

**L'ACTION THÉRAPEUTIQUE DES ARTS-THÉRAPIES:
LE MODÈLE PSYCHODYNAMIQUE**

de DAVID READ JOHNSON

Extrait de l'article paru dans *Arts in psychotherapy*, vol. 25, pp. 85-99, 1998

Traduction de Mireille Bélisle et Serge Carrier

Divers modèles théoriques ont été proposés pour expliquer l'action thérapeutique des arts-thérapies. Selon le *modèle psychodynamique*, dérivé de la théorie psychanalytique, de la psychologie du développement et de la théorie de la relation d'objet, l'état intérieur est extériorisé ou projeté dans les médias artistiques, transformé dans des formes favorisant la santé et ensuite réintériorisé par le client. Une lecture approfondie de la théorie des arts-thérapies, à travers l'ensemble des modalités, révèle que ce modèle est largement utilisé, même parmi les praticiens non psychodynamiques. Ce modèle contraste avec le modèle behaviorale, lequel postule que l'accès du client à de nouveaux comportements (p. ex., des comportements de prise de position ou comportements plus empathiques) et la pratique de ces comportements à travers les médias artistiques, élargissant ainsi son répertoire personnel d'imageries, de mouvements ou de rôles, a des effets thérapeutiques. Le modèle psychodynamique se distingue également des autres modèles d'arts-thérapies, incluant les approches humanistes, spirituelles, narratives et esthétiques (Blatner, 1991). Si une théorie psychodynamique intégrée des arts-thérapies est possible, une définition claire de ce modèle d'action thérapeutique s'avère essentielle. Cet article tente de rendre compréhensible le modèle psychodynamique en identifiant ses postulats de base, en faisant la critique de ses contradictions et en proposant des éclaircissements qui, nous l'espérons, renforceront son pouvoir explicatif. Ce discours théorique doit cependant tenir compte des limites inhérentes au processus réducteur de la modélisation et de celles établies par la théorie psychodynamique.

Le modèle psychodynamique

Le modèle psychodynamique des arts-thérapies s'appuie avant tout sur un processus de projection par lequel des aspects du moi sont exprimés par des produits et des procédés artistiques (p. ex., le jeu). Le concept de *projection* sert de base pour affirmer que les arts révèlent des éléments personnels, lesquels sont vraisemblablement nécessaires en psychothérapie. Il est reconnu que la projection à la fois détermine le contenu et la forme de l'expression artistique, suggérant un processus causal reliant l'art et la psyché, ou constitue un processus d'attribution par lequel l'œuvre d'art est imprégnée d'une signification personnelle après sa création. Deuxièmement, le modèle utilise le concept de *transformation* par lequel les éléments personnels, sous forme d'expression artistique, sont ensuite modifiés ou explorés ou conciliés. Les arts-thérapeutes se sont interrogés pour savoir si ce processus de transformation se manifestait naturellement, dépendait des interventions du psychothérapeute ou était le résultat d'aspects uniques aux médias artistiques. Finalement, le modèle s'appuie sur le concept d'*intérieurisation* par lequel les éléments personnels transformés sont réintégrés dans l'état psychologique du client. Les arts-thérapeutes diffèrent également d'opinion sur l'importance de la verbalisation dans cette phase de réintégration.

