

Will de Graaff,

Auteur avec Claude Jeangirard de « La troisième dimension dans la construction du psychisme » anime un atelier d'expression picturale à la Chesnaie depuis 1981.

L'atelier dans l'institution

J'ai l'intention de parler plus spécifiquement de l'atelier peinture pour raconter mon expérience dans un atelier d'expression mais en préambule, je souhaite situer cet atelier dans le contexte de la clinique et du Club. Et en aval, situer les ateliers et les contrats dans le contexte du soin.

*Une clinique ou un hôpital psychiatrique n'ont pas pour vocation de développer la vie culturelle .
Au départ, dans les hopitaux psychiatriques, le budget d'ergothérapie servait à développer des activités occupationnelles, souvent des tâches répétitives, pour des commandes d'objets en sous-traitance; Ce budget servait aussi payer le pécule des patients.*

*Dés sa fondation en 56, la Chesnaie a choisi de proposer aux patients des tâches qui aient réellement un sens, ceci dans la mouvance de la psychothérapie Institutionnelle, telle qu'elle avait vu le jour à Saint-Alban pendant la guerre 39/45 sous l'impulsion de Tosquelles.
Ce qu'on appelle à la Chesnaie un "contrat" est d'abord une incitation à participer à la vie collective.*

Dans les institutions, le souci de proposer des ateliers l'expression à l'ensemble des patients, est assez récent. Jusque vers 1960, on ne reconnaît que la créativité individuelle. Des médecins soutiennent des patients exceptionnels dont on trouve les œuvres exposées dans les collections de l'ART BRUT. (Se rapporter à Prinzhorn ou aux collections Dubuffet.)

L'art-thérapie se développe dans les années 70. Dans ses débuts, elle est plus en rapport avec la psychanalyse qu'avec une reconnaissance des effets spécifiques du médiateur artistique; On s'intéresse à la psychopathologie de l'expression et à l'interprétation des œuvres. Quand on exige du futur thérapeute une pratique artistique, sa connaissance en la matière importe peu, on jongle avec l'idée que tout le monde est un peu artiste.

Le dessin est surtout utilisé en tant que vecteur de la parole dans les thérapies, plus particulièrement auprès des enfants ou à travers des tests utilisés par les psychologues pour déceler des troubles de la personnalité.

*Ma démarche est d'un autre ordre: elle met la réalité du besoin d'expression au premier plan et prend en compte le **vécu** associé à la créativité. Tout les individus n'ont pas vocation à devenir artistes mais ils ont tous un rapport étroit avec l'expression picturale, le dessin ou la peinture depuis leur plus jeune âge. J'y reviendrai après avoir situé mon atelier dans un contexte plus général.*

Les ateliers

A la Chesnaie, les ateliers font partie d'un ensemble comprenant le domaine du soin et celui des activités quotidiennes.

Dans les activités quotidiennes, il y a des activités d'expression, mais aussi de loisir, culturelles, sportives ou d'utilité communautaire, qui se manifestent par la présence d'ateliers, des propositions de sorties diverses et les contrats mentionnés précédemment

La rémunération des contrats ainsi que le budget de fonctionnement des ateliers d'expression est pris en charge par la clinique sur son budget d'ergothérapie. Ce sont les ateliers dont la finalité n'est pas de produire des objets qui donnent lieu à des expositions ou à des ventes,

Les ateliers productifs ou de loisir dépendent du CLUB . Poterie, vélo, sport, bibliothèque, jardin. Ils sont gérés par des comités ou réunions paritaires. Les gains obtenus par la vente des objets n'est pas suffisante pour leur existence et c'est aussi le budget d'ergothérapie qui permet leur fonctionnement.

Le Club est une association 1901. Il est un pôle principal de la psychothérapie Institutionnelle car il permet de trouver des financements à ses actions (par les adhésions, les campagnes de dons, les concerts et fêtes annuelles, les ventes de produits, etc., ce que la clinique n'est pas habilitée à faire.

