

Développements thérapeutiques des phénomènes transitionnels, les formes essentielles en psychothérapie expressive

Jacques Stitelmann¹

Résumé

Dans cet article, l'auteur présente certains développements actuels du jeu du squiggle de Donald Winnicott dans les psychothérapies expressives. Puis il aborde l'étude de certaines formes particulières qui apparaissent dans les créations des patients, nommées ici les *formes essentielles*, où résident les potentiels les plus actifs pour l'évolution des problématiques du patient. Ces formes essentielles sont des portes ouvrant vers un autre-soi en train d'advenir. Le schéma d'un modèle est enfin proposé pour comprendre l'évolution des formes essentielles au cours de la thérapie ainsi que pour en faciliter l'accompagnement.

Donald Winnicott, les psychanalystes et le jeu du gribouillis

Le célèbre psychanalyste Donald W. Winnicott engageait souvent les psychothérapies qu'il menait avec des enfants au moyen d'un jeu de dessin à deux qu'il avait nommé le jeu du squiggle, le jeu du gribouillis, en français.

Considérant que la psychothérapie consistait en un déploiement des capacités ludiques, c'était pour lui une façon d'accompagner l'enfant d'un état où il ne pouvait pas jouer vers celui où il le pourrait. Winnicott n'a pas voulu théoriser ou même développer une méthodologie spécifique du jeu du squiggle, qu'il considérait plus comme un moyen simple au service du psychothérapeute pour entrer en relation et conduire les séances. Winnicott se méfiait de l'usage diagnostique que pourraient faire certains professionnels des productions picturales issues du jeu du squiggle, c'est-à-dire d'une lecture

des symboles présents dans les dessins qui soit orientée sur la pathologie de l'enfant, alors qu'il s'intéressait principalement à la puissance transformatrice de l'activité graphique. Par contre, dans plusieurs articles et livres, il a présenté des passages de traitements dans lesquels il jouait au squiggle avec des petits patients, nous livrant par là son art de l'accompagnement thérapeutique. Ces récits nous montrent ce fameux praticien au travail ainsi que son élaboration du concept de phénomène transitionnel au travers d'un regard autant phénoménologique que psychanalytique. Pour Winnicott, le jeu du squiggle inaugurerait la possibilité du déploiement des potentiels créateurs du patient, processus essentiel de toute psychothérapie. Ce jeu graphique ouvrait le chemin de la symbolisation en images et en mots tout en plaçant l'enfant en situation relationnelle immédiate, réelle, avec son psychothérapeute puisque celui-ci

¹ Ph.D. Psychothérapeute ASPV, Psychologue FSP, artiste de l'image SSBA, Directeur de L'ATELIER, Genève.

parlait lui aussi la langue des images propre aux enfants et pas seulement le langage verbal de l'adulte psychothérapeute.

Ce changement de perspective engage deux transformations dans la psychothérapie psychanalytique. Premièrement, elle n'est plus uniquement un dispositif qui prend les expressions corporelles ou imagées dans la mesure du langage verbal, mais devient également un dispositif relationnel complexe, qui peut se déployer dans plusieurs langages expressifs, ou modalités expressives, au moins dans ceux du mot et de l'image. Deuxièmement, elle est un dispositif qui contient à la fois une relation actuelle et une relation transférentielle. Lorsque Winnicott transforme un gribouillis fait par son patient, il est en train de lui signifier : je reçois ton expression, je la comprends ainsi et j'ajoute cela, à quoi ton expression me fait penser, qu'en penses-tu ? Maintenant, qu'en fais-tu ? Le thérapeute exprime les résonances personnelles ressenties à la réception du gribouillis de son patient, il s'offre « en vrai » dans la relation, mais il propose également une prise à deux, une prise *symbolisante*, du monde interne de son patient ainsi que des processus relationnels. Lorsqu'il offre un gribouillis à son patient, il ne le fait pas au hasard ou de manière neutre, ni de manière purement intellectuelle et abstraite, ni en tentant d'interpréter le monde interne du patient en lien au transfert. Il s'implique personnellement dans la rythmique de son trait non figuratif, dans la force mise sur le crayon, dans les angles ou la courbure de ce trait, dans la disponibilité de la forme graphique. Plus encore, comme l'a très bien exprimé plus récemment Antonino Ferro, dans le dessin, c'est l'entité relationnelle qu'est le couple thérapeutique au travail qui est elle aussi exprimée et déployée par des formes sensibles au sein d'un champ relationnel, qui est la vraie œuvre des partenaires.

Après Winnicott, certains auteurs psychanalytiques ont développé cette méthode de travail ou l'ont théorisée plus avant, comme André Green (2005), René Roussillon (2008), Cléopâtre Athanassiou (1997) ou Antonino Ferro (1997, 2000) en français. Dans une direction apparentée, Serge Tisseron (1983) ou Geneviève Haag (1993) ont développé des études passionnantes sur le développe-

ment de l'image et du dessin d'enfant et sur son usage en psychothérapie. Ces auteurs montrent comment s'élabore le passage de l'abstraction à la figuration en passant par l'expression réflexive de sensations corporelles, par l'émergence de formes non figuratives ou à peine figuratives, mais pourtant déjà définies en leur positionnement sur la feuille, en la fermeture des formes ou en la liaison établie entre plusieurs formes. En dessinant l'enfant pense, disent ces auteurs.

Dans le champ de la phénoménologie, plusieurs auteurs ont insisté sur l'intérêt de considérer le déploiement de l'être humain et de ses créations non seulement dans ses capacités verbales, mais également dans des modalités autres, telles que l'image, le corps ou le son. Maurice Merleau-Ponty (1945, 1964), Henri Maldiney (1973, 2003) ou, plus récemment, Stéphanie Ménasé (2003, 2009) représentent ce courant dans la culture francophone.

En art-thérapie, Paolo Knill *et al.* (2005) et Steve Levine (1999) ont insisté sur l'existence de potentialités de l'expression et de l'imagination à se déployer selon plusieurs modalités liées à la sensorialité et au corps et dans lesquelles les formes créées en séance adviennent.

Hans Prinzhorn, dans les années 1920, avait souligné les dimensions sensibles et imagées situées au cœur de tout processus créatif (1922). Cet auteur en parlait comme de fonctions créatives principales.

Dans ma pratique thérapeutique poïétique, j'ai étendu l'usage du jeu du gribouillis à des populations adultes ainsi qu'à des modalités expressives autres que graphiques. Dans mes conceptualisations de la psychothérapie poïétique², j'en suis venu à développer le concept de *phénomène transitionnel*, appelé ici *transitionnalité*, comme étant la zone centrale du processus thérapeutique. Cette communication veut présenter quelques-uns des développements méthodologiques et théoriques des phénomènes transitionnels dans le cadre de la psychothérapie expressive, ainsi que de l'évolution qu'ils peuvent proposer à la compréhension de toute psychothérapie où la symbolisation est plus vive que le symbole.

Dans les psychothérapies expressives et en art-thérapie, le jeu du gribouillis, issu des pratiques psychothérapeutiques comme je l'ai présenté ci-dessus, rejoint en fait des pratiques communes issues du monde de l'art, pratiques que tout psychothérapeute expressif explore dans ses propres recherches créatives ou artistiques.

² Jacques Stitelmann – www.poietique.ch ou encore www.l-atelier.ch

Si l'art moderne avait déjà proposé des mises en œuvre à plusieurs, l'art contemporain est profondément travaillé par les effets de l'œuvre sur le spectateur et par ceux qui naissent dans les rapports artiste-spectateur impliqués dans l'œuvre. L'interrelation artiste-public, voire l'intersubjectivité artiste-public, sont devenues centrales dans certaines recherches artistiques comme celles d'Allan Kaprow (1996) ou de Christo (Baal-Teshuva, 1995). L'écrivain italien Umberto Eco, avec son concept d'*œuvre ouverte* (1962), a conceptualisé et souligné la présence de différents niveaux dans l'œuvre, ainsi que l'importante participation active effectuée par le lecteur dans l'existence de l'œuvre littéraire, qui est en quelque sorte recrée à chaque lecture.

