

IRFAT



Actes du Congrès  
5 - 6 mai 2018  
Palais des Papes

---

# l'art thérapie au risque du trauma

« Toute existence connaît son jour de traumatisme primal,  
qui divise toute vie en un avant et un après... »

*Amélie Nothomb*

### 3. LA TRANS-FORME-ACTION

Méthodologie centrale en art-thérapie : l'art de transformer des formes par l'action artistique dans un certain état de conscience élargie, qui a à la fois une dimension psychologique et une dimension sociale ; cette transformation de formes stimule par là même la transformation du sujet agissant.

*Je reprendrai pour l'illustrer l'exemple du travail de Sonia Winter et des participantes à son atelier d'art-thérapie. ♀*

*L'une des difficultés majeures des patientes depuis l'attentat était leur difficulté à sortir de chez elles qui s'était exprimée dans la préparation du scénario à travers l'invisibilité de la menace et leur sentiment de paranoïa dès qu'elles franchissaient une porte. ("Ne pas être près de la porte nous a sauvé la vie"). Ainsi, dès qu'elles se trouvaient dans leur escalier, ayant franchi leur porte d'appartement, elles se retrouvaient aux prises avec une présence terrifiante invisible dans leur dos.*

*Comment la figurer dans le documentaire ? Elles choisirent la réalisation d'un masque qu'elles confectionnèrent et nommèrent, non sans humour, Pi.Ti.S.Di. (Post-traumatic stress disorder), dont la représentation s'est transformée au cours du processus, symbolisant le monstre, l'ombre... puis à la fin Le Mec. Un net processus d'humanisation s'était ainsi déroulé dans leur rapport à cette menace, aboutissant à la fin à leur prise de conscience qu'il leur restait à travailler leur rapport à l'homme, signant en cela la sortie de l'ESPT !*

*Outre la fabrication du masque, qui avait été en elle-même une sacrée expérience de pouvoir co-construire une forme à une menace invisible, transformable, palpable et transformée, elles ont choisi pour la réalisation du docu de jouer à tour de rôle "le monstre" de l'autre pendant que l'autre "le" filmait.*

*De répétitions en répétitions, de prises d'image en reprises d'images, vous pouvez facilement imaginer le travail d'appropriation, de trans-formes-actions et de transformation que ce processus a engendré pour et chez chacune. Les rushs appartenant aux réalisatrices, elles ont beaucoup ri en les visionnant, oeuvre de désanxiogénération !*

*Je mentionnerai aussi dans ce processus de trans-form-actions, le temps où les participantes sont allées filmer dans le quartier même du Bataclan les images qu'elles voulaient réaliser. Non sans peur, accompagnées de stagiaires pour soutenir, elles sont parties caméra en main avec l'art-thérapeute.*

*Ce nouveau positionnement d'être actrices, techniciennes ou camerawomen, source lui aussi d'une dimension émotionnelle forte mais désirée, leur a permis de se retrouver enfin à nouveau heureuses et dans la rue, qui est l'espace social le plus commun !*

*Ces différents positionnements d'actant sujet (rôle de fabricant d'accessoires, de cameraman, de preneur de son... ou de personnages, le monstre, la victime ...) ont engendré moult expériences de fusion/défusion, d'identification/contre-identification, permettant petit à petit aux patientes de trouver du jeu, comme une pièce qui joue, devient mobile et c'est cela quitter l'effet traumatique.*

*Mon 1er maître en art-thérapie, Jean Pierre Klein, nous disait déjà il y a 30 ans "la folie c'est la fixité". Maintenant on dirait : l'effet du trauma c'est la fixité, le figement si bien nommé.*

*L'art-thérapie, la dramathérapie, permet de créer des jeux, de trouver du jeu et de la mobilité, potentialisés tant par les mouvements du corps, de l'imagination, du ressenti, du cognitif... suscités par l'acte créateur et sollicités par toutes ces expériences art-thérapeutiques engagées dans des relations.*

### LA DISSOCIATION ET SON TRAITEMENT

J'aborde ici la dissociation en tant que mécanisme de défense inhérent à l'expérience traumatique.

Ce mécanisme est automatique, involontaire : il est déclenché par les zones sous-corticales de notre cerveau, chaque fois qu'une expérience traumatique nous sort de notre fenêtre de tolérance émotionnelle.

