

Être en relation de manière créative avec des jeunes victimes d'abus sexuels¹



« La psychothérapie s'effectue là où deux aires se chevauchent, celle du patient et celle du thérapeute.

Si le thérapeute ne peut pas jouer, cela signifie qu'il n'est pas fait pour ce travail.

Si le patient ne peut pas jouer, il faut faire quelque chose pour lui permettre d'avoir la capacité de jouer, après quoi la psychothérapie pourra commencer »

(Winnicott)

1. Introduction

Se retrouver dans un lieu accueillant, en dehors de notre cadre habituel et de notre quotidien, nous a permis autant de nous rencontrer que de nous mettre au travail avec Verity Gavin ; cela nous a plongés d'emblée dans une façon d'être inhabituelle mais combien enrichissante et constructive.

Comment vous rendre compte de la densité de cette formation qui nous a demandé une implication personnelle autour des différents médias proposés tout en s'appuyant sur des concepts théoriques solides ?

Les premiers mots qui nous viennent à l'esprit pour évoquer cette formation c'est « nous avons joué ». Ce qui ne veut rien dire et tout dire de ce que Verity a voulu partager avec nous. Et comme elle nous l'a de nombreuses fois répété « *jouer c'est sérieux* » ; jouer c'est non seulement créer une expérience satisfaisante mais c'est aussi mettre en scène notre inconscient.

¹Compte rendu libre de la formation dispensée par Verity Gavin dans le cadre des « Journées d'accord », du 25 au 27 mai 2006. Réalisé par Elisabeth Akkan (SOS La Louvière), Quentin Bullens, (SOS Ciney), Françoise Dewandre(SOS Montegnée), Stéphanie Gozzi (SOS Brabant wallon), Françoise Hoornaert (SOS Tournai-Mouscron), Regis Leclere (SOS Verviers), Claire Meerseman (SOS Charleroi), Stephanie Merkelbach (SOS Liège), Nathalie Ponthier (SOS Huy) et Muriel Van de Maele (SOS ULB).

Par le jeu, on crée la possibilité de se réappropriier les émotions, le vécu, de se laisser submerger mais également de reprendre le contrôle, d'être acteur de l'histoire. Il permet une acceptation progressive de la réalité et une réappropriation de celle-ci dans un espace sécurisé. Et Verity a su, dans ce cadre magnifique et dépaysant du « Mas de la Dragonette » où nous étions coupés de nos habitudes et de nos préoccupations professionnelles, créer pour chacun d'entre nous un espace sécurisé propice à expérimenter des aspects de la play-therapy.

Par des mises en situation, nous avons abordé ce qu'est le travail sur soi par le jeu. Chacun des participants a pu entrer en lien avec l'enfant qui est en lui, faire revivre des émotions enfuies, inconscientes. Les médias proposés nous ont permis de voir combien le jeu et la créativité sont riches de matériel à exploiter dans notre pratique professionnelle, dans le travail thérapeutique avec nos patients. Ces médias sont une ouverture vers l'inconscient, vers ce qui n'a pu se dire ou qui ne peut pas encore se dire.

Mais le jeu n'est pas une technique ; c'est une manière d'être, une qualité de présence à l'autre et à soi dont les mots peuvent difficilement rendre compte. A l'heure de la mondialisation et de la standardisation, à l'heure où d'aucun aimerait nous faire croire qu'on peut tout mesurer, diagnostiquer, étiqueter, formater, Verity nous a ramenés à l'essentiel de notre profession : la rencontre d'humain à humain, chaque fois singulière et unique.

Le jeu, ce n'est donc pas une recette, c'est une ouverture à une créativité conjointe, qui se noue dans la rencontre à l'autre, dans l'acceptation de son rythme et de sa spécificité. A nous donc de rentrer dans le monde de nos patients tout en leur permettant de l'élargir, de l'enrichir, sans vouloir les formater à nos attentes. A nous donc de respecter le temps de l'autre, et de créer avec lui, dans un processus parfois long et complexe, un champ de possibles plus vaste. Et cela ne peut se faire que si notre cadre de travail est suffisamment sécurisant, contenant. D'où l'importance d'une cohésion d'équipe, première condition à l'épanouissement de nos créativité individuelles.