En plus de la gestion d'activités, le Club est le lieu où le patient est reconnu à une place citoyenne. Il peut y prendre des responsabilités, y compris l'engagement au Conseil d'Administration.

Au Bureau Exécutif du CLUB, on discute des activités mais aussi des orientations du Club. L'investissement des soignants et des patients en interne est capital parce que la politique d'externement des malades mentaux dévalorise – à leurs yeux- la vie dans l'institution.

Les patients sont toujours prêts à s'inscrire à des sorties, à faire une activité qui leur donne l'espoir d'une réinsertion, mais ils ont besoin de notre stimulation pour s'investir dans des activités en interne qui les amènent à s'enrichir et à se valoriser. Cette valorisation qui sera justement un facteur de socialisation.

Fréquenter un atelier d'expression

Fréquenter un atelier, avoir une activité créative ou de loisir, ce n'est pas la même chose en milieu ouvert ou en institution. C'est vrai, que l'on soit l'animateur ou l'utilisateur.

Si vous êtes l'utilisateur, en milieu ouvert, vous faites un choix parmi toutes sortes de possibilités. L'animateur aura pour mission de vous initier à une technique et les autres participants auront plus ou moins les mêmes motivations et les mêmes capacités d'apprentissage.

En institution, un groupe hétérogène de participants est réuni artificiellement –pour la durée d'un séjour de soins - autour d'un nombre réduit de pôles d'activités. Les capacités d'apprentissage sont très diverses et souvent très invalidées par la pathologie.

Le projet du praticien doit aussi s'inscrire dans le cadre de l'institution et dépend du courant théorique qui y règne.

La psychothérapie institutionnelle, comme son nom l'indique, implique qu'il n'y ait pas de pôle d'action individuel. Le moniteur d'atelier, comme tout autre, fait partie d'un collectif soignant. L'action est spécifique selon le lieu, mais on travaille en respectant l'ensemble du plan de soin établi en équipe pour le patient.

On dit « les murs soignent », ça veut dire qu'on est un intervenant parmi d'autres, pour un plan d'accompagnement et de soin où le rôle de chacun est bien défini.

Un exemple en ce qui me concerne, mes ateliers qui accueillent les patients en groupe, ne sont pas à confondre avec le lieu de la psychothérapie. Je veille à ce que les patients n'y étalent pas leur vie privée ou n'envahissent pas l'espace avec leurs symptômes.

Je rappelle souvent que ce n'est pas un lieu d'accueil thérapeutique qui impliquerait des séances en individuel et une formation théorique d'ordre psychanalytique que je n'ai pas, Le contenu des peintures ou dessins n'est pas interprété avec ou à l'insu des malades. S'ils désirent les commenter auprès de leur médecin ou psychothérapeute, c'est possible mais l'entretien n'aura pas nécessairement lieu en ma présence.

Le choix fait à la Chesnaie à mon arrivée et que je continue à trouver essentiel était celui d'un lieu convivial d'expression.

Le cadre

Les ateliers doivent se dérouler dans un cadre bien défini.

Il existe des « ateliers d'accrochage », tout simplement des personnes qui ont choisi de se mettre dans un lieu passant.

Mais l'atelier peinture, est un contenant, c'est-à-dire un lieu clos où on doit être assuré d'être protégé de toute effraction parce qu'on est particulièrement vulnérable quand on peint ou qu'on dessine .

Peinture

A notre époque, on a un certain goût pour l'expression libre et sans contrainte. Par « expression libre », on entend le fait de privilégier la démarche spontanée et de limiter les apprentissages. C'est toujours très à la mode mais j'ai été entraînée sur d'autres chemins d'une part, par la rencontre d'Arno Stern et sa notion de Langage Plastique Enfantin d'autre part, par la pratique du yoga qui m'a amenée à privilégier l'attention à la gestuel.

J'ai animé des ateliers en milieu urbain, en IME et en Hôpital de Jour pour adolescents. Dans tous les cas, j'ai remarqué qu'il y a une jubilation à peindre, une spontanéité chez l'enfant et chez l'adolescent. Permettre à des adultes de renouer avec une démarche créative m'a paru essentiel.

