

Eugénie Tisserant

Mémoire art-thérapie

(extrait)

I. Etude de situation de Sophie:

J'ai choisi de parler de la situation de Sophie, car il m'a paru intéressant de mettre en avant la manière dont elle a pu investir l'atelier d'art thérapie.

a) Présentation de Sophie :

Elle est âgée de 20 ans, et participe à l'atelier d'art thérapie depuis cette année. Elle n'avait jamais bénéficié de cet atelier auparavant. De premier abord, Sophie est plutôt discrète, voir même inhibée.

Elle a intégré l'IME vers l'âge de 6 ans. Elle rentre chez ses parents tous les soirs et est très proche de sa mère.

Sophie a très peu accès à la parole de par son handicap, elle prononce parfois des mots mais arrive plus à se faire comprendre par les sons. Elle bénéficie d'outils (comme le makaton) pour faciliter sa communication mais elle ne l'utilise que très rarement. Elle arrive à communiquer avec les autres, si elle le souhaite, par des sons, des gestes et des mots simples.

En dehors des temps d'art thérapie, elle n'est pas beaucoup en lien avec les autres jeunes, pour autant ces derniers apprécient sa présence. De manière générale, elle n'est pas en conflit avec les autres jeunes.

Lou, une jeune qui est aussi sur les temps d'art thérapie, apprécie beaucoup Sophie. Malgré le fait qu'elle soit timide, elle a du caractère et est en capacité de faire comprendre aux autres quand quelque chose la dérange.

Sophie entretient de bons rapports avec les femmes de ménages de l'institution, elle apprécie leur présence et aime passer du temps avec elle pour les aider à nettoyer.

Elle aime également les temps de cuisine, où elle se montre très minutieuse.

Durant nos échanges , l'art thérapeute, a pu m'expliquer que l'équipe éducative était en difficulté pour la stimuler sur les nouvelles activités, et qu'il n'était pas simple pour ces derniers de développer l'imaginaire et l'expression de Sophie. Sur les temps d'activités manuelles, elle dessinait graphiquement des petits traits et parfois elle faisait des petits bonhommes en forme de têtards.

La seule activité dans laquelle Sophie s'investissait beaucoup était les temps de cuisine, elle appréciait faire des recettes, ranger et nettoyer. Ces ateliers avaient lieu avant les temps d'art thérapie, et souvent Sophie arrivait un peu fatiguée car elle se donnait beaucoup pendant ces temps.

b) Rencontre avec Sophie :

Lors des premières rencontres avec Sophie, je l'ai trouvée très discrète et j'étais un peu en difficulté pour rentrer en relation avec elle, car elle ne parlait pas et communiquait très peu. Au début, elle répondait très peu à mes questions ou sollicitations. Pour exemple, il lui était très compliqué de choisir quel médium elle voulait tester. Ainsi, durant les toutes premières séances, Sophie semblait mal à l'aise, et un peu perdue.

Lou, une autre jeune du groupe avec qui elle était proche en dehors des temps d'art thérapie, l'a aidée à s'intégrer sur le groupe et m'a aussi aidée à créer un lien avec Sophie. Par exemple, elle répétait les questions que je posais à Sophie et au bout de quelques secondes, cette dernière osait me répondre par des gestes ou des bruits. Ce petit jeu de communication à trois a duré un moment jusqu'à ce que Sophie ose répondre plus facilement aux questions.

c) Les premières séances :

Lors des premières séances, Sophie a choisi des petits formats et, comme médium, des crayons de couleurs puis des craies. Elle faisait beaucoup de traits de couleurs, elle était très concentrée durant ces séances. Elle était recroquevillée sur sa feuille et elle levait rarement la tête pour regarder ce qui se passait autour d'elle.

Sophie semblait faire des traits d'une façon assez mécanique, surtout avec les crayons de couleur, et lorsqu'elle estimait que son dessin était fini, elle relevait la tête, le mettait de côté et sortait de la pièce pour aller se laver les mains.

Sophie a choisi les crayons de couleur les deux premières séances, et lors de la troisième, elle est arrivée un peu moins timide que d'habitude, elle semblait avoir trouvé un peu plus de repères. Lors du choix de médium, elle n'a pas de suite choisi les crayons de couleur. Lou, qui était à côté et qui avait déjà choisi les craies, les expérimentait sur sa feuille. Sophie semblait intriguée par ce que pouvait faire Lou, et cela fut un moment important et un petit changement car c'était la première fois que Sophie regardait ce qui se passait autour d'elle.