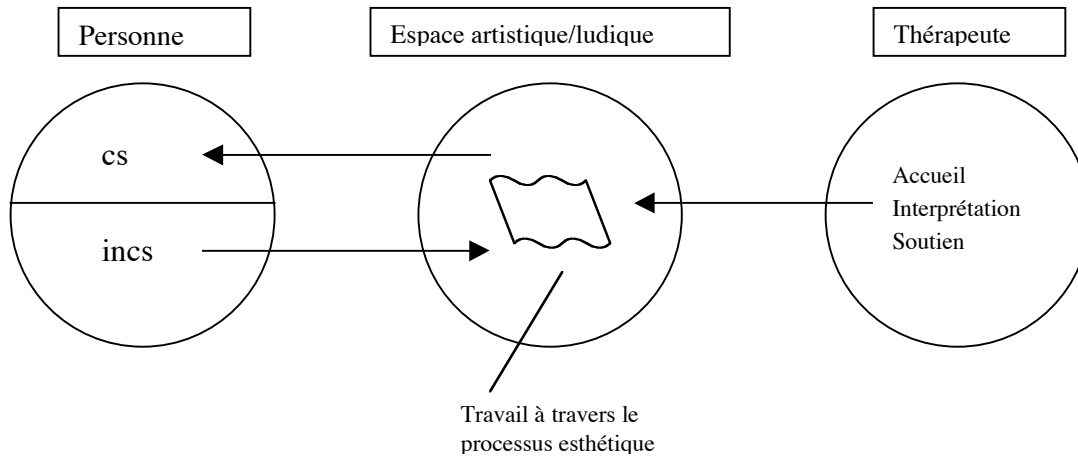
Les arts-thérapeutes de toutes disciplines ont justifié la valeur thérapeutique de leur travail avec ce modèle (p. ex., Bruscia, 1987; Cavallo & Robbins, 1980; Dosamantes, 1992; Emunah, 1994; Grainger, 1990; Leedy, 1969; Naumburg, 1966; Rubin, 1984; Siegel, 1984, entre autres). À titre d'exemple, l'art-thérapeute Helen Landgarten écrit que l'utilisation d'une forme artistique qui est un processus primaire naturel s'avère une méthode valable d'extériorisation et de concrétisation de l'imagerie d'une personne. À la suite de l'utilisation de cette méthode, l'art-thérapeute peut aider à combler l'écart entre l'expression non verbale et la communication verbale. De cette manière, les éléments réprimés et potentiels peuvent être découverts et explorés (Landgarten, 1975, p. 65). Richard Courtney décrit un processus similaire en théâtre. Selon lui, le jeu dramatique chez les enfants, comme les rêves chez les adultes, est une expression de l'inconscient. Les pulsions inconscientes profondes constituent les significations latentes du jeu qui

sont transformées en symboles et conduisent à une pensée symbolique...En ce sens, le jeu est une projection de l'univers intérieur de l'enfant, le microcosme du grand macrocosme, et le moyen pour l'enfant de passer de la passivité à l'activité (Courtney, 1968, pp. 93-94). De même, la musicothérapeute Stephanie Volkman écrit que l'instrument ou la musique agit en tant qu'objet transitionnel, réunissant les univers intérieurs et extérieurs de même que le passé et le présent.... La musique reflète et agit comme catalyseur de la force d'intégration déjà active chez l'individu, fusionnant cognition, affect et action kinesthésique en une forme fluide permettant aux éléments réprimés de remonter à la surface et d'être totalement exprimés et résolus. (Volkman, 1933, p. 250)

Penny Lewis présente succinctement la perspective psychodynamique en affirmant que la représentation extérieure de l'inconscient est vitale....les arts-thérapies expressives focalisent sur l'explicitation du préverbal par la relation transfert/contretransfert, la réexpérience expressive et la mise en action symbolique à l'intérieur de l'espace de jeu transitionnel (Lewis, 1987, p. 330). Shaun McNiff note que ce processus peut être caractéristique de la guérison en général. Selon lui, toute forme de psychothérapie et de chamanisme comprend une extériorisation ou un passage à l'acte symbolique des états intérieurs et des changements subis par la personne. La relation de guérison apparaît ainsi comme une dramatisation qui non seulement donne une forme tangible aux états intérieurs et les clarifie mais, en outre, stimule « l'insight » et accélère l'adaptation affective (McNiff, 1981, p. 11).

Ainsi le modèle psychodynamique suggère que le changement psychothérapeutique survient d'abord par l'extériorisation ou la projection de parties indésirables ou inconnues du moi sur des objets et des comportements ludiques, ensuite par la réorganisation ou la transformation de ces parties par le client au cours du jeu à l'intérieur de l'espace imaginaire et en présence du thérapeute, et enfin, par l'acceptation ou la réintériorisation de ces parties dans le moi. Un mouvement vers l'extérieur (extériorisation) de l'inconnu (inconscient) est compris implicitement dans ce modèle, suivi de la transformation des parties dans l'espace de jeu thérapeutique et, enfin, d'un mouvement vers l'intérieur (intériorisation) du connu (conscient). Le tableau 5 illustre le processus de base du modèle.

