

Une experte de l'art-thérapie à l'école explique comment la thérapie par l'art aide les enfants à donner du sens à l'insensé

Par Clara Keane, le 11 mai 2017



Au cours du mois de mai, à commencer par le lancement de la Journée nationale de sensibilisation à la santé mentale des enfants avec l'Administration des services de lutte contre la toxicomanie et la santé mentale (SAMHSA), l'AATA met l'accent sur les sujets liés à la santé mentale des enfants en thérapie artistique aujourd'hui.

Les enfants bénéficient d'une thérapie par l'art de diverses manières : par exemple, les enfants autistes trouvent souvent l'art un moyen viable de communiquer; les enfants présentant un déficit d'attention montrent une meilleure capacité à se concentrer; les enfants dans les services du cancer sont apaisés par la thérapie artistique. La liste continue encore et encore.



Une fille se sent désorientée et sans espoir dans son contexte familial et social. Elle se représente seule dans une forêt, debout dans une flaque au milieu d'une tempête, approchant des sables mouvants sous un ciel sombre.

Cependant, la thérapie par l'art n'est pas seulement bénéfique pour les enfants ayant des besoins spéciaux. Une façon de rendre la thérapie artistique accessible à chaque enfant est de l'amener à l'école. Un membre du personnel de l'AATA a profité de l'occasion pour s'entretenir avec un expert dans le cadre de la thérapie artistique scolaire, à la fois dans la salle de classe et dans la conception du programme, pour discuter de la façon dont les enfants peuvent utiliser la thérapie par l'art pour réconcilier et traiter le chaos du monde extérieur et de leur identité interne.

Marygrace Berberian, LCAT, ATR-BC, LCSW est professeure assistante clinique au Graduate Art Therapy Program et directrice du NYU Art Therapy in Schools Program à l'Université de New York. Marygrace a mis en place des initiatives de thérapie par l'art à l'école dans toute la ville de New York pour les enfants et les familles à risque pendant près de 20 ans. Actuellement, Marygrace dirige les efforts de plaidoyer pour l'inclusion de thérapies artistiques créatives dans les écoles publiques de l'État de New York et est doctorant en thérapies artistiques créatives à l'Université Drexel. Nous avons posé quatre questions à Marygrace sur son travail avec les enfants dans le cadre scolaire. Voici ce qu'elle a dit :

Q1: Comment les programmes de thérapie artistique scolaire dans les écoles publiques profitent-ils à la communauté?

A1: Lorsqu'un élève a des difficultés cognitives, émotionnelles ou comportementales, les écoles sont souvent les premières à identifier les symptômes et sont ensuite chargées d'intervenir. L'accès aux services de santé mentale est souvent trop intimidant pour les familles à risque débordées. Les établissements scolaires deviennent plus souvent les seuls fournisseurs de soutien en matière de santé mentale.

Les services de thérapie par l'art dans les écoles ont effectivement répondu aux besoins divers et en constante évolution des élèves. Les élèves ont été aidés par la capacité de la création artistique à restaurer un fonctionnement sain et à fournir une maîtrise au milieu de sentiments d'impuissance. L'art-thérapie constitue un moyen efficace d'aborder ces questions étant donné que les étudiants se voient offrir un exutoire pour canaliser leur anxiété et leur agressivité dans le processus de création artistique. Les images symboliques qui sont générées permettent aux étudiants d'exprimer des sentiments et des idées concernant les conflits psychologiques et les expériences de vie trop chargées émotionnellement pour la communication verbale. Lorsque ces questions sont examinées dans la phase initiale du traitement, il y a généralement des problèmes plus critiques sous-jacents aux manifestations observées dans l'environnement scolaire. Les élèves sont souvent découverts en lutte silencieuse avec l'anxiété, la dépression, les difficultés sociales et la faible estime de soi. L'art aide les étudiants à organiser le chaos de leurs mondes internes et leurs réalités souvent moins favorables.

Comme les étudiants sont un public «captif», le traitement peut être cohérent et à long terme. En outre, l'arthérapeute peut servir de passerelle entre les parents et les enseignants, en favorisant une perspective plus globale et inclusive sur le progrès et les obstacles existants. L'intégration sans heurt des services de thérapie de l'art avec d'autres services scolaires aide les élèves, les enseignants et les familles à surmonter les obstacles et à rétablir le fonctionnement.



Un enfant qui se sent vulnérable après le 11 septembre dans sa communauté de New York s'équipe d'armes et d'une armée de combat.



La fantaisie et l'imagination sont utilisées pour envisager une reconstruction à la suite des ravages du 11 septembre. Dans cette image, les avions de tête célèbrent maintenant le développement des nouveaux bâtiments.



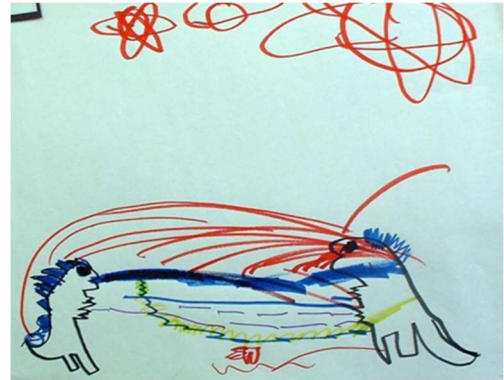
Repérage du corps à partir de l'exposition «Standing Tall». Des ateliers d'art-thérapie après l'école ont été organisés dans les écoles participantes pour renforcer la résilience.