Je lui ai proposé de tester sur une feuille les effets de la craie, mais elle ne s'en est pas saisie, j'ai donc moi même testé les craies et les différents effets devant elle. Elle me regardait avec attention et haussait la tête, signe qu'elle voulait bien faire de la craie aujourd'hui.

Elle a pris un petit format où elle a fait des traits et des formes avec les différentes craies, et une fois remplie, elle a saisie une autre feuille à côté d'elle puis a commencé un autre dessin. J'ai constaté que c'était la première fois qu'elle changeait de format.

Elle a testé différentes pressions sur la craie, en appuyant fort et un peu moins. A un moment donné, la craie est tombée de ses mains et s'est mise à l'horizontale sur sa feuille. Elle semblait très surprise, je lui ai sorti la première feuille où j'avais fait des essais de craies pour lui montrer la différence des effets de la craie.

Sophie a pris la feuille et a touché les différents effets de matière de la craie, puis elle a appuyé sur sa craie horizontale et a pu voir un autre effet sur sa feuille. A un moment donné, elle s'est arrêtée et n'a pas entièrement rempli la feuille, elle s'est levée et est sortie se laver les mains.

Après réflexion, je note qu'il est très rare que Sophie ne remplisse pas sa feuille en entier.

Nous avons échangé avec l'art thérapeute sur cette séance, nous avons noté que Sophie découvrait de nouvelles choses, semblait attentive aux nouveaux effets de matières. Elle était plus en lien avec ce qui se passait autour d'elle. L'art thérapeute souhaitait lui proposer de la peinture pour la fois prochaine.

V - La peinture :

Lors de son arrivée, Sophie a accepté facilement de tester de la peinture, même si quand on lui a proposé elle a hoché la tête, pour autant, elle était en difficulté pour choisir ses couleurs, elle attendait patiemment devant et n'osait pas les prendre. Quand je lui proposais, elle disait oui à tout sans grande conviction. Pour choisir les outils qui

serviraient à peindre, Sophie s'est montrée un peu plus investie, elle a pris des pinceaux et des petites languettes de fromage, avec une feuille grand format.

Elle semblait relativement à l'aise avec la peinture, le medium et le grand format ont permis à Sophie de faire de plus grands gestes que sur ses dessins précédents. Sophie a choisi de commencer avec les languettes de fromage, elle retrempait assez rapidement cet outil dans la peinture.

Au départ, les couleurs étaient plutôt séparées sur sa feuille puis elle les a vite mélangées mais le vert dominait les autres couleurs. Plus elle recouvrait les autres couleurs, plus elle faisait de grands mouvements. Sophie était toujours assez recroquevillée sur sa feuille mais par les mouvements qu'elle faisait pour peindre, son buste se redressait de plus en plus.

Elle prenait plus d'espace car en faisant ses traits de peintures, elle sortait de sa feuille et les continuait sur la protection de table.

Pendant cette séance, Sophie ne s'est pas saisie des pinceaux, elle a utilisé les languettes de fromage de différentes manières, avec des pressions différentes. Sophie s'est arrêtée de peindre une fois la feuille recouverte. Cela donnait l'impression que tant que toute sa feuille n'était pas recouverte, elle aurait pu continuer à peindre.

Quand le vert a recouvert les autres couleurs, elle n'a pas réagi et donnait l'impression d'être prise dans le mouvement. Le seul moment où elle a pu paraître perturbée durant la création, c'est lorsqu'elle a regardé ses mains pleines de peinture. Elle a fait des signes pour montrer son mécontentement de les voir tâchées.

Le fait de lui renvoyer qu'elle pourrait se les laver après la séance l'apaisait un peu, et elle recommençait sa peinture, mais dès qu'elle avait fini elle partait se laver les mains.

Ce moment où Sophie constate que ses mains sont sales arrive souvent durant les séances, et sur le moment elle semble vivre ce moment comme un désagrément majeur, mais pour autant elle n'interrompt jamais sa peinture et ne part se laver les mains qu'à la fin.

Depuis cette séance Sophie a fait beaucoup de peinture, elle a pu tester plus tard le collage mais toujours avec la peinture. Elle a pu clairement affirmer son choix même lorsque les autres jeunes ont voulu faire de la terre, elle a choisi la peinture. Sophie n'a jamais repris de formats plus petits, elle semble apprécier les formats plus grands.



a) L'affirmation, Le choix de peinture :

Au fur et à mesure des séances, Sophie a pris plus d'assurance, même si elle restait discrète, elle s'affirmait dans ses choix, elle était beaucoup moins recroquevillée sur elle-même. Elle semblait moins perdue quand elle arrivait sur les temps d'art thérapie, comme si les rituels et les répétitions l'aidaient à trouver des repères.