Figure 5.
Modèle de base de l'action thérapeutique dans les arts-thérapies



Ce modèle provient explicitement de modèles psychodynamiques de la thérapie verbale dans laquelle les clients projettent des aspects d'eux-mêmes sur le thérapeute et les récupèrent ensuite. À titre d'exemple, Ogden (1982) décrit ce modèle dans une perspective de relation d'objet, observant que le thérapeute apprend (dans le cas d'un fantasme on dirait « absorbe les qualités ») d'une autre personne à partir d'interactions au cours desquelles le « projecteur » (patient) finit par reprendre (réintérioriser) un aspect de lui-même qui a été intégré et légèrement modifié par le « receveur » (thérapeute) (Ogden, p. 40). À noter qu'à l'intérieur de cette conceptualisation, c'est le thérapeute qui sert d'arène pour la transformation et non les médias artistiques. Selon Ogden, le rôle du thérapeute est de rendre accessible au patient pour des fins de réintériorisation ce qui lui appartenait déjà et qui a été légèrement modifié après avoir « reposé » à l'intérieur du thérapeute (Ogden, p. 73). Ainsi, en psychanalyse, la projection survient dans l'espace thérapeutique créé par l'intimité de la pièce et le transfert vers le thérapeute, et l'altération de ces projections se fait par le biais de la réceptivité du thérapeute, sa capacité de soutien et ses interprétations. Les arts-thérapies accroissent les possibilités de cet espace thérapeutique en introduisant un espace esthétique entre le client et le thérapeute (Robbins, 1989).

Ce modèle psychodynamique étant largement accepté dans ses diverses versions par les arts-thérapeutes, certains problèmes conceptuels n'ont pas été abordés adéquatement. Premièrement, ce modèle peut malencontreusement donner raison aux critiques qui soutiennent que les arts-thérapies sont soumises à des défenses projectives et d'extériorisation semblables à celles du passage à l'acte. Manifestement une telle critique nécessite une réponse. Je réexaminerai le concept d'extériorisation en tant que *défense* et le distinguerai du *processus comportemental de l'expression* dans les médias artistiques. De plus, la nature de l'importante transformation des médias artistiques demeure vague. Je vais tenter de décrire ce processus avec une plus grande précision en faisant une étude critique du rôle de l'empathie dans le processus de guérison et de celui de la maîtrise en tant que fonction thérapeutique du jeu. Enfin, comparativement, le stade de réintériorisation a fait l'objet de relativement peu d'analyses scientifiques et est souvent associé à la fonction de fermeture dans le processus verbal. J'essayerai de mettre en évidence l'importance de ce stade en examinant ses liens avec le deuil et la réparation.

Critique du modèle psychodynamique

Définition de mots-clés

Les concepts de base d'un modèle psychodynamique d'action thérapeutique dans les arts-thérapies incluent l'intériorisation, l'extériorisation, l'espace transitionnel, l'accommodation et l'assimilation. En dépit de l'usage répandu de ces termes, leurs définitions varient considérablement d'un auteur à l'autre.

Intériorisation et extériorisation

Ces concepts ont fait l'objet de discussions et de débats depuis la naissance de la théorie psychanalytique. Il est certes impossible ici d'en faire une analyse exhaustive. Dans son livre *Aspects of Internalization*, 1968, Schafer définit l'intériorisation comme l'ensemble des processus dans lesquels le sujet transforme en régulations et caractéristiques intérieures des interactions régulatrices réelles ou imaginaires avec son environnement et des caractéristiques réelles ou imaginaires de son environnement (Schafer, p. 9). L'intériorisation inclut les processus d'incorporation, d'introjection et d'identification. Kernberg (1976) a soigneusement différencié ces processus selon les stades de

développement. L'*incorporation* est une expérience primitive consistant à intégrer l'autre globalement pour le fusionner (en fantasme) avec l'objet. L'*introjection* est une forme d'intériorisation survenant plus tard dans le développement, lorsque des aspects de l'environnement extérieur sont réunis avec le moi, tout en maintenant un certain degré d'autonomie. À titre d'exemple, le surmoi est construit à partir d'introjects parentaux. Dans les moments de régression, ces introjects peuvent se séparer de nouveau et être soit ressentis comme substituts du moi soit projetés sur les autres (Schafer, 1968). L'*identification* survient encore plus tard lorsque le moi s'est différencié de l'environnement; elle comporte alors une altération mature du moi, en accord avec l'objet aimé. L'incorporation, l'introjection et l'identification sont des processus entièrement psychologiques et doivent être différenciés de l'*imitation*, laquelle réfère au comportement pouvant refléter ou pas une intériorisation.

