée sera le résultat, à un moment donné, de son travail artistique, par exemple la sortie d'un CD ou la représentation d'un spectacle. Quelque temps plus tard, l'artiste écoute son CD ou visionne la représentation sur enregistrement et pense : « Aujourd'hui, je ne ferais pas pareil (pas mieux, pas moins bien, mais autrement) ». L'œuvre présentée correspondait à ce que l'artiste pouvait/voulait montrer à tel moment de son parcours. Plus tard ou plus tôt dans son cheminement artistique, l'œuvre n'aurait pas été pareille.

L'identité artistique change, se transforme, au gré de la vie, des expériences, de l'apprentissage de l'artiste. Le créateur garde sa même signature, mais l'œuvre et l'artiste changent. En peinture, par exemple, c'est très visible : on parle de « période » dans le parcours de tel ou tel peintre.

Rôle de l'Autre dans la construction de soi

Pour revenir à Kaufmann, une autre notion nous intéresse en art-thérapie : le caractère interactif et processuel de la construction identitaire (op. cit. : 33). L'idée est que l'Autre (société, contexte, environnement) est complètement imbriqué dans la construction identitaire, et de souligner combien l'identité, processus dynamique et ouvert, résulte d'une « négociation permanente avec autrui » (id. : 44). Kaufmann ajoute que *chaque interaction spécifique est l'occasion d'un travail sur soi changeant la donne identitaire* (id. : 205).

Or l'art-thérapie apporte dans son mode d'accompagnement un cadre où peut être expérimentée et vécue de manière sécurisante cette négociation permanente avec autrui (avec le thérapeute, avec le groupe, avec le matériau, avec l'œuvre).

L'œuvre et la construction identitaire

Observons le statut de l'œuvre en art-thérapie, à la lumière de cette articulation entre subjectivité et objectivité dans la construction identitaire. Le patient crée : il devient sujet de ce qu'il crée (un mouvement dansé, un ensemble de sons ou de rythmes, un dessin, collage, etc.). Cette œuvre qui se crée intercède également dans la production : l'œuvre en train de se créer est l'objet de son créateur mais aussi d'elle-même. Par exemple, en musique, une note en appelle une autre (parce qu'elles vont bien ensemble, parce qu'elles se suivent sur le clavier, etc.). Le cadre influence lui aussi la création de l'œuvre (la taille de l'espace, par exemple, appellera à des mouvements plus ou moins larges pour un danseur), sans parler du rapport entre les participants et avec le thérapeute. Ainsi, l'œuvre en train d'être créée est « façonnée » par un sujet, son créateur, mais aussi par son processus-même de création, influencé par son matériau, son cadre, entre autres. L'identité d'une personne ne vivrait-elle pas le même processus ?

Les art-thérapeutes s'intéressent également au rapport entre l'œuvre et le patient : comment l'œuvre devenue objet (séparée de son sujet), affecte le patient, l'aide à réfléchir, ressentir, ouvre à de nouvelles clés de compréhension, aide au processus de transformation, d'acceptation ou de découverte.

Il est toujours intéressant d'observer l'impact (affectif, esthétique, émotionnel, sensoriel) de l'œuvre sur le patient – et aussi sur les autres lorsque c'est un groupe, et également sur le thérapeute lui-même. En danse, l'œuvre se vit avec le corps, en direct. Pour observer sa propre danse, il faut l'avoir filmée – ce qui est toujours très intéressant, mais qui ne se fait pas toujours. La plupart du temps, mouvement dansé et impact se font en même temps. La conscientisation, ou réflexion, n'a pas toujours lieu, et si c'est le cas, c'est plus tard, dans un deuxième temps. Souvent ce sont les émotions qui apparaissent en direct, dans l'impact de l'œuvre sur son sujet – l'œuvre étant le mouvement dansé, le sujet, le patient qui danse¹.