Si Winnicott a fait œuvre de novation dans le monde de la psychanalyse, la méthode du gribouillis est connue et pratiquée depuis l'aube de l'humanité par les artistes.

Le gribouillis dans l'histoire de l'art

Lorsqu'on regarde certaines peintures des grottes préhistoriques, Lascaux par exemple, on découvre que les formes des roches sur lesquelles ont été peintes les fresques ont fréquemment influencé les traits des artistes et les figures d'animaux, ainsi une bosse ronde dans la roche devient une cuisse, une fissure devient une corne, une ombre devient une crinière,... Les peintres ont, semble-t-il, renforcé le gribouillis de la roche pour y enraciner puis y fixer leur imaginaire. Ils ont renforcé dans le langage de l'image l'effet que proposait la matière roche, ils ont prolongé l'expressivité du support et du matériau, l'espace de peinture devenant la croisée d'élan du matériau, du monde interne du peintre et de la culture dans laquelle il vivait.

Leonard de Vinci, dans son journal, raconte qu'il aimait marcher dans les ruelles proches de l'Arno, la rivière qui coule au cœur de Florence, pour y regarder les murs des maisons où le salpêtre des crépis, associé à l'humidité de l'air, formait des taches à partir desquelles l'artiste « voyait » des paysages ou des personnages. Là aussi on découvre la manière avec laquelle l'artiste profite des gribouillis de la Nature pour enraciner sa puissance d'imagination, ce qui le conduira, révolution de la peinture de la Renaissance, à faire entrer le paysage et la Nature, tels qu'ils sont, dans la toile.

Au tournant des XVIII^e et XIX^e siècles, le peintre et dessinateur genevois, Rodolphe Toepffer (Slatkine, 1996), que d'aucuns appellent le créateur de la bande dessinée, utilisait une méthode personnelle pour créer de nouveaux personnages : il faisait des taches d'encre sur une feuille en laissant courir maladroitement sa plume chargée d'encre, puis il regardait ces taches dans une attitude empreinte de rêverie, comme on la pratique aujourd'hui dans le jeu du squiggle, pour les transformer ensuite en personnages caricaturaux, qu'il introduisait dans ses histoires. Il raconte dans quelques écrits son plaisir à se laisser inspirer des taches, à en exagérer la dynamique jusqu'à ce qu'un personnage apparaisse, avec son grand nez, ses jambes tordues ou sa bouche parlante.

Victor Hugo, le célèbre homme de lettres, est moins connu pour ses recherches spirites. Il aimait à faire tourner les tables, à deviner le futur ou à parler avec les morts. Une méthode l'intéressait particulièrement, il lui accordait une valeur occulte plus qu'artistique : la lecture du marc de café (Autrement l'art, 1993). La méthode implique de renverser le marc humide de café sur une feuille, puis de regarder les formes inscrites, dans lesquelles il voyait toutes sortes de personnages et de bâtiments romantiques, châteaux, tours et chevaliers, animaux fantastiques, sombres forêts, qu'il transformait alors dans des dessins clairs-obscur de belle veine.

Le peintre allemand Kurt Schwitters, très peu argenté à la sortie de la première guerre mondiale, récupérait des matériaux dans la rue, matériaux qu'il agençait et collait sur des supports divers, récupérés eux aussi. Il a nommé ces recherches les *tableaux Merz*, du nom d'une partie du mot *Kommerz* issu d'une étiquette collée sur l'une des premières œuvres de cette recherche. Là aussi, le gribouillis de la vie quotidienne et ses déchets intéressaient l'artiste, qui prolongeait les potentiels des matériaux informes dans des œuvres et dans le processus même de sa recherche artistique. Schwitters veillait à garder le potentiel non figuratif des œuvres pour mieux en exprimer la puissance matérielle. Un gribouillis transformé en structure plastique abstraite, une forme dont la puissance de la matière parle à la place de la figure mentale faite avec la matière.

A une certaine époque, Picasso et Braque ont travaillé ensemble à Paris, partageant le même atelier. Ils ont aussi partagé parfois les mêmes toiles, produisant des œuvres qui ont plus tard été attribuées à

l'un ou à l'autre, mais réalisées en réalité par l'un et l'autre, l'un offrant des prémisses et incipits à l'autre qui les prolongeait et les transformait.

Les artistes attachés au surréalisme ont tout particulièrement cherché à créer des dispositifs expressifs propices à l'expression de l'inconscient, par des méthodes telles que : grattage, fumage, dessins automatiques, ou autres. Ils produisaient donc avant tout des formes informes sur le support des feuilles afin de stimuler la capacité imaginative puis la transformation dans un temps ultérieur. Nous retrouvons là la célèbre pulsion de *Gestaltung* de Hans Prinzhorn. Ces artistes surréalistes tentaient de faire jaillir au monde des formes inspirantes pour que l'inconscient puisse, dans un second temps, s'y ancrer, se cristalliser et se déployer. Max Ernst avait même développé une méthode auto-analytique au moyen de sa recherche picturale. C'est cet artiste qui avait d'ailleurs apporté l'ouvrage de Hans Prinzhorn, *Bildneri der Geisteskranken* (1922) en France et l'avait répandu dans les cercles artistiques.

Jackson Pollock (1982) est très intéressant à ce propos, il mériterait une étude en soi. Cet artiste, connu pour sa méthode picturale du *dripping*, peintures abstraites faites à même le sol par coulage et giclage de peinture, souffrait d'un malaise existentiel certain. Avant d'inventer le *dripping*, il peignait des scènes épiques ou mythiques en transformant des taches de couleurs et des traits qu'il avait posés hasardeusement d'abord sur les toiles. Il interprétait ensuite picturalement ces taches dans des élaborations figuratives imaginaires où apparaissaient, selon lui, des figures de ses fantasmes. Dans une psychothérapie effectuée à cette époque selon le modèle jungien, son psychothérapeute accompagnait l'homme Pollock dans l'interprétation psychologique des figures picturales issues de son art. Cette psychothérapie a été interrompue par l'artiste à un moment donné. Certains ont interprété l'invention du *dripping* comme le fruit d'un échec thérapeutique et comme une manière de résistance aux apparitions nées dans la peinture, ainsi qu'aux élaborations symboliques faites avec le psychothérapeute. Je pense qu'on pourrait aussi comprendre cette invention comme une tentative de l'artiste Pollock d'aller au-delà du niveau symbolique proposé par son psychothérapeute, d'aller en artiste à l'essentiel des formes picturales, qui repose, pour un artiste

plasticien, dans la rythmique et dans la vibration colorée au moins autant que dans la symbolique figurative telle qu'elle était développée dans sa psychothérapie. Le premier jeté de couleurs, comme un gribouillis, était alors transformé par l'artiste grâce au procédé du *dripping*, non plus dans des élaborations figuratives, mais déployé dans des résonances colorées et rythmiques a-figuratives, mais exprimant l'essentiel de la peinture et, probablement, de ses états d'âme d'avant les formes, en quête de forme.

Les artistes du mouvement Cobra (Stokvis, 1995) ont eux aussi pratiqué l'art à plusieurs, dans des fresques ou des œuvres multi-médiales, mêlant peinture et écriture par exemple, comme Christian Dotremont et Asger Jorn qui peignaient et écrivaient sur la même toile, chacun s'appuyant sur les formes données par l'autre dans une modalité différente pour faire émerger ses propres formes.

Le travail créatif du mouvement littéraire français OuLiPo³ est également très intéressant puisque les créateurs non seulement créaient à plusieurs, mais cherchaient à se défaire en partie de la responsabilité créative en la laissant à la structure langagière ou à un ordre mathématique.

Certains créateurs d'art brut étudiés depuis le tournant du XX^e siècle (Thévoz, 1980) ont souvent travaillé à partir de gribouillis, qui une pierre et sa forme allongée évoquant un visage, qui une branche d'arbre évoquant des jambes, qui une falaise évoquant une foule, qui un coquillage évoquant un nez ou une joue.

Au travers de cette brève présentation historique, nous pouvons voir à quel point l'usage du gribouillis comme « démarreur » du processus créatif existait de manière continue et habituelle dans le champ de l'art, avant qu'il ne fût introduit par Winnicott dans la psychothérapie.