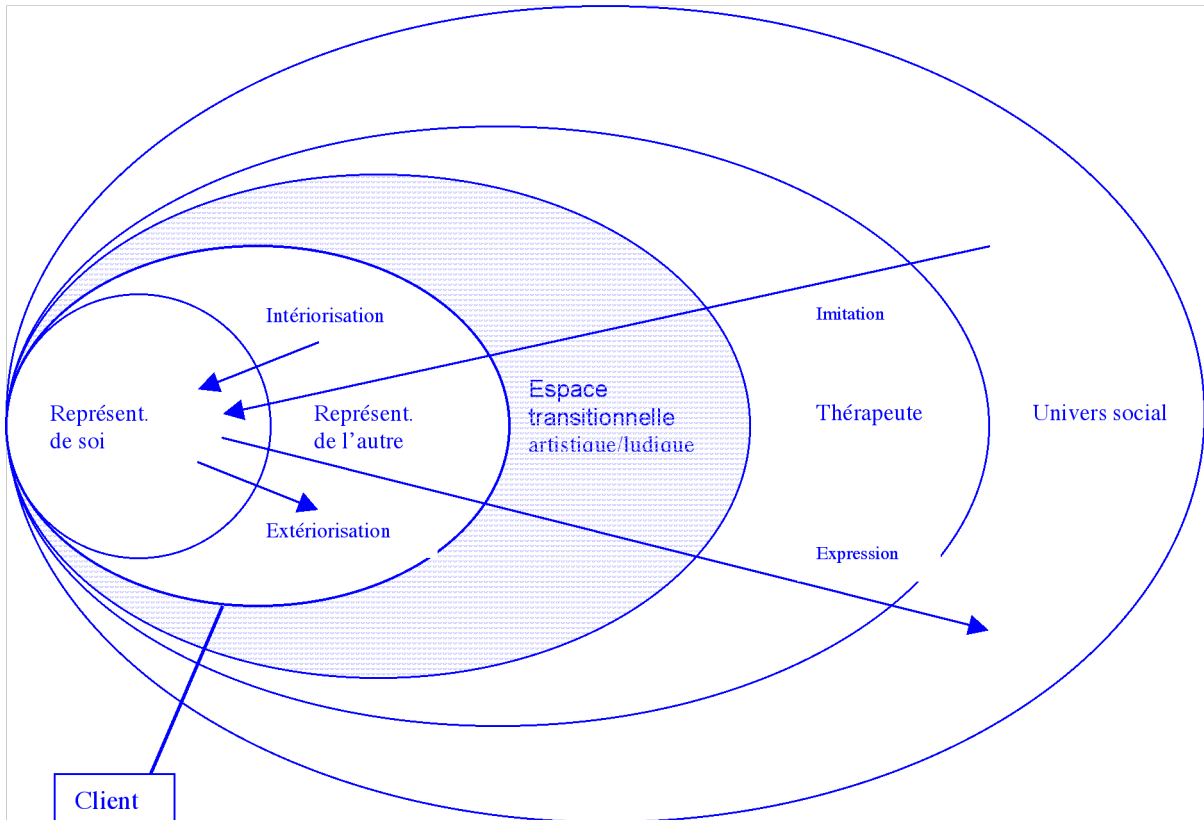
Le concept complémentaire est l'extériorisation, laquelle comprend des fantasmes d'expulsion d'aspects indésirables du moi dans des objets de l'environnement. L'extériorisation inclut les sous-processus de projection et d'identification projective. La projection transfère une qualité du moi à une autre personne ou un autre objet, normalement dans le but de protéger le moi de toute anxiété ou douleur. L'identification projective est un processus projectif plus primitif comportant un fantasme laissant croire qu'une partie du moi est entrée dans une autre personne et exerce un pouvoir sur les deux. (Ogden, 1982).