¹ Je ne pense personnellement pas nécessaire de « conscientiser » l'effet de l'œuvre ou de l'acte créateur. C'est au danse-thérapeute de l'observer, le sentir, et guider le patient dans ses explorations. C'est notamment ce qui se passe avec des enfants, des personnes poly-handicapées ou très atteintes de démence. On parle de « confiance au processus thérapeutique »

Cette « articulation » dont parle Kaufmann, cette tension entre subjectivité et objectivité, se retrouve elle-aussi dans le processus de création. J'aime reprendre sa formule précédemment citée (*l'identité, processus dynamique et ouvert, résultant d'une négociation permanente avec autrui*) pour comprendre le travail de l'art-thérapie : l'œuvre est l'autrui ; le patient construit son identité en créant et en se confrontant à ses créations. Il se révèle, il se dessine, il se sculpte, il se forme et se transforme durant le processus de création, dans un cadre thérapeutique et sûr.

Créativité identitaire et Modalités

« Pouvoir s'inventer différent ». Heureusement, il est possible de « résister au processus identitaire ou d'en sortir », explique Kaufmann, sociologue pas si déterministe que cela ! Oui, il explique que notre créativité identitaire dépend du niveau et de la diversité de nos ressources : économiques, sociales et culturelles (id. : 205). Plus elles sont nombreuses et riches, mieux nous arrivons à nous construire ; inversement, « la faiblesse des ressources limite la quantité et la variété des soi possibles » (id. : 206).

Kaufmann voit dans les ressources culturelles – l'imaginaire ou la réflexivité – « les nourritures favorites de la réinvention de soi » (id. : 205) : elles « ouvrent sur des univers nouveaux » et permettent « la reformulation personnelle sur des horizons infinis » (id.).

Ici encore l'art-thérapie entre en jeu et favorise le développement de cette ressource, afin d'ouvrir à des univers nouveaux, et permettre le travail identitaire. Si pour Kaufmann, la capacité à la formulation verbale et la maîtrise d'un champ lexical riche permettent « une construction de soi réflexive et posée » (op cit. : 206), l'art-thérapie ne donne pas autant d'importance aux mots. En effet, l'expression est multiple, la forme qu'elle prend peut passer par toutes les modalités, les sens et les arts (IMAGE, CORPS, SCENE, SON, etc.). Kaufmann semble dire que la modalité MOT prime sur les autres dans le processus de construction de soi. Il ajoute que la *pauvreté [de mots est] obligatoirement compensée par des intonations, des gestuelles expressives et des flux émotionnels accompagnant les messages [mais qu'ils] ne permettent [pas] d'élargir le répertoire des identités formulables, restreint par la faible quantité de*

mots disponibles ; les scènes rejouées restent souvent les mêmes (id.).

Danse-thérapie et transformation de soi

Mon expérience de danse-thérapeute et art-thérapeute intermodale ne va pas dans son sens. Je pense en effet qu'il existe une profondeur et une richesse énorme dans le « vocabulaire artistique » qui ne passe pas toujours par des mots. En musique, par exemple, la palette de sons, nuances, qualité, rythmes, offre à celui qui les pratique (par le jeu et/ou l'écoute attentive) une possibilité de développement de sa sensibilité d'écoute et de présence au monde.

En danse également, l'exploration des modulations de flux, poids, rythmes, déplacements dans l'espace, dialogues toniques, permet de développer des qualités de présence extrêmement variées et souvent nouvelles.

La personnalité va forcément être nourrie par ce nouveau champ lexical (sonore ou corporel en l'occurrence), et le champ des possibles s'ouvre : de nouveaux chemins de rencontre à soi, à l'autre, de nouvelles manières d'être au monde émergent. La capacité à « s'inventer autrement » se développe, et l'acte créateur génère la transformation. L'image de soi prend des teintes surprenantes. Tel celui qui goûte avec un plaisir non masqué un verre de vin après avoir éveillé son palais à la richesse sensorielle de sa palette gustative, tel est celui qui jouit de toutes les qualités de présence (à l'espace, au sol, à l'autre) après avoir exploré par le mouvement dansé les nombreuses possibilités du corps.

