

L'art, la Gestalt et l'art-thérapie

Dès l'annonce de ce programme, des questions se sont posées à nous sur l'introduction de l'art-thérapie dans ces états généraux¹ :

- y aurait-il un regain d'intérêt des gestaltistes pour le domaine artistique* ? Et dans ce cas quel en serait le signe ? En France, la Gestalt-thérapie depuis vingt ans fait des efforts pour se revendiquer une assise théorique. Aurait-elle besoin de se tourner vers du plus sensible, du plus créatif, comme peut-être en ses débuts ?
- serait-ce l'intérêt de faire le point sur toutes les questions que suscite la juxtaposition d'approches artistiques diverses dans un dispositif de Gestalt-thérapie ?
- serait-ce un effet de notre monde contemporain hyper technicisé, hyper programmé et « réélitisé en show » qui a oublié que l'imaginaire était une dimension essentielle de l'être ?

Mais d'emblée, nous voulons lever une ambiguïté dans l'intitulé du programme : l'art-thérapie n'est pas un domaine d'application de la Gestalt-thérapie. L'art-thérapie en France est une discipline thérapeutique à part entière. En tout cas, elle se définit en tant que telle, à travers différents courants, certains intégrant et affinant ce terme d'art-thérapie, d'autres le controversant, parlant de psychopathologie de l'expression, de psychothérapie à médiations artistiques ou plus simplement de médiateurs d'expression ou d'ateliers artistiques en milieu de soin.

Ce qui est sûr, c'est qu'il y a des articulations entre ces deux pratiques, qu'elles peuvent s'appuyer mutuellement et c'est ce que nous aborderons.

I. L'art, la Gestalt et l'art-thérapie

1. L'art dans les origines de la Gestalt

Ces états généraux nous invitent à revisiter notre histoire, un élément essentiel nous est apparu : l'art, en tant que pratique artistique, se retrouve dans les fondements de la Gestalt-thérapie.

Un certain nombre de fondateurs, de pionniers, avant que d'être thérapeutes, étaient inscrits dans une pratique artistique personnelle.

C'est connu de Perls qui était un passionné et un praticien de théâtre. Fils d'une mère passionnée elle-même de théâtre et d'opéra, il se retrouve jeune à fréquenter le Deutsche Théâtre à Berlin, dirigé par Max Reinhardt, se situant dans le courant du théâtre expressionniste où il s'initiera au jeu de comédien. Ce courant novateur basait la thématique de ces spectacles ainsi que le jeu de l'acteur, sur l'intériorisation et l'expression tourmentée de l'homme, agité par ses émotions, ses contradictions, plongé dans une angoisse existentielle et une société pervertie : d'où la révolte contre la bourgeoisie, l'ordre établi, les pères, les horreurs de la guerre... C'était après Bismarck et la 1^{ère} Guerre mondiale.

Quand Perls arriva à New York, il fréquenta le Living Théâtre, théâtre *happening* de Julian Beck et Judith Malina qui prônait la convocation, l'expression immédiate du ressenti, ici et

* Intervention faite dans le cadre des Etats Généraux de la Gestalt-thérapie, en mars 2008 à Paris.

* Cf. le récent congrès de Bordeaux « la psychothérapie comme esthétique » organisé par le Collège Européen de Gestalt-thérapie où était revue l'étymologie de ce terme devenu *l'étude de la connaissance sensible* ou bien la création d'une formation de 3^{ème} cycle à l'Ecole Parisienne de Gestalt intitulée la FAP' art (formation avancée à la psychothérapie, orientation artistique).

maintenant, à travers le contact spontané et l'interpellation du public, embrassant le théâtre à la fois dans une recherche artistique, une pratique politique et une vie communautaire.

« *La tâche du théâtre d'avant-garde ne consiste pas seulement à apporter un message politique mais à rechercher de nouvelles formes ; car si l'homme voit qu'on peut aller plus loin sur scène, il comprend qu'on peut aussi le faire dans la vie, ce qui encourage à agir* » dit Julian Beck. Ce dernier pratiquait la Gestalt-thérapie, m'a dit récemment Rosine Rochette*.

En me documentant sur ces éléments de la biographie de Perls, je me disais que ce que l'on a pu qualifier dans les années quatre-vingt-dix de « techniques vides de sens » dans la Gestalt (l'amplification, la chaise vide, le monodrame, les mises en action), s'inscrivaient chez Perls dans une réelle pratique du théâtre. Ces techniques se seraient-elles alors vidées de leur densité du fait de leur éloignement avec la pratique artistique si celle-ci n'est pas portée par le thérapeute ?

Quant à Laura Perls, elle disait elle-même « *Avant d'être autre chose, j'étais musicienne et écrivain* ». Elle jouait du piano et dansait avec ses patients.