À l'origine, la théorie de la relation d'objet décrivait parfois le processus d'extériorisation comme si les parties du moi sortaient littéralement (par opposition au fantasme) du corps et entraient dans les objets ou les personnes extérieurs (p. ex., des parties d'objets sont projetées à l'intérieur du thérapeute, où elles reposent). Le développement des concepts de représentation du moi et de l'autre, cependant, offre une meilleure compréhension de l'apparition de cette dynamique (Sandler & Rosenblatt, 1962). Plus précisément, avec le temps, chaque personne se forge une notion du moi et une notion correspondante des autres (objets). Ces représentations du moi et du monde demeurent, bien sûr, à l'intérieur du corps ou de l'esprit de la personne. Les processus psychologiques tels que les

défenses agissent par la modification de la différenciation et de l'intégration de ces représentations; l'intériorisation et l'extériorisation modifient les limites entre la représentation du moi et celle de l'autre. Ainsi, l'extériorisation peut se définir comme le processus dans lequel le locus d'une expérience vécue passe de la représentation-en-tant-que-moi à l'intérieur de la personne à une représentation-en-tant-que-l'autre. Ce qui se produit entre une personne et une autre est un comportement, lequel est vraisemblablement façonné par – mais pas identique à – ces représentations intérieures. J'utiliserai le terme « Autre » pour désigner ces représentations-en-tant-que-l'autre à l'intérieur de la personne - entités totalement psychologiques ; j'emploierai les termes « autres » ou « personnes » pour désigner des personnes réelles.

Malheureusement, le terme *extériorisation* est souvent utilisé pour décrire une expression explicite d'un comportement concret. À titre d'exemple, « un enfant extériorise ses sentiments par le jeu ». En utilisant ce terme dans ce contexte, on peut confondre la dimension comportementale avec la dimension psychologique du concept et ainsi à associer de façon erronée le comportement à la projection et la pensée à l'intériorisation. C'est cette inexactitude qui relie le jeu aux mécanismes de défenses comme le passage à l'acte. La signification mentale et la signification comportementale de l'extériorisation doivent être différenciées. Je propose donc l'utilisation du terme *expression* pour décrire la manifestation comportementale, verbale ou non verbale, d'un état intérieur. Le complément au terme *expression* est *imitation*, c'est-à-dire la manifestation comportementale verbale ou non verbale d'un état extérieur. Ces analogies sont illustrées dans le Tableau 6. Ainsi, une personne peut exprimer (de manière comportementale) par le jeu une représentation intériorisée ou extériorisée, ou les deux à la fois, comme, par exemple, lorsqu'un enfant joue une scène dont les protagonistes sont une marionnette représentant un monstre et une petite marionnette représentant un animal effrayé. En fait, tout dessin ou toute scène dramatique inclut vraisemblablement des éléments de représentation du moi et de représentation de l'autre et, par conséquent, des éléments intériorisés et extériorisés

Figure 6
Aires psychologiques à l'intérieur du modèle psychodynamique



Assimilation et accommodation. Les termes *expression* et *imitation* tel que définis précédemment établissent un parallèle avec l'analyse faite par Piaget des manifestations comportementales de la cognition dont l'impact sur la théorie behavioriste de la relation d'objet a été considérable, en particulier dans le travail de Margaret Mahler (1975). Piaget (1962) a défini l'assimilation comme l'application de schémas déjà existants (c'est-à-dire, des modèles de pensée, de perception ou de comportement) à des objets ou activités extérieurs. À titre d'exemple, lorsqu'un enfant dépose un camion jouet dans une voiture d'enfant, l'enfant assimile le camion au schéma affectif. L'assimilation signifie le fait de percevoir et agir envers le monde selon ses propres idées, c'est-à-dire que l'assimilation est l'expression extérieure d'un état intérieur. Piaget note que le jeu est une situation dans laquelle l'assimilation prédomine sur l'accommodation. Les auteurs