Le jeu du gribouillis tel qu'il se donne

Le principe de ce jeu est simple, le thérapeute et son patient échangent des gribouillis crayonnés rapidement sur une feuille. L'un donne un gribouillis à l'autre, qui le transforme pour qu'il ressemble à la figure que son imagination voit dans l'enchevêtrement plus ou moins hasardeux des traits. Parfois, dans un troisième temps, le thérapeute demande au patient de nommer la figure. Au fur et à mesure des

³ www.ouliipo.net.

dessins échangés et transformés, la communication entre les partenaires et la pensée de chacun se développe, alternant des échanges graphiques, des échanges verbaux, des associations d'idées.

Dans le contexte de la psychothérapie poïétique, qui fait de l'action créatrice le centre de son processus, nous travaillons avec toutes sortes de formes artistiques, pas uniquement des images. Nous accompagnons toutes sortes de patients, pas uniquement des enfants. Nous considérons que la démarche thérapeutique se déploie essentiellement au travers du processus créatif, auquel s'ajoute un processus réflexif. Nous explorons différents dispositifs créatifs et entremêlons souvent différents moyens expressifs, dans une inter-modalité très dynamique.

Aux paroles et aux rêves des psychothérapies classiques, nous ajoutons des formes artistiques. Ces formes artistiques sont comprises parfois comme étant l'expression du monde interne souffrant du patient, c'est l'objectif de la psychopathologie de l'expression et de certains courants de l'art-thérapie. Plus récemment, les œuvres sont parfois comprises comme étant produites par l'entité relationnelle patient-thérapeute (Stitelmann, 2009 et www.poitique.ch). Plus que par le seul patient, en cela elles porteraient les forces et faiblesses de cette entité, elles aideraient à comprendre son état et sa dynamique. Mais le potentiel principal ne réside pas tant dans la quasi-matérialisation de la psyché du patient, ou dans celle du champ relationnel thérapeutique, dans des formes sensibles, l'essentiel est situé dans la capacité de l'acte artistique à transformer le patient, sa psyché ainsi que la relation thérapeutique.

Bien que la démarche rétrospective soit juste et régulièrement vérifiée par la pratique, ces formes gagnent à être considérées de manière prospective, comme étant le terrain ainsi que le signe de la réalisation des potentialités du patient, ou du champ thérapeutique, de ses forces de vie face à la maladie ou à la souffrance psychique.

Dans un dispositif qui gagne au fil des années une stabilité et une fiabilité éprouvées par la clinique, j'en suis venu à développer le jeu du gribouillis avec des patients adultes de la manière suivante.

Le gribouillis en est toujours le premier temps, suivi par sa transformation par le partenaire. Lorsqu'ont été transformés quatre ou cinq gribouillis, le patient est invité à les considérer comme les images d'une histoire ou d'un conte, qu'il peut alors écrire. L'histoire est ensuite lue et commentée.

Dans un setting de groupe, il est possible de développer encore le jeu en proposant de jouer théâtralement les contes ou d'en accompagner la lecture musicalement; l'idée est de permettre le développement, la croissance et le déploiement des formes découvertes à chaque étape dans des rebondissements créateurs avant d'effectuer une phase réflexive.

Les spécificités du jeu thérapeutique du gribouillis dans le contexte des thérapies expressives

La séquence suivante est donc proposée, chaque étape produisant des effets thérapeutiques différents que nous allons examiner :

1. Gribouillis.
2. Transformation, figuration.
3. Don d'un titre.
4. Assemblage narratif des dessins en une histoire.
5. Transformation de l'histoire en une mise en scène ou lecture du récit, avec accompagnement musical.
6. Temps réflexif dans lequel on peut revenir sur le processus et les formes significatives par la parole.

Les étapes 1, 2 et 3 sont pratiquées selon la forme classique du jeu du squiggle winnicottien. Les étapes 4, 5 et 6 sont nouvelles et spécifiques à la méthode que j'ai développée, elles apportent un enrichissement intéressant que nous découvrirons plus loin. Il m'arrive également de jouer à ce jeu avec des matériaux différents du classique crayon et du papier afin d'expérimenter des modalités expressives différentes. Il est possible de gribouiller et de transformer de la terre, des gestes, des sons, des images découpées, des mots poétiques, à la manière des haïkus japonais composés à plusieurs, etc. Chaque matériau possède ses particularités et spécificités stimulantes pour le processus thérapeutique et pour l'appel à des potentialités diverses du patient.

1. Gribouillis

Gribouiller, c'est inscrire sur une feuille la trace d'un geste, d'un tonus, d'une énergie corporelle,

d'une disponibilité et d'un élan au moyen d'un crayon. L'invitation porte sur le laisser-aller du geste qui va au-devant de soi sans être contrôlé, en un dessin aux formes involontaires. On peut parfois inviter les patients à les réaliser en fermant les yeux pour les libérer du contrôle de la volonté. Certains patients peinent à répondre à cette invitation, comme cet homme obsessionnel qui ne pouvait « gribouiller » que des triangles, des carrés, des ronds, ou même, parfois, être dans l'incapacité de laisser aller son geste et inscrire une trace involontaire. D'autres personnes offrent toujours le même gribouillis qui insiste dans un agencement très particulier des entrelacs. Gribouiller est une activité régressive, c'est s'ouvrir à l'informe, à l'entrelacs, au tohu-bohu, au rien, au fragment, au déchet, à l'inutile, au hasard, à ce qui échappe. Gribouiller, c'est se décentrer de ce qui préoccupe notre existence quotidienne. C'est aussi l'occasion d'un don au partenaire d'une relation thérapeutique nantie de suffisamment de sentiment d'alliance. Lorsqu'il est effectué en découpage-collage, le gribouillis permet d'investir les actions de déchirer, d'arracher, de découper, de désassembler. Parce que souvent effectué à partir de magazines montrant la vie quotidienne, il convoque les expériences de fragments et de déchets. Fait en terre, le gribouillis permet l'expérimentation de l'arrachage, du pétrissage, de l'assemblage de matière. Fait en son, le gribouillis qui ne possède pas naturellement d'inscription matérielle durable, comme c'est le cas avec les productions plastiques, induit une atmosphère et un climat émotionnel instantané.

2. Transformation graphique, figuration

La transformation du gribouillis implique une émergence d'imaginaire. Projection psychique d'une figure sur la feuille et dans les entrelacs du gribouillis; rencontre entre l'invitation des entrelacs et la résonance psychique du créateur. Apparaissent fréquemment visages, personnages, animaux, corps, symboles, objets de la vie quotidienne, mouvements, parfois des scènes plus complexes et élaborées. A cette étape du processus sont mobilisées les capacités à assembler, donner du sens, transformer, interpréter, rêvasser, rebondir à l'expression d'un autre. Transformer un gribouillis, c'est également s'impliquer très intimement dans le processus relationnel. C'est l'occasion de recevoir le don offert par le partenaire de la relation, et c'est transformer cet apport par ses

propres potentialités imageantes. Cette étape de création, lorsqu'elle est réalisée en collage, permet l'exploration des actions spécifiques de coller, adjoindre, mettre dessus ou à côté, ajuster, détourner, transformer, greffer. En modelage, les formes en trois dimensions apparaissent: des contenants, mais aussi souvent des corps, des personnages, des animaux, presque toujours une forte présence corporelle et pulsionnelle. La transformation sonore, ne pouvant pas être réalisée en même temps par-dessus le gribouillis sonore, conduit à investir préférentiellement les systèmes de résonance, consonance, modes, rythmes, succession temporelle. L'absence de trace de telles formes est spécifique aux arts vivants et est très passionnante, induisant une autre manière de parler. La transformation en dessin apporte fréquemment des symboles, des figures végétales, animales ou humaines.

3. Titre

Donner un titre, c'est faire passer la forme graphique dans le registre du langage verbal, c'est la définir comme entité propre, c'est l'identifier et lui donner une certaine stabilité d'être, c'est encore lui enlever une partie de ses possibles. C'est aussi prendre distance d'avec la forme sensible après avoir été impliqué très intimement. La modalité expressive verbale est ajoutée à celle de l'image, et le mot, par sa capacité réflexive, permet de trier, séparer, différencier et nommer un aspect essentiel de l'œuvre et du processus vécu jusque-là. Le titrage de collage évoque parfois des titres de journaux ou de tableaux.

