

L'art-thérapie comme une liberté

« Si l'art avait déjà soigné quelqu'un ça se saurait »

Colloque « Bricoles »
Clinique de Saumery, 18 octobre 2008

Je tiens tout d'abord à remercier Nathalie Gisbert pour m'avoir donné la possibilité de prendre la parole aujourd'hui.

Je tiens aussi à dire que j'ai beaucoup apprécié le thème de cette journée et la manière subtile d'introduire la réflexion par un propos en trois temps : thèse, antithèse, synthèse...

Permettez-moi tout d'abord de me présenter très rapidement car j'espère que cela pourrait situer d'emblée mon propos, du moins partiellement.

Je suis donc Irina Katz-Mazilu, artiste plasticienne, art-thérapeute, formatrice, membre depuis plusieurs années de la Fédération Française des Art-thérapeutes et depuis quelques mois, présidente de cette fédération.

Je me partage, d'un point de vue professionnel, entre ma propre activité artistique - peinture, volume, masques, marionnettes...en somme du « bricolage » ! et l'exercice de l'art-thérapie dans divers cadres (clinique, social, pénitentiaire...).

Pour ce qui est de l'art-thérapie, j'ai été formée à l'Université Paris V ; mais c'est de la **pratique** d'une bonne dizaine d'années que je souhaite partager aujourd'hui une vision synthétique.

Pour ce faire, je dois me résoudre à attaquer de front la question la plus difficile qui soit : qu'est-ce que **l'art thérapie** ?

Il est vraisemblable qu'à poser cette question, j'aurais autant de réponses différentes que de personnes questionnées ! Et que je ne saurais trouver suffisamment de dénominateurs communs, ni pour le concept d'**Art**, ni pour celui de **Thérapie**, évidemment encore moins pour les deux accolés..., pour pouvoir prétendre à la moindre vision de synthèse !

Alors, et puisque pour cette table ronde j'ai été sollicitée aussi en tant que présidente de la Fédération française des art-thérapeutes, je commencerai par citer la définition que notre fédération donne aujourd'hui de cette activité :

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

Où il est donc question de **processus de création artistique**, et non pas d'Art, avec un grand A; où il est question de **soin par une utilisation thérapeutique** et non pas de Thérapie, avec un grand T - et, encore plus important, où il est question d'une **pratique**.

En somme, je dirais qu'il s'agit là d'une vision moderne de l'art-thérapie, dans laquelle l'acte créateur est plus intéressant que l'objet artistique créé en lui-même ; où le vécu d'un processus créateur est plus essentiel pour son auteur que la réception de son produit par un public...et cela même si tout être humain a fondamentalement besoin de ce qu'on appelle « une reconnaissance » et que nous n'excluons pas la monstration. On peut s'apercevoir que jusque là, la pratique d'art-thérapie se rapproche de certaines démarches de la création artistique contemporaine. Et tant mieux, car cela même donne la possibilité de situer la créativité des personnes en difficulté, quelles qu'elles soient, au cœur même de la vie de la cité – et l'on sait à quel point ceci est bénéfique pour tout un chacun !

Mais alors, pourquoi faut-il de la thérapie, ou ne serait-ce que du soin ? Pourquoi ne pas dire, avec tant d'autres, que l'activité artistique serait soignante en elle-même ? Que la présence d'un artiste serait suffisante ? Pourquoi compliquer les choses ?

Eh bien, parce que, en s'en tenant là, on ne saurait répondre à la question qui s'impose pourtant : mais alors, pourquoi tant d'artistes malheureux, en grande souffrance psychologique, alcooliques et/ou toxicomanes, suicidaires, pourquoi tant d'artiste « fous » soignés en psychiatrie ? Et ceci malgré même leur succès, quelquefois immense, en tant qu'artistes ? On pourrait établir une longue liste de créateurs que ni la pratique de leur art ni le succès ni la gloire n'ont mis à l'abri des pires souffrances, d'une fin tragique, quelquefois d'un suicide commis au moment même où, après de longues années de « galère », le succès et l'argent arrivaient enfin...

Je ne tenterai pas de donner une réponse à ces questions ici et maintenant ; je souhaite seulement affirmer que personnellement je ne souscris pas à la conception romantique de l'artiste en tant qu'être « supérieur », qui serait plus sensible que le commun des mortels. Je pense simplement que l'artiste est plus visible socialement, pour la raison même que c'est un individu ayant trouvé un moyen d'expression publique de ses joies et de ses peines à travers sa création, plus que l'agriculteur, l'adolescent ou la personne âgée qui pourtant fournissent les plus gros bataillons des suicidés...

Et par conséquent, si l'art n'est pas soignant en lui-même, et si de surcroît (comme dirait Freud), on veut en faire une utilisation thérapeutique, que peut-on proposer ?