utilisent trop souvent le terme *assimilation* lorsqu'ils veulent dire *accommodation* (p. ex., « le client a assimilé l'imagerie traumatique de dissociation »). L'*accommodation* est l'altération des schémas antérieurs d'une personne en lien avec les qualités de l'objet extérieur. À titre d'exemple, lorsqu'un enfant découvre par hasard qu'un jouet émet un bruit sonore lorsqu'il le secoue, il recommence à le secouer et prend ensuite un autre jouet et le secoue également. L'*accommodation* conduit à l'apprentissage de nouveaux schémas tandis que l'*assimilation* mène à une utilisation différente des objets. L'*accommodation* représente la primauté du monde extérieur sur le monde intérieur et se réalise en grande partie par le biais de l'imitation. Le travail est une activité d'adulte qui accentue l'*accommodation* de la personne aux exigences des rôles et des tâches établis par l'organisation. L'*assimilation*, par ailleurs, représente la primauté du monde intérieur sur le monde extérieur et est effectuée en grande partie à travers le jeu et le fantasme. L'imagination et la créativité sont des activités d'adulte qui s'appuient sur l'*assimilation*.

Une adaptation réussie survient lorsque ces deux processus sont relativement équilibrés, fournissant ce que Piaget identifie à une « mobilité et une réversibilité de la pensée » (Piaget, 1962, p. 289). L'interaction équilibrée entre le moi et l'environnement permet à ces derniers de se transformer de manière à permettre l'intégration de l'expérience comme, par exemple, dans le développement d'un langage appris. Les éléments du langage (c'est-à-dire les lettres, les mots, la grammaire) sont appris par le biais de l'imitation (c'est-à-dire l'*accommodation*), mais ont une signification lorsqu'ils sont reliés à des associations et des images personnelles (c'est-à-dire l'*assimilation*). Il en résulte qu'une personne peut communiquer ses états intérieurs, soit ses sentiments et ses pensées, à une autre personne.

Les concepts développementaux de Piaget ont eu un profond impact sur les théoriciens de la psychodynamique, lesquels les ont appliqués à des dimensions interpersonnelles, en particulier l'interaction entre la mère et l'enfant. L'environnement interpersonnel optimal pour l'enfant est celui qui lui offre une occasion d'expérimenter à la fois l'*accommodation* au monde extérieur et l'*assimilation* des objets dans le jeu. Si la mère ne fournit pas d'espace de jeu à l'enfant ou, alternativement, est trop sensible à chaque

besoin de l'enfant, la situation devient alors déséquilibrée et la sécurité et la souplesse de cet environnement supportant sont réduites. Ce royaume intermédiaire entre la mère et l'enfant est désigné sous le nom d'espace transitionnel (Winnicott, 1953).

Espace transitionnel. Aucun concept n'imprègne autant la littérature sur les arts-thérapies que celui de l'espace transitionnel. Winnicott (1953) décrit le phénomène transitionnel comme l'aire intermédiaire de l'expérience, entre le pouce et l'ourson en peluche, entre l'érotisme oral et la vraie relation d'objet, entre l'activité créatrice primaire et la projection de ce qui a déjà été introjecté, entre la méconnaissance primaire de l'endettement et la reconnaissance de cette dette (p. 90). Si Winnicott n'a pas utilisé le terme même d'espace transitionnel, puisqu'il n'a fait référence qu'à « l'espace potentiel », c'est dans une large mesure parce qu'il mettait l'accent sur l'interaction interpersonnelle (Winnicott, 1971). Cependant, les arts-thérapeutes ont adhéré à ce concept dans sa signification spatiale, car la notion d'espace transitionnel offre une excellente description de l'environnement qui est recréé dans les sessions d'arts-thérapies, c'est-à-dire un espace esthétique, imaginaire, métaphorique dans lequel l'intérieur et l'extérieur, le moi et l'autre, s'entremêlent. Les arts-thérapeutes s'appuient sur des concepts connexes tels que l'espace rituel (McNiff, 1981), l'espace de jeu (Johnson, 1991), l'espace liminaire (Lewis, 1993) ou l'espace thérapeutique (Robbins, 1989), afin de délimiter le mode d'interaction selon chaque modalités. Je propose le terme général de « *espace artistique / ludique* » pour désigner l'espace transitionnel dans lequel sont employés les médias artistiques. Le concept d'espace artistique ludique est donc un prolongement de l'espace transitionnel parce qu'il élargit les possibilités d'interaction entre le client et le thérapeute.

[...]