

Le magazine d'informations



Art-thérapie

- Qu'est-ce-que la Musicothérapie ? Une présentation par Fanny Ingrassia
- Portrait de Nathalie Drouault : art-thérapeute à médiation modelage
- Retour d'événement : Les Petits Lutins de l'Art invités au Palais de Tokyo pour sensibiliser les enseignants

Le mot du Fondateur



Les vacances d'été approchent à grand pas et, avant elles, les bilans de fin d'année pour les enfants scolarisés.

L'entrée à l'école maternelle puis primaire sont des moments importants dans la vie d'un jeune

enfant et de sa famille. Ces changements parfois révèlent ou amplifient des difficultés qui laissent les parents démunis. Souvent, c'est dans le cadre scolaire que les premières difficultés de l'enfant sont remarquées par le corps éducatif.

Bien sûr, il est essentiel de donner un espace et un temps d'adaptation à l'enfant. Mais il est aussi important de connaître des professionnels et des lieux de soutien afin d'être orienté en tant que parent en cas de difficultés.

C'est ce que nous mettons en place dans le cadre du centre d'art-thérapie pour enfants *Les Petits Lutins de l'Art* mais aussi dans celui du projet de recherche autour de la musicothérapie et des troubles du spectre autistique.

Nous désirons faciliter l'accès aux propositions art-thérapeutiques pour les enfants, une approche plus accessible, loin des stigmas autour de la santé mentale. Nous proposons également un temps d'écoute aux nombreux parents sans ressources qui viennent à notre rencontre. Je remercie particulièrement nos nouveaux soutiens et partenaires qui nous aident à avancer dans ces missions.

En vous souhaitant à toutes et à tous un bel été et un peu de repos avant l'agitation de la rentrée.

Jean Papahn
Fondateur



Ce journal d'information vous est proposé par le Fonds de dotation Les Petits Lutins de l'Art.

Il s'inscrit dans une des missions du fonds : celle de promouvoir et de faire connaître l'art-thérapie comme un soutien thérapeutique et un outil de soin psychique, notamment pour les enfants.

Le Fonds de dotation

Jean Papahn - fondateur et président
Christine Phal - vice-présidente
Matea Pichet - communication et partenariats

Le Comité d'experts

Dr Anne-Marie Dubois - médecin psychiatre
Pr David Cohen - psychiatre
Dr Yves Contejean - médecin
Martine Colignon - art-thérapeute
Bernard Mac Nab - musicothérapeute

Le Centre d'art-thérapie

Marie-Aude Gotz - directrice
Grégo Renault - dramathérapeute
Nathalie Drouault - art-thérapeute modelage
Fanny Ingrassia - musicothérapeute
Nelly Nahon - art-thérapeute

info@lespetitslutinsdelart.com
www.lespetitslutinsdelart.com

Le Palais de Tokyo accompagne plus de 15 000 élèves chaque année dans la découverte de sa programmation artistique et accueille de nombreux enseignants-stagiaires dans le cadre des Plans Académiques de Formation. Comment enseigner les arts-plastiques ? Quels enjeux autour de cette transmission sensible ? Quel accompagnement dans la démarche d'émancipation des élèves ? Telles sont les questions qui guident l'équipe des publics du Palais de Tokyo au fil de ses actions envers les publics scolaires.



Intéressée par l'art-thérapie et son développement, elle nous a donné carte blanche pour proposer aux professionnels de l'éducation un après-midi de sensibilisation aux thérapies à médiation artistique le mercredi 15 mai 2019.

Dans les espaces du Palais de Tokyo, les participants ont été invités par petits groupes à expérimenter* le cadre singulier art-thérapeutique mis en place par les équipes du centre d'art-thérapie pour enfants *Les Petits Lutins de l'Art*.

Avant de prendre part aux ateliers, le Dr Anne-Marie Dubois, responsable scientifique du Centre d'Etude de

l'Expression au Centre Hospitalier Saint-Anne, avait introduit les thérapies à médiation artistique, leurs particularités comparées à d'autres formes de psychothérapies et leurs bénéfices, notamment en direction du jeune public.

Les participants ont pu choisir les deux ateliers de 45 minutes auxquels ils allaient assister sur trois propositions : arts plastiques, musique et théâtre.

Enfin, les groupes se sont retrouvés pour un retour d'expérience mené par le Dr Dubois et les art-

thérapeutes ainsi que pour poser leurs questions.

www.palaisdetokyo.com

**Le processus thérapeutique nécessitant un engagement sur une durée plus ou moins longue ainsi que la mise en place d'objectifs, les mises en situation que nous proposons ne sont pas de réels ateliers d'art-thérapie même s'ils en montrent les rouages et les enjeux.*



Musicothérapie : la médiation musique en art-thérapie.