4. Assemblage narratif des dessins en une histoire

L'assemblage narratif apporte la dimension temporelle dans le processus créatif et dynamise la question du lien entre les formes créées jusque-là. Les entités dessinées et nommées entrent dans une réalité fictionnelle, le principe de causalité organise temporellement les événements, les entités sont reliées les unes aux autres selon une logique narrative qui appartient aux partenaires thérapeutiques. Aux substantifs donnés habituellement aux titres s'ajoutent les verbes de l'action, leurs déclinaisons, ainsi que les qualificatifs du récit. D'abord improvisée, l'histoire racontée débouche sur un scénario imaginaire qui structure le récit. La modalité mot peut se déployer plus pleinement à cette étape en

s'appuyant sur les potentiels liants du récit et de la structure narrative des contes populaires. La narration des formes modelées conduit souvent les patients à débiter naturellement un jeu scénique, comme avec des marionnettes ou avec des maquettes. La narration de formes sonores invite très naturellement un déploiement gestuel et dansé.

5. Transformation de l'histoire en une mise en scène ou ajout d'un accompagnement musical

Dans cette transformation survient un nouveau changement de modalité expressive. L'ajout des dimensions scénique, corporelle ou sonore implique une nouvelle et puissante transformation des données exprimées jusque-là dans l'œuvre. Il est impossible de représenter de la même manière une forme dessinée en théâtre, en son ou sous forme d'un récit, aussi les entités qui sont apparues jusque-là vont-elles devoir évoluer, se transformer à nouveau, gagner en complexité ou en sensibilité, laisser certains aspects utiles jusqu'alors sur le côté du cheminement, comme un crustacé abandonne plusieurs fois sa carapace en grandissant. Des éléments essentiels vont pouvoir être alors soulignés et des éléments mineurs vont disparaître. Le processus créateur est donc poussé plus loin dans ce nouveau saut intermodal. L'essentiel de l'œuvre peut gagner en force et en puissance expressive et transformatrice dans ce processus.

6. Temps réflexif dans lequel on peut revenir sur le processus et les formes essentielles par la parole

Ce moment de parole réflexive survient à la fin des séquences créatrices, en veillant à ne pas les interrompre par un retrait précoce de l'action exigé par l'attitude nécessaire à la parole réflexive. Ici, l'œuvre est d'abord décrite dans ses différentes qualités sensibles, puis sont définies les formes essentielles de l'œuvre, c'est-à-dire, comme nous le verrons ensuite, les noyaux existentiels en déploiement logés au cœur des formes. Pour cela, on parle de la manière dont ces formes essentielles ont pu se déployer dans l'œuvre, de la manière dont l'œuvre est « réussie », c'est-à-dire la manière dont elle nous touche, la manière dont elle est parlante. Il est finalement possible de revenir à la réalité de la problématique du patient, aux questions existentielles qu'il se pose, en se nourris-

sant des réussites de l'œuvre pour aborder de manière nouvelles ces problématiques. Un piège est tendu à cette étape, celui de vouloir interpréter les formes en rapport à la pathologie du patient, car cela engagerait immédiatement une dynamique rétrospective plutôt que prospective.

Les formes et les formes essentielles

Travailler en thérapie expressive implique de se confronter à des œuvres, à des productions langagières multiples, à des créations que je propose de nommer ici par le terme général de *formes*.

Une forme est une apparition matérielle ou immatérielle perçue lors d'un contact vivant et impliqué avec elle, et qui possède une identité propre, elle dégage un sentiment d'unité accordée à un principe ou à une structure intérieure. Ce qui nous apparaît lorsqu'on contacte une forme est à la fois le contour extérieur de cette entité, ainsi qu'une charge émotionnelle et fantasmatique mobilisée en nous à son contact. La forme est poétique car elle engage un processus de résonance, d'évolution et de transformation de la personne qui la contacte. Cette définition concerne donc de manière indissociable une entité vivante ainsi qu'un mouvement de transformation de celui qui l'aborde. Opposée en quelque sorte à l'âme autant qu'à l'objet psychique, la forme indique que l'essentiel d'une entité vivante ne réside pas dans une réalité essentielle intérieure, mais dans le déploiement de ses potentiels dans l'espace et dans le temps.

Un dessin est donc une forme, tout comme la phrase rythmique jouée sur un tambour, le poème ou la danse effectués en thérapie. Le récit d'un rêve, l'association d'idées, la narration d'un événement du quotidien, l'acte manqué et le symptôme psychosomatique sont également des formes, qui ont gagné leurs titres de noblesse dans les psychothérapies classiques. Les créations artistiques, formes particulières lorsqu'elles sont faites durant les séances, me semblent porteuses de très forts potentiels thérapeutiques. En ce qui concerne la préhension et la compréhension de la part intrapsychique des formes, le concept d'*élément alpha*⁴ du célèbre psychanalyste Wilfred Bion

⁴ Les éléments alpha sont les premiers résultats de la transformation, en images visuelles ou selon d'autres modalités, des expériences émotionnelles et des impressions senso-

(1963; cf. Athanassiou, 1997) est très intéressant, tout comme celui d'objets transitionnels de Winnicott (1971). Toutes les formes se déploient donc à la fois dans le monde et dans l'esprit des humains.

Je veux maintenant souligner une dimension tout à fait passionnante de certaines formes qu'il est possible d'appréhender dans les processus créateurs en thérapie, je les appellerai les *formes essentielles*. Lorsqu'une œuvre est réalisée, il est possible de sentir dans le foisonnement des formes qu'elle offre que telle ou telle de ces formes est plus intéressante, plus forte, plus juste, plus parlante que d'autres. Ceci est une perception existentielle impliquée et subjective qui établit de manière généralement implicite un phénomène de résonance entre la forme et notre sentiment d'exister. Dans le fourmillement des possibles d'une œuvre, seules quelques formes sont vraiment parlantes. Pourquoi ?

Lorsqu'on est confronté à une œuvre d'art, on ressent que certains aspects nous transportent et nous soulèvent. Et lorsque ces formes sont étudiées de manière phénoménologique, on peut découvrir peu à peu des éléments essentiels, des noyaux formels qui résident au cœur de ces formes parlantes, ce sont les formes essentielles. Ces formes essentielles n'ont rien à voir, je le souligne d'emblée, avec les archétypes de Jung, car les archétypes sont des éléments psychiques et culturels qui s'imposent à la matière, alors que les formes sont à la fois matérielles et psychiques ; par ailleurs, elles ne précèdent pas l'expérience qu'on fait d'elles. Les formes essentielles sont au contraire liées au particularisme de chaque expérience de rencontre avec une œuvre. Ces formes essentielles sont la plupart du temps exprimées par des verbes ou des qualificatifs plus que par des substantifs, elles concernent une qualité existentielle et un certain rapport au monde, dans lesquels la personne du patient et le monde environnant sont très intriqués. Les formes sont empreintes de corporalité.

Comme l'a très bien expliqué A. Ferro (2000), il est possible de considérer les formes apparaissant dans une œuvre de différentes manières : en les reliant aux personnes de sa vie quotidienne, en les reliant à la dynamique psychique interne ou à l'évolution de la relation thérapeutique. Je propose d'em-

rielles. Contrairement aux expériences sensorielles et émotionnelles brutes, les éléments alpha sont ensuite utilisables pour des transformations ultérieures ; les formes en font partie, dotées d'un fort potentiel alphabétique particulier.

prunter maintenant un autre vertex, spécifique aux thérapies poétiques, le vertex de l'œuvre. Il s'agit dans ce vertex de rester avant tout en contact avec l'œuvre elle-même, avec la forme artistique donnée par la séance, alors même qu'on sait qu'il est possible de la considérer selon d'autres vertex plus classiques en psychothérapie psychanalytique.