Mais laissons là le discours, et partons découvrir ensemble quelques-uns des médias rencontrés ... lecteur, relâche ton mental, abandonne tout ce que tu sais, tout ce que tu as appris, tous les remparts qui font de toi l'être rationnel et raisonnable que la société connaît ...

2. Quelques témoignages des expériences vécues avec les médias proposés par Verity ...

Nous avons volontairement décidé de laisser ici chacun s'exprimer à sa manière sur les expériences vécues tant on ne pourrait les résumer en un discours collectif ...

2.1. Présentations : dessiner son prénom

« Dans le travail proposé par Verity Gavin, j'ai vite compris qu'elle demandait de laisser l'intellect au vestiaire, dès le premier instant, celui de la présentation en groupe, et d'accepter de se mettre en contact avec la dimension de l'être, la présence à soi et à l'autre, dans une dimension d'engagement à la fois très personnelle et créative.

Dessiner son prénom, donner un corps, une âme à ce vocable tant de fois entendu et énoncé, c'était prendre le temps de faire corps avec ce vêtement habituel, redécouvrir ses faces cachées, sa raison d'être, saisir avec émotion dans le tréfonds de soi et dans les liens familiaux ce point d'ancrage au monde. L'ouvrir aux autres, dans une rencontre singulière, deux par deux, se dévoiler et porter au regard d'autrui l'écheveau de l'histoire de ce prénom dans l'histoire familiale. Premier contact avec soi et l'autre dans un profond respect mutuel.

Le ton de la formation était donné !

Pas de joute intellectuelle, ni de discours brillant, Verity Gavin, dès ce premier instant, nous invitait à partir à la rencontre de nous-mêmes, dans une intimité personnelle et une sécurité assurée par ses soins et par la participation active de chacun dans le travail proposé ».

2.2. Scènes familiales

Quatre marionnettes et deux lignes de consignes, mais surtout, au préalable, la mise en place d'un espace secure, un cadre *trouvé-crété* avec Verity Gavin qui fait vivre à son client en formation l'expérience transitionnelle de Winnicott, nous plaçant ainsi dans la position du petit patient en thérapie qui, une fois *suffisamment-bien* contenu, peut libérer sa créativité et dès lors, comme l'écrit Winnicott, se découvrir.

Rapporter ces expériences, ces jeux de marionnettes et autres utilisations de médias présente deux inconvénients majeurs :

- *Premièrement*, les médias pourraient apparaître tels des techniques à utiliser telle quelle, coupant dès lors toute perspective de créativité dans le travail ultérieur de ceux qui voudraient en pratiquer. Paradoxalement, on pourrait dire que définir la créativité reviendrait ici à l'abolir, à la figer.
- *Deuxièmement*, Verity nous amène à nous penser nous dans l'expérience transitionnelle, elle et nous co-créons un espace qui mobilise nos cordes personnelles de thérapeutes. En tant que formation clinique, c'est tout notre être qui est mobilisé, être dans son corps et dans ses phantasmes. Rapporter les expériences ainsi vécues revient à réaliser une rupture de l'aire transitionnelle partagée. Telle une effraction dans l'intime, vous raconter revient à nous raconter. Dorénavant prévenu des risques qui sont les nôtres à nous exposer et des dangers qui seront les vôtres à ne pas systématiser, il est maintenant possible de vous présenter plus en détails quelques expériences vécues.

Quatre marionnettes et deux lignes de consignes donc :

Avec toutes sortes de matériel (rouleau de papier wc, marqueurs, bouts de laine, fil de fer ...) Verity nous a fait fabriquer des personnages représentant les membres de notre famille: « *Tu as cinq ans, voici ton père, voici ta mère, joue...* ».

Lorsque le scénario joué est secure, Verity arrive et ajoute: « *Et voici un pédophile, il veut t'isoler, t'isoler pour t'avoir dans son jeu de pédophile. Réagis...* ».

Comme dans une perspective en abîme, nous voilà dans un premier espace psychique contenant où, au travers de l'utilisation de médias (ici les marionnettes), nous allons nous mettre en scène, mettre en scène nos émotions et les exposer. Deuxième espace, celui du média, les marionnettes représentent, au sens de la représentation théâtrale, une scène, d'abord sécurisée, de la vie familiale et puis elles représentent, par le scénario proposé (ici l'arrivée du pédophile) l'émergence de l'émotion, son exposition et sa gestion.