C'est un mécanisme de survie, nécessaire dans l'instinct du trauma, qui d'une part, nous permet de moins souffrir (anesthésie du système nerveux) et d'autre part, nous permet d'être moins visible lors de l'agression. Mais il ne nous permettra pas, à la suite, l'intégration de cette expérience car elle ne pourra pas être digérée : la mémoire traumatique continuera à fonctionner en circuit fermé, réactivée au moindre déclencheur, car ayant stocké des informations dysfonctionnelles.

C'est comme si des parties de notre être s'étaient coupées ou figées "au temps du trauma", mais continueront à exister dans notre intériorité en distillant de l'insécurité, de la répétition de comportements ou croyances inadaptés au présent. D'où l'importance dans un processus de guérison d'apprivoiser et prendre en compte ces "parties" internes blessées, dissociées ou exilées<sup>9</sup>.

## CONCLUSION

Reprenant les mots d'un grand maître de l'art thérapeutique Donald Woods Winnicott " *Jouer est une thérapie en soi* " qui m'ont beaucoup accompagnée dans mon métier d'art-thérapeute, avec son conseil de *se mettre à hauteur d'enfant*, l'art-thérapie est une *symbolisation accompagnée*<sup>20</sup>.

Accompagné par l'art-thérapeute qui se met à hauteur de l'être effracté et qui, avec son savoir artistique, va se mettre au service de la rencontre de cet insupportable terrifiant, dans l'écoute des résonances qu'elle lui procure.

Ainsi va-t-il favoriser un processus de dorlotement de ces effractions qui trouveront fissures qui se dorlont<sup>21</sup> par l'acte créateur.

Alors le chemin de guérison passera par la création d'un nouvel espace de sécurité pour le patient où il pourra à nouveau s'autoriser à ressentir, sans être submergé par ses émotions et ses reviviscences, où il pourra s'autoriser à penser de façon ouverte et non prédictible, où il se vivra, s'expérimentera comme acteur de lui-même et de sa vie, dans une dynamique mobile de transformation.

## Notes

<sup>1</sup> cf. le travail de Colette Larcanché et son association ARDAN à Lille

<sup>2</sup> Protocole R-TEP élaboré par Elan Shapiro et Brurit Laub en 2008 dans les interventions en EMDR

<sup>3</sup> j'emprunte cette écriture à JPK qui ne sera sûrement pas d'accord avec cet accolé de science !

<sup>4</sup> cf. la théorie du Self en Gestalt thérapie

<sup>5</sup> Expressions de la folie de Hans Prinzhorn ou voir l'excellent article *La Gestaltung de Hans Prinzhorn*, de Marianne Kuhni, paru dans la Revue Gestalt, n°39, 2011 [www.cairn.info](http://www.cairn.info)

<sup>6</sup> La voie de l'imaginaire Alexandra Duchastel

<sup>7</sup> Cf. De la sensibilité esthétique du thérapeute, article de Geneviève Bartoli, paru dans le N°20 *Formes en actes des Cahiers de Gestalt*, 2017

<sup>8</sup> atelier s'inscrivant dans le cadre du projet 13Or-de-vie proposant différents ateliers d'art-thérapie pour les victimes des attentats de Paris, qui s'est déroulé d'octobre 2016 à janvier 2017.

<sup>9</sup> Référence à la terminologie de Richard Schwartz sur le Système familial interne.

<sup>10</sup> Jean Pierre Klein in *La psychiatrie de l'Ellipse*

<sup>11</sup> Richard Schwartz déjà cité, la table dissociative de Fraser, le soi hanté d'Onno Van der Hart, *La médecine narrative de Lewis Mehl-Madrona*, qu'il a développé aux côtés des cultures amérindiennes avec leurs notions d'esprits aidants et de circularité.

<sup>12</sup> Helène Delucci ...

<sup>13</sup> in *Dialectique du moi et de l'inconscient* CG Jung

<sup>14</sup> *Faites vivre votre enfant intérieur - Jeu, dialogue et art-thérapie* Lucia Capacchione

<sup>15</sup> *Pour une psychiatrie de l'ellipse*, Yvan Darrault-Harris et JP Klein

<sup>16</sup> Geneviève Bartoli, article *L'art, la Gestalt et l'art-thérapie*

<sup>17</sup> Geneviève Bartoli, article *La Gestalt au service d'un accompagnement de faim de vie*

<sup>18</sup> Notion de héros et d'histoire magnifiée chère à Lewis Mehl-Madrona, psychiatre amérindien et Barbara Mainguy, art-thérapeute