Q2: Comment les images aident-elles les enfants à comprendre et à communiquer leur expérience du monde qui les entoure?

A2: La création artistique favorise le raisonnement séquentiel et l'organisation de la pensée pour ceux qui sont confrontés à des sentiments écrasants mais qui n'ont pas les mécanismes d'adaptation pour les traiter correctement. Cela peut être incroyablement lourd pour les enfants. Je me souviens très bien de mes observations d'enfants après les événements du 11 septembre. L'art est souvent la seule façon pour les enfants de comprendre l'insensibilité. L'art peut servir de moyen de cartographier de manière picturale ce qui ne peut pas être examiné verbalement. L'ordre peut être établi visuellement au milieu du chaos psychologique. L'art aide à la réglementation et peut transformer un enfant en détresse en artiste engagé. Plus récemment, les enfants essaient de comprendre la division dans leurs classes et leur famille. Les loyautés sont remises en question et les inquiétudes sont déclenchées au milieu de cette incertitude. Notamment, d'autres débats au cours des sessions font écho à des thèmes de « nous » contre « eux ». L'identité de l'ennemi « eux » est interchangeable pour quiconque menace son sentiment de sécurité. Plus d'enfants sont hyper-ordonnés et vigilants pour protéger leurs propres vulnérabilités.

Q3: Compte tenu du climat politique actuel, comment l'art peut-il aider les enfants à communiquer leurs angoisses aux adultes?

A3: Concréter les sentiments intériorisés par la production artistique peut devenir un point de départ de discussion et fournir un dossier visuel pour la poursuite de la discussion. Il est important que les adultes répondent avec empathie aux angoisses de l'enfant, comme en témoignent leurs récits et leurs images. La création d'un espace sûr et confiné (à la fois visuellement et dynamiquement) inaugurerait une expression plus authentique. Un simple papier bordé donne au papier un peu de confinement visuel. Pour les enfants plus âgés, les dessins de polarité aident souvent à mettre en évidence les différences et les similitudes dans les perspectives opposées.



Un récit de lutte contre les dinosaures aide un enfant à décrire les expériences de victimisation à la maison et à l'école.



L'enfant écrit « Ne pas gâcher avec le bien » pour réaffirmer sa capacité à se défendre contre un pair de brimades.

Q4: Comment l'art-thérapie peut-elle aider à développer l'empathie et peut-être limiter les brimades dans le système scolaire?

A4: L'art, dans son continuum d'expression plus contrôlée à une expression moins contrôlée, peut permettre de faire l'expérience de manière à faire face à l'adversité. Dans les limites sûres de la relation de traitement et par l'expression non verbale, les enfants peuvent répéter d'autres paradigmes de parenté. La qualité d'autonomisation du processus non verbal et créatif, un fondement essentiel de notre travail en tant que professionnels de l'art-thérapie, permet aux clients de « parler visuellement » leur expression, jouant un rôle de médiateur et en limitant leurs luttes intériorisées. Souvent, l'enfant intimidé crée des scènes où il est un super-héros farouchement courageux. Le fantasme de surmonter l'adversité est d'abord visualisé et répété en thérapie par l'art afin qu'il puisse devenir plus une réalité. La thérapie artistique scolaire est également une arène riche pour promouvoir la « conscience critique » telle que postulée

par Paolo Freire (2005). Dans l'art-thérapie, les étudiants peuvent réfléchir profondément sur eux-mêmes par rapport à leur climat social, explorer les contradictions inhérentes à ces relations et devenir capables de résoudre les problèmes. La sensibilisation, l'autonomisation et la responsabilité du travail de Freire dans le contexte de l'oppression sont tout à fait pertinentes pour notre travail actuel en tant qu'orthographe.

En conclusion, l'art fournit aux enfants un moyen de communiquer des pensées ou des sentiments qui peuvent sembler trop dangereux ou trop complexes pour être épanouissant des mots. La présence de services de thérapie de l'art dans l'un des contextes les plus familiers pour les enfants - l'école - peut promouvoir la sécurité en période d'incertitude, de traumatismes ou de conflits. Les programmes de thérapie artistique scolaire s'alignent

directement sur la vision d'un monde où « les services d'artistes agréés et culturellement compétents sont à la disposition de tous les individus, familles et communautés ». Pour voir plus d'images créées par les enfants dans les écoles, visitez notre exposition numérique, « [Je suis une œuvre d'art](#) », qui célèbre le rôle important de l'art et de la créativité dans la santé mentale, le bien-être et le bien-être social-émotionnel pour nos enfants, nos jeunes et nos jeunes adultes.

Des images ont été obtenues avec des autorisations, avec l'aimable autorisation du programme NYU Art Therapy in Schools.

Références

Freire, P. (2005). *Éducation pour la conscience critique*. New York : Continuum International Publishing Group.