Dès son arrivée à l'atelier, elle arrivait soit avant soit après les autres jeunes. Si elle arrivait avant les autres, elle aidait de suite à installer la table, elle allait d'elle-même chercher les protections, elle prenait le temps de les installer, elle mettait sa blouse et retroussait ses manches pour ne pas se tacher.

Souvent, elle venait vers l'armoire pour m'aider à sortir le matériel, puis s'asseyait en attendant les autres jeunes. Toutes ces petites actions qui se répétaient systématiquement étaient importantes, et plus particulièrement pour Sophie. Il me semble que cela l'avait sécurisée et l'avait aidée à s'exprimer. Elle pouvait arriver vraiment fatiguée, et le nommer. Elle pouvait d'ailleurs nous le faire comprendre lors de l'exercice « de la couleur du jour. »

Les différents rituels et répétitions sont primordiaux pour constituer un cadre contenant et sécurisant, il est important que la personne se sente suffisamment en confiance pour développer sa créativité comme l'évoque WINNICOTT dans « jeu et réalité » : *« L'espace potentiel entre le bébé et sa mère, entre l'enfant et sa famille, entre l'individu et la société ou le monde, dépend de l'expérience qui conduit à la confiance. On peut le considérer comme sacré pour l'individu dans la mesure où celui-ci fait, dans cet espace même, l'expérience de la vie créatrice. »*¹

Il y eu une séance où le choix des couleurs de la peinture fut importante pour Sophie. D'habitude, elle avait tendance à dire oui à toutes les peintures qu'on lui proposait et elle avait du mal à le faire d'elle-même. J'ai insisté auprès d'elle pour qu'elle choisisse, je lui ai sorti toutes les peintures et lui ai proposé qu'elle mette de côté celle qu'elle souhaitait.

Cela lui a permis de prendre son temps dans son choix de couleurs, car il y en avait beaucoup de différentes. Puis, elle a bien voulu tester elle-même d'appuyer sur le tube de peinture pour en mettre sur sa palette. On a pu avoir des moments de rire lorsqu'elle appuyait sur le tube et que la peinture éclaboussait.

Sophie mettait souvent beaucoup de verts différents sur sa palette. Depuis cette séance, Sophie a pu choisir ses peintures, et elle attendait toujours que l'adulte vienne l'aider mais

¹ D.W « jeu et réalité » folio essais, GALLIMARD 1975, page 191.

d'elle même, elle sortait toutes les peintures sur la table et nous faisait comprendre que c'était le moment de mettre les peintures sur la palette.

De même pour le choix de ses outils ou de palettes, en lui sortant différents modèles et en lui nommant qu'elle pouvait prendre celles qu'elle voulait, Sophie a pu évoluer et affirmer ses choix. Elle semblait aussi attentive pour choisir les outils (pinceaux, tampons, languettes de fromage.) que les peintures. Elle prenait le temps de les toucher et de réfléchir, alors qu'au début de l'année, elle prenait plusieurs outils mais utilisait toujours le même. Au fur et à mesure des séances, elle utilisait tous ses outils, alternant entre les tampons les pinceaux.

Souvent, on la voyait hésiter avant de tester sur sa feuille un nouvel outil, alors on lui proposait de tester sur une petite feuille à côté, et cela lui a souvent permis de savoir si elle souhaitait ou pas l'utiliser sur sa feuille.

Ces dessins ont évolué dans le fait qu'elle mélangeait moins la peinture, bien qu'elle recouvrait tout le blanc de sa feuille elle ne le recouvrait pas d'une seule couleur.

Parfois, elle était en difficulté pour recouvrir toute sa feuille sans la tourner tant elle était grande, et on la voyait râler, faire la grimace, mais je lui ai montré qu'elle pouvait la retourner si elle le souhaitait. Maintenant, elle peut tourner d'elle même sa feuille quand elle en a besoin.