Par exemple, lors des ateliers de danse expressive et créative que je donne pour des groupes d'adultes (seniors) qui n'ont généralement jamais dansé, l'émotion première qui est partagée en fin d'atelier est **la joie**, associée à la sensation de **liberté**. Chaque atelier cherche à proposer des clés pour entrer dans l'exploration du mouvement dansé ; par un canal différent, les participants découvrent un nouveau potentiel d'expression et « d'être au monde ». Ces nouveaux chemins expressifs s'impriment dans leur mode de fonctionnement. Un double « apprentissage » est acquis dans le processus de construction de soi. Et les explorations dansées deviennent également des explorations existentielles.

Un exemple récent : une nouvelle participante

s'inscrit à l'atelier de groupe. Elle arrive avec des pincettes à l'heure de payer l'abonnement trimestriel, avançant des raisons d'ordre politico-économique (« le prix du gaz va augmenter cet automne, à cause de la guerre, et je ne viendrai pas toujours en ville, privilégiant ma résidence vaudoise ») ; je perçois une peur de s'engager. S'ajoute un long laïus de plainte et critique de la société actuelle. Elle fait son premier atelier d'essai, dont la thématique est le cœur (organe + symbole pour entrer dans la danse). À la fin de l'atelier, cette participante exprime au groupe avec un sourire et une détente corporelle palpable qu'elle s'est sentie « aimée » : elle s'inscrit donc au trimestre. Au fur et à mesure des ateliers, et des explorations corporelles, j'observe un changement de son attitude. Moins de plaintes, davantage de curiosité envers les autres ; avec l'émancipation corporelle et posturale de sa danse, cette participante a enrichi la palette des représentations de soi, et son identité au sein du groupe s'est modifiée. Kaufmann dirait peut-être qu'il s'agit de « la reconstitution de l'estime de soi par le retournement du stigmate (ndlr : *je suis une victime qui se plaint devient je suis aimée comme je suis, et intégrée*), la conjuration des risques d'implosion par l'extériorisation d'une énergie émotionnelle régénératrice (pouvoir libérateur et transformateur de la danse) » (id. : 212). Il y a également l'importance du groupe dans la transformation de cette participante : l'appartenance utilisée comme « une ressource par ego » (id. : 214).

Un autre exemple. Il y a quelques années, une jeune femme s'adresse à moi pour un travail en danse-thérapie individuelle. Elle exprime lors de nos premiers échanges des sensations de blocage dans sa vie et dans son corps ainsi qu'un besoin d'avancer (au niveau amoureux, professionnel, lieu de vie). Le dessin qui clôt sa première séance (rebond réflexif des diverses explorations corporelles) est un arbre mort. Après 7 mois de danse-thérapie (à raison de 2 séances par mois), elle clôt le cycle thérapeutique par une dernière séance où le rebond pictural est une « flaque, une stagnation temporaire, une fausse stagnation, quelque chose qui va se transformer, s'évaporer et devenir pluie, et ainsi de suite », décrit-elle. Elle termine sa réflexion par cette question : « Et moi, quand vais-je me transformer ? Vais-je arroser l'arbre

mort du début ? ».

Une phrase de Kaufmann résonne après cet exemple : « La créativité identitaire est un élan vital qui, en produisant la sortie de soi (du soi habituel), renouvelle le soi et fait vivre plus fort » (id. :219).

Finalement, *la création*, concept central de l'art-thérapie, est au cœur des questions existentielles identitaires. La création de l'homme, la création du monde, celle de l'univers ; tant de théories religieuses, scientifiques, philosophiques tentent de donner des réponses à ces profondes questions, celles-là même que posaient le peintre Gauguin de l'autre côté du globe : « Que sommes-nous, d'où venons-nous, où allons-nous ? »

Je reprends la métaphore de Kaufmann citée en amont de ce travail : « l'immense fabrique multiforme de l'individu ». L'art-thérapie, dont la danse-thérapie, est à mon avis une discipline du champ des métiers de l'accompagnement humain qui participe pleinement au travail de construction de soi. Elle donne des outils pour être créatif, pour explorer de nouveaux chemins, déverrouiller certains rouages, en fabriquer d'autres, oser entrer dans cette grande fabrique, la mettre en marche et se transformer.

