

---

## L'art médiateur

**Pour majorité, les articles mis en exergue sur Le fil des images reflètent une certaine vision de l'éducation artistique comme un moyen de transmettre des connaissances, une façon de permettre l'épanouissement de la personne et de rencontrer l'altérité. En élargissant le spectre, pourtant, il est intéressant de voir en quoi un processus créatif ou l'usage d'un objet culturel peuvent devenir une modalité thérapeutique. Les rencontres professionnelles organisées en 2018 par Sauve qui peut le court métrage et Ciclic Centre-Val de Loire ont donné la parole à [Sonia Winter](#), vidéaste et art thérapeute, et Arnaud Sylla, thérapeute.**

Arnaud Sylla est psychologue. Au sein de l'association Hébé, il utilise le jeu vidéo lors de ses consultations auprès d'adolescents en rupture scolaire et sociale. Au Centre Oreste, à Tours, les murs de son bureau sont remplis d'affiches de cinéma et d'albums. Avec ses jeunes patients, il échange sur les goûts de chacun. Sonia Winter, quant à elle, est vidéaste, diplômée en photographie, cinéma et audiovisuel. Au fil des années, elle s'est tournée vers l'art thérapie et poursuit des travaux de recherche sur les possibilités psycho-sociales du langage vidéo. Suite aux attentats du Bataclan en novembre 2015, elle a participé, avec douze autres thérapeutes, à un [projet d'accompagnement des victimes par l'art thérapie](#). Psychologue pour l'un, vidéaste pour l'autre, les deux professionnels se rencontrent sur un point : l'utilisation, dans leurs fonctions respectives, de l'art et de l'objet culturel comme objet de médiation dans ce qu'Arnaud Sylla qualifie, au regard de son activité, de *“processus de guérison, de construction de lien avec son propre corps, son propre psychisme, dans une inscription avec un territoire donné”*.

L'art thérapie est une approche centrée sur le processus créatif en tant que modalité thérapeutique. Cette pratique repose sur une expérience artistique, sensorielle et ludique à travers différents procédés : peinture, dessin, collage, modelage...

Pour sa part, *“l'idée est de prendre en compte les problématiques des adolescents avec les objets du contemporain. Le jeu n'est pas de créer un rapport de séduction mais de proposer une rencontre moins réfractante, latéralisée. De*

---

valoriser l'adolescent." Après de publics ayant vécu des événements traumatiques, l'enjeu est amplifié. Dans le cadre du projet mis en place avec les victimes du Bataclan, le Docteur en Psychopathologie-HDR, [Hélène Romano a largement témoigné de la "violence indicible"](#), qui *"peut conduire à des blessures psychiques plus ou moins visibles"*. Pour la spécialiste, *"mettre des mots sur l'innommable, parvenir à ne plus être submergé par les reviviscences et par ses émotions, nécessitent du temps et pour certains toute une vie n'y suffira pas. L'Art-thérapie est un support de médiation qui permet d'appivoiser ce qui ne peut pas s'exprimer par des mots et qui permet aux blessés psychiques d'appivoiser peu à peu leurs ressentis et de ne plus y être soumis. Dans un contexte de prise en charge post-attentat, c'est un relais des plus précieux pour permettre aux impliqués de redevenir acteur de leur vie en faisant de ce qu'ils ont vécu un temps de créativité qui les aidera à dépasser cette épreuve"*.

Sonia Winter y est venue progressivement. Sa première prise de conscience est survenue lors d'un projet de film documentaire : *"Je me rendais compte que cela faisait du bien aux gens de se voir, de parler devant une caméra !"*. Et effectivement : *"dans le cadre d'un atelier, on voit assez vite comment, rien que la mise en mouvement, peut occasionner, très vite, de petits changements. Un regain de confiance en soi, d'estime, de rapport à l'autre"*.

### **L'art thérapie : un concept décrié**

Les professionnels comme Sonia Winter ne sont pas dupes : l'art thérapie est loin de faire l'unanimité. Et c'est vrai : *"l'art n'est pas thérapeutique en soi et l'art n'a pas d'effet magique, répond Sonia Winter. "En revanche, je considère que le terme "thérapeutique" n'est pas forcément synonyme de guérison. Ca peut vouloir dire aller vers un mieux-être ou un bien-être. Personnellement, ce qui me tient à cœur, c'est de pouvoir guider les personnes sur le chemin de la résilience. C'est à dire aider les victimes à trouver les ressources en elles-mêmes et par elles-mêmes, pour qu'elles aillent vers un mieux-être. Ces ressources vont être liées à la créativité, à l'imagination, à l'expression artistique."*