Goodman était un poète, romancier et auteur dramatique. Il a écrit un chapitre dans *Gestalt-thérapie* intitulé *Bavardage et poésie*, où il oppose ces deux formes de langage si différentes quant à leurs effets sur l'être. Il s'intéressait à la psychologie de l'art et à la créativité, dans la lignée des travaux d'Otto Rank, non pas dans les significations symboliques comme chez Freud, mais dans l'activité, le maniement des matériaux et la mise en jeu du corps durant la création de l'œuvre.

Au début des années cinquante, nous trouvons chez les pionniers une volonté de pratique de groupe à expression artistique. Ils se retrouvaient dans un studio de danse toutes les semaines pour pratiquer les mouvements élémentaires et la création collective d'une chorégraphie. C'était le début de la danse contemporaine.

Richard Kitzler dans son article « *La créativité comme Gestalt* » aborde ces débuts : « *Au commencement (de la Gestalt) il y a toujours eu l'art et la créativité. Et il y a toujours eu que des artistes et des créateurs. Comédiens, danseurs, musiciens et compositeurs, peintres et poètes : comme patients, mais beaucoup aussi comme nouveaux praticiens de la Gestalt-thérapie... Ces praticiens et clients se pensaient artistes créateurs, construisant et agissant dans le monde avec leurs dons, leurs outils et matériaux. Ils étaient là, actifs dans leurs rôles dans une créativité esthétique, sociale et professionnelle. Pour nous, cela formait un tout.* »*

Nous retrouvons tout à fait cette façon de penser et de pratiquer chez Joseph Zinker et dans ses écrits*, qui tout en étant de formation universitaire, est artiste peintre et une des grandes figures de la Gestalt-thérapie où il n'hésite pas à intégrer des propositions d'expérimentation alliant des pratiques d'expression artistique que ce soit en individuel ou en groupe.

2. Les liens entre pratiques artistiques et Gestalt-thérapie

Ils me semblent se situer essentiellement à deux niveaux :

- le premier étant que la pratique artistique, tout comme la Gestalt, **favorise l'existence dans toutes les dimensions de l'être humain et dans son rapport à l'autre, au monde.**

Depuis la nuit des temps, l'art est une pratique, un vecteur d'expression, de transmutation, d'appréhension du monde et de création de liens : appréhender l'effrayant, comme dans les peintures préhistoriques sur les grottes, appréhender l'inconnu, le mystérieux. Les images, les objets artistiques sont considérés comme des forces à employer et non pas comme des choses

* Comédienne et Gestalt-thérapeute qui a introduit l'articulation du Clown et la Gestalt en France suite à son travail avec Ariane Mouchkine sur le spectacle « Les Clowns » en 1969. A cette époque, Le Living Théâtre était reçu à la Cartoucherie et invité à Avignon.

* In *Permis de créer, l'art de la Gestalt-thérapie*, L'Exprimerie.

* *Le thérapeute en tant qu'artiste*, L'Harmattan,
La Gestalt-thérapie, un processus créatif, InterEditions

agréables à regarder. L'art sacré, religieux, n'est pas seulement source de représentations, il établit des jonctions entre réalité physique, psychique, sociale et spirituelle (liens avec les morts, l'âme, les esprits...). Ce que l'on retrouve bien dans les différentes traditions de l'art animiste ou dans l'histoire de la marionnette, laquelle en ses débuts était un outil pour se mettre en lien avec les morts, avec les dieux, puis plus tard sera un moyen de lutte contre les Grands de ce monde (Guignol, Polichinelle, Karagueuz)...

Cette fonction de l'art se retrouve aussi dans l'art contemporain quand elle est abordée par certains artistes du XX^e : Paul Klee, dans sa *Théorie de l'art moderne*, dit que « *l'art ne montre pas le visible, il rend visible* » et Peter Brook lui parle du « *théâtre de l'invisible-rendu-visible* ».

D'ailleurs, ces artistes se sont intéressés à l'art primitif et à l'art sacré.

- Le deuxième lien entre la pratique artistique et la Gestalt est que toutes les deux mettent **l'accent sur le processus comme source de transformation** :

Un processus qui engage la mise en jeu du corps, du souffle, de l'énergie, du groupe. Les pratiques chamaniques de guérison des indiens Navajos en sont un exemple : le chant, la danse groupale introduisent les peintures en sable qui sont par la suite transposées sur la peau du patient qui est célébré.

Un processus qui engage la rencontre avec la matière : place à l'invention, à l'accident, dans l'art contemporain. Nous ne sommes plus dans l'art académique, dans l'apprentissage d'une technique précise, mais dans une mise en jeu complexe de l'être dans son corps et son rapport au monde.