L'ouïe est un sens remarquable car, contrairement aux autres, nous ne pouvons pas vraiment décider de son utilisation : autant l'on peut fermer les yeux ou la bouche, se pincer le nez, autant, même en se bouchant les oreilles, l'on ne peut complètement s'empêcher de percevoir les sons qui nous entourent. L'audition est en fait un phénomène multisensoriel : l'oreille capte les ondes sonores mais ces dernières peuvent aussi être perçues physiquement par d'autres biais - notamment par résonance vibratoire corporelle^[1] et par phénomène de conductivité osseuse^[2]. Ainsi, nous sommes soumis à notre environnement sonore et celui-ci peut avoir une influence très sensible sur nous.

Les voies auditives commencent à fonctionner dès le 5^{ème} mois de vie intra-utérine : le fœtus perçoit principalement les basses fréquences - particulièrement les sons corporels de sa mère, tels que les battements de cœur - et la voix de sa mère. Certaines études ont montré l'impact de stimulations sonores in utero sur l'apprentissage du langage^[3]. L'on prête aussi à ces stimulations des bienfaits psychiques - capacité du bébé à

mieux s'apaiser. Après la naissance, le développement du cortex auditif se fait jusqu'à l'âge de 6 ans.

L'environnement sonore d'un enfant prend une part active dans son développement : les sons et les voix des personnes qui l'entourent constituent une sorte d'enveloppe, un espace dans lequel il peut se sentir en sécurité, où son développement psychique pourra se faire de façon équilibrée^[4]. Guylaine Vaillancourt, musicothérapeute, nous l'explique ainsi :

L'oreille nous tient d'abord lieu de système d'alarme. Dès la naissance, et même déjà dans le milieu utérin, nous reconnaissons un certain nombre de sons, qui vont de l'agréable au désagréable, ce dernier avertissant d'un danger. L'oreille opère une sélection constante afin d'adapter notre réaction à l'environnement. C'est ainsi que l'oreille nous conditionne à toutes sortes d'émotions, plaisirs, peurs, surprises... L'environnement sonore de l'enfant doit être adéquat. La structure sonore doit être sécurisante, stable, à l'abri de la pollution et de ces bruits inutiles et agressants qui sèment la confusion et déstabilisent les repères^[5].

C'est sur cette base que l'enfant pourra ensuite apprendre à communiquer par le langage,

utilisant les sons qui l'entourent par effet miroir : les babillages et gazouillis du bébé sont un exemple de ce phénomène d'expérimentation, où l'enfant teste en toute liberté, explore l'espace de communication qu'il peut y avoir entre lui et les autres, ainsi que la manière dont il peut se positionner et interagir avec son environnement.

L'atelier de musicothérapie tend à recréer cet espace privilégié, cette enveloppe sonore dans laquelle l'enfant pourra se sentir suffisamment en sécurité pour explorer, s'exprimer et communiquer en toute liberté.



.....
C'est par le jeu que le processus opère : à travers des propositions variées de jeux musicaux et d'explorations sonores libres, le musicothérapeute accompagne chaque enfant dans son processus de changement.



En tant qu'intermédiaire, le sonore constitue un espace à part, un entre-deux, un lieu neutre prêt à être investi.

Ainsi, dans cet espace, l'utilisation de l'objet sonore et musical permet d'articuler le passage de soi à soi et de soi à l'autre^[6]. Le médium sonore constitue un matériau avec lequel chaque enfant au sein du groupe pourra faire l'expérience d'une co-création et d'une co-existence harmonieuse.

Il s'agit fondamentalement d'être ensemble : dans le groupe, chacun pourra apprendre à être à l'écoute de lui-même et des autres ; apprendre à créer un équilibre entre ses besoins personnels et ceux du groupe.

Au niveau relationnel, la musique est un catalyseur. Elle permet des exercices qui ont un rôle éminemment social : la relation permet la participation à une œuvre collective. Vivre dans un groupe et tenir compte d'un entourage crée l'échange. En ce sens, la musique a une valeur particulièrement sociale, et aussi sociologique au niveau de l'adaptation et de l'apprentissage^[7].

C'est par le jeu que le processus opère^[8] : à travers des propositions variées de jeux musicaux et d'explorations sonores libres, le musicothérapeute accompagne chaque enfant dans son processus de changement.

