

## 26 août 2017 : Une journée à La Source - Art-thérapie et Méditation

"Créer, c'est résister. Résister, c'est créer." Stéphane Hessel

Organisée par **Nathalie Renault** - enseignante et art-thérapeute - ISA Lyon (A.F.R.A.T.A.P.E.M.) + DU art-thérapie Poitiers - DU psychologie interculturelle Bordeaux - présidente et fondatrice de l'Atelier N.O.R.A.

avec la présence gracieuse de :

**Jean-Louis Aguilar**, ARAT Béziers : association pluridisciplinaire - infirmier, art-thérapeute à Camille Claudel - DU art-thérapie Toulouse - DU méditation et neurosciences Strasbourg - artiste puis soignant puis thérapeute - dans le cadre du Kangoo tour 2017

---

### Matin :

de 9h30 à 10h15 : accueil des **15 participants** [Jean-Louis Aguilar, Nathalie Renault, Colette Beaurain, Catherine Mirande, Nicole Amade, Jean-Bernard Couzinet, Marie-Hélène Daguillanes, Fabrice Davensac, Danièle Dubos, Christine Dupin, Céline Fauxpoint-Gaillarde, Jocelyne Fesernet, Cathy Guilbert, Sylvie Hébrard, Philippe Teissier] et formalités

*Absentes excusées* : Karen Boetschi, Pia Campos, Catherine Fenouillas, Marion Journaud, Isabelle Lasserre, Célia Marion, Ingrid Ory, Elise Pagneux, Morgane Pécot, Gylvânia Réau

### **Nathalie Renault**

Remerciements

Côté pratique

### **Jean-Louis Aguilar : Conférence-débat**

#### Pour un juste équilibre entre art et thérapie

L'art dans le soin et au service du soin

Relaxation et relation d'aide

Psychothérapies médiatisées

Il y a autant d'art-thérapeutes que d'art-thérapies...

« Transformation positive de la personne par elle-même » Jean-Pierre Klein

["Si l'expression soulage temporairement, seule la création transforme durablement."]

notion d'expression libre

La psychiatrie : un régulateur de l'ordre public ?!?

Soin + réadaptation + réinsertion

### Triptyque d'art-thérapie adapté à la psychiatrie :

- Travail autour de l'identité (cf. Lacan)
- Adaptation à sa réalité et réadaptation à la réalité (cf. Freud, Winnicott + *complexe de la mère morte* d'André Green => transmission de la dépression de la mère à l'enfant)
- Communication, socialisation et socialisation (cf. Winnicott - café des arts, sorties culturelles)

La question du corps en thérapie

Le cadre (extérieur) : la règle + rituels d'atelier

Le cadre intérieur : celui du thérapeute (références théoriques intégrées)

L'art-thérapeute = artiste et thérapeute

L'art-thérapeute pratique aussi un art pour lui-même.

### Art-thérapeute en psychiatrie :

- **La médiation thérapeutique : Atelier Création** (atelier de peinture en expression libre de type psychothérapie médiatisée, art-thérapie groupale) => expressionnisme = peindre l'intériorité / empathie et congruence de l'art-thérapeute / 5 invariants de la prise en charge psychothérapeutique : neutralité + empathie + congruence + présence + abstinence sexuelle / *forclusion du nom du père* (Lacan) cf. film de Gaston Chaissac - conférence à Toulouse dans le service du Professeur Sudres en septembre / **création** : permettre au sujet de renaître => « *Faire œuvre c'est faire œuvre pour exister.* » Maldini ( ? ) / La création c'est une possibilité pour le patient de se construire une identité. Le patient a un statut social : il est artiste. / psychothérapie médiatisée par la peinture / sublimation (Freud) : « déviation » (étymologie) => Mélanie Klein [l'art-thérapie : « mine de rien »] / création ≠ sublimation / Le traumatisme est déclencheur de l'acte créateur => la folie créatrice
- **La médiation artistique : Atelier Arts Plastiques** (travail psychopédagogique,