Dans un de ses articles, Johanne Hamel* note qu'il est intéressant de repérer que des concepts ou des méthodes gestaltistes peuvent être implicites dans le fait même d'utiliser des médias artistiques :

- le processus de *gestaltung* : la loi figure/fond, où ce qui émerge d'un fond sera le support pour mettre en figure l'essence d'une situation préoccupante, du besoin sous-jacent, de l'axe structurant ou de la résistance en jeu.
- l'expérimentation concrète avec la mise en jeu d'une situation d'urgence et la recherche de comportements nouveaux dans un *ajustement créateur*. Dans l'expérience artistique, un geste, un mouvement, une trace de pinceau, une parole adressée... en entraîne une autre. Comme en thérapie, toute intervention mise au service d'une idée, d'une émotion, génère d'autres idées, d'autres sensations. La création d'une image crée de nouvelles images et ainsi un processus advient.
- l'ici et maintenant qui résonne aussi comme un ailleurs et un devenir. L'ici et maintenant dans l'éprouvé de l'expérimentation rend plus palpable la matière psychique qui s'y inscrit.
- l'accent mis sur les sensations, les émotions, l'intériorité agissante et souvent inconsciente qui entraînent le développement du soi et de la conscience de soi. Il s'agit d'un engagement psychocorporel et pas seulement de la pensée.
- l'appel à la responsabilité individuelle, à l'existence, que ce soit dans l'acte même de produire un dessin, un personnage, un processus de changement, mais aussi dans l'impact que cet acte produit : effet de sens, de révélateur, qui s'offrent au praticien, patient ou artiste, pour continuer son cheminement.

3. Quelques définitions de l'art-thérapie

La FFAT (Fédération Française des Art-thérapeutes) :

* *L'approche gestaltiste en thérapie par l'art*, Johanne Hamel, Revue québécoise de Gestalt. Vol 2 n°1. 1997

Définition adoptée par son CA en novembre 2004

*L'art-thérapie est une pratique de soin qui se fonde sur l'utilisation thérapeutique du processus de création artistique.**

Cette définition permet de mettre en valeur deux caractéristiques fondamentales de l'art-thérapie : elle place l'art-thérapie dans le registre du soin. Et elle place la spécificité de l'art-thérapie dans l'utilisation singulière du processus de création artistique : singulière car elle se distingue d'autres activités comme l'atelier d'art et parce qu'elle est chargée d'un objectif thérapeutique.

Jean Pierre Klein : psychiatre, écrivain, fondateur de l'INECAT (Institut National d'Expression, de Création et de Transformation)

Proposition de définition « *L'art-thérapie est un accompagnement de personnes en difficulté (psychologique, physique, sociale ou existentielle) à travers leurs productions artistiques : œuvres plastiques, sonores, théâtrales, littéraires, corporelles, dansées. Ce travail subtil qui prend nos vulnérabilités comme matériau, recherche moins à dévoiler les significations inconscientes des productions (cf. psychopathologie de l'expression) qu'à permettre au sujet de se re-crée lui-même, se créer de nouveau, dans un parcours symbolique de création en création. L'art-thérapie est ainsi l'art de se projeter dans une œuvre comme message énigmatique en mouvement et de travailler sur cette œuvre pour travailler sur soi-même. L'art-thérapie est un détour pour s'approcher de soi. C'est un voyage en symbolique.**

Collette Larcanché : art-thérapeute, directrice de Puzzle, institut de pratiques et formations en art-thérapie :

*L'art-thérapie est une pratique de soin, d'aide ou d'accompagnement, dans laquelle la personne est invitée à utiliser librement une ou plusieurs formes d'expression artistique comme médiations de la relation thérapeutique. L'art-thérapie met en œuvre les conditions susceptibles d'apporter une transformation de la personne. L'art n'est pas thérapeutique en lui-même : c'est la relation développée par le thérapeute, la nature du cadre et du dispositif, ainsi que les méthodes utilisées qui lui conféreront ses fonctions thérapeutiques.**

II. Intérêt de l'art-thérapie dans une pratique de Gestalt-thérapie

1. La question de la rencontre en thérapie

La spécificité de la Gestalt est de se centrer sur une seule unité, *l'organisme/environnement*, posant en cela que toute existence humaine se produit dans et par des processus interactifs de l'individu et son environnement et réciproquement. D'où *la théorie du champ* pour les appréhender et cette attention toute particulière sur les phénomènes de *frontière-contact*, *d'ajustement créateur ou conservateur*.

D'où, par conséquence, l'importance accordée à la relation thérapeutique comme outil dans le travail clinique, la relation dans la rencontre de deux personnes - *relation dialogale* - ou l'importance du « *Je/Tu* » à la suite de Martin Buber.

Mais voilà, quand des patients viennent à nous, leurs capacités à se dire, à s'ouvrir dans la rencontre thérapeutique, peuvent être largement entamées par les nombreux traumatismes et empiètements de l'environnement qu'ils ont subis, rencontrés depuis leur arrivée en ce monde.

* Brochure éditée par la FFAT *En route vers l'accréditation des art-thérapeutes*, Avril 05. <http://ffat.free.fr>

* In article *La symbolisation accompagnée* Revue Art et Thérapie N°92/93 de décembre 05

* www.puzzle-art-therapie.com

La rencontre, ce n'est pas si facile. C'est un art*, au sens de c'est difficile, fragile, délicat, merveilleux, insupportable aussi parfois. La rencontre nécessite la séparation : cela suppose deux sujets en présence pour pouvoir se rencontrer à la frontière qui fait contact.