La valeur principale de ce vertex réside dans l'idée que les formes artistiques qui émergent dans une relation thérapeutique sont des formes dans lesquelles se concentrent les principales problématiques existentielles des patients ainsi que leurs potentiels développementaux. Et ce dernier aspect est essentiel car spécifique à toute démarche créative et artistique. En effet, non seulement ces formes recèlent les problématiques des patients, et certains les utilisent de manière diagnostiques, mais, et c'est bien plus intéressant, elles permettent l'actualisation et le déploiement des potentiels de transformation, de guérison ou de maturation. C'est donc d'abord dans le déploiement et la transformation des formes qu'est réalisée la thérapie et non pas dans la compréhension d'un sens symbolique porté par les formes. Le travail du thérapeute, son œuvre à lui, en quelque sorte, est donc avant tout de faciliter et d'accompagner le déploiement des formes, car c'est au travers et par ce déploiement que s'actualise l'existence du patient, c'est-à-dire qu'il se soigne et élabore un sens et donne forme à son existence.

Pour accompagner l'évolution des formes de manière adéquate, le thérapeute cherche à rencontrer les formes essentielles, c'est-à-dire ce qui, dans les œuvres, est *au travail* et éveille un sentiment de vitalité et de réussite, au sens esthétique du terme. Il ne cherche pas à comprendre une symbolique inhérente aux formes, mais à soutenir ce qui, en termes existentiels, y est actif. Cette manière d'accompagner le déploiement existentiel du patient est celle d'un psychothérapeute poéticien, orienté sur les qualités évolutives des formes. Le thérapeute sait qu'il accompagne son patient, mais en même temps il se décentre de lui pour aller vers la forme et oriente son attention sur l'accompagnement du déploiement des potentialités essentielles des formes.

Signifiants formels et schèmes

Quelques auteurs ont abordé des phénomènes sensiblement proches de ceux qui m'intéressent ici.

Didier Anzieu (1987, 1993, 1994), psychanalyste français post-winnicottien, dans la suite de ses études célèbres sur le Moi-peau, a étudié dans les années 1990 le concept de *signifiants formels*.

Par ce concept qui en appelle autant à la psychanalyse qu'à la phénoménologie, cet auteur a tenté d'aborder certains éléments psychiques présents dans les étapes et situations les plus créatives de l'existence humaine, notamment dans les étapes préverbales ou para-verbales, lorsque l'être humain œuvre à appréhender les phénomènes de l'existence sans avoir d'outils symboliques et communicationnels très raffinés. Le mot de *signifiant* emprunté à la linguistique est un élément de langage qui peut être relié à un autre élément, absent mais important pour le moment de communication, ce dernier est un signifié. L'assemblage de ces deux éléments donne naissance à une signification.

Que se passe-t-il lorsque le langage n'est pas encore acquis? L'être humain utilise des signifiants formels, c'est-à-dire des signifiants exprimés sans le langage verbal, en termes de formes, dans d'autres modalités expressives et dotés de qualités propres aux vécus archaïques, qui apparaissent en des temps préalables à l'acquisition du langage verbal. Dans ces expériences existentielles archaïques, soi et le monde s'entremêlent fortement dans un vécu essentiellement corporel fait d'actions plus que d'objets. Anzieu cite plusieurs commentaires de patients qui tentent d'exprimer des vécus essentiels sans en avoir les mots: *le rétrécissement d'une peau; l'allongement d'un bras; une ligne s'incurve; ...* La tâche de la psychanalyse, pour cet auteur, était bien entendu de donner mot à ces signifiants afin qu'ils puissent être compris et intégrés à la vie psychique langagière plus mature. Les signifiants formels ont alors été identifiés comme portant le cœur de la pathologie du patient, la thématique essentielle sur laquelle le traitement devait être orienté. Les signifiants formels sont décrits par Anzieu comme se développant sous forme d'opposition, par exemple plaisir-déplaisir ou absence-présence. Ils font fonction de différenciation première, de démarcation, c'est-à-dire qu'ils délimitent une figure sur un fond, ils créent un écart, une distance permettant ensuite d'appréhender un fait de vie pour en faire une expérience existentielle. Les signifiants formels sont intimement liés à la pensée du rêve, car celle-ci est active dès la naissance, au moins, avant toute pensée rationnelle. Ils servent ultérieurement de contenant aux fantasmes et aux pensées.

Contrairement aux fantasmes, les représentants formels sont structurés de manière peu complexe et ne disposent pas, comme la phrase dans le langage, d'un sujet, d'un verbe et d'un complément, ils sont limités au verbe associé à un vague sujet, dont l'identité séparée n'est pas claire, un peu comme on utilise les mots « on » ou « ça », le verbe étant souvent décliné à l'infinitif ou dans une troisième personne indéterminée, souvent de manière réfléchie comme « se tenir debout ». Julien, le patient dont je parle plus loin, dit d'une forme peinte: « Ça monte fort, il est prêt à tomber ». Une caractéristique formelle est en mouvement, une qualité est en action. Les signifiants formels, pour Anzieu, sont marqués par des configurations spatiales, des états de base de la matière comme la proximité, la réversibilité d'une transformation, la symétrie ou l'emboîtement.

Cette élaboration théorique, en vogue dans les années 1990 mais peu reprise par la suite, permet d'entrevoir, de comprendre et surtout d'accompagner les processus psychiques non verbaux archaïques présents en psychothérapie poïétique lors des épisodes pathologiques les plus graves, ou permet d'aborder les noyaux psychotiques ou autistiques des patients. Les signifiants formels me semblent porteurs de santé, de guérison et de développement autant que de pathologie, mais Anzieu n'a pas abordé réellement cette articulation.

La création artistique est chargée de signifiants formels, sa fonction première est certainement de donner forme à ces signifiants et d'en faciliter le développement. L'expérience de la création en thérapie invite à orienter le regard sur l'œuvre elle-même, porteuse des signifiants formels, afin d'en accompagner l'évolution dans le cadre thérapeutique, protégés par le jeu de l'œuvre en train de se faire et un setting facilitant. La transformation du patient se réalise dans l'évolution des signifiants formels. L'œuvre et ses processus sont alors des sortes d'éclaireurs existentiels du patient et de ses potentiels et désirs. S'occuper de l'œuvre et de son déploiement, c'est soutenir l'expérimentation du patient tel qu'il est en train de devenir.

Serge Tisseron (1993, 1995), autre psychothérapeute français influencé par la phénoménologie, a cherché à comprendre l'établissement des images et pensées dans la psyché, à l'orée du biologique. Cet auteur reprend l'idée des signifiants formels qui sont organisés autour d'éprouvés corporels et affectifs dans une communication première, soulignant

notamment leur usage antérieur aux fantasmes. Tisseron pense que ces éléments, étant antérieurs au langage, méritent de porter le nom de *schème* ; il en relève deux types principaux : les *schèmes d'enveloppe* et les *schèmes de transformation*. Les premiers concernent la fonction d'enveloppement et de contenance nécessaire à toute vie psychique, et les seconds concernent l'action et la transformation de toute situation et de toute expérience existentielle. Cet auteur considère que le traitement thérapeutique est destiné avant toute compréhension à une mise en évolution de ces schèmes. Les sensations, les émotions et les actions sont les ingrédients des schèmes. Au cours de l'évolution de la personne, les schèmes, sans perdre leur existence, s'effacent derrière des fantasmes de plus en plus complexes et de plus en plus calibrés par le langage verbal. Le fantasme permet au schème de développer la structure temporelle, d'ajouter des qualificatifs aux sujets et aux objets et de préciser les liens et qualités différentielles des personnages. Selon cet auteur, le dessin peut donc contenir une forme, ou la transformer.