### **L'image en art thérapie**



De par sa formation, Sonia Winter pratique l'art thérapie par l'image. *“Le langage image va permettre de contourner le langage verbal. On va pouvoir dire des choses que le langage verbal ne peut pas dire, ou le dire autrement. Le processus de faire des images, par exemple, va nous permettre d'en parler.”* La vidéaste constate de nombreuses similitudes entre certaines fonctions de l'image et de la psyché, comme les processus de mémorisation, de focalisation du regard et l'effet bouclier provoqué par la caméra. Cet effet bouclier (ou prothèse), Sonia Winter l'a de nouveau constaté lors des ateliers 13 Or de vie, auprès des victimes des attentats du Bataclan. *“Dans le scénario [qu'elles avaient elles-mêmes rédigé], l'une des scènes se déroulait dans le métro parisien. Toutes étaient réellement angoissées à l'idée d'y tourner. C'est un lieu enfermé, où il y a déjà eu des attentats... Mais vu qu'elles l'avaient écrit, on y est quand même allé et elles ont réussi à filmer. Même si ma présence, la motivation de réaliser un film, ont certainement aidé, la caméra crée un vrai sentiment de protection.”*

Les personnes qui ont subi un événement très traumatisant ont souvent du mal à en parler ou même à raconter leurs difficultés quotidiennes. *“Le fait de passer par l'image et par la réalisation, permet de ne pas avoir à “tout dire tout de suite”, de prendre son temps. D'autre part, la fiction nous permet d'utiliser des représentations métaphoriques : une ombre, une personne qui va représenter quelque chose mais sans que l'on sache forcément dire quoi [par exemple, un personnage sombre, masqué, qui représente la mort]. On va aussi passer par des sons [dans l'exemple de cette vidéo, on ne met pas des sons de kalachnikovs, mais on met une guitare qui émet des bruits très violents]”.*

Bien sûr, les personnes ne sont pas toujours conscientes, sur le moment, de ce qu'elles sont en train de représenter. *“Souvent, ce n'est qu'au moment du montage, une fois les sons et les images associés, que cela commence à faire sens progressivement... Elles vont le voir, le revoir... et cela va passer par d'autres cheminements dans la pensée que celui des mots. Mon rôle à moi c'est de guider vers cela, sans à aucun moment livrer ma propre interprétation ou les forcer à parler là-dessus.”*

## La posture de l'art thérapeute

---

In fine, nombreux sont les arts thérapeutes à se définir comme un “trait d’union”. L’équivalent, en psychanalyse, du “transfert contre transfert”. Sonia Winter annonce toujours la finalité très clairement. *“La proposition de l’atelier est l’expression artistique. On est là pour faire un film. On sait que les personnes s’inscrivent à l’atelier parce qu’elles ont subi un traumatisme, ou qu’elles ont des difficultés, des freins pour vivre leur vie normalement, mais à aucun moment on dit qu’elles font cet atelier expressément pour faire un travail sur ce traumatisme.”*

Chacun est libre de s’exprimer comme il le sent. Chacun choisit l’histoire qu’il a envie de raconter. Peu importe si cela a un lien direct ou non avec leur traumatisme. *“Le rôle de l’art thérapeute est de tirer des fils, des fils invisibles, pour les emmener à prendre conscience par elles-mêmes de ce qu’il y a “derrière”, de guider les étapes de création, en posant des questions, d’apporter des solutions artistiques aux questions qu’ils se posent (par exemple : “Je ne sais pas comment exprimer techniquement, que j’ai une angoisse”), d’encadrer et de sécuriser les participants, par le lieu et l’espace...”*

Chez les adolescents rencontrés par Arnaud Sylla, dans sa fonction de psychologue pour l’association Hébé, *“l’enjeu est tout d’abord de différencier le temps de l’enfant et celui de l’adulte. L’adolescent quitte le continent de l’infantile vers le continent de l’adulte, c’est un sujet en devenir, qui se trouve dans une position singulière de réexplorer les choses, de se différencier, un temps de s’approprier des choses, temps du passage. Les adolescents sont sensibles à comment on parle d’eux. Il s’agit de se mettre à distance (de la famille, des mots parentaux,...), pour se réapproprier autre chose au sein de la scène sociale.”* D’où l’intérêt de recréer de la discussion et de la latéralité dans la relation, grâce au jeu vidéo...

Amandine Cauchy

**A lire, à regarder, pour poursuivre la réflexion...**

- [La démarche de Nicolas Contant et du groupe cinéma du centre Artaud](#)
- [Médiations numériques : jeux vidéo et jeux de transfert](#)