

Ateliers artistiques pour les personnes
atteintes de la maladie d'Alzheimer

TANT DE CHOSSES À DIRE

Rétablir la connexion entre la situation extérieure et le ressenti intérieur

Alessandra Laneve
artiste peintre, art-thérapeute
diplômée, formatrice



Quand je fais la connaissance de Mme S., 85 ans, elle habite avec sa fille depuis que sa maladie d'Alzheimer a été diagnostiquée. Mme S. passe la plupart de son temps à la maison. Le quartier lui est totalement nouveau, elle ne sort plus seule. C'est sa fille, sensible aux arts et à la création, qui me contacte par téléphone. Elle me demande si je peux travailler à domicile avec sa maman « pour la stimuler », ce sont ses mots.

Et elle m'explique : « Je voudrais faire quelque chose de plus pour elle, quelque chose qui enrichit son quotidien.

Depuis qu'elle habite avec moi, elle ne fait plus rien. »

Nous convenons d'un rendez-vous, chez elles.

Je les rencontre autour d'un café. Mme S. s'exprime bien : si un mot lui échappe, elle trouve le moyen de le contourner.

Elle est à l'aise quand on parle du présent mais plus confuse dans ses souvenirs et dans certaines actions complexes, faire du café par exemple. Elle s'appuie beaucoup sur sa fille pour montrer qu'elle ne perd pas le fil de la discussion et qu'elle est autonome. Tout se fait très naturellement. L'atmosphère est cordiale, très vite teintée d'intimité.





Nous ne parlons pas beaucoup de la maladie mais les deux femmes forment de façon claire qu'elles souhaitent être accompagnées pour trouver des repères dans leur nouvelle situation, « afin d'en profiter de la façon la plus riche possible ». Le diagnostic de la maladie d'Alzheimer, événement soudain et brutal, les a obligées à réagir et à prendre des décisions rapides. Mme S. a pu nommer la nature de ses symptômes, mais le mot « Alzheimer » semble lointain, extérieur. Elle affirme, avec force : « Je n'ai plus ma tête, mais je ne suis pas chez moi, c'est sûr ! »

Les deux femmes se disent transportées, brusquement, d'une situation à une autre. Le déplacement, imposé par les circonstances, est vécu avec une relative sérénité mais ces deux temps, l'avant et l'après, restent séparés. Il y a une perte de fluidité et d'harmonie. Comment passer d'un état de rupture à une réalité pensée sous la forme, plus douce, de transition ? Comment se sentir auteur dans ce mouvement vital ? Comme opérer un glissement dans le changement de rôles de chacune, sans perte d'identité ?

Il est question, pour Mme S., de rétablir la connexion entre la situation extérieure et le ressenti intérieur. De retrouver cet équilibre nécessaire pour vivre pleinement le présent, pour le sentir à soi, tout comme pour accepter sa nouvelle demeure. La fille de Mme S. a assumé le rôle d'aidant avec responsabilité et sollicitude, leurs relations vont traverser ainsi une transformation, peut-être

dans un sentiment de réciprocité inscrite dans un historique familial. « Je prends soin d'elle à mon tour », dit la fille de Mme S.

Afin de pouvoir m'inscrire dans un rôle de « passeur », je propose d'accompagner Mme S., seule, dans un cheminement de création en peinture, en séances hebdomadaires.

À une demande de prise en charge du symptôme, je propose un accompagnement de la personne dans sa globalité. Mme S. adhère avec enthousiasme et sa fille accepte le cadre thérapeutique proposé.

« Le temps de fabrication de l'encre devient un agréable rituel qui prépare le moment de la création. »

La semaine suivante, Mme S. a un souvenir global et imprécis de notre première rencontre, mais son intérêt est reformulé clairement. Nous prenons le temps de reparler de l'envie de dessiner et peindre, de ses attentes, ses questionnements, de ma proposition.



J'ai choisi d'emmener des matériaux de peinture simples : tempera et encre de Chine, car ces matières peuvent être employées de façon instinctive, sans nécessité de corriger ou de retravailler. Elles offrent une spontanéité de la trace dans l'instant. Après avoir regardé tous les outils, les avoir touchés et essayés, Mme S. se montre intriguée par l'encre noire.

L'encre en bâton nécessite un temps de préparation, pendant lequel on gratte le bâton sur une pierre à encre. Pour dessiner, on dilue l'encre avec de l'eau et, à l'aide de plusieurs pinceaux, on trace directement sur du papier en utilisant l'entière gamme de gris. Il n'est pas possible de corriger un trait. La composition se construit pas à pas, avec une grande attention aux choix faits. Chaque élément doit trouver sa place et s'accorder aux traits précédents. L'espace qui se dessine suggère le geste à venir et la composition se termine naturellement quand cette suggestion ne surgit plus.