D'autre part, la persistance de modalités enfantines dans l'expression de l'adulte, en particulier dans le cas de schizophrénie, m'ont confirmée dans cette direction et vous verrez que, pour moi, l'expression « libre » implique certaines contraintes.

L'atelier

Quand on parle de peinture ou de dessin, on est tenté d'aller directement au produit fini, au « beau tableau » et on s'interroge sur ce qu'on va pouvoir en tirer comme satisfaction esthétique, comme observation ou comme interprétation.

Quand j'ai commencé à faire des ateliers, j'étais convaincue qu'il fallait prendre en compte le ressenti au cours de la pratique, quelque soit le résultat. Peindre, dessiner ou sculpter peuvent procurer une forte décharge émotionnelle. Plus qu'un savoir-faire, il faut une disponibilité intérieure et cette disponibilité se cultive...Mais comment transmettre cette conviction à des personnes qui sont obsédées par le fait d'obtenir un résultat et qui pensent que cela ne dépend que d'un don ou d'un apprentissage?

Pour d'Arno Stern qui s'est intéressé au dessin d'enfant après la guerre 39/45, le vécu intérieur était primordial. Il avait pris en charge des orphelins, enfants et adolescents juifs ayant vécu l'indicible, et il s'était rendu compte que la peinture était un mode d'expression privilégié pour ces enfants qui avaient vécu des situations traumatisantes.

D'abord assez proche des psychanalystes, il s'est démarqué par sa volonté de préserver la part intime de l'expression de toute intrusion. Il a associé l'expression picturale à une mémoire organique prénatale.

Voici comment il s'exprime dans un de ses ouvrages, l'Homme Vulcanus":

"Du fond de mon être s'élève la matière de mon passé, d'un passé dont l'existence obsédait mes entrailles. Alors, ce que tu as vécu, mon corps, et dont tu as une mémoire, a-t-elle un langage pour son expression?"

Il découvre que cette mémoire organique se manifeste par un ensemble de formes-types qu'il réunit dans « une grammaire du langage plastique enfantin ».

Il s'intéresse donc aux formes et aux structures en relation avec l'expression de sensations bien antérieures au langage et même se rapportant à la genèse de l'être.

Des premiers gribouillis à la capacité de concevoir des formes, il a répertorié les spécificités du langage plastique en l'associant à un état prénatal. Par exemple, il a rapproché un dessin d'enfant représentant un bonhomme enfermé dans un cernage de la radiographie d'un embryon dans sa poche. Les formes en entonnoir ou les jaillissements volcaniques sont associés à la naissance et plus tard à toute forme de libération.

Ces formes-types sont peu nombreuses et utilisées par tous les enfants.

Un assemblage a particulièrement retenu mon attention : Il s'agit de la figuration d'un ensemble comportant le soleil et le ciel, une maison géométrique avec une cheminée oblique, parfois un ou des arbres-boule et des d'oiseaux en V.

Que ces formes soient issues de nos plus anciennes réminiscences n'a pas été ma principale source d'intérêt parce que j'étais fascinée par le fait qu'elles sont les formes primordiales de la géométrie, cercle, carré triangle. En effet toutes les formes complexes qui nous entourent peuvent se rapporter à ces formes élémentaires.

Le Tao est d'ailleurs représenté par l'association du cercle, du carré et du triangle.

La maison, appelée prémaison par Arno Stern, sous le point solaire et la ligne du ciel, instaure une géométrie au centre de l'espace à conquérir. Parfois dotée de bras, de jambes et surmontée d'une tête, c'est une représentation humaine.

Cette géométrie s'avère nécessaire aux enfants pour faire émerger et évoluer la capacité de représentation. Elle va perdurer entre la cinquième et la neuvième année comme un canevas servant de base à l'émergence d'une expression personnelle qui va de pair avec la capacité de déterminer un espace en trois dimensions : largeur, hauteur et profondeur. Au départ, l'enfant ne dispose que de la la frontalité ; tous les objets sont juxtaposés sur un plan unique.