Mais où est le sujet qui se retrouve en thérapie ? Plutôt dans sa carapace, ses cachotteries, son insupportable, sa quête, que dans la visibilité et sa capacité d'être en présence de soi et de l'autre. Rencontrer sa propre intériorité, sa propre subjectivité, est parfois fort douloureux. C'est rencontrer le vide, la déréalisation de soi, le rejet insupportable de personnes trop signifiantes de son histoire. C'est contacter des émotions trop lourdes à appréhender, la haine, la honte, le désespoir, le mal d'amour...

Il y a alors nécessité de passer par la rencontre d'un autre, nouveau, plus que bienveillant, reconnaissant, pour aller, grâce à l'étayage de ce lien, à la rencontre de soi. D'où le thérapeute. Mais parfois la rencontre avec cet autre est aussi insupportable, car le thérapeute est oblitéré sous le sceau du jugement, de la toute-puissance, de la dépendance qui peut être vécue ici comme effrayante.

Alors cette rencontre aura intérêt à être apprivoisée, légèrement introduite dans un troisième espace, à mi-chemin entre soi et l'autre, entre le thérapeute et son patient, à mi-chemin des résistances et des défenses.

C'est là qu'intervient pour moi l'art en thérapie : **l'art peut être pensé comme le lieu de l'espace de la rencontre possible, indirecte, médiatisée avec soi, avec l'autre, avec l'inconnu en soi, l'inconnu en l'autre.**

Ce qui nous amène à cette notion de médiation d'expression dans l'utilisation de pratiques artistiques en thérapie.

Qui médiatise qui ou quoi ?

Médiation, du latin *mediare* « être au milieu » et sa définition « entremise destinée à concilier des personnes, des parties »*.

Le médiateur en thérapie peut se définir comme un matériau, un objet, qui facilite l'émergence d'un processus qui permet de passer d'un état initial à un état différent.

Dans un processus thérapeutique, nous retrouvons deux niveaux distincts mais constamment articulés dans cette médiation :

- la médiation du patient avec son monde interne et les différents niveaux de sa personnalité.
- la médiation dans la rencontre entre le thérapeute et son patient.

2. Exemples cliniques

Jonquille : une femme de 58 ans.

Dès l'entretien préliminaire, elle me décrit deux états :

- Un état normal où elle fonctionne, travaille, a réussi à élever ses enfants.
- Un autre état qu'elle appelle « de l'autre côté du miroir » où elle n'arrête pas de pleurer quand elle est seule, dont elle ne peut rien dire, y compris dans l'après-coup, sauf qu'elle se sent happée par le retrait, se coupe des autres, confinée au silence, dessinant avec son doigt une spirale qui l'entraîne vers le bas. Personne ne connaît ses états-là en elle, ni son mari, ni ses enfants.

Après un an de thérapie, elle arrive avec « *je n'ai rien à vous dire* », ce qui n'est pas forcément gênant pour moi - j'ai appris à aimer le silence - mais ce qui n'est pas agréable pour elle. Nous tournons autour de cela et elle enchaîne « *je me sens spectatrice de ma vie et*

* Cf. Un congrès en art-thérapie organisé par Puzzle en novembre 2004 dont le thème était « *L'art de la rencontre, la rencontre de l'art* » Revue Arts et Psyché, vol. 7.

* Dictionnaire historique de la langue française, sous la direction d'Alain Fey, Le Robert.

non pas actrice. Ici, en séance, je me sens mieux, je sors en étant plus rassemblée, mais le lendemain c'est perdu. J'ai deux vies : une ici qui coule où je me sens exister avec vous et ma vie quotidienne où il ne se passe rien.

- *Comment convoquer vos sensations ?* dis-je à haute voix en la regardant habillée si joliment de jaune et de noir.

- *Quand quelque chose vient en moi, il y a toujours une voix en moi qui vient le dénigrer.*

Cette évocation d'un conflit interne m'amène à lui proposer une expérimentation, classique : choisir deux objets qui vont représenter ces deux parties en elle.

- *On l'a déjà fait, je n'arriverai pas à les mettre en dialogue.*

- *C'est possible, allons voir.*

Elle choisit un animal en bronze pour la partie qui dénigre, disant *il fait peur, il est étrangement masqué, il a l'air un peu errant* et un tout petit masque No, *impassible et joli.*

J'installe entre nous une table basse qui me sert de table de jeu et définit un espace scénique, *l'autre scène*, assez proche mais suffisamment distancié.

Jean-Pierre Klein dit : *La thérapie n'est pas une réponse aux problématiques du sujet, mais une mise en scène pour accueillir ces problématiques, de telle sorte que peu à peu elles trouvent résolution.**

Je l'invite à les installer pour un point de départ et lui propose que l'un se mette actif, s'adressant dans un geste ou un mot.

Elle met le masque japonais regardant devant, l'autre étant derrière.