œuvres collectives, Land art, expositions) => *atelier du dedans et du dehors* / techniques mixtes / cf. Winnicott, Mélanie Klein et la notion de réparation, Freud et le symptôme / L'art en thérapie est un moyen et non un but / cf. Lacan : la réalisation de soi + la fixation de la personnalité / Un atelier artistique animé par un artiste ne soigne pas... / art-thérapie contemplative ou passive ? / le tout-thérapeutique... / Le « thérapeute » prend soin de l'autre : rôle d'accompagnateur et médiateur. / l'art contemporain et le marché de l'art... cf. « Le complot de l'art » de Jean Baudriard / Le Beau et l'esthétique (esthésie # anesthésie) / L'art = un combat, un engagement politique / Programme « Culture à l'hôpital » - DRAC - exposition publique « Le mystère Gaudier ou Le mystère de la création » - travailler l'affirmation de soi en affrontant le regard du public => la création pour une transformation psychique / travail sur le motif en extérieur / landart et installations pour se faire plaisir => jardin de l'institution « Le robot Gaïa » / La création au service de l'Institution = l'art de l'art-thérapie / exemples de toiles réalisées par les patients dont « à la manière de Rothko » et Action painting with Jason Pollock / la question des œuvres exposées ou pas... Exposer c'est s'exposer au regard de l'autre / **art brut** et Dubuffet / L'art est avant tout psychopathologique => art ni brut, ni doux, ni demi-sec / Il n'existe qu'une seule sorte d'artiste : l'homme.

- **La médiation culturelle : Atelier Culture en marche** ; mise en mouvement du corps = mise en mouvement des idées / Cet atelier veut lutter contre l'inertie, l'apathie, l'aboulie, l'apragmatisme / culture : partenariat avec des musées de la région => finalité : le soin (pas la culture) / la **créativité** selon Winnicott : « une attitude face à la réalité » ; la généalogie peut être un médiateur créatif et thérapeutique (mais pas artistique)

### Art-thérapie humaniste = intégrative, systémique et contemporaine

[Cf. *Les psychothérapies humanistes* (Etats-Unis, Carl Rogers) - Alfonso Santaripa]

Redonner le goût de vivre = relancer l'élan vital

« Chacun peut suivre la rencontre avec soi-même, à son propre rythme, à condition de n'être assujetti à aucun dogme. » Toscali, psychothérapie institutionnelle à Saint-Alban

### Questions/Remarques :

- **Interculturalité (Philippe)** - l'art et le monde occidental - Dr Avicène et « la maison

des malades » : chambre en rond autour d'une cour avec une fontaine - cf. hôpital Avicène => Marie-Rose Moro - Gilbert Simoé

- **L'art-thérapie en-dehors des institutions ? en libéral ? (Marie-Hélène)**  
hortithérapie ; jardin thérapeutique ; vannerie => Question du bien-être et du développement personnel
- **Villes universitaires et art-thérapie (Nathalie)**
  - 2 DU à Toulouse (psycho et médecine)
  - Pas de DU à Bordeaux => Art cru (Guy Lafargue)
  - Atelier du non-faire, MIAM, etc.
  - Jean-Bernard Couzinet et *L'Arbre rose* à Charles Perrens (Bordeaux CHU)
- **Regard bienveillant et écoute (Jean-Bernard)** de la part du thérapeute et de l'institution - exemple de *L'arbre rose*
- **Est-ce qu'on n'est pas coincés par cette appellation d'« art-thérapie »? (Philippe)** => anglicisme => Thérapie par l'art (et pas forcément les arts plastiques comme aux EU ou au Canada) ; [« Danse-Mouvement-Thérapeute » ou « art-thérapeute par le mouvement dansé »]

Marisol Touraine, avril 2017 => inscriptions du métier d'art-thérapeute (?)

Registre National des Certifications Professionnelles : INECAT, AFRATAPEM, PROFAC + Art cru

Code ROME : 1104 ( ?)

« Profession libérale non réglementée »

[Atelier N.O.R.A. => association Loi 1901 répertoriée par l'INSEE sous l'appellation "Activités de santé humaine non classées ailleurs"]

Un **Diplôme d'Etat**, un métier, une profession, un code de déontologie unique à tous les centres de formation => Jean-Louis Aguilar : "**Art-thérapeutes, debout !**" [billet blog + pétition en ligne] le 18 juin 2016 ; Rassemblement national à Lyon le 15 avril 2017 [naissance du CNA-T]