Par exemple, le dispositif thérapeutique de la communication sonore peut être utilisé - Édith Lecourt, qui l'a conceptualisé, le décrit comme suit :

La consigne est une invitation à "tenter d'entrer en relation par l'intermédiaire des sons", dans le registre non-verbal, et lorsque c'est possible, explorer aussi la situation les yeux fermés (pour se concentrer sur le sonore) [...] Les participants (en petit groupe) ont à disposition un matériel sonore/musical (instruments diversifiés - vents, cordes, percussions, objets à bruits)^[9].

Ce dispositif est toujours constitué d'un temps de jeu libre et d'un temps de verbalisations ou les enfants participants sont invités à exprimer et discuter de ce qu'ils ont ressenti. Sur ce modèle, d'autres déclinaisons de jeux sonores sont possibles, comme celui du « Grand Musicien » : un enfant est alors invité à endosser le rôle de « soliste », ce qui permet de travailler la confiance en soi, le rapport au regard et au jugement potentiel de l'autre^[10]. Le jeu du « Chef d'orchestre » sollicite la coordination et la coopération, la capacité à se positionner dans différents rôles et fonctions dans le groupe (leader /interprète, soliste/groupe). Dans le registre des dispositifs actifs^[11], on retrouve également les improvisations musicales libres - qui laissent le

champ d'exploration complètement ouvert (et les improvisations musicales contées) l'enfant est alors invité à créer une narration verbale et à s'accompagner musicalement.

L'écoute de sons et de musiques peut également intervenir dans les séances^[12], ainsi que des temps de détente/relaxation^[13]. Dans tous les dispositifs qu'il propose et élabore, le musicothérapeute apporte sa présence active et son étayage constant, garants de l'intégrité du groupe et de chaque participant.

Ainsi, la musicothérapie peut favoriser l'expression et la meilleure gestion des émotions, améliorer la confiance en soi et aux autres, permettre de développer une meilleure communication et sociabilisation. L'objectif est de restaurer et d'améliorer l'équilibre psychique, émotionnel, social et cognitif de l'enfant en l'aidant à développer et utiliser ses propres ressources.

*Les notes de bas de page et les ressources bibliographiques liées à cet article sont accessibles sur : <https://www.lespetitslutinsdelart.com/musicotherapie/>



Fanny Ingrassia
 Musicothérapeute au centre Les Petits Lutins de l'Art et musicienne.

ART-THERAPIE

Portrait d'art-thérapeute : Nathalie Drouault

Pouvez-vous nous parler de votre parcours et de ce qui vous a amené vers l'art-thérapie ?

C'est en formation d'éducatrice spécialisée que j'ai découvert le modelage. J'avais une vingtaine d'années. Je m'intéressais déjà à la peinture et au dessin depuis plusieurs années et je jouais également du piano. J'ai tout de suite adoré le contact avec ce matériau qui a la particularité d'interpeller presque tous les sens. Moi, c'est celui du toucher qui m'a le plus parlé, et c'est peut-être ce qui a donné à ma rencontre avec le modelage une dimension différente que celle que je trouvais

avec les autres supports artistiques. J'ai continué à modeler ensuite en m'inscrivant dans une association ou en pratiquant chez moi.

Devenue éducatrice, j'ai proposé aux enfants que je suivais en institutions (à caractère social, médico-social, ou en pédopsychiatrie), de participer à des ateliers de peinture ou de modelage. Spontanément, ils se montraient enthousiastes, visiblement contents de profiter d'un espace où leur imagination pouvait se déployer. J'ai constaté qu'il se produisait des changements.

Par exemple, une baisse de l'agitation, des mouvements

régressifs, une faille ou une (re)valorisation narcissique... Je me suis alors interrogée sur le potentiel thérapeutique des médiations artistiques et son impact dans le champ de la psychopathologie. J'ai senti les limites de ma formation d'éducatrice spécialisée et il m'a semblé périlleux de rester dans une approche intuitive, tant pour les patients que pour moi-même. L'art-thérapie répondait à mes attentes et j'ai donc entrepris une formation à l'Hôpital Sainte Anne et à la CMME.

.....
"J'encourage leur autonomie et les initiatives car, au début, ils restent dans des fonctionnements scolaires, ils sollicitent mon autorisation à tout propos et attendent que je leur donne la solution quand un problème se présente."



Comment définiriez-vous cette discipline ?

L'art-thérapie, c'est recourir à l'utilisation de médiations artistiques qui deviennent des outils de soin en soutenant l'engagement de la personne dans un processus de création dans un cadre déterminé, c'est à dire en présence d'un thérapeute qui s'est lui-même confronté à ce processus créatif.

C'est un type de thérapie qui a l'avantage de ne pas aborder frontalement le symptôme et de passer par des canaux de communication et de relation différents.

À quoi ressemble votre métier d'art-thérapeute ?