Séance après séance, le temps de fabrication de l'encre devient un agréable rituel qui prépare le moment de création. Le parfum de résine dégagé du bâton d'encre constitue un repère olfactif et corporel. Production après production, Mme S. construit son univers, par l'observation des réalisations

précédentes, par la reprise de certains éléments picturaux ou thèmes forts et par leur développement. Elle prend de l'assurance. Par la répétition de ces temps ritualisés et par le mode d'entrée sensoriel dans le processus de création, elle peut inscrire ces instants dans une temporalité et lier ses créations dans une continuité.

Mon accompagnement est le plus possible non verbal. J'encourage ses capacités créatives et son imagination pour des surgissements inattendus après chaque geste. J'agis en miroir pour toute suggestion ou aide technique, trouver une nuance par exemple. J'essaie toujours d'intervenir de façon non frontale, pour que ce ne soit pas une indication ni une révélation, mais un ressort pour ce qu'elle fait naître et qui s'incarne dans ses traces.

Les travaux de Mme S. représentent surtout des paysages et des lieux d'une beauté archaïque. Ils se structurent au gré des surprises que chaque trace peut générer. Chemin faisant, cette construction d'un espace pictural issu de l'instant résonne profondément en Mme S. Ses choix s'imprègnent alors de son histoire personnelle, de sa présence au monde, sans n'en être qu'une illustration.

Pour construire un nouveau mode relationnel

Patrick Laurin

artiste peintre, art-thérapeute
diplômé, formateur et
superviseur en art-thérapie



Passer du domicile à un centre d'accueil est souvent vécu comme une transition brutale, une séparation difficile, tant pour la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer que pour son aidant. La halte-relais, organisée par l'Association France Alzheimer Paris, apparaît alors comme un espace intermédiaire, qui leur permet de construire un nouveau mode relationnel.

Deux ateliers d'art-thérapie y sont organisés : le premier accueille les patients, le deuxième accueille leurs proches.

Intéressons-nous d'abord aux ateliers dédiés aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée. Lorsque nous proposons de dessiner ou de peindre à ces personnes, pour qui cette activité pourrait sembler définitivement perdue, elles éprouvent de la surprise, parfois de la peur. Cette crainte surmontée, d'autres écueils apparaissent. Par exemple, l'acception générale de ce que « devrait être » une réalisation picturale bride toute réalisation qui s'apparenterait à du gribouillage. Les premières tentatives picturales induisent toujours le désir de produire une image « bien faite », selon des critères normatifs. Avec un tel souci de maîtrise, l'utilisation de la peinture est parsemée d'embûches, de peurs, d'inhibitions. Le propos initial est d'aider la personne à redécouvrir ses propres émotions, ses

désirs qui, s'ils sont enfouis ou refoulés, n'en sont pas moins présents.

Au cours des ateliers, chacun dispose d'un espace individuel, constitué d'un chevalet et d'une petite desserte où sont disposés le matériel et la palette, garnie de quelques couleurs de base dont le nombre est volontairement limité à quelques teintes. Les difficultés qu'éprouvent ces personnes pour trouver des repères dans le temps placent chaque séance dans une situation de « nouveau ». C'est l'instant qui domine le déroulement de l'atelier. Ce temps n'est parfois relié aux séances précédentes que par un fil ténu. Je remarque cependant qu'à défaut d'en avoir un souvenir clair le patient entretient avec sa réalisation un rapport empreint d'une sorte de familiarité. On peut alors prendre en compte l'idée de continuité, propre au processus créatif. Et, au fil des séances, l'identité du lieu, l'inscription des temps de création dans la régularité construisent les conditions d'une spatialisation et d'une temporalité constituantes.

« Accueillir l'émergence des émotions. »

Le rituel d'entrée est toujours identique. Chacun est invité à dire son prénom, et sa production précédente est placée sur le chevalet, l'auteur peut choisir de la poursuivre, s'il le souhaite. C'est un moment important qui inscrit la production de chacun dans une possible continuité et qui, par ailleurs, contourne l'angoisse de la feuille

blanche. L'étape initiale de la feuille blanche est une phase sensible, propre à susciter de nombreux empêchements. Les stratégies pour contourner ces difficultés sont multiples, aussi me limiterai-je à la description de l'un des dispositifs possibles : je propose une planche de carton blanc sur laquelle figurent quelques images prédécoupées. Ce sont des fragments de photos ou de reproductions de peintures. Le découpage initial isole un sujet, un objet, une forme simple. L'image sert à proposer un point de départ, une amorce, un déclencheur qui suscitera un choix singulier, pour une implication personnelle dans le processus de création. Mais le passage au médium peinture ou crayon n'est pas toujours facile. Avec quelle couleur, quelle forme, pourquoi ? Le détour consistera à proposer d'élire une couleur déjà présente sur le collage puis de l'étendre sur la surface blanche.