L'effraction émotionnelle est ici supportable pour certains, gérable pour d'autres parce qu'elle s'appuie sur deux principes fondamentaux de l'expérience clinique. *Premièrement*, la notion de cadre, tant dans sa co-construction (le trouvé-créé) que dans sa contenance (aspect sécurisé de l'espace) et dans le chevauchement des aires du client/patient et du thérapeute. *Deuxièmement*, l'introduction du média, le jeu, comme véhicule de l'émotion, garantissant une double sécurité dans la relation, permettant le va-et-vient des projections et des rigidifications défensives. Le jeu, le média, intervient comme un mécanisme de défense mis à la disposition du patient/client pour mettre les siens entre parenthèses, il permet de protéger et en même temps de (se) dévoiler (à soi).

Si le scénario mis en scène n'est pas sécurisé, Verity propose l'arrivée d'un peu de magie par l'intermédiaire d'une fée afin que l'histoire évolue.

Un autre témoignage encore :

« A l'occasion d'un exercice proposé, il fallait se remémorer une situation vécue à l'âge de 5 ans, j'ai moi-même été surprise par la pertinence, l'acuité et/ou l'actualité de la scène familiale vécue ; c'était comme si j'étais cet enfant de 5 ans, que j'avais été, avec tout l'écheveau affectif et relationnel de ma famille d'origine, l'enjeu de ma place, hier et aujourd'hui, malgré pas mal d'années de travail personnel sur ces thèmes. Ici, c'est la plongée dans ce passé, l'émergence d'images, de sensations, d'émotions fortes où l'enfant seul peut rester empêtré à tout jamais. C'est alors l'intervention de Verity Gavin, sous la forme d'une suggestion de faire évoluer la situation qui ouvre sur d'autres possibles, permet l'émergence de ressources inexploitées, de porter un autre regard sur une réalité que je croyais pourtant apaisée.

Cette invitation à explorer autrement, à se remettre en lien avec cette part d'enfant en nous, avec ce plaisir du jeu, d'être celui qui joue (« playing » de Winnicott), ne peut se conter sans passer par l'expérience vécue de ce qu'elle propose. »

2.3. L'ABC émotionnel et les masques des émotions :

« Ce qui se passe dans ma tête :

- ✓ Trouver des mots, ça j'aime bien. Des mots, j'en connais plein. Alors, se mettre en groupe pour trouver des noms d'émotions, de sentiments, commençant par A jusque Z, ça me plaît. Y compris ce petit côté « compétition » contre le temps... ça me plaît vraiment.
- ✓ Par contre, en choisir un, devant les autres, ça j'aime pas. Je sais jamais que choisir. Ce sera bien ? Ou pas ? Les autres vont penser quoi de moi ? De mon mot ? Mais bon, c'est sympa ici. Les gens sont chouettes. J'y vais...

- ✓ Et voilà ! Moi et mes envies de mots ! Me voilà à dessiner « le chaos » sur une assiette en carton. Pour en faire un masque ! Comme si c'était facile de dessiner ça ! C'est quoi déjà le chaos ? Ça veut dire quoi ? Comment on représente ça ? Peut-être si je dessine un truc comme ça... avec une couleur sombre sur le côté... peut-être !
- ✓ Finalement, c'était marrant de se présenter avec mon masque devant les autres. J'ai peut-être pas fait une voix assez « ténébreuse », mais ça m'a bien fait rire de le faire. Je croyais pas que j'y arriverai...
- ✓ Ben voilà qu'on « rencontre » d'autres émotions maintenant. En se mettant dans la peau de son personnage. Encore un truc pas facile ! Allez, j'y vais... Comment je me sentirais si j'étais dans le chaos ? Sans doute vide... Rien à quoi se raccrocher... L'impression que tout part dans tous les sens... Moi compris. J'arrive à le ressentir. Un peu. Mais ça me plaît pas. Du coup, il me semble qu'il fait plus froid. J'ai moins envie de rire. Plus du tout même...
- ✓ Ah, voilà un autre masque. Je pars à sa rencontre (attention, de manière chaotique). Lui, c'est la joie. Pas mal ! J'aurais dû choisir un truc comme ça. Mais moi je suis le chaos, alors... Alors, c'est pas la joie ! Ça donne pas envie de rire, le chaos. On voudrait, mais on n'y arrive pas. Parce que tout change, tout le temps. Parce qu'on se déchire... C'est terrible comme sensation. J'ai déjà senti ça, quand mes parents se sont séparés. Je les déjà vu chez d'autres aussi, plus fort. Dans les familles qu'on rencontre. Dans le chaos. Seul. C'est dur...
- ✓ C'est fini ! C'était intense, triste. Une part que j'explore peu (j'en ai peur ?). Une vraie expérience, en fait ! Même si j'ai beaucoup appris, je suis content que ça finisse ! Mais heureusement, on peut arrêter, choisir autre chose. Finalement, c'est un jeu ! Allez, je rejoins les autres...

