

Commentaire

L'approche thérapeutique donnée à l'art est non seulement intéressante, mais aussi essentielle.

Intéressante, puisque Marie-Thérèse de Tcharner propose ici une réelle méthodologie de l'«aide par l'art» : l'art devient ici réellement une tentative de solution.

Essentielle, car les jeunes, *a fortiori* encore plus celles et ceux qui «ne vont pas bien», ont besoin de trouver des moyens d'expression, des moyens de création.

C'est tout cela l'art-thérapie.

Mais c'est aussi, par exemple, l'Atelier d'art à Genève. Existe-t-il idée plus brillante que celle d'allier l'expérience de vie d'une artiste et celle d'un travailleur de rue ?

Tel est en effet le défi de Véronique Kupper et Glenn Benoudiz, fondateurs de l'Atelier d'art : mettre l'«art au service du social».

Ce qui, dans la pratique, veut dire un atelier dans lequel on peint, se fauillent des sculpteurs, dans lequel brillent des graphistes en herbe aux portes toujours ouvertes. Ainsi, chacun peut y venir, y pratiquer de l'art, s'y trouver peut-être une raison de vivre, y trouver certainement un moyen de s'exprimer.

Mais tout ceci, pas n'importe comment. En effet, c'est un travail qui est entamé : c'est une artiste qui explique que, quelque soit l'art, quelque soit le style, quelque soit le goût, il faut respecter «certaines règles» et utiliser des «méthodes certaines», même s'il est aussi vrai qu'à l'Atelier d'art on peut aussi réinventer : c'est aussi un assistant social qui «accompagne» la création, qui sait que s'exprimer peut être plus qu'un «simple» tableau.

Bref, l'art c'est, pour certains, une sorte de thérapie.

AURELIE JAECKLE & FLI

Dossier :

art de vivre - vivre son art

Libre parole :

art- thérapie

C'est une possibilité d'exprimer notre passé dans notre présent au travers de la peinture ou d'un autre matériau comme la terre glaise.

Aujourd'hui on sait que le vécu important reste mémorisé dans notre inconscient par l'image ou par un autre sens, par exemple l'ouïe ou l'odorat.

L'homme parle de ses souvenirs, bons ou mauvais, du temps passé. Facile de parler des bons souvenirs mais comment exprimer les passages douloureux ? On les enfouit plutôt en soi, persuadé de les oublier. Le jardin secret garde bien les semences, les bonnes et les mauvaises. Ces dernières nourrissent nos émotions et elles nous envahissent, nous empêchent de grandir et d'évoluer dans notre propre personne. Trop souvent elles sont responsables de nos maladies physiques et psychiques.

Dans ma fonction d'art-thérapeute, j'ai appris des techniques afin de stimuler cet inconscient et de l'amener en surface par le dessin.

En rassemblant les couleurs et les formes, avec de l'émotion en soi, l'homme est en plein processus de création. Dès lors il fait de l'ordre dans son chaos, dans lui-même. L'intellect laisse place à l'inconscient et les barrières se lèvent. Le passé devient actuel. Face à son propre dessin, l'esprit laisse place à la parole. Le temps fait son chemin et l'émotion est beaucoup plus facile à gérer. Quand les mauvaises herbes

sont arrachées, la terre retournée, le moment est venu de replanter. Ensemble on recherche les qualités propres permettant de créer une structure nouvelle et solide.

Dans notre formation, il existe aussi une partie consacrée à l'expression picturale.

Là, j'accompagne un groupe de 4 à 10 personnes. Un loisir comme la danse, la musique, une possibilité de vivre, de laisser jaillir ses émotions, son plaisir, sa tristesse ou même sa rage. J'observe, j'interviens et si désiré, je propose des séances individuelles pour approfondir le travail. Dans ces groupes, l'ambiance est toujours très chaleureuse. Plonger dans sa propre création et en même temps partager ses expériences ouvre la porte à la tolérance et installe la confiance humaine.

Franchir la porte d'un atelier d'art-thérapie n'est pas si simple parce que l'on n'ose pas : «Je ne sais pas dessiner.» Surprenant, tout le monde sait dessiner, surtout lorsqu'il n'y a ni barrière, ni jugement, ni bon, ni mauvais.

MARIE-THERESE DE TSCHARNER

contact :
tél. : 021 808 65 00
courriel : edetsch@worldcom.ch