Le lien entre la petite maison, qui est l'élément central, à la fois maison , corps ou visage, et la représentation de soi est bien connu des psychologues et psychanalystes d'enfants. C'est pourquoi, dans les thérapies d'enfants, le dessin est si utilisé.

En effet, ce cheminement qui se déroule entre l'âge cinq et neuf ans environ, comprend le stade œdipien, c'est-à-dire le moment où l'enfant

se détache du giron maternel pour entrer dans la sphère paternelle. C'est le moment où on quitte l'indifférencié pour se percevoir comme sujet.

La production picturale, avant la résolution de l'œdipe, n'est pas vécue comme différenciée de soi, elle procure la jubilation du tracé et celle de l'échange avec les proches à qui l'on donne le dessin comme si on se donnait soi-même.

Quand vers 7 ans, l'enfant perd cette relation privilégiée, quasi osmotique à l'objet et s'en distancie, il devient capable de le critiquer et de copier les aînés ou les magazines. C'est là qu'interviennent les possibilités d'évolution par apprentissage.

Quand le déroulement est entravé, par traumatisme ou maladie, l'enfant n'arrive pas nécessairement jusque là et sa capacité de représenter est aussi entravée. La schizophrénie, en particulier, entraîne une fixation à l'expression pré-œdipienne car l'acquisition d'un espace de représentation en trois dimensions n'a pas abouti. Dans ce cas l'image du corps ou la représentation de la réalité est empêchée.

Avec Claude Jeangirard, nous avons différencié cette géométrie préliminaire, des formes et situations plus complexes que permet l'accès aux 3 dimensions.

- Les formes où le segment intervient qui sont celles de la géométrie. Les formes primordiales de la géométrie donnent chez l'enfant naissance à l'agencement spécifique de la maison avec soleil et ciel . Cela signifie que nous ne considérons pas la maison triangulaire comme une représentation anthropomorphique mais comme une représentation symbolique en rapport avec l'espace .

- Pour accéder à des formes plus complexes, cette géométrie s'allie à des tracés qui sont de l'ordre de la gestuelle, de l'ordre du vivant, qui naissent d'une impulsion physique: légèreté des premiers filaments informels, violences des pointillages, du gribouillages ou traits lancés en tous sens avec jubilation... Ils sont de l'ordre de l'arabesque. Le bonhomme têtard et le bonhomme patate sont en sont issus.

J'insiste sur la genèse du langage plastique enfantin parce que cela nous concerne à la Chesnaie dans la mesure où les adultes psychotiques, qui n'ont pas pu accéder à la capacité de représenter en 3 dimensions, y sont restés figés. Ils gardent un attachement à leurs productions qui est celle de la petite enfance où l'expression est pure projection du monde intérieur.

C'est ce qui explique d'ailleurs l'engouement pour l'atelier.

Face à leur feuille, les patients se projettent au sens propre comme au figuré: c'est-à-dire qu'ils ont une gestuelle à deux temps: ils prennent la peinture et l'eau dans le pot et d'un geste se retournent vers la feuille et l'applique d'un seul coup. (Pas le troisième temps qui permet de prendre du recul). La raideur générale du corps, la respiration oppressée sont autant de phénomènes induisant l'immobilité corporelle .

Ce sont ces raisons qui rendent le dispositif d'Arno Stern si utile ici.

Le matériel

L'acte de peindre dépend de l'outillage dont on dispose et des conditions d'accueil. C'est le cadre nécessaire. C'est à la fois un cadre matériel et un effet de langage, à travers les règles énoncées.

A la Chesnaie, comme ailleurs, mes ateliers s'organisent autour d'une table palette s'inspirant du modèle créé par Arno Stern. Elle peut sembler contraignante mais elle permet d'aborder beaucoup plus que la peinture !

Elle offre un accès direct à une gamme colorée .

En psychiatrie adulte ou en IME, il est souvent difficile, soit pour des raisons psychiques, soit à la suite de handicap physique, de se débrouiller seul pour faire des mélanges. La table met à disposition 18 godets de couleurs harmonisées, avec deux pinceaux et un pot d'eau par couleur. L'espace entre le godet et le pot d'eau sert à malaxer le mélange eau/peinture.