La thérapie par le jeu et la créativité offre cette possibilité de pouvoir (re)vivre, dans un cadre sécurisant, des expériences aussi fortes que celles du vide, du chaos, de la solitude, par exemple.

La créativité laisse libre cours à l'imaginaire, au vécu, telle une association libre trouvant forme sur une feuille de papier, sur une assiette, ... ou encore à travers des mots. Chacun est libre de trouver son chemin...

Et pourtant, l'autre est là. Sa présence, rassurante, aide à aller plus loin, à oser. Il a confiance et ça se sent.

On peut donc aller plus loin, laisser parler ces parts de soi-même oubliées, les apprivoiser et, pourquoi pas, s'en sentir mieux.

Le cadre est là, sécurisant, l'autre est là, soutenant dans la relation, et le média, le jeu est là, permettant la mise en forme. L'ensemble donne un cadre thérapeutique puissant, permettant un changement de vécu, de représentation toujours centré vers le positif, l'ouverture, ... la vie. ».

2.4. Les coussins de colère

« Dans une partie de son « atelier » Verity Gavin propose des matériaux permettant l'extériorisation d'affects toxiques, de souvenirs intrusifs.

Ainsi, le coussin de la colère, le punching ball,... sont proposés. L'enfant peut frapper de toutes ses forces et ainsi libérer, décharger ses affects toxiques, ses souvenirs intrusifs. Il peut mettre sur le coussin ou le punching ball un masque qu'il aura dessiné par exemple.

L'espace intermédiaire proposé dans la « play-thérapie » permet de mettre en place un processus de transformation, de décharge et de conversion des émotions négatives.

La victime d'agression physique ou sexuelle ou émotionnelle vit aussi une expérience d'évacuation du mal. La « décharge » d'énergie, de souvenirs et d'émotions intolérables, dans un cadre thérapeutique, permet d'exorciser la culpabilité, la honte qui sont en lui. Il « projette » sur l'agresseur la responsabilité de ce qui s'est passé et il fait l'expérience de la maîtrise de son monde. Il devient acteur dans son espace thérapeutique. »

3. Conclusions

" C'est seulement en état créatif que l'individu se découvre". (Winnicott)

Tout au long de ces trois journées de formation, c'est de cela qu'il a été question : être créatif et se découvrir. Peu à peu, on abandonne nos défenses, notre mental, et sans y prendre garde nous puisons au fond de nos émotions, de notre inconscient. Nos défenses, nos rationalisations vacillent. Nous partons à la découverte de nous-mêmes, nous explorons les rôles de chacun au sein de nos familles, nous intégrons nos affects, nos expériences. Notre vécu nous apparaît sous un autre jour, il fait sens. Le jeu et l'imaginaire nous replongent dans notre ressenti d'enfant et viennent nous surprendre, nous confronter à nos certitudes d'adultes, car même un peu de magie peut créer une ouverture vers le trauma, vers la souffrance.

Tout ceci doit nous inviter nous, thérapeutes amenés à travailler avec des personnes victimes d'abus sexuels, à prendre en compte et à ne jamais négliger la nécessité préalable et absolue de la création d'un espace thérapeutique, psychique, adéquat et rassurant. Alors, il ne nous restera plus qu'à jouer...