Elle dit en tenant le masque du bout de ses doigts : *je sais qu'il est là, dans mon dos* et très vite une émotion vient qu'elle coupe par des paroles : *je n'y arrive pas, je suis bloquée.*

Je lui propose de se servir de son émotion pour aborder le personnage du masque et le masque se met à trembler, les larmes commencent à couler, elle me dit : *je pars de l'autre côté.*

- *Je suis là, laissez venir, je suis avec vous.*

Elle sanglotera toute la séance et moi je ferai simplement entendre ma voix lui rappelant que je suis là, que je connais cette émotion-là, ce désespoir et que ce n'est pas la même chose quand il est partagé dans une présence.

A la fin, je lui demanderai si elle veut s'adresser à chacun, mais elle ne peut pas. Elle me dira *j'ai entendu votre voix, vous étiez là.*

Je me suis adressée au masque No : *tu avais raison d'être là pour protéger Jonquille qui avait besoin de se protéger et de protéger ses parents.*

Peut-être me dira-t-elle à une autre séance si je lui propose ce dialogue imaginaire à deux voix : *on l'a déjà fait, je n'y arrive pas.* Mais moi je sais qu'un processus a eu lieu, celui de l'accompagner dans cet indicible terrifiant, cette angoisse d'effondrement, qui lui a permis d'inscrire la sensation de ne plus y être seule, construisant ainsi ce que Winnicott appelle *la sécurité de base.*

Anton, 35 ans

Vient sur les conseils de la Justice et d'une assistante sociale rencontrée lors de sa garde à vue. Il est accusé de corruptions de mineurs via Internet.

Il se présente comme timide et introverti, débordé de culpabilité qui le rend mutique et haineux. Enfant, il a été « voyeurisé » par un voisin adulte qui l'a invité à jouer à des attouchements sexuels avec une petite fille en sa présence pour obtenir des jouets.

Il vient d'une famille très pauvre, une grande fratrie, un père de plus en plus alcoolique et violent envers sa femme, une mère qui est devenue Témoin de Jéhovah. Depuis son adolescence, il est tiraillé entre la Bible et la pornographie.

* In *Pour une psychiatrie de l'ellipse*, PUF

Le travail était très difficile, sa parole et toute sa personnalité annihilées dans des rationalisations et mécanismes de retrait défensif.

Il arrêta les séances et revenait, souvent à la suite de rendez-vous avec son avocat ou experts psychologue et psychiatre. Néanmoins, au fil de ses allers et venues, une alliance se dessinait entre nous.

A la suite d'un choc à la lecture d'un rapport d'une psychologue qui avait comparé sa personnalité à celle de Dr Jekyll et Mr Hyde, ce qui le révoltait, il me demande néanmoins de travailler sur ces différentes parties de lui, tout en précisant *je ne sais comment et rien ne vient quand j'y pense*.

A partir de ce désir énoncé, j'irai doucement mais fermement et lui demande de choisir des statuettes représentant ces parties de lui.

Il en choisira trois que je lui ferai nommer - *l'impulsif, le raisonnable, le romantique* - et installer sur l'espace de jeu.

Tout de suite, il bloque, il bloque toute expression car c'est LUI qui veut parler, lui dans ce conglomérat qui bétonne sa parole.

Je décide de le diriger comme un metteur en scène dirige ses comédiens, mais bien sûr sans aucun contenu de texte ni de mouvement. C'est lui qui écrira sa partition à partir d'indications de mise en jeu que je lui donne.

Et le dialogue viendra, c'est-à-dire l'écoute, le ressenti, l'interpellation, la parole.

A la fin de cette séance, *le romantique* viendra entourer de ses bras *le pulsionnel* et il me dira qu'il a été étonné, qu'il a été très ému dans ce jeu. Je n'en avais rien perçu mais j'ai eu le sentiment d'une très belle séance et enfin un réel travail thérapeutique sur lui-même.

La séance suivante, il me dit qu'il y a repensé et que ça ne pourra pas continuer entre eux, qu'ils ne peuvent plus s'entendre. Je lui rappelle les règles du jeu.

Il découvrira au cours de cette séance leur besoin commun à eux trois : celui d'être aimé et d'aimer. Il découvrira que *l'impulsif* est aimé par les deux autres car il est actif. Sans lui, les deux autres n'auraient rien vécu.

La séance d'après, il part de là où ça s'est arrêté : les deux, *l'impulsif et le raisonnable*, ont à se parler mais il ne sait comment ils vont se dire. Bien évidemment puisque cela se construit dans le dialogue !

- le raisonnable : *j'aime quand tu es actif, j'ai besoin de toi pour agir, mais quand tu le fais tu n'as pas de limite et tu m'envahis*.

- l'impulsif : *oui, mais toi tu m'étouffes, vous m'étouffez tous les deux avec vos mots et vos limites et quand vous parlez, cela m'anéantit*.

Il touche le nœud : quand l'un existe, il est obligé d'anéantir les autres pour avancer.

