

# Art-thérapie & PRE

## 1/Qu'est-ce que l'art-thérapie :

L'art-thérapie (par le biais de l'art-thérapeute) est une méthode qui consiste à créer les conditions favorables à l'expression dans un premier temps puis au dépassement des difficultés personnelles qu'elles soient liées ou non à la maladie, à une pathologie, à un traumatisme ou un contexte social par le truchement d'une stimulation des capacités créatrices. Il s'agit d'un espace pour se dire autrement, pour « reprendre sa parole en main » (si je puis dire) et au fur et à mesure, permettre aux personnes de pouvoir élaborer quelque chose d'eux même. Elle favorise ainsi « l'expression des maux pour qu'il ne colle plus à la peau » à partir de matériaux de création signifiants et porteurs de messages pour le patient.

La question de la psychothérapie par l'art soulève pourtant un débat important tant les écoles de formations se multiplient. Les questions sont nombreuses et sujettes à polémiques. Par exemple, y a-t-il une pertinence à distinguer art thérapie/psychothérapie et médiation artistique ? En ce qui me concerne : Oui parce je suis issue d'une formation éclairée par la psychanalyse ce qui ne m'empêche pas de m'intéresser aux autres courants de pensée si cela est bénéfique pour le patient.

### ART-THERAPIE

- L'art thérapie s'aborde sur du long terme telle le serait une psychothérapie. C'est un espace de création personnelle qui est proposé au patient, l'art thérapeute assurant une fonction de maintenance et de protection afin que l'individu puisse s'exprimer librement. Elle n'a pas pour but d'atteindre des objectifs précis mais propose un espace d'expression quel que soit le mode d'expression choisit. La pratique de l'art-thérapie repose sur l'idée que, dans la séance, ce qui sera privilégié, c'est le processus et non le résultat. Le professionnel tente de travailler avec la question de l'inconscient et ne doit en aucun cas influencer la création du patient. Ainsi, par son désir de changement, le sujet dit souffrant se guérit par l'acte même de la création grâce à cette relation patient/thérapeute.

### MEDIATION ARTISTIQUE :

- Dans la médiation artistique, les séances peuvent être ponctuelles. On considère alors que toute création artistique est thérapeutique, car porteuse de changements et de transformations. Par l'art, une métamorphose de soi est engagée. En effet, en proposant un autre moyen d'expression que la parole, les tensions internes s'en trouvent apaisées. (Là où la seule médiation par la parole en situation d'intersubjectivité s'avère trop précaire ou difficiles notamment auprès des enfants.

Les objectifs de ses séances peuvent être diverses : travail sur l'estime de soi, la relation à l'autre, la confiance en soi, dépasser des difficultés personnelles ponctuelles qu'elles soient d'autres sociales, personnelles etc... On ne parle alors plus de patient. Il s'agira davantage d'un atelier que de séance. Mon profil d'artiste est davantage mis en avant, étant amenée à guider, encourager les participants de l'atelier.

Maintenant que cela est plus clair (je l'espère), revenons au PRE.

## Programme de réussite éducative : PRE et art-thérapie :

Puisque l'art-thérapie et la médiation permettent aux personnes bénéficiant des séances de s'exprimer autrement qu'avec des mots, elle est particulièrement efficace auprès des enfants. Elle a donc été naturellement intégrée au dispositif des PRE dans lesquels j'interviens depuis plus de 8 ans maintenant.

Depuis mars 2014, les enfants orientés en art-thérapie par le PRE ont en moyenne entre 6 et 13 ans (même si nous repérons un besoin également chez les plus jeunes). Les situations sont diverses et pourtant de manière générale l'équipe repère la nécessité d'offrir un lieu d'expression thérapeutique. Le comportement de l'enfant au sein de l'établissement scolaire pose question, l'enfant peut s'exprimer de manière inadaptée, avoir des difficultés dans la gestion de ses émotions et/ou être en difficulté dans les apprentissages scolaires.

Les séances d'art thérapie sont l'occasion d'observer la disponibilité psychique de l'enfant dans la réalisation, sa place dans la dynamique de groupe, ses capacités créatrices, ses aptitudes à faire des liens... Elles permettent d'autre part à l'enfant de s'exprimer et d'élaborer avec son imaginaire dans un espace confidentiel ayant pour principal objectif de permettre la mise en forme, en corps de ses pensées, de ses idées, de ses désirs...

Les séances d'art-thérapie sont proposées et financées par le PRE. Envisagées comme une modalité d'accompagnement dans le projet individuel de l'enfant par l'équipe, elles sont présentées par le référent de parcours à la famille lors d'un entretien formel. S'ils adhèrent à la proposition, un entretien préliminaire est engagé avec l'art thérapeute, l'enfant et ses parents. Le cadre thérapeutique est signifié, chacun des participants est invité à prendre la parole au sujet de l'histoire de vie de l'enfant et de la famille pour tenter de faire des liens, entre autres, avec les symptômes de l'enfant.

Suite à cet entretien, si les parents adhèrent au projet et s'engagent à accompagner

l'enfant dans cette démarche, le dispositif peut se mettre en place. L'enfant est inscrit sur un temps de séance individuel ou collectif et/ou familiale selon les objectifs envisagés. Les séances proposées ont lieu une semaine sur deux (ou chaque semaine selon le PRE) sur un lieu, un jour et une heure identifiée pour chacun. Des groupes sont établis, et peuvent être modifiés chaque semestre en fonction des membres et de la dynamique émergente. Le groupe reste ouvert à accueillir un nouveau « membre » permettant ainsi la valorisation des « plus ancien » et d'éviter la stagnation ou la routine.