Ce peut être un aplat qui grandit, une ligne qui s'étire, des points qui s'échappent. La réappropriation de l'image initiale s'opère au fil des actes de peinture, teintés ou non d'intentionnalité. L'image initiale, figure générique, se singularise progressivement, elle constitue peu à peu un univers pictural qui se découvre au fur et à mesure qu'il se crée. Lentement, la constitution de l'entour, sa matérialisation, sa « mise en chair » par des couches successives de couleur vont transformer la forme initiale. La réalisation peut alors devenir porteuse de sens. Cette possible, mais non systématique, émergence de sens surgit au fil du processus de création, dans le jeu avec la matière picturale. L'élaboration progressive de la forme, alliée à la résistance de la matière, ancre la personne dans un rapport au temps présent, dans l'« ici et maintenant ». Il ne s'agit donc pas de provoquer de quelconques réminiscences par des artifices d'illustrations narratives, mais plutôt d'accueillir l'émergence des émotions. Il s'agit aussi d'accompagner la personne, sujet auteur, dans l'élaboration d'une forme qui peut cristalliser cet instant, sans qu'il faille forcément en décrypter le sens, sans qu'il faille systématiquement en rechercher l'origine (même si la forme picturale peut retisser, dans son présent émotionnel, un maillage qui épouserait des formes issues d'échos lointains du passé).

En fin de séance, j'incite les participants à regarder leurs réalisations en changeant leur point de vue. Mes commentaires se limitent souvent à reformuler l'historique de l'élaboration, notifiant les diverses étapes et les transformations successives. C'est en rapportant le regard de la personne à la composition que cette personne peut, parfois, se réinscrire dans l'écoulement d'un temps en résonance avec son état émotionnel. J'assiste parfois à une amorce de récit, à un large sourire ou à l'envie de montrer aux autres, signe d'une assise narcissique positive. Par leur volonté de transmettre, par la richesse de certains échanges, les personnes montrent combien leur inscription dans le présent d'un acte créateur est le témoignage d'un « être qui se dit ». Quant aux ateliers accueillant les proches, ils favorisent une implication personnelle dans une création picturale, pour un temps dédié à soi. Parmi les divers dispositifs proposés, il en est un qui réunit les aidants par binômes. Il se déroule en trois temps : création d'un espace pictural individuel, co-création d'un espace de rencontre et retour à soi. Au cours de l'exercice, l'échange entre les participants ne peut être explicité ou résolu par la parole. Ce dispositif propose d'accueillir l'étrangeté et l'inconnu de l'autre, il invite à en considérer les potentiels et les apports pour construire ou co-construire, un espace pictural où se figurent les traces d'une présence à soi, ouverte à une présence à l'autre.

Ces quatre verbes ne sont en rien un schéma de fonctionnement de l'oreille, mais un cheminement des possibles, qui mène vers les processus de création et de transformation. Ce circuit de la communication est le fondement même de mon travail en musicothérapie, il est basé sur ces quatre écoutes.

Voici comment les résidents (et la musicothérapeute) jouent, en séance individuelle ou en groupe, à déployer leur monde sonore et musical à travers des processus de création.

Oùir ces sons que nous avons ouïs autrefois, ceux qui nous reviennent comme un souvenir enveloppant, qui nous conduisent vers des improvisations musicales nourries de réminiscences. Oùir à nouveau ces musiques que nous reconnaissons comme porteuses d'un instant de vie passé ou présent, sans pouvoir les nommer ou les renommer. Oùir ce matériau sonore que l'on n'a jamais produit, celui qui nous semble loin de l'apprentissage, de la transmission ou de l'enseignement. Nous pouvons oùir ces sonorités inconnues jusqu'à présent car nous les produisons dans une temporalité qui s'impose à nous, là, aujourd'hui, dans le temps présent.

Oùir de façon inouïe, un monde sonore et musical qui se rencontre et se déploie dans l'immédiateté d'un jeu vocal, sonore, corporel et instrumental. Oùir, sans être dans le souvenir conscient d'avoir été acteur, auteur et interprète de ces moments musicaux ou improvisations.