Comme on change de pinceau quand on change de couleur, les couleurs restent longtemps vives, même avec plusieurs participants un peu brouillons...à condition qu'on soit vigilant,

Accéder à l'atelier par la table palette, c'est privilégier le geste et la couleur au détriment du dessin; le dessin est un acte qui demande un

savoir faire alors que la couleur est une affaire de ressenti. On a tous un rapport préférentiel avec certaines couleurs.

*Les couleurs sont des gouache de bonne qualité.
Ce n'est pas la gamme harmonisée d'A.Stern pour des raisons économiques et pratiques
J'ai opté pour les couleurs primaires, le rouge magenta, le bleu Cyan et le jaune primaire qui, mélangés par deux, donnent les couleurs secondaires, les orangés, les verts et les violets. Selon la quantité de l'une ou l'autre teinte, la couleur est plus ou moins foncée.
Mêlées ensemble, les trois couleurs donnent le marron qui varie selon la dominante rouge, bleu ou jaune. Le noir et le blanc permettent d'obtenir des valeurs plus ou moins foncées et j'ai ajouté l'ocre jaune parce que c'est une composante très utile pour rabattre les tons purs.
Le rose, (rouge et blanc) et le bleu ciel (bleu et blanc) sont souvent utilisés, c'est pourquoi ils sont présents sur la table.*

Ce que j'avais choisi pour des raisons économiques s'est avéré intéressant d'un point de vue de l'ambiance: la fabrication des mélanges est l'occasion de discussions.

Les participants sont invités à peindre en position debout sur de grandes feuilles avec des pinceaux de gros calibre mais d'une grande finesse de pointe. Selon la façon dont on les utilise, avec la pointe ou avec le corps, on peut passer des aplats pour faire des surfaces aux plus petits détails.

Au départ, ces pinceaux ont été conçus pour l'aquarelle (qui se fait à l'horizontale avec des pigments très colorés et beaucoup d'eau). Arno Stern les a détournés de leur fonction pour obliger les participants à prendre en compte le dosage d'eau et de peinture. Trop d'eau et ça coule ! trop de pâte et ça fait des paquets ! Le contrôle des dosages oblige à beaucoup d'attention.

Cette obligation d'être attentif à son outil et aux dosages est d'une grande subtilité car quand on est concentré sur le dosage d'eau et de pâte, on n'est un peu éloigné de ses cogitations !

Le mal-être fait qu'on se recroqueville, qu'on est tendu ou figé. Les gestes peuvent être très raides . En particulier les bras et les épaules, ce qui donne aux psychotiques cette allure si caractéristique. Cette méthode qui amène à peindre debout permet d'aider à la décontraction en agissant sur l'amplitude du geste. Le geste assoupli permet de passer

de tracés lourds et figés à des des tracés rythmés qui vont se propager dans le corps.

J'insiste sur la pince des doigts.

La main est l'outil de notre civilisation. La pulpe des doigts est innervée, très sensible.

Amener à faire se relâcher la pince des doigts, c'est libérer le poignet. Le poignet assoupli, tout le bras peut bouger et l'épaule se relâche. Le relâchement des épaules a une incidence sur tout le corps et sur la respiration. On voit donc qu'accompagner une personne dans sa gestuelle, c'est lui permettre de se décontracter et par ce fait de mieux se concentrer.

Pourquoi de tels pinceaux, qui sont tellement onéreux ? ... qui s'écrasent et s'abîment si on les maltraite ? Ce n'est pas le cas des brosses dures dont on peut se servir même avec brutalité.

C'est justement pour amener une contrainte.

Certains considèrent la contrainte inutile et pensent que la liberté du geste est libératrice. On peut avoir en tête « l'Action-Painting » mais les grands gestes débridés n'apportent qu'un mieux-être passager. Un état de tension se muant en excitation peut prendre la voie de la violence, contre soi ou contre les autres.