Il met en scène l'avancée de *l'impulsif* qui pour le faire, fait valser l'autre qui tombe dans un puit en criant. Sur l'intervention de *l'affectif*, il ira le chercher.

Le raisonnable conclut : *je suis rassuré car maintenant je sais que tu tiens compte de moi*.

S'en suivront des séances plus dans l'élaboration où il reprend les mouvements psychiques, affectifs et corporels en lui. Son avocat lui dit qu'il a changé. Moi aussi je trouve : il est maintenant en contact avec lui, avec ce qui se passe en lui et il peut le dire.

Il abordera alors son rapport à la sexualité déviante et son attrait pour la pornographie. Je me demandais comment rééduquer ses sens et je pensais à Courbet et ses œuvres de nus féminins, si sensibles, si palpables, sans une once de vulgarité.

Je lui ai alors proposé une exploration de sa sensibilité sexuelle à mon cabinet à partir de reproductions d'œuvres d'art car il avait peur d'aller voir une exposition de nus et d'en être débordé. Il les contemplait, nous les contemplions ensemble. Il accueillait ses éprouvés, ses pensées, son dégoût du corps féminin et la vulgarité qu'il en ressentait, accompagné par les paroles d'une femme qui était là, elle aussi dans la rencontre de ses œuvres, pouvant se mettre tant à la place du modèle qui posait pour le peintre que dans le travail du peintre qui nous

montrait sa sensibilité au corps de la femme. Un autre regard possible, loin du voyeurisme, s'est tissé.

3. La co-présence dans le rapport à l'œuvre

L'œuvre créée par le patient et/ou le thérapeute vient mettre en forme quelque chose du champ. En art-thérapie, nous parlons de productions des patients. Personnellement, je parle d'œuvres de mes patients car je les regarde comme je regarde une œuvre d'art. Je les contemple, j'écoute ce qu'elles me font ressentir, ce qu'elles me disent. Je ne me situe pas dans l'interprétation mais dans un rapport analogique. Une œuvre d'art est polysémique, elle suggère, elle n'explique rien. Le langage artistique est un langage poétique.

Regarder une œuvre, ce n'est pas lui soutirer sa signification, c'est lui en conférer une. Quand bien même le spectateur ne s'en rendrait pas compte, le mécanisme de projection d'un sens peut se dérouler à l'insu de la personne concernée. Bernar Venet, sculpteur.

C'est très rare quand je demande à un patient de me parler de l'œuvre qu'il vient de réaliser. Par contre je peux lui proposer de lui dire ce que je ressens dans la rencontre de cette œuvre. Et pendant son travail, je peux le regarder faire ou ne pas le regarder. Certains travaillent en se cachant de mon regard et je respecte absolument cela. Certains effacent sans me montrer et cet effacement est un acte que j'entends.

Je peux m'adresser à un personnage qui vient d'apparaître en graphisme, inventer son histoire et je commence toujours par « j'imagine », introduisant la dimension fictionnelle de mon récit, me décollant ainsi de la dimension interprétative.

Pour autant, je sais que ce qui est venu en figure dans sa réalisation est issu de ce travail thérapeutique que nous faisons ensemble, de la proposition que je lui ai faite, de ma présence, de notre lien... Mais pour moi, l'intérêt majeur dans l'utilisation de ces médiateurs d'expression est d'être à l'écoute de cette production, de cette inscription.

Et j'entends par inscription, non seulement l'inscription graphique, sonore, selon la médiation utilisée, mais plus encore la trace d'un mouvement intérieur qui résonne en moi dans la rencontre de la production de ce patient qui du coup, va peut-être faire l'expérience de se sentir rencontré et s'éprouver comme sujet vivant, actant, pensant... dans la co-présence de cet autre qu'est le thérapeute.

Très souvent, mes patients sont étonnés de ce que je peux ressentir, évoquer à partir de leurs créations. Ils disent alors : Je ne savais pas qu'il y avait tout cela... A ce moment-là, ils font l'expérience d'une richesse existentielle de leur être qu'ils ne soupçonnaient pas. Ce sont ces expériences relationnelles qui construisent petit à petit l'estime de soi.

De mon côté, c'est le fait d'avoir une pratique artistique personnelle, régulière, qui entretient et stimule ma créativité, ma sensibilité au langage artistique quand je suis avec un patient et ce, tant dans les propositions que je vais pouvoir lui faire, que dans mon écoute de ses productions.

4. La position du thérapeute.

Elle me paraît à la fois centrale et à côté, je pourrais dire moins dans la relation directe thérapeute/patient.

Face aux productions, le rôle du thérapeute, de l'art-thérapeute comme du Gestalt thérapeute, n'est pas d'interpréter, mais plutôt d'aider le patient à prendre soin de ses esquisses, de ses productions, à les laisser se développer pour qu'elles aient leur vie autonome. C'est un rôle central de soutien, d'accompagnement, invitant au lâcher prise du mental, visant à déjouer l'autocensure pour permettre l'approvisionnement d'un autre contact avec soi, avec l'inconnu en soi, qui part parfois juste d'une invitation à l'écoute de la sensation physique, de la

respiration, de l'émotion, du geste qui pourrait s'initier, de l'image, *la pré-image** comme disent les Québécois ou de l'expérimentation dans la rencontre de la matière.