Sons,
pauses
et silences
deviennent sources
de communication
dans le non-verbal. »

Écouter le retour à soi du son qui vient spontanément de se déposer.

Garder au plus près de soi ce son qui ne peut être écouté par l'autre, car il reste dans le secret de la rencontre avec soi-même.

Prêter son oreille aux autres, son écoute bienveillante, empathique, suivre son inspiration dans le souffle de l'autre et faire écouter sa présence par ce retour sonore spontané et éphémère.

Nous écoutons l'adresse de cette communication non verbale, dans la résonance de nos voix, la vibration de nos instruments de musique, à travers les silences et les pauses qui continuent de jouer nos mélodies. Rien ne s'impose dans cette écoute, elle relève de l'ineffable.

Ne pas brusquer, ne pas intervenir de façon intrusive. L'oreille se familiarise avec des sons connus, inconnus, inventés, réinventés. Le corps devient alors écoutant/écouté.



Des rencontres sonores et musicales

Véronique Tat

violoncelliste, musicothérapeute
diplômée, Formatrice



Au sein de la Villa d'Épidaure, il m'a été demandé, en 2012, d'offrir la possibilité d'un suivi thérapeutique aux résidents et à leur famille, à travers des séances de musicothérapie active et réceptive. Les séances se déroulent une fois par semaine, individuelles, en petit groupe ou « aidant-aidé ».

Aller à la rencontre sonore et musicale des résidents de la Villa d'Épidaure, c'est offrir des moments d'exploration, de recherche, d'improvisation, de création à deux ou en groupe, pour susciter ou ressusciter le désir de faire, d'être à nouveau sujet de soi et non sujet de soin. Nous jouons, improvisons, interprétons ou réinterprétons à chacune de nos rencontres nos partitions établies, spontanées ou éphémères. Les sons, les pauses et les silences deviennent source de communication dans le non-verbal.

Il ne s'agit en aucun cas d'envahir, interpréter, induire, provoquer, soumettre, intervenir et vouloir séduire par des sonorités ou des musicalités préétablies.

Être au plus près et respecter l'identité sonore de chaque personne, dans son chemin de vie, c'est lui permettre de partager, d'échanger, d'exprimer ce que, dans un premier temps, elle donne à ouïr, écouter, entendre et comprendre de sa propre temporalité à travers le sonore et le musical.

Ces quatre verbes ne sont en rien un schéma de fonctionnement de l'oreille, mais un cheminement des possibles, qui mène vers les processus de création et de transformation. Ce circuit de la communication est le fondement même de mon travail en musicothérapie, il est basé sur ces quatre écoutes.

Voici comment les résidents (et la musicothérapeute) jouent, en séance individuelle ou en groupe, à déployer leur monde sonore et musical à travers des processus de création.

Oùir ces sons que nous avons ouïs autrefois, ceux qui nous reviennent comme un souvenir enveloppant, qui nous conduisent vers des improvisations musicales nourries de réminiscences. Oùir à nouveau ces musiques que nous reconnaissons comme porteuses d'un instant de vie passé ou présent, sans pouvoir les nommer ou les renommer. Oùir ce matériau sonore que l'on n'a jamais produit, celui qui nous semble loin de l'apprentissage, de la transmission ou de l'enseignement. Nous pouvons oùir ces sonorités inconnues jusqu'à présent car nous les produisons dans une temporalité qui s'impose à nous, là, aujourd'hui, dans le temps présent. Oùir de façon inouïe, un monde sonore et musical qui se rencontre et se déploie dans l'immédiateté d'un jeu vocal, sonore, corporel et instrumental. Oùir, sans être dans le souvenir conscient d'avoir été acteur, auteur et interprète de ces moments musicaux ou improvisations.



Sons,
pauses
et silences
deviennent sources
de communication
dans le non-verbal. »

Écouter le retour à soi du son qui vient spontanément de se déposer.

Garder au plus près de soi ce son qui ne peut être écouté par l'autre, car il reste dans le secret de la rencontre avec soi-même.

Prêter son oreille aux autres, son écoute bienveillante, empathique, suivre son inspiration dans le souffle de l'autre et faire écouter sa présence par ce retour sonore spontané et éphémère.

Nous écoutons l'adresse de cette communication non verbale, dans la résonance de nos voix, la vibration de nos instruments de musique, à travers les silences et les pauses qui continuent de jouer nos mélodies. Rien ne s'impose dans cette écoute, elle relève de l'ineffable.