Il y a donc une différence fondamentale entre le défoulement qui conduit aux lisières de la violence et le fait d'être accompagné pour apprendre à projeter vers l'extérieur un geste fort, dense, qui engage tout le corps.

Ces simples outils, couleurs et pinceaux et le choix de la position debout ont un effet très positifs sur le résultat qui va s'améliorer, pour chacun, en lien avec ses propres rythmes et sa sensibilité aux couleurs. On comprend alors que l'important, ce n'est pas que la peinture soit jolie, mais qu'elle a été pleinement vécue.

Les peintures sont l'extériorisation d'un ressenti corporel, d'un vécu que l'humain a besoin d'expérimenter tout au long de sa vie. Le praticien doit offrir un espace contenant pour que cela ait lieu.

IC'est la raison pour laquelle, pendant les premières séances, je n'interviens pas sur le contenu, ni par des propositions d'ordre culturelles ni par la proposition de documents. Ceci se produira plus tard, en relation avec des choix individuels.

*Mais la possibilité d'expression n'est pas toujours évidente !
Bien sûr, il y a des personnes qui sont heureuses de laisser aller sans gêne au geste de peindre, comme guidées de l'intérieur par leur rapport intime aux couleurs et aux rythmes mais pour la plupart, c'est difficile et surtout, c'est difficile de s'y tenir. Beaucoup sont incapables de supporter la consigne et tentent de représenter des formes existantes.*

Il faut aussi tenir compte des personnes intimidées par la feuille blanche, par la position debout, par le geste et qui se laisseront (un peu) apprivoiser, en position assise, devant un document ; Peindre debout permet de se détendre, d'affiner son geste... encore faut-il pouvoir le supporter. Un patient me disait que peindre debout, c'était la violence alors que dessiner lui apportait de la détente. Peindre, pour lui, disait-il, c'est se déshabiller.

D'autres n'ont pas forcément envie de se plier aux exigences de l'atelier. Un jeune peintre tagueur à qui je proposais juste d'essayer les pinceaux avec les couleurs de la palette s'est mis en colère et a dit « Je ne vous demande pas d'enlever votre froc ! je ne peux pas changer d'outils, mes outils, c'est moi ! »

Pourtant je considère toujours la table palette et son dispositif bien ordonné comme le point fort de l'atelier. Il est au centre de nos échanges et c'est une métaphore magnifique de réalités de l'existence:

Évolution au fil des séances : Pendant les premières séances, pour mettre l'accent sur la gestuelle, les participants se servent uniquement de la table palette et des pinceaux. Les mélanges se font directement sur la feuille, par superposition. Mais ensuite, si on a besoin d'une certaine quantité de couleur qui ne figure pas sur la table, on dispose de palettes individuelles. Inventer ses propres couleurs est passionnant. De même, le pinceau aquarelle offre des possibilités limitées. Utiliser brosses, rouleaux, couteaux à palette ouvre d'autres horizons...

Mais quelque soient les outils supplémentaires proposés, je reviens au pinceau aquarelle vraiment très utile, même avec des personnes lourdement handicapées, pour délier le geste.

Dans la plupart des cas, les adultes, passé le premier « barrage » de l'autocritique qui fait dire « à l'école, j'étais nul en dessin » ou « je

ne sais pas quoi faire », arrivent à trouver une sensation de bien-être et s'engagent dans une démarche qui est plutôt valorisante .

Autre aspect intéressant de ce dispositif, il oblige à une certaine convivialité. On peut peindre à plusieurs à condition qu'on en respecte les contraintes. La convivialité passe aussi par la présence de stagiaires ou soignants dans l'atelier, venu là pour peindre ou dessiner et non dans leur rôle de soignant.

Le rangement.

Les peintures sont conservées dans l'atelier tant que dure la fréquentation. Il faut donc prévoir un espace où elles sont à l'abri et faciles d'accès pour les sortir et les revoir avec les auteurs.

Revu 2014

Ce texte a pour but d'ouvrir le dialogue. Pour plus d'informations, me contacter à la clinique de la Chesnaie