Il s'agit de soutenir le patient pour qu'il se mette lui-même à l'écoute de ce qui advient et non pas dans un vouloir produire. L'idée de faire une production peut être tout aussi bloquante dans un rapport à soi et parfois encore plus dans la présence d'un autre.

D'ailleurs, un artiste ne sait pas plus comment s'y prendre pour créer. Il n'a pas de contrôle a priori sur sa création et il n'arrive pas toujours à être créatif ; sauf que, parce qu'il a plus d'expérience dans la rencontre de matières et de sensations, il accepte mieux de ne pas savoir, de se mettre au travail et de plonger dans l'inconnu ... Et l'art-thérapeute/artiste sait aussi cela et s'ajuste pour favoriser l'espace de création des patients, qui part du silence, de l'intériorité, de l'expérimentation de la matière.

Plus tard, il pourra soutenir le patient pour qu'il se mette à l'écoute de son œuvre, la sentir, la contempler, écouter ce qu'elle lui fait, ce qu'elle lui dit, ce qu'il a envie de lui dire... Il pourra s'agir d'une mise en dialogue avec l'œuvre et un « message » existentiel pourra émerger spontanément dans le champ de la séance.

Parfois, il faut aussi honorer le mystère de la production (ou de la non-production), du processus de créativité, qui va passer par les méandres du vide plus ou moins fertile, par des irrptions émotionnelles qu'il y aura à accueillir, à accompagner. Il faut du temps et suffisamment de sécurité qui donne du courage, pour plonger dans ce vide, qui devient tourbillon, obscurité. C'est la qualité de l'accompagnement du thérapeute qui sait être en présence dans ces moments-là qui va permettre la rencontre et la traversée de processus redoutés.

Pour cela, le thérapeute doit laisser le temps de vivre l'inconnu de ce qui va (s')atteindre, permettre le voilement de ces mouvements intérieurs, ne pas forcément solliciter le dévoilement.

« La clarté n'est pas forcément le meilleur moyen vers la lumière dit Jean-Pierre Klein. C'est la forme même dans ces trans-form(e)-a(c)tions qui est le processus. »

La position du thérapeute est tout aussi délicate et humble que centrale.

5. Les différents types de médiateurs artistiques.

La liste des médiateurs est infinie car liée au support artistique de l'artiste ou de l'art thérapeute. De nos jours, les artistes contemporains explorent de nouveaux matériaux mais aussi mixent différents médiateurs artistiques. Et nous voyons apparaître des personnes qui travaillent à partir de parfum, de maquillage, de vidéo, de matériaux de récupération, etc. comme support d'un voyage en création symbolique.

Les classiques, que nous retrouvons dans les formations d'art-thérapie :

Les arts plastiques permettent de créer des images tangibles (dessin, peinture, modelage, sculpture...). Le geste engendre la trace et la trace (couleur, trait, matière) engendre le geste : le corps s'exprime et la transcription du geste en trace visible va être le premier jalon d'un parcours d'existence.

Les arts de la scène :

- Le jeu dramatique : incarner des personnages, des parties de soi, leur donner une respiration, une voix... avec utilisation de supports (marionnettes, statuettes, objets symboliques). Théâtre de l'intime. Mise en scène d'une situation personnelle, d'un rêve... qui questionne.

- La danse et le mouvement : l'ancrage au sol, prendre possession de son corps, le mettre en mouvements dans des tracés, des émotions qui dessinent l'espace.

* Cf. Alexandra Duchastel, art-thérapeute québécoise se référant à la pratique artistique, la Gestalt-thérapie et l'approche jungienne. In *La voie de l'imaginaire*, Ed. Québecor.

- La musique, le chant, avec son double aspect, réceptif et actif. Qui peut être très intéressant avec certains adolescents car langage spécifique qui leur appartient (le slam, le rap).
- Le clown, largement connu dans le milieu de la Gestalt en France, grâce à Rosine Rochette.
- L'écriture, à la suite des surréalistes, l'écriture personnalisée ou l'écriture poétique, théâtrale, l'invention de scénarios...

De par mon expérience, il n'y a pas de bons ou de mauvais médiateurs, des médiateurs qui produiraient tel type d'effet, qui seraient plus adaptés pour tel type de pathologies ou de problématiques.

Le choix d'un médiateur, comme d'une expérimentation se produit avant tout dans la situation en présence d'un patient et d'un thérapeute.

Il se trouve que de mon côté, j'ai pratiqué le jeu théâtral, particulièrement la marionnette et que depuis quelques années, je me suis tournée vers la sculpture et la peinture.

Je pense qu'on propose d'abord des médiateurs que l'on a pratiqués, qui ont été pour nous des moyens d'avancée personnelle.