Un jour, lors d'une séance, on a ressorti les dessins de la séance précédente, ceci ne se fait pas automatiquement, mais Sophie a beaucoup apprécié de redécouvrir son dessin. Elle a pris le temps de le toucher, elle a bougé sa feuille et nous a fait comprendre qu'elle souhaitait le terminer car il n'était pas fini. Elle nous a montré les petits trous blancs qui restaient et a pris le temps de le terminer pour en refaire un autre après.



b) Le collage :

Lors d'une séance, beaucoup d'autres jeunes faisaient du collage, et nous avons proposé à Sophie si elle souhaitait elle aussi utiliser ce médium, mais elle a préféré faire de la peinture. Une fois terminé, elle a regardé les magazines et a collé des images : elle découpait en petits bouts les feuilles qu'elle trouvait et les collait sur son dessin. Elle ne regardait pas forcément ce qu'elle découpait et ne semblait pas choisir ses images.

Quelques séances plus tard, de nouveau, Sophie avait fini son dessin (fait de feutres et crayons de couleur) avant les autres et a regardé le magazine à côté d'elle, mais n'avait pas forcément l'intention de coller des images. Cependant elle semblait plus attentive aux images, elle est tombée sur une image de bombardements où il y avait pleins de fumées de poussières, et semblait fascinée par cette dernière.

Il y avait plusieurs images sur cette page qui attiraient beaucoup son attention, on lui a proposé de les découper si elle le souhaitait et de les mettre à côté, mais elle ne les a jamais utilisées et les a rangées soigneusement dans sa pochette.

Lors de **cette même séance**, elle a trouvé une image d' « Astérix et Obélix », et elle a pu nommé à haute voix qu'elle les aimait, elle avait un grand sourire et répétait plusieurs fois les prénoms d' Astérix et Obélix. Elle a pu nous expliquer qu'elle avait vu des dessins animés de ces héros et qu'elle aimait bien leur chien.

Cela nous a amené à entamer une discussion sur son quotidien et sur ce qu'elle aimait. Les autres jeunes étaient très attentifs et surement surpris que Sophie échange autant.

Elle a voulu découper et coller cette image et l'a placée au centre de son dessin. Sophie semblait très heureuse d'avoir trouvé cette image, c'était la première fois qu'elle échangeait autant sur ce qu'elle aimait.

c) Le portrait chinois :

Il y eu une autre séance où Sophie a pu échanger avec nous sur ses goûts et plus s'ouvrir aux autres. Nous avons proposé aux jeunes de travailler sur leurs portraits chinois (si j'étais un... je serais...) comme base de travail pour les amener à une création. Les jeunes ont aimé cet exercice, chacun leur tour ils ont voulu le faire à haute voix et ce fut un moment intéressant dans le groupe, chacun était à l'écoute de ce que l'autre disait.

Les jeunes commentaient les choix de la personne qui faisait son portrait de façon bienveillante. Si il y avait des questions trop compliquées à imaginer, ils ne les faisaient pas. Lorsque ce fut le tour de Sophie, j'appréhendais que cet exercice soit trop compliqué et la mette en difficulté dans sa communication, mais elle a bien accroché et avait des idées très précises de ce qu'elle voulait dire.

Avec les sollicitations de l'art thérapeute, elle a accepté d'utiliser son cahier de « makaton » et a donc pu nous expliquer les mots exacts qu'elle voulait. Elle a pu nous expliquer qu'elle aimerait être veilleuse de nuit plus tard, qu'elle aimait le basket, qu'elle adorait les chiens. Chacun des jeunes a pu se mettre à rêver de ce qu'il aimerait faire plus tard et parler de ses passions.

Suite a cela, Sophie a pu chercher des images qui correspondaient à ce qu'elle aimait et les coller sur sa feuille.



d) son espace :

L'évolution de Sophie s'est vue au fil du temps à travers sa création mais aussi dans son lien aux autres. Quand elle peignait, elle était comme dans sa bulle, recroquevillée sur sa

feuille, et au fil des séances, quand les autres jeunes bougeaient et sans faire exprès tiraient la protection de la table, elle pouvait nommer que ça la dérangeait.

Au fur et à mesure, son espace de création prenait plus de place sur la table, elle installait sa palette, ses outils et osait s'étaler. Cela semblait être son territoire, son espace, et elle n'appréciait pas que d'autres personnes viennent l'envahir.

De même, le choix de la place où elle s'asseyait n'était plus anodine, elle semblait chercher un endroit où elle aurait de l'espace pour sa peinture.

Elle osait plus échanger sur « la couleur du jour » ou sur le temps de parole à la fin, elle nommait peu de chose mais pouvait dire si elle avait passé un bon moment ou si elle se sentait fatiguée. Pendant les temps de créations, elle regardait parfois ce qui se passait autour d'elle souriait des échanges des autres jeunes.