Ma patiente en tango-thérapie, lorsqu'elle danse avec son mari, n'est pas qu'une « parkinsonnienne », mais une danseuse, dans les bras de son partenaire, qui évolue en rythme et dans l'espace, et cherche à apprendre des figures. Elle se fait belle pour la séance, vêtue de jupes et de chemisiers ; elle travaille son équilibre, sa fluidité de mouvement, et sa plasticité neuronale mis à mal par sa maladie. Mais aussi elle co-crée avec son mari, partage un moment de plaisir et de joie. Elle se sent vivante.

Je conclus par un aphorisme qui m'inspire, peut-être celui-là même qui m'a poussée à faire ce métier : « Je crée, donc je suis ».

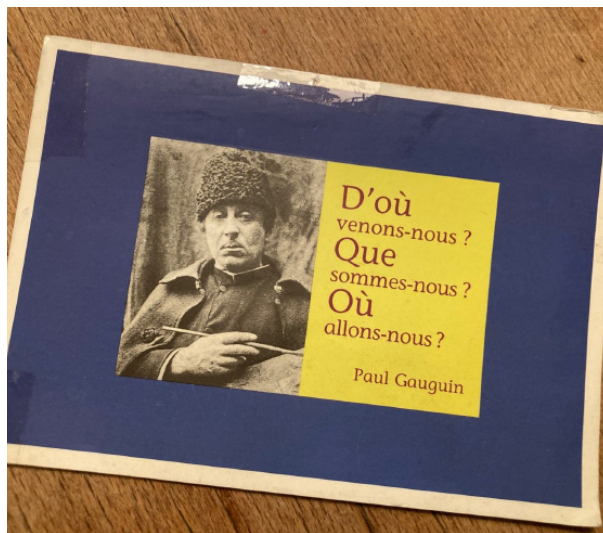
Bibliographie

Kaufmann J.-C., 2004, *L'Invention de soi, Une théorie de l'identité*, Armand Colin.

Klein J.-P., 1997, 2012, *L'Art-thérapie*, Paris, Presses universitaires de France, coll. Que sais-je ?

Stitelmann J., 2015, *Formes et modalités*, Genève, Éditions du rebond.

Stitelmann J., 1999, "La mort de la baleine, image de terminaison d'une psychothérapie analytique de groupe", in *Psychothérapie*, vol. 19, n° 2, pp. 119-130.



BIBLIOGRAPHIE SUR LE THÈME : DEDANS DEHORS

e-biblio de l'APSAT

Berthou-Crestey M., 2020, *Un art amoureux de nature - Le land art et ses mutations*, Ides et Calendes.

Broustra J., 2002, "Atelier" in *Abécédaire de l'expression*, (pp. 44-51), Érès.

Brun A., Chouvier B. & Roussillon R., 2013, *Manuel des médiations thérapeutiques*, Dunod.

Brun A., 2019, *Médiations thérapeutiques et psychose infantile*, Dunod.

Bussière C., 2020, *Connaissance de soi et bien-être au contact de la nature: une recherche basée sur les arts pour le développement d'une identité écologique en art-thérapie*, (Travail de recherche), Université Concordia. (PDF accessible en ligne via l'e-biblio.)

Chouvier B. (Dir.), 2012, *Les processus psychiques de la médiation*, Dunod.

Chouvier B., 2000, *Matière à symbolisation : Art, création et psychanalyse*, Delachaux et Niestlé.

Coligno M., 2011, "Entre errance et rencontre : une place pour l'art-thérapie ?", *VST - Vie sociale et traitements*, 110, 124-132. (PDF accessible en ligne via l'e-biblio.)

Colignon M., 2013, "La mémoire et ses peaux", *Le Journal des psychologues*, 307, 73-76. (PDF accessible en ligne via l'e-biblio.)