A la FFAT, nous avons longuement réfléchi, dans le cadre d'un groupe de travail, à la question : *où se situe l'art dans l'art-thérapie ?** Nous sommes arrivés à la conclusion que l'art se situait avant tout du côté de l'art-thérapeute, et non pas du patient comme on a l'habitude de le penser. L'art-thérapeute est un praticien de l'art, du langage artistique. Il choisit des outils artistiques susceptibles de provoquer un mouvement, un déclic, une découverte chez ses patients et il communique dans ce langage-là.

Nous allons rencontrer certains patients qui sont plus à l'aise dans l'utilisation de tel ou tel médiateur artistique. L'un va être trop intimidé par le fait de laisser sa trace sur le papier. En ce sens, le tableau effaceur peut être un très bon outil pour vaincre cette peur (avec photos prises ou non de ces réalisations).

Pour un autre, ce sera l'idée de sortir le son de sa voix qui va l'impressionner ou le fait de bouger son corps autrement qui va l'effrayer.

Le chemin de guérison consiste souvent à surmonter ce qui nous paralyse. Mais pour cela, il faut savoir respecter, honorer les résistances qui protègent et proposer l'utilisation de médiations suffisamment sécurisantes pour le patient.

Jean Pierre Klein a proposé une réflexion et une méthodologie sur les propositions artistiques que nous pouvons faire en thérapie selon « *la stratégie du détour* », concept central en art-thérapie*. Il s'agit d'éviter d'aborder de front les difficultés d'un patient, car le risque serait de brutaliser le symptôme et d'être à l'origine de souffrances, de résistances ou d'abandon de thérapie. Et le dévoilement peut être plus profond quand on peut se cacher à travers ce qui est issu de soi, mais ne se présente pas directement comme soi.

Il peut être aussi très intéressant de proposer une succession de médias artistiques à partir d'un premier travail de création : par exemple, qu'une peinture créée soit le point de départ d'un conte initiatique ou d'une expression sonore.

Ainsi, on permet à l'image d'évoluer, de se transformer.

De même, quand un patient a produit une œuvre et veut en parler, il peut être plus intéressant de l'inviter à raconter une histoire inspirée de son œuvre, ou de l'inviter à voyager à l'intérieur ou même d'aborder sa peinture comme un rêve et d'en faire parler les différents éléments, pour éviter le piège d'une interprétation hâtive et rigide de sa part. Le récit improvisé qui s'ensuit, les réactions émotionnelles, les associations spontanées qui naissent, permettent d'enrichir les images et de leur donner une profondeur étonnante.

* Cf. Week-end d'échanges : *Qu'en est-il de l'art en art-thérapie ? Qu'en est-il de la thérapie en art-thérapie ?*
Brochure 2003 F.F.A.T.

* In *Pour une psychiatrie de l'ellipse* chez PUF

Pour un artiste qui vient en thérapie, il peut être beaucoup plus intéressant d'utiliser une médiation qui ne se situe pas dans son langage artistique habituel, qui est rempli de savoir-faire, techniques, habits.

Ce type de travail en art-thérapie commence à se développer. L'association Puzzle* à Lille a développé le concept de *pluri-médiations en art-thérapie* à la fois dans une approche clinique et dans son organisme de formation à l'art-thérapie.

Il est important pour le thérapeute, d'avoir pratiqué et d'être sensible à plusieurs langages artistiques, d'autant s'il veut proposer ce type de travail dans un cadre de patients en individuel. La sensibilité au langage artistique se développe au fil des années, au fil du travail, c'est-à-dire sa capacité à être émue par les productions de ses patients en développant son rapport à l'esthétique, « aesthesias » qui éveille la sensibilité, le contraire de l'anesthésie...

Alexandra Duchastel : *plus on prend soin de son imaginaire, plus il devient généreux.*

Conclusion

L'art est un moyen d'expression, un langage à part entière qui s'origine et engendre des images, des mouvements du corps, des émotions, des paroles, des pensées, des métaphores...

L'art, la pratique artistique, sont porteurs d'une dynamique signifiante qui ouvre au voyage en symbolique.

Perls disait : *un artiste a les éléments pour être un immense thérapeute.*

L'utilisation de médiateurs artistiques peut potentialiser les processus et effets thérapeutiques, mobilisant le potentiel créateur présent en chacun de nous, nous entraînant dans la si belle expérience du sentiment d'existence dans l'instant présent.

Et si l'art apporte à la thérapie, la Gestalt-thérapie a largement à apporter à l'art-thérapie car elle propose la finesse du travail dans la relation thérapeutique, l'élaboration d'une *gestaltung* et l'accueil de l'être humain dans une vision holistique et dans toutes ses dimensions passées, présentes et à venir.

Geneviève Bartoli

Art-thérapeute et psychothérapeute

accréditée à la FFAT et titularisée par la SFG

Formatrice et superviseuse en art-thérapie.

* www.puzzle-art-therapie.com