Les séances durent entre 45 min et 1H15 en fonctions des besoins, les groupes sont constitués de maximum 4 personnes (et peuvent aller jusqu'à 6 si la demande du PRE est une demande de médiation artistique et non d'art-thérapie). Le médium artistique employé dans la rencontre peut être divers, il varie fonction de ce que le sujet se saisit pour s'exprimer. Il a à sa disposition un ensemble de matériels « de bricolage », des supports artistiques variés et libres d'utilisation (écriture, peinture, clown, terre, sculpture, papiers, peinture, colles, bois, cartons, plastiques, laines, argile, PVC, costumes, sable...instruments de musique...), les ustensiles sont mis à disposition mais aucun exercice n'est imposé ou attendu par le thérapeute (ce qui différencie l'espace d'art thérapie d'un atelier de création ou médiation artistique). La personne est libre de créer ou non, elle a aussi la possibilité de créer à partir de la poésie, la mise en scène, le conte, la danse etc... De manière générale, on remarque, que tous ces arts sont employés simultanément et spontanément par le sujet qui s'exprime. Si les effets thérapeutiques sont directement induits par le jeu des dispositifs (bricolage, mise en scène...), la relation, la rencontre (/le transfert) avec le groupe et notamment, avec l'art thérapeute sont les principaux axes de ce qui fait thérapie dans cet espace.

Un bilan semestriel avec le(s) parent a souvent pour effet de venir dynamiser le dispositif. Cette rencontre est l'occasion d'inclure les parents à la réflexion portée au sujet de leur enfant. C'est un lieu d'élaboration qui permet également d'encourager l'investissement des parents dans l'accompagnement. Un bilan sur la prise en charge thérapeutique peut également être proposé aux parents en cours de parcours. Au regard des objectifs et du financement de l'action, un lien continu avec l'équipe du PRE est nécessaire. Il nourrit la réflexion clinique et permet d'évaluer et d'ajuster le projet.

En bref,

## L'espace d'art thérapie proposé au sein du PRE a pour intérêt :

- de proposer un espace d'expression neutre dégagée de toute attente normative
- de proposer un espace de médiation et de socialisation,
- de développer la créativité et les aptitudes à s'exprimer, à communiquer,
- de mettre au travail le lien à l'autre (pairs)
- d'observer et écouter les difficultés,
- de prévenir les risques « psychiques»,
- de participer à l'élaboration des projets individuels,
- de (re)créer du lien avec les parents et retrouver une place dans la famille

- d'ouvrir la parole et le dialogue
- d'apprendre à mieux se connaître (gestion des émotions) et reconnaître ses capacités (confiance en soi)

### Mais aussi :

- Amorcer un suivi thérapeutique repéré comme nécessaire
- Déconstruire les idées reçues et décoller les étiquettes
- Sensibiliser au danger des écrans (de plus en plus d'enfants suivis par le PRE montrent une problématique d'addiction aux écrans)

### Plus largement, tout acte créatif permet :

- de vider sa tête ou son sac !
- de se reconnecter avec ses émotions, avec soi, au moment présent
- de travailler la motricité fine
- de travailler sa concentration et sa persévérance

**Emmanuelle PETIT Art-thérapeute**

[ep.art.therapie@gmail.com](mailto:ep.art.therapie@gmail.com)

[ep-art-therapie.fr](http://ep-art-therapie.fr)

Exemple de projet mis en place en collaboration avec les équipe de PRE :

## Projet défis créatifs Parent/enfant

Au même titre que nous proposons depuis plus deux ans maintenant des médiations familiales (et agir ainsi sur la problématique familiale plutôt que sur un seul individu), nous avons repéré :

### Constat :

- Certaines familles suivies au PRE ne partent pas ou peu en vacances et manquent parfois cruellement de temps privilégiés à partager avec leurs enfants.
- Nous pouvons également relever que les enfants âgés de 3 à 6ans manquent souvent de proposition d'atelier.
- Nous repérons que de plus en plus jeune, les enfants sont sujets aux addictions face aux écrans

Il me semble intéressant de pouvoir proposer des temps créatifs à partager en famille dans lesquels la créativité serait stimuler tout comme la communication. Le manque parfois de moyen pour les loisirs est parfois un argument pour ces familles : j'ai à cœur de leur montrer que l'on peut inventer, créer, partager avec des objets de leur quotidien qui ne demande que très peu de frais voire aucun frais.

- La nature (par-exemple) est un terrain fertile à cela et ne demande qu'à ouvrir notre créativité sans avoir recours à une dépense d'argent. L'occasion de sensibiliser les familles au land art et à la nature.

- le « recycl'art » utilise des objets destinés à être jetés comme les magazines, le cartons etc..

L'atelier est ouvert à plusieurs familles : un parent/un enfant.

L'objectif principal étant pour ces famille de sortir de leur quotidien et prendre un moment avec un de leurs enfants, prendre un temps pour soi à rêver, créer etc.

Les familles pourront se rencontrer, partager leurs expériences, créer du lien avec d'autres familles etc.

Le professionnel pourra également repérer si des besoins d'étayage sont nécessaire

**Emmanuelle PETIT**

**Art-thérapeute**

Ep-art-therapie.fr

Ep.art.therapie@gmail.com