Dans des études sur le développement du dessin chez l'enfant, il observe que les formes fermées apparaissent à un certain moment au sein d'un dessin fait jusque-là de balayements jouissifs et de traits à peine dirigés, lorsque l'enfant commence à s'intéresser à la trace de son geste. Apparaissent alors des boucles et des entrelacs ; des cercles vont peu à peu contenir des points et des traits de taille inférieure. Le trait se fait enveloppe d'une expérience ou d'une pensée et plus seulement trace d'un geste, il permet alors à l'enfant de commencer à penser l'enveloppement et la contenance de son expérience de vivre. Tisseron souligne également que certaines lignes se dédoublent, s'accolent, se répondent, délimitent un haut et un bas, différencient des espaces. Dans ce sens, on peut considérer que le dessin d'un bonhomme contient l'idée du bonhomme, le dessin d'un bonhomme qui pleure contient l'idée de pleurer. Mais en plus, le dessin peut transformer. Un bonhomme qui pleure peut se mettre à rire, selon les traits qu'on lui ajoute. Tisseron affirme que la représentation symbolique n'apparaît qu'après qu'une sorte de grammaire formelle se soit déjà structurée. La croissance est réalisée pour lui par l'introjection des schèmes au sein d'une relation significative à un autre humain, en général un adulte, relation suffisamment contenante, rassurante et évolutive. Tisseron estime enfin que trouver le schème actif dans une

séance et lui permettre une élaboration formelle sont les fonctions principales du traitement thérapeutique. Nous retrouvons là des valeurs et théories typiques des psychothérapies expressives.

Alphabétisation

Un peu plus anciennement, mais toujours contemporain, dans une direction un peu différente, l'éminent psychanalyste Wilfred Bion (Grinberg, 1996 ; Bion, 1965) avait défini au cœur de ses élaborations théoriques les concepts de *fonction alpha* et d'*élément alpha*, qui me semblent liés à ce que je tente d'aborder dans cet article.

La fonction alpha est pour cet auteur un modèle théorique qu'il dit être lié au holding de Winnicott, elle permet de penser la manière dont se constituent les pensées des êtres humains, au sein d'une relation contenante maintenue par un parent. Cette fonction alpha est orientée sur les impressions sensorielles et les expériences émotionnelles perçues en les transformant en éléments alpha, c'est-à-dire en éléments pouvant être emmagasinés, mémorisés, utilisés dans le refoulement ou dans la croissance psychique. Dans ce sens, la fonction alpha donne forme et sens à l'expérience de vivre ; elle est élaborée dans le sein d'une relation. Les éléments alpha sont donc à l'origine des images ou des formes multimodales qui sont utilisées pour créer et pour rêver la vie tout en la vivant. Pour cet auteur, ces éléments ne sont pas observables, ils sont des abstractions théoriques qui permettent de rendre compte efficacement de certains faits existentiels et cliniques.

Bion propose dans la suite de cette élaboration l'idée d'une *barrière de contact* formée de l'assemblage de multiples éléments alpha situés au lieu de la rencontre de la personne avec son existence, espace semi-perméable de rêverie. Cette barrière sépare et relie en même temps, elle ouvre un espace de contact, un espace de transition entre l'expérience vécue et l'expérience pensée. Nous ne sommes pas loin ici de l'espace transitionnel de Donald Winnicott.

Pour Bion, la fonction de la thérapie consiste en l'accompagnement du patient dans le développement d'une barrière de contact suffisamment souple et solide à la fois. Selon les capacités du patient, selon sa pathologie, le psychothérapeute doit assumer une part plus ou moins grande de la fonction alpha au début du traitement, pour peu à peu lais-

ser le patient construire sa propre barrière en introjectant la fonction alpha expérimentée dans la situation thérapeutique.

En prolongement actuel et très vivant de la pensée bionienne, Antonino Ferro (1997, 2000, 2004) a conceptualisé les *dérivés narratifs* des éléments alpha comme étant le déploiement des éléments alpha dans une structure langagière narrative. Ils participent du plus intime du locuteur, de ce qui est à peine lui et au cœur de son expérience unique et individuelle ainsi que de son altérité, car le langage est un contenant relationnel culturel partagé avec d'autres humains qui possèdent, chacun, un autre regard sur les mêmes éléments langagiers. Les formes dont je parle dans ce travail sont certainement proches des dérivés narratifs de cet auteur, avec la différence, importante tout de même, que le concept de forme permet de mettre l'accent sur les dimensions transitionnelles, à la fois psychique et non psychique. Cette ouverture à la matière du monde respecte pleinement la sensibilité de l'expérience artistique. Ferro, situé dans la mouvance italienne post-bionienne, a d'ailleurs lui aussi étendu les phénomènes psychiques hors de la personne elle-même, dans son élaboration du champ relationnel thérapeutique, où les événements émotionnels, sensoriels et fantasmatiques sont transpersonnels et forment une entité existentielle nouvelle, non limitée au corps propre des individus.

Question de méthode

La psychothérapie expressive, influencée par la psychanalyse et par la phénoménologie, demande au thérapeute d'accompagner le patient au travers de l'accompagnement du développement des formes. Pour ce faire, il doit choyer les formes essentielles car, nous l'avons vu, les potentiels des formes et des partenaires relationnels y résident. Knill *et al.* (2005) et Levine (1999) soulignent l'utilité méthodologique de protéger soigneusement les formes artistiques sans les interpréter psychologiquement lorsqu'elles sont en formation, et parfois même dans les temps de parole, ultérieurs aux temps de création.

Ce point est délicat car trop souvent, par formation et par habitude, les thérapeutes peuvent avoir envie de faire part des interprétations de ce qu'ils considèrent comme des symboles et qui apparaissent dans les formes artistiques. Trop tôt venue, cette interprétation aurait l'effet de détruire l'ambiance

et la puissance de transformation des formes artistiques. Pour se protéger de ce mouvement gênant, beaucoup de psychothérapeutes expressifs restent silencieux et se limitent à relancer le processus créateur, parfois ils closent la séance à peine l'œuvre réalisée, laissant le patient seul avec ses émois, fantasmes et formes essentielles. Or, il est tout à fait primordial d'accorder un temps de retrait accompagné successif au processus créateur, un écart réflexif, afin de considérer par la parole ou dans d'autres modalités expressives certains éléments clés de l'œuvre ou du processus créateur. Dans ce moment particulier, il ne s'agit pas d'exprimer verbalement les symboles qui résident dans les œuvres, comme on traduirait un texte dans une autre langue. Il s'agit plutôt de laisser résonner l'œuvre en soi, de laisser naître les mots dans sa bouche à partir de ce qui est particulièrement expressif et parlant de l'œuvre. Cet ancrage dans la réflexivité permettra ensuite à la forme essentielle de se déployer plus pleinement encore dans d'autres formes artistiques.

Les formes essentielles, ouverture au Soi en devenir

Comment contacter les formes essentielles d'une création ? Il s'agit d'abord de décrire l'œuvre dans la façon dont elle s'offre à nous, car décrire c'est dire le contact avec ce qui nous parle de l'œuvre et de l'existence ; il s'agit de souligner par la parole le particulier, l'unique de l'œuvre qui se révèle dans sa rencontre, cette rencontre-ci, unique elle aussi, réalisée avec son propre corps, sa propre histoire, son propre questionnement, sa propre ouverture au devenir.

Une fois décrite, l'œuvre se révèle en des qualités surprenantes, « émerveillantes », c'est cela qui nous appelle d'elle, l'inattendu. Surprise de l'inattendu qui pourtant surgit, ouvrant dans l'instant un monde nouveau et étrange, étranger, un autre-soi. La forme essentielle insiste, elle s'est imposée à ma conscience à mon insu, à mon in-su, elle porte ce monde ouvert, elle y conduit. En voyant une forme particulière, on développe un regard particulier, une nouvelle manière de voir. Alors, en même temps, il y a naissance de soi, et disparition de soi :

*Le trait me traque
Au bord de l'invisible
Sous le pinceau charnu*

*Au bord des doigts
 Au bord du geste
 Portail du rien
 Où nos disparaissions
 Ensemble⁵*

Sarah, une jeune femme en thérapie de groupe depuis une année, parle un jour dans le temps de parole réflexive d'une tache de couleur rouge sur la feuille blanche, d'un rouge qui a transpercé le papier par le frottement du pinceau, un rouge de lumière éclatante qui s'assombrit dans l'ombre du trou, une ouverture de rouge, qui s'est donné pleinement au monde. Une vieille blessure ouverte, dira-t-elle plus tard, une blessure qui jamais ne se ferme. En fait il s'agissait d'une grande peinture à la gouache, un paysage d'été, aux fleurs sauvages au bord d'un village, avec une forêt sombre sur le côté, sur le bas-côté d'une route. Elle aurait pu parler de bien d'autres choses que de cette tache rouge, mais c'est elle qui avait attiré son regard et celui des autres participants du groupe. C'est dans cette tache que s'était logée une exigence de forme à naître, encore inconnue et autre, mystérieuse. C'est cette tache qui fut le départ, lors de la séance suivante, d'une mélodie tournoyante et d'une danse mémorable, dans laquelle un personnage, une jeune fille au foulard rouge, traversait une forêt et rencontrait un personnage funeste.