---

26 août 2017 : **Une journée à La Source - Art-thérapie et Méditation (suite)**

Après-midi : 14 participants [Jean-Louis Aguilar, Nathalie Renault, Colette Beaurain, Catherine Mirande, Nicole Amade, Jean-Bernard Couzinet, Marie-Hélène Daguillanes, Fabrice Davensac, Danièle Dubos, Christine Dupin, Céline Fauxpoint-Gaillarde, Jocelyne Fesernet, Sylvie Hébrard, Philippe Teissier]

de 14h30 à 15h : Nathalie Renault : **Méditation allongée** [Il fait très chaud...] ou body-scan ou scan corporel ou scanner du corps ou encore balayage corporel => **Le voyageur du dedans** [Texte non primé écrit par Nathalie Renault dans le cadre du concours *L'encre des coteaux* organisé par le magazine publié sur la rive droite bordelaise *L'écho des collines*]

**Intermède poétique** : lecture par Jean-Louis Aguilar d'un texte en espagnol

**Jean-Louis Aguilar : Conférence-débat (suite)**

**Psychosomatique relationnelle**

Un esprit sain dans un corps sain

Corps physique et corps psychique

Approche centrée sur la personne (cf. Carl Rogers) - **psychologie humaniste**

Le complexe de la mère morte ou la dépression transgénérationnelle => antidépresseurs et anxiolytiques + psychothérapie verbale ou art-thérapie + **méditation**

Pensées et ruminations - observation des émotions et des sensations - introspection

Philosophie & phénoménologie : Hegel, Merleau-Ponty, Caycédon (sophrologie)

Perception du moment présent, ici et maintenant

« **L'art-thérapie est une stratégie du détour** ». Jean-Pierre Klein

- **Maïeutique socratique** - marche péripatéticienne - métamorphose cathartique « *On finit toujours par être dévoré par ses pensées.* » Socrate
  - Scan corporel
  - **Cohérence cardiaque** : inspire sur 5 secondes et expire sur 5 secondes, pendant 5 minutes (ou 4/6 ou 6/4) [cf. Jean Cottraux et la psychologie positive + application *Respirelax*]
  - Technique de méditation - pensée réflexive (= observer ses propres pensées)
  - Temps de parole (en fin de séance)
- + hygiène du sommeil - psychologie comportementale [dont : pas de télé dans la chambre]
- + hygiène de vie [dont : alimentation]

### Exercices de Qi Gong :

- **Je berce**, debout, genoux légèrement fléchis, en oscillant à droite et à gauche, en respirant calmement.
- **Je plonge**, debout, genoux légèrement fléchis, j'inspire j'ouvre le plexus, j'expire je laisse les bras partir vers l'avant.
- **Je m'asperge**, debout, genoux légèrement fléchis, j'inspire, je ramasse, j'ouvre le plexus, puis je m'asperge le visage.
- **Je berce**, debout, genoux légèrement fléchis, lentement.

**Méditation assise 15 minutes** : 5 minutes de méditation guidée : « *Prendre le train du présent* » + 10 minutes de méditation libre

Notion d'impermanence

Demain n'est jamais là...

Ici et maintenant => phénoménologie et méditation - gong et vibrations

Représentations mentales

Image/Métaphore de la méditation : une bouteille d'eau avec un peu de terre, renversée et remise debout... des particules en suspension, très nombreuses et agitées au début, puis ça s'apaise pour finir par se poser...

Questions/Remarques :

- \* Posture de l'art-thérapeute : je prends en charge un patient (Est-ce que "je fais" de l'art-thérapie ?! Ce n'est pas l'important...) - Relation d'aide et art-thérapeute [**prendre en soin** plutôt que *prendre en charge*... cf. le care]
- \* Coloriage ou mandala ou dessin centré (cf. Jung) [Est-ce de l'art-thérapie ?!]
- \* Philippe => En Afrique, on s'occupe de la maladie mais pas du patient... La maladie vient de l'extérieur (Tobie Nathan). Le patient = une personne [# un malade ou pire "une maladie"]
- \* On est acteur de son propre corps.
- \* La question de l'argent... Doit-on appliquer un tarif ? lequel ? C'est différent en institution et en libéral ou en associatif... Donner de l'argent même si on ne vient pas...
- \* L'art-thérapeute, un psychomagicien ?!? un sauveur ?!?

17h15 : fin de la journée [sur cette bonne parole]

*Encore merci aux personnes présentes et en particulier à celles qui ont soutenu l'association en faisant un don. Encore un grand merci à Jean-Louis Aguilar pour sa compétence et sa sympathie.*

*Fait à Floirac le 27 août 2017  
Nathalie Renault née Fabien*

*"Créer, c'est vivre deux fois." Albert Camus*