Colignon M., 2018, *La peau, métaphore d'une rencontre entre art et clinique*, Érès.

Dikann A., 2017, *La land art-thérapie, c'est parti !*, Jouvence.

Dikann A., 2020, *Se reconnecter à la nature par l'expression créatrice primitive : bains de forêt, land art, beach art, snow art*, Jouvence.

Dolghin-Loyer M.-C., 2009, *Les saisons de l'âme. Des labours aux moissons*, Dervy.

Donat M., 2019, "S'inscrire au-dehors quand tout s'efface au-dedans : De l'intérêt d'un atelier de rencontres créatrices peinture-argile en gérontopsychiatrie", in Sudres J.-L. et al., 2004, *La personne âgée en art-thérapie. De l'expression au lien social*, (pp. 163-173), L'Harmattan.

Grasselli Meier M., Booth S., 2021, *La nature guérissante : pratiques inspirantes d'écothérapie*, Le Courrier du Livre.

Perriraz Bourry M. & Barbe R., 2012, "Du modelage au Land Art, un cheminement créatif du dedans au dehors. *Psychothérapies*, 32, 85-98. (PDF accessible en ligne via l'e-biblio.)

Rey B., 2010, *Modelage et psychose : de la matière brute à sa mise en forme. Sensorialité, travail de l'archaïque et symbolisation*, (Thèse) Université Lumière Lyon 2. (PDF accessible en ligne via l'e-biblio.)

Riedelsheimer T., 2001, *Rivers and tides : Andy Goldworthy et l'oeuvre du temps*, (Film). Mediopolis Film / Fernsehproduktion GmbH.

Riedelsheimer, T., 2017, *Penché dans le vent*, (Film) Skyline Productions Ltd / Filmpunkt GmbH.

Sheleen L., 1986, *Théâtre pour devenir... autre*, Épi.

Sudres J.-L. et al., 2004, *La personne âgée en art-thérapie. De l'expression au lien social*, L'Harmattan.

Winnicott D. W., 1971, *Jeu et réalité*, Gallimard.

Une liste exhaustive de références anglophones sur le thème de l'art-thérapie et de la nature, aimablement partagée par une collègue québécoise, Marjorie Lavoie, connaisseuse du sujet, est disponible sur l'e-biblio à cette adresse :

https://apsat.ch/files/2023/11/Bibliographie_Dedans_dehors_2_ANG_Lavoie.pdf



Image de couverture

MARINA TSAPLINA

Animate Earth

Dream Puppet, the poetic knowledges of ancient forests
and disabled communities

<https://orionmagazine.org/wp-content/uploads/2021/12/sketchv2.png>



L'association romande Arts, Expression et Thérapies regroupe des membres art-thérapeutes professionnels et en formation. Ceux-ci sont issus de différents courants et écoles de formation en art-thérapie, principalement en Suisse romande.

L'ARAET s'engage à :

- garantir la qualité de la formation continue de ses membres professionnel.le.s, en partenariat avec l'ASCA et l'Oda ARTECURA
- permettre l'échange entre art-thérapeutes et proposer de la formation continue, par l'organisation d'événements
- collaborer avec les différents partenaires professionnels du champ de l'art-thérapie
- rendre visible et promouvoir l'activité de ses membres professionnels via son site internet

www.araet.ch

Un artiste peut ouvrir, en tâtonnant, une porte secrète et ne jamais comprendre que cette porte cachait un monde.

Jean Cocteau



Association Professionnelle Suisse des Art-Thérapeutes

L'APSAT rassemble des art-thérapeutes professionnels diplômés et en formation.

Elle a pour but de défendre le titre d'art-thérapeute pour ses membres, leurs intérêts et s'engage à donner à l'art-thérapie la qualité de discipline scientifique.

Elle travaille à la reconnaissance de la profession d'art-thérapeute.

www.apsat.ch

La commission accueille vos propositions de thème pour le prochain numéro ainsi que tout commentaire éventuel d'ici au 15 mars 2024 à :

journal@araet.ch

Prix: CHF 12. – frais de port compris