Dans le temps de parole réflexive, il fallait *porter le rouge aux lèvres*, avait dit une participante du groupe dans un jeu de mot lumineux chargé de sens, il fallait lui donner corps avec des mots, pour signifier qu'en lui résidait l'essentiel d'une problématique ancienne d'abus sexuel qui, si elle avait été marquée dans le corps, n'avait jamais pu ni trouver forme psychique, ni se déployer dans un dépassement de la douleur. Le moment de parole réflexive permettait aussi et surtout de ressentir et expérimenter l'essentiel des potentiels utiles au dépassement de cette problématique : un rouge pulsant de vie, un trou pour qu'y naisse une forme.

Il ne s'agissait pas d'interpréter la forme dans sa portée symbolique d'un événement ancien et secret, il s'agissait de laisser l'élan prendre forme : là est l'essentiel.

Et cet essentiel était dans une couleur, un rouge peut-être troué et béant, dans une ambiance, dans le vécu corporel d'une blessure qui ne se ferme pas, mais également dans un rouge pulsant comme le désir de réaliser sa vie.

Une fois discernée du foisonnement des formes présentes dans la peinture, il devenait possible de laisser la forme essentielle se déployer plus pleinement, la semaine suivante, dans la musique et dans la danse. Dans ce mouvement, le travail du thérapeute avait été d'abord de recevoir la peinture, puis de réserver un temps de parole réflexive, d'accueillir les paroles dites par la patiente et par les membres du groupe, les autres avec leur autre regard, sur la forme essentielle, d'accompagner d'une écoute bienveillante cette parole qui se disait sans savoir ce qu'elle avait à dire, comme le geste d'une improvisation dansée. Ensuite j'avais proposé, lors de la séance suivante, la modalité « son » pour poursuivre l'exploration, modalité qui avait conduit assez naturellement à une danse. La proposition du son pour prolonger le déploiement des formes m'était venue à l'esprit par les qualificatifs de la forme essentielle rouge dont le groupe disait qu'il pulsait, qu'il avait un rythme, qu'il était sonore.

Un autre et dernier exemple maintenant. Julien est un cadre d'une entreprise bancaire d'une quarantaine d'années. Un jour, en ouverture de séance, il me raconte une problématique d'insécurité ressentie au travail face à un supérieur hiérarchique qu'il juge « injustement autoritaire ». Nous sommes en début de thérapie, l'alliance entre nous est en voie de construction, dans une bonne dynamique.

Pour se décentrer de la problématique qui habite sa vie quotidienne, je propose de jouer au jeu du gribouillis, nous avons vu lors des séances précédentes que cela lui permettait de lâcher quelque peu le contrôle rationnel de sa pensée qu'il pratiquait intensément avec le langage verbal et des comparaisons et métaphores mathématiques.

Dans les gribouillis sont apparues différentes figures, dont une interpelle particulièrement Julien. Il dit d'elle : « Une forme dressée qui sort d'elle-même » ! Je lui propose de raconter l'histoire des cinq images faites lors de cette séance, il peine à les assembler en une seule histoire, mais revient plusieurs fois sur la forme dressée qu'il identifie comme un personnage qui naît de l'action de se dresser. Il me raconte cela en mimant de son corps un dressement fier.

¹ Les poèmes sont de l'auteur, ils proviennent du recueil *Maisons de passage*, Publibook, Paris, 2011.

Comme il habite corporellement ce qu'il dit, je lui propose de transposer cette figure dans une grande peinture selon la méthode de la silhouette : il est invité à donner à son corps la posture du personnage devant une grande feuille scotchée au mur. Une fois la posture trouvée, je dirige un spot de lumière sur lui et dessine le contour de l'ombre de sa silhouette en l'invitant à la prolonger ensuite en peinture.

Après la peinture de sa silhouette, lorsque Julien prend du recul pour la commenter, nous cherchons à mettre en valeur ce qui nous semble le plus vivant dans l'œuvre, ce qui attire notre attention, ce qui éveille un sentiment esthétique (en beauté ou laid, là n'est pas la question ; le sentiment esthétique est probablement une manière de ressentir la justesse existentielle d'une forme).

En l'occurrence, Julien insiste, en mimant encore avec un plaisir certain le geste, sur la puissance du bras levé et sur un mouvement vertical de tout le corps. « Ça monte fort », « Il monte, il est prêt à tomber sur sa victime », dit-il. Puis il souligne l'importance d'un verre plein de sang que le personnage tient dans une main proche de son ventre. Pour ma part, acquiesçant à ses remarques, j'ajoute que je suis aussi interpellé par le vide dans le corps ; il a peint fortement le tour du personnage, passant plusieurs fois d'une trace large sur le même trait, puis a évoqué par quelques traits rapides et indécis à l'intérieur du corps ce qu'il va appeler « la force vitale du personnage ». Cet intérieur de corps me paraît lacunaire, je lui dis que le vide est donc impressionnant et renforce l'expressivité de ce personnage, d'autant après qu'il l'ait appelé force vitale. La force se multiplierait par la juxtaposition de vide !

Un certain nombre de liens avec sa vie quotidienne réelle et ses questionnements existentiels de début de séance sont ensuite réalisés à partir de ce personnage dressé, notamment en ce qui concerne les qualités personnelles pour faire face à l'adversité et à un sentiment de faiblesse attaché à son rapport d'enfance à un père autoritaire.

Julien a exprimé un sentiment d'identification au personnage peint ainsi que son intérêt pour la juxtaposition faiblesse-force. Il a exploré des qualités encore inconnues de lui dans le personnage et son déploiement dans la mesure où nous n'avons pas souligné le lien entre ce personnage et sa propre personne durant le travail expressif.

Le schéma du déploiement alphabétique des formes essentielles

Pour terminer, je propose maintenant un modèle pour penser aux développements des formes et des formes essentielles dans la pratique du jeu du gri-bouillis en thérapie expressive. L'idée est de modéliser le déploiement des formes vers une complexité transitionnelle croissante, avec l'espoir qu'au cours de la thérapie, les formes essentielles rencontrées puissent évoluer du haut vers le bas du tableau. Ce schéma peut être relié au processus d'alphabetisation des éléments bêta de Bion, ainsi qu'à l'idée de Ferro quant à l'usage et au développement des capacités narratives dans le cadre thérapeutique. Il doit être considéré comme un modèle de travail, il est issu de ma propre pratique de psychothérapeute et d'artiste, ainsi que de mes élaborations théoriques de clinicien qui demanderaient à être vérifiées par des recherches plus structurées, mais il peut offrir au thérapeute un outil d'appui pour accompagner le déploiement des formes qui apparaissent en séance d'une pensée réflexive vivante.

Ces formes sont expressives des problématiques ouvertes du patient, de ses ressources, ainsi que du processus de leur élaboration. Elles vont se développer à partir des perceptions sensorielles et émotionnelles existentielles brutes, ce que Bion avait nommé les éléments bêta, reliées au *manque à vivre* des thérapies existentielles et phénoménologiques. Cela se fait en plusieurs étapes, de haut en bas dans le tableau. Les cinq lignes figurent une croissance dans la transitionnalité, les étapes peuvent être perçues de manière bien distincte ou être entremêlées, selon les thématiques abordées. La dernière ligne concerne l'introjection des capacités que les participants peuvent réaliser au travers des processus créatifs et réflexifs psychothérapeutiques.

La première colonne présente les qualités formelles des créations, la seconde colonne les qualités principales de l'accompagnement proposé par le thérapeute. L'ensemble du tableau I donne une indication sur l'état de la transitionnalité de la situation thérapeutique.

