

Quand l'art aide les enfants à mieux se comprendre

Un enfant est une personne qui construit son identité et qui a besoin de relations sécurisantes. Pour qu'il s'épanouisse, il est essentiel de donner une juste place aux dimensions émotionnelles, relationnelles et créatives de son développement. L'art-thérapie donne cet espace aux enfants pour créer et explorer.



Catherine Fournier

Art-thérapeute, spécialisation intermédiaire

Catherine Fournier est art-thérapeute, spécialisation intermédiaire. Elle fait partie d'un groupe de travail sur l'art-thérapie dans les écoles, coordonné par Oda ARTECURA. Dans cet entretien, elle dévoile les bienfaits de l'art-thérapie, entre découverte de soi et ouverture au monde.

Catherine Fournier, pouvez-vous présenter, en quelques mots, Oda ARTECURA ?

Oda ARTECURA a été créée en 2002 par des associations suisses de thérapie à médiation artistique. Aujourd'hui, elle est l'organisation faîtière et l'organisation du monde du travail compétente qui délivre le diplôme fédéral d'art-thérapeute en Suisse. En outre, elle défend, sur le plan politique, les intérêts professionnels des art-thérapeutes diplômés travaillant en Suisse et s'engage pour inclure l'art-thérapie dans les domaines de la santé, du social et de la culture.

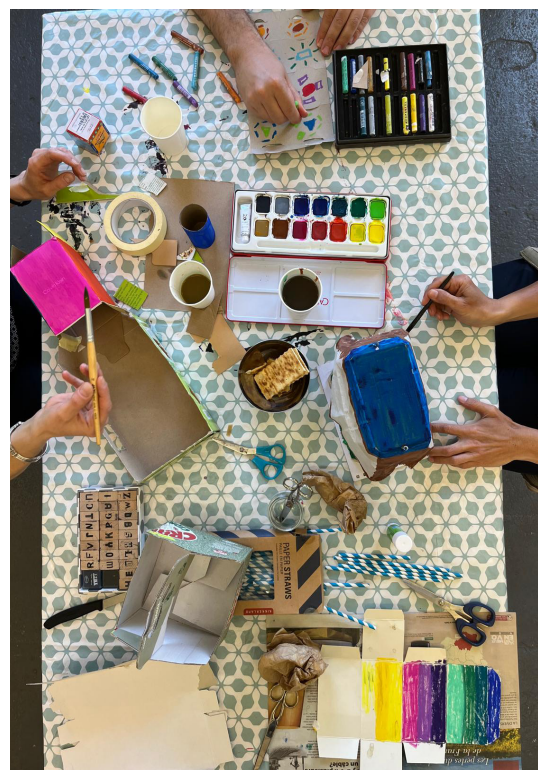
Comment l'art-thérapie peut-elle aider les enfants à exprimer ce qu'ils n'arrivent pas toujours à dire avec des mots ?

Les enfants ressentent des choses, sans toujours les comprendre. Les outils artistiques auxquels nous recourons en art-thérapie utilisent un autre langage, tel que le mouvement et la danse, le drame et la parole, la peinture, le dessin, le collage ou encore la musique. En créant, l'enfant s'exprime, autrement. Ses créations donnent ensuite un support pour échanger et parler de l'œuvre, de ses émotions et de son vécu. L'utilisation d'un tiers dans la thérapie,

l'œuvre créée, lui permet d'entrer en relation et de comprendre un peu mieux comment il se sent.

En quoi la création artistique peut-elle devenir un espace de confiance, de liberté et de sécurité pour un enfant ?

Ce qui nous différencie d'une pratique artistique classique, c'est que l'enfant n'est pas là pour réussir un exercice. Il peut expérimenter, essayer, découvrir, le tout dans un cadre sécurisant mis en place par le thérapeute. Ainsi, il crée sans être jugé. Grâce au soutien du thérapeute, il se découvre aussi un peu plus lui-même et gagne en liberté d'expression. Accueilli tel qu'il est, l'enfant fait l'expérience de ses propres ressources, et prend même conscience de nouvelles compétences, qui sont parfois moins visibles ou valorisées.



Comment l'art-thérapie peut-elle favoriser l'inclusion d'enfants aux parcours, capacités et sensibilités différentes ?

Les enfants sont tous différents, avec des besoins et des ressources variés. Ils ne font pas tous la même chose au même rythme. L'art offre justement cette diversité de moyens d'expression. Les suivis en art-thérapie, par la pluralité des approches et des outils, s'adaptent aux enfants dans leur façon d'être au monde ou de communiquer. Les enfants se saisissent d'ailleurs très facilement des outils artistiques, car ils se posent moins de limites que nous en tant qu'adultes. Un accompagnement en art-thérapie peut trouver sa pertinence à lui seul, mais également en complément d'autres pratiques, en fonction des besoins de l'enfant.

Quels changements observez-vous chez les enfants lorsqu'ils ont la possibilité de s'exprimer à travers l'art ?

Cela dépend des enfants. Certains arrivent avec beaucoup de doutes. Le fait d'oser, d'être reconnu dans leur imagination, de prendre des initiatives et d'être écoutés leur redonne confiance. La plupart des changements sont visibles avec le temps. Petit à petit, les enfants s'ouvrent au dialogue, déposent certaines émotions et arrivent mieux à comprendre ce qu'ils vivent. Un enfant qui parle de sa création, qui ose la montrer aux autres, arrivera certainement mieux à s'exprimer et à prendre la parole dans d'autres situations.

Si vous deviez résumer en une image l'impact de l'art-thérapie sur un enfant, quel serait-il ?

Pour qu'une graine ou une plante pousse, il faut lui donner les bonnes conditions : de la lumière, de l'eau, de la terre et du temps. C'est un peu la même chose en art-thérapie. Nous ne cherchons pas à transformer un enfant pour le faire rentrer dans un modèle. Au contraire, nous voulons lui offrir un espace qui soit sécurisant, qui l'aide à découvrir ses propres ressources, à expérimenter et à s'exprimer, le tout à son propre rythme.

Interview **Léa Stocky**

Associations romandes d'art-thérapies
ARAET



APSAT



Catherine Fournier, art-thérapeute



Oda ARTECURA
+41 71 330 01 00
info@artecura.ch
www.artecura.ch