Actuellement, j'encadre deux ateliers de modelage au centre des Petits Lutins de l'Art ; des groupes d'enfants de 7 à 9 ans. L'atelier leur est présenté, ainsi qu'à leurs parents avant que ne commence la prise en charge. Ensuite, ce lieu leur appartiendra comme un espace personnel de création mais aussi de relation. J'encourage leur autonomie et les initiatives car, au début, ils restent

dans des fonctionnements scolaires, ils sollicitent mon autorisation à tout propos et attendent que je leur donne la solution quand un problème se présente.

Le cadre de l'atelier doit, malgré cette liberté, rester contenant et rassurant. Je suis donc attentive à chacun mais sans forcément intervenir. Si je le fais, j'essaie généralement de m'appuyer sur l'aspect physique ou technique de leur modelage afin que les enfants puissent faire des liens entre ce qu'ils font et ce qu'ils ressentent.

En aucun cas, je ne fais d'interprétation. Ces ateliers donnent lieu à des prises de notes et à des bilans écrits réguliers ; cela permet de garder une trace de l'évolution de l'enfant mais c'est aussi une façon d'organiser sa pensée et sa réflexion. De même, la supervision d'équipe me permet également de soutenir un travail d'élaboration.

Quel regard portez-vous sur l'art-thérapie dans notre contexte actuel ?

J'ai le sentiment qu'on méconnaît

encore beaucoup l'art-thérapie et qu'en même temps, sous cette même appellation se mélangent des concepts différents.

Je pense qu'il y a un problème de statut et de reconnaissance de notre pratique qui ne lui permet pas d'être identifiée en tant que véritable alternative de soin dans le domaine psychothérapeutique.



Nathalie Drouault
Art-thérapeute au centre Les Petits Lutins de l'Art et éducatrice spécialisée dans un CAMSP parisien.

ACTUALITES DU FONDS DE DOTATION

En juin 2018, le Fonds de dotation a accepté de soutenir financièrement une étude sur les effets de la musicothérapie chez les enfants présentant des troubles du spectre autistique (TSA). Elle est menée en partenariat avec le CRAIF et l'Université Paris Descartes.

Les fonctions exécutives sont un ensemble de processus qui contrôlent et régulent de nombreuses capacités cognitives. Cela peut inclure le fait de mobiliser son attention, se focaliser sur les informations pertinentes ou encore changer de consigne. Des recherches récentes ont montré un bénéfice des pratiques musicales sur ces processus chez les enfants tout-venant. Or, aucune étude n'avait encore tenté de rendre compte des possibilités d'apprentissages suite à ces ateliers chez les enfants présentant un trouble du spectre autistique.

Le principal objectif de cette recherche est d'étudier l'effet d'ateliers de pratique musicale sur le fonctionnement exécutif de ces enfants. Lors des ateliers, il leur sera proposé sous forme ludique des exercices d'écoute et de production musicale permettant de travailler de façon implicite sur plusieurs de leurs capacités.

Aujourd'hui en phase de recrutement des enfants par une psychologue, la phase pratique de l'étude débutera en septembre 2019. Les ateliers de musicothérapie auront lieu au centre *Les Petits Lutins de l'Art* situé à Denfert-Rochereau dans le 14^e arrondissement de Paris. Les familles dont l'enfant présente un TSA et qui pourrait correspondre aux critères de recherche peuvent encore contacter Inès Francispillai, psychologue du développement attachée au projet (informations ci-dessous).

Inès Francispillai
Psychologue du développement
06 36 33 66 22

www.lespetitslutinsdelart.com
www.craif.org
www.recherche.parisdescartes.fr/LPPS

ACTUALITES DU CENTRE



La fin d'année scolaire est un temps fort pour les parents. C'est le moment de faire le bilan avec le corps enseignant et éducatif et de commencer à anticiper les activités de la rentrée à venir.

De nombreuses familles sont venues nous rendre visite entre 14h et 18h le dimanche 19 mai afin de visiter les ateliers, rencontrer les art-thérapeutes et d'assister à la conférence du Dr Anne-Marie Dubois, membre de notre comité d'experts et superviseur scientifique du centre.

Cette présentation a permis à des parents, mais aussi à des étudiants en art-thérapie et des membres d'associations voisines, de découvrir les thérapies à médiation artistique telles qu'elles sont pratiquées au centre et le protocole d'accueil développé par nos équipes.

30 rue de la Tombe Issoire
75014 Paris
(Denfert-Rochereau ou Saint-Jacques)

01 84 19 22 44
info@lespetitslutinsdelart.com
www.lespetitslutinsdelart.com