Nous voyons ainsi le jeu de transformation des formes et des élans, dans une pensée multimodale, où images, corps, jeu scénique, mots, sons et récits interviennent pour porter de plus en plus loin la maturation des formes, des partenaires et de la rela-

Tableau I.

Qualités formelles des créations	Qualités de l'accompagnement
Formes Formes éparses indéfinies Formes flottantes, parfois avec un appel de liaison Formes-mouvement et formes-qualités	Disponibilité et accueil Percevoir et proposer les modalités dont on sent qu'elles conviennent au patient et au climat de la relation Proposer un dispositif expressif
Formes essentielles Sélection des formes essentielles selon leur force existentielle Découverte de l'attracteur formel	Scannage et focalisation formelle Recevoir l'œuvre, découvrir et nommer avec le patient les formes essentielles
Formes séquences Différenciation des formes-qualités, des formes-actions et des formes-choses Constitution de séquences qui relient plusieurs formes Début de temporalité et de causalité simple, souvent unidirectionnelle	Cheminement Inviter à prolonger le mouvement expressif dans un dispositif conservant la même modalité dominante, mais en introduisant une transformation séquentielle tout en focalisant sur les formes essentielles Nommer avec le patient les évolutions des formes et leurs transformations
Formes narratives Augmentation de la complexité narrative temporelle et causale et des liens entre les éléments Naissance, transformation et évolution de personnages	Ouverture à la narration Inviter à la narration Recevoir l'œuvre et nommer ses qualités et réussites formelles
Introjection Ajout de la réflexivité et introjection par les partenaires des qualités d'alphabétisation déployées dans le champ thérapeutique	Introjection Laisser le patient effectuer ce travail Réaliser son propre processus d'introjection

tion. C'est à proprement parler le processus poétique. Ce dernier est directement ancré dans les qualités transitionnelles de la situation thérapeutique; la psychothérapie expressive ou poétique a fait de cette dimension sa spécificité. Nous voyons l'utilité de soutenir le travail d'une *pensée en image* et non seulement une pensée verbale, tout en reliant ces deux niveaux dans l'alternance de moments expressifs et de moments réflexifs. Nous voyons aussi comment le jeu du gribouillis, originellement graphique, peut bénéficier des rebonds expressifs dans d'autres modalités. Nous voyons enfin comment les formes essentielles, lorsqu'elles sont nommées et extraites des multiples formes présentes dans les œuvres, peuvent transformer l'expression et les personnes, en multipliant la vigueur et la complexité de la transitionnalité.

Pour s'engager dans ce processus, il est nécessaire au patient de sentir le lien d'alliance avec un accompagnant de processus, le thérapeute, un autre que soi, ainsi qu'avec l'autre de soi qui émerge au fil des formes, révélé par les formes, autre-soi surprenant, questionnant, accomplissant. Il est également nécessaire au patient de sentir la situation théra-

peutique entière comme habitée d'une transitionnalité riche. L'accompagnement proposé par le psychotérapeute doit alterner disponibilité, propositions de dispositifs expressifs simples, réflexivité et tolérance à l'anxiété du non-savoir.

Les artistes, notamment ceux qui vivent des blocages dans leurs recherches, peuvent trouver dans ces idées quelques éléments intéressants: le symbole formé n'est pas l'essentiel du processus artistique et peut même, s'il est défini trop tôt dans le processus, l'interrompre ou le paralyser; l'état de non-savoir et de non-concept alterne avec la réflexion et la définition; parfois, l'appui sur un autre être humain dans le processus d'élaboration esthétique et psychologique peut relancer le processus artistique.

*Dans la nuit
 D'un monde sans lune
 Sans ombre et sans étoile
 Le pinceau humide et noir
 Me guide
 Vers la forme à venir.*

(Article reçu à la Rédaction le 7.4.2011)

Summary In this article, the author presents contemporaries developments of the Donald Winnicott's squiggle-game in the expressive psychotherapies. Then he approaches the study of certain particular forms which appear in the creations of the patients, named here the *essential forms*. The most active potentials for the evolution of the active problems at the patient are living in that forms. These essential forms are windows towards the other self which is becoming. The plan of a model is finally proposed to understand the evolution of the essential forms during the therapy.

Bibliographie

- Anzieu D. (1987): *Les enveloppes psychiques*. Paris, Bordas.
Anzieu D. (1993): *Les contenants de pensée*. Paris, Dunod.
Anzieu D. (1994): *L'activité de la pensée*. Paris, Dunod.
Athanassiou C. (1997): *Bion et la naissance de l'espace psychique*. Paris, Ed. Popesco.
Baal-Teshuva J. (1995): *Christo et Jeanne-Claude*. Köln, Taschen.
Bion W. (1965): *Transformations*. Paris, PUF, 1982.
Eco U. (1962): *L'œuvre ouverte*. Paris, Seuil.
Ferro A. (1997): *L'enfant et le psychanalyste*. Paris, Erès.
Ferro A. (2000): *La psychanalyse comme œuvre ouverte*. Paris, Erès.
Ferro A. (2004): *Facteurs de maladie, facteurs de guérison*. Paris, In Press.
Green A. (2005): *Jouer avec Winnicott*. Paris, Erès.
Grinberg L. et al. (1996): *Nouvelle introduction à la pensée de Bion*. Lyon, Césura.
Haag G. (1993): Hypothèse d'une structure radiaire de contenance et ses transformations, in: Anzieu D.: *Les contenants de pensée*. Paris, Dunod, pp. 41-59.
Kaprow A. (1996): *L'art et la vie confondus*. Paris, Ed. Centre Georges Pompidou.
Knill P. et al. (2005): *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy*. London, Jessica Kingsley.
Levine S. et al. (1999): *Foundations of Expressive Arts Therapy*. London, Jessica Kingsley.
Merleau-Ponty M. (1945): *Phénoménologie de la perception*. Paris, Gallimard.
Merleau-Ponty M. (1964): *L'œil et l'esprit*. Paris, Gallimard.
Maldiney H. (1973): *Regard, parole, espace*. Lausanne, L'Age d'Homme.
Maldiney H. (2003): *L'art, l'éclair de l'être*. Chambéry, Comp'act.
Ménasé S. (2003): *Passivité et création*. Paris, PUF.
Ménasé S. (2009): *Rapport créatif au monde*. Art et Thérapie, n° 102-103, pp. 41-55.
Prinzhorn H. (1922): *Expression de la folie*. Paris Gallimard, 1984.
Roussillon R. (2008): *Le jeu et l'entre-jeu*. Paris, PUF.
Stitelmann J.: www.poiétique.ch
Stitelmann J. (2009): Le phénomène poétique. *Art et Thérapie*, n° 102-103, pp. 34-30.
Stitelmann J. (2010): Encountering the Other-Self: Essential Forms and New Therapeutic Developments in Transitional Phenomena. *Poiesis*, N° 12, pp. 40-46.
Stitelmann J. (2011): *Maisons de passage*. Paris, Publibook.
Stokvis W. (1995): *Cobra*. Paris, Gallimard.
Thévoz M. (1980): *L'art brut*. Genève, Skira-Flammarion.
Tisseron S. (1984): Le dessein du dessin, in: *Art et fantasme*. Paris, Champ Vallon, pp. 91-105.
Tisseron S. (1993): Schèmes d'enveloppe et schèmes de transformation, in: Anzieu D.: *Les contenants de pensée*. Paris, Dunod, pp. 61-86.
Tisseron S. (1995): *Psychanalyse de l'image*. Paris, Dunod.
Winnicott D.W. (1971): *Jeu et réalité*, Paris, Gallimard, 1975.
- Revue thématiques, livres d'éditeurs et sites internet:
Rodolphe Toepffer – Editions Slatkine, Genève, 1996
Victor Hugo – Autrement l'art, Paris, 1983
Jackson Pollock, Editions Centre Georges Pompidou, Paris, 1982
www.ouliipo.net

Correspondance:
Jacques Stitelmann
Directeur de L'ATELIER
24, avenue du Mail
1205 Genève
Suisse
info@l-atelier.ch