Ne pas brusquer, ne pas intervenir de façon intrusive. L'oreille se familiarise avec des sons connus, inconnus, inventés, réinventés. Le corps devient alors écoutant/écouté.

Entendre, tendre vers notre monde sonore corporel, vocal et instrumental. Ce monde sonore prend appui sur la sensibilité, la curiosité, la créativité, l'intuition, le sens musical inné de chacun des participants.

Un langage est à trouver, à réorganiser, à explorer, à chercher, un langage de son à son.

L'instrument entre les mains, c'est tout le corps qui interroge, ne sait pas, doute, choisit, invente, ose, trouve et dépose.

Le corps participe de cette expression musicale, il se prête aux jeux. Il tend vers l'autre sa demande de réponse harmonique et rythmique.

Il interroge ce moment, cherche l'origine, la source de ce son qui vient de rencontrer notre désir, notre envie d'être entendu, reconnu comme sujet.

L'instrument et la voix s'articulent dans l'engagement, l'investissement de tout le corps.

Porter les sonorités vocales là où la parole ne le peut pas.

Nous sommes un corps vibrant, nous résonnons aux sons qui nous entourent. Le corps de la personne est un instrument de musique, il est comme une caisse de résonance avec son ossature, sa musculature, sa peau, ses cordes vocales, son souffle qui vibre au diapason de tout ce qui l'entoure. Le souffle, la respiration se

transforment et tendent vers cette inspiration qui invite spontanément à la création d'un geste corporel accompagnateur de cet instant où les sons cherchent à se faire entendre.

Comprendre, prendre avec, invoquer, convoquer, être nommé, nommer l'autre dans un possible dialogue, en accord en contrepoint, en désaccord, ou en appui, jouer dans l'espace, projeter le son au-delà des murs, au-delà ou au centre du cercle que nous formons.

Un temps calculé et calculable, ce temps métronomique s'installe : être avec l'autre, le groupe. Participé de cette envie commune d'être dans le temps de l'autre, celui qui mesure une certaine temporalité source de repère. Le bonheur de se retrouver ensemble dans une pulsation commune se pose puis se perd pour laisser la place à une dimension du temps n'ayant rien à voir avec la notion linéaire.

Il pourrait être considéré comme une autre dimension du temps créant de la profondeur dans l'instant, comme une porte sur une autre perception de l'univers, de l'événement, de soi. Une notion immatérielle du temps mesurée non pas par la montre mais par le ressenti.



Être au plus près et
respecter l'identité
sonore de chaque personne. »

Oùir, écouter, entendre et comprendre avec, au plus près, dans l'empathie, c'est permettre d'établir ou de rétablir les canaux de la communication à travers un jeu sonore et musical. Permettre de déposer nos sons du côté de l'indicible, de l'inouï et de l'ineffable.

TANT DE CHOSES À DIRE

Comment, chez les personnes atteintes d'une maladie d'Alzheimer ou apparentée, encourager la créativité, maintenir le lien social, stimuler l'imagination, favoriser toutes les formes de communication, sans oublier de procurer du bien-être ? Le projet est ambitieux. La réponse tient pourtant en deux mots : art-thérapie...

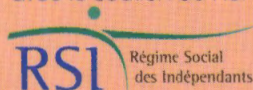
Dans ce livre, consacré aux ateliers à médiation artistique, l'Association France Alzheimer et maladies apparentées revient en détail sur ces activités qui permettent aux personnes malades de ressentir des émotions, d'éprouver des sentiments, d'exprimer des sensations. La notion de « capacités préservées malgré la maladie » prend alors tout son sens, tant la richesse du support artistique s'impose clairement.

Le temps d'un atelier de musique, de danse, de peinture, de photographie, de clown ou de théâtre, les participants s'engagent dans un véritable projet valorisant, créatif, collectif... Le tout sous l'œil avisé des art-thérapeutes ou des artistes. La parole est ici donnée à ces professionnels impliqués et attentifs, qui ont recueilli ce que les personnes malades ont à nous dire.

Engagée dans l'accompagnement et le soutien des familles, l'association encourage activement, depuis plusieurs années, le développement de ces ateliers. Elle coordonne, à ce titre, de nombreuses actions partout en France.

Les droits d'auteur de cet ouvrage seront intégralement reversés à l'Association France Alzheimer et maladies apparentées.

avec le soutien du RSI



19 € TTC FRANCE
ISBN 978-2-7491-3602-8



Ateliers artistiques pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

cherche
midi