Eh bien, on peut proposer une démarche d'art-thérapie dans laquelle la pratique de la médiation artistique par la personne prise en charge est plus importante que la valeur sociale qui pourrait lui être accordée ; plus importante que l'interprétation qui pourrait y être donnée par le soignant ; une démarche dans laquelle on pratique la stratégie du détour, sans jugement, où la parole est centrée sur le processus de création en faisant appel au si bien nommé « noyau sain » de l'individu et non pas

sur la pathologie ou le symptôme, où l'on se situe dans **une véritable dynamique création artistique/relation d'aide, via la médiation aussi bien artistique que relationnelle.**

Et l'on arrive par là à répondre à des objectifs multiples, allant des plus évidents : stimulation de l'individu, amélioration de ses capacités de communication, (ré)narcissisation, création de liens/socialisation...jusqu'au plus complexes. Dont l'un – et non pas des moindres – qui est de trouver des réponses thérapeutiques à la problématique du **faux-self**. Je citerai Winnicott, dans « Jeu et réalité », Ed. Gallimard, 1975, page 77 :

« En quête du soi, la personne en question peut avoir produit quelque chose de valable dans le domaine artistique mais un artiste peut avoir beaucoup de succès et pourtant avoir échoué à trouver le soi qu'il recherche. Le soi ne saurait être trouvé dans ce qui dérive des produits du corps ou de l'esprit, si valables que puisse être ces constructions, du point de vue de la beauté, de l'habileté déployée ou de l'effet produit. Si l'artiste – quel que soit le matériau utilisé – est en quête du soi, on peut avancer que, selon toute probabilité, il y a pour lui déjà une faille dans le domaine de sa vie créative. La création achevée ne suffira jamais à remédier au manque sous-jacent du sentiment de soi. »

On peut gager que, pour l'artiste professionnel, il y a un réel défi à faire face au leurre, au jeu des masques, au vide derrière l'image, au creux en soi-même...

Et donc, dans la recherche de ce « sentiment de soi », le seul apte à donner « le sentiment que la vie vaut d'être vécue », voici que la boucle est bouclée : il ne suffit pas d'être un artiste pour pouvoir s'aider soi-même - et encore moins pour pouvoir aider autrui !

Et là il s'agit de responsabilité, de déontologie, de l'éthique de l'intervenant chargé de l'atelier, chargé d'emmener les participants sur les chemins périlleux de la création, avec ses phases d'angoisse, de déréalisation, d'hallucinations toujours possibles...et que dire de ce qu'est « l'exposition de soi » inévitablement liée à la monstration d'une production !

Est-il possible d'assumer cela – avec comme objectif de soutenir l'autre - si soi-même on ne l'a pas vraiment vécu ? La tradition veut que des soignants – infirmiers, psychologues, médecins – animent des ateliers. Puissent-ils avoir réfléchi à ces questions.

Et si l'on est un artiste soi-même, est-il possible de vraiment soutenir l'autre si l'on ne s'est pas, préalablement, assuré de ne pas, au contraire, se soutenir par l'autre ? Qui plus est, souvent au détriment de l'autre lorsque le charisme narcissique de l'artiste exerce une véritable emprise sur autrui...Des ateliers fonctionnent sur le modèle de l'Atelier de maître de l'Institut des Beaux-Arts (toutes proportions artistiques gardées, bien sûr !)

En somme, et pour conclure, **être art-thérapeute**, pour nous, c'est dire :

Ni Emprise du Maître, ni Pouvoir du Thérapeute ! **C'est, ici et maintenant, offrir une « base de sécurité »** - référence à Margaret Mahler – à partir de laquelle toutes les « folies » deviennent possibles! **L'art-thérapie comme une liberté, comme antidote aussi à la tendance du contrôle, si actuelle...**

Je finirai en citant un de mes patients qui disait : » Ce qui est bien, ici dans l'atelier, c'est qu'on est libre mais pas seul». **Etre libre et ne pas rester seul avec sa liberté**, c'est ce qui est le plus apprécié. Ceci résulte aussi bien des questionnaires d'évaluation remplis par les participants, que de leur libre parole.

Pour mettre en place et garantir le cadre de cette liberté – car aucune liberté sans cadre ne saurait être authentique - nous pensons qu'il est indispensable de mener une réflexion approfondie sur ces questions, que l'on se nomme art-thérapeute ou autrement. La FFAT a élaboré un **code de déontologie** à laquelle souscrivent ses adhérents, ainsi qu'une procédure de reconnaissance de la compétence du praticien, nommée **accréditation des art-thérapeutes**, avec un certain nombre de critères formant une triade: **compétence artistique, compétence thérapeutique, travail sur soi**. Cette procédure évalue un **parcours de professionnalisation**, et non pas un ou des diplômes. Nous espérons que dans un avenir proche ce travail pourra aboutir à la **reconnaissance officielle de la profession et du statut de l'art-thérapeute en France**. Nous organisons notre prochain colloque annuel – les 21-22 mars 2009 – sur le thème : « Statut et Emploi de l'art-thérapeute : où en est-on en France et ailleurs ? ».

Pour illustrer mon propos sur « l'art-thérapie comme une liberté » j'ai choisi de projeter quelques images des productions de patients, issues de ma pratique au Centre thérapeutique Popincourt. J'espère que, sans pouvoir approfondir les aspects cliniques faute de temps, cette présentation pourra mettre en lumière la liberté offerte dans l'atelier. Elle se traduit par le fait que, dans le même espace-temps, chacun peut cheminer sur un chemin créatif personnel, donnant à chaque individu le sentiment d'être **authentique**, d'être **unique**, non pas seulement dans sa souffrance mais aussi, et surtout, dans son **être humain...**

Je vous remercie de votre attention et j'invite toutes les personnes intéressées à consulter les documents de notre fédération: plaquettes, code de déontologie, texte de l'accréditation, brochures que nous publions à la suite de nos colloques annuels ..., que je tiens à votre disposition (ainsi que sur le site de la FFAT : <http://ffat.free.fr>).

A Saumery, le 18 octobre 2008

Irina Katz-Mazilu

artiste peintre, art-thérapeute, formatrice, présidente de la Fédération Française des Art-thérapeutes