

UNIVERSITE FRANÇOIS RABELAIS
Faculté de Médecine de Tours
&
AFRATAPEM
Association Française de Recherche & Application des Techniques Artistiques
en Pédagogie et Médecine

**Une expérience de Humanities therapy associé à l'Art-thérapie
auprès de personnes en difficulté de réinsertion professionnelle
au Centre d'Autonomie en Corée**

Mémoire de fin d'étude du Diplôme Universitaire d'Art-thérapie de la Faculté
de Médecine de Tours

Présenté par Jiyoung KIM

Année 2014

**Sous la direction de
Kim Ikjin
Professeur**

**Lieu de stage
Centre d'autonomie
Jeong-Seon, Corée**

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont contribuées de près ou de loin à la réalisation de ce mémoire.

En tout premier lieu, j'exprime mes profonds remerciements à Monsieur Forestier qui s'est montré à l'écoute et très disponible tout au long de la réalisation de ce mémoire, ainsi pour l'inspiration, l'aide et le temps qu'il a bien voulu me consacrer et sans qui ce mémoire n'aurait jamais vu le jour.

Ensuite, je souhaite adresser les remerciements les plus sincères aux enseignants de la formation pour la richesse et la qualité de leur enseignement, ce qui m'a permis d'avoir des solides connaissances en la matière.

Je remercie particulièrement l'ensemble des personnes au centre d'autonomie de Jeon-Seon en Corée ainsi qu'aux participants au projet pour leur orientation et accueil sympathique lors des jours précédant le stage, notamment l'assistante sociale qui a gentiment accepté de répondre avec sincérité à mes questions.

Je remercie également mes amis, notamment Catalina et Nadia qui ont rendu cette formation très sympathique, et Filémon, Marie pour leur relecture attentive.

J'adresse enfin une pensée spéciale à ma famille pour leur soutien dans mes choix et leur attention sans faille, ainsi qu'à Baekkyoungn, mon mari dont les encouragements et l'amour m'accompagnent toujours depuis notre première rencontre.

TABLE DES MATIERES

GLOSSAIRE.....	5
INTRODUCTION	6
I. L'ART- THERAPIE A DOMINANTE ECRITURE PEUT AIDER LES PERSONNES EN DIFFICULTE DE REINSERTION PROFESSIONNELLE A RETROUVER DE L'AUTONOMIE.....	7
A. IL Y A UN LIEN RECIPROQUE ENTRE LES SOUFFRANCES ET LA QUALITE DE VIE.....	7
1. Les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle sont exposées à plusieurs problèmes.....	7
a) La précarité rend difficile d'assumer les besoins nécessaires.....	7
b) Face à une situation précaire, les ressentis négatifs sont multiples.....	8
c) L'inaction professionnelle coupe le lien social.....	9
2. La précarité, les ressentis négatifs, et l'inaction professionnelle peuvent provoquer de la souffrance chez les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle.....	10
a) Une situation précaire peut restreindre l'affirmation des personnes.....	10
b) Le sentiment d'incapacité peut induire le manque de confiance dans les personnes.....	11
c) La dévalorisation de soi au regard de la société peut rabaisser l'estime des personnes.....	12
d) Il y a également une souffrance physique qui agit sur le corps somatique et moteur.....	12
3. Les souffrances vécues par les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle peuvent altérer la qualité existentielle de leur vie.....	13
a) La bonne santé est l'état de bien-être complet physique, mental et social.....	13
b) La qualité existentielle doit être satisfaisante pour maintenir une bonne santé.....	14
c) Les souffrances physiques, mentales et sociales peuvent affecter l'existence.....	15
B. L'ECRITURE PEUT ETRE UNE ACTIVITE ARTISTIQUE AVEC DES PARTICULARITES QUI LUI SONT PROPRES.....	16
1. L'écriture comme un des genres artistiques, présente certaines spécificités.....	16
a) L'écriture est une modalité d'expression à travers des signes graphiques.....	16
b) Il y a une recherche de l'esthétique dans l'activité d'écriture.....	17
c) L'origine du mot « écrire » a un double sens.....	18
2. L'écriture implique le corps dans son ensemble.....	18
a) L'écriture est une activité de motricité fine.....	18
b) L'écriture stimule la mémoire.....	19
c) L'écriture engage le corps de l'autre, celui qui lit.....	19
3. L'activité d'écriture nécessite une certaine connaissance de base.....	19
a) L'écriture demande des pré-requis, des techniques pour la mise en forme d'un contenu....	19
b) L'écriture utilise des signes conventionnels.....	20

c) Les mots sont de principaux composants de l'écriture.....	21
4. La pratique littéraire est une activité privilégiée de l'écriture.....	21
a) L'activité d'écriture fait appel à l'imagination	21
b) L'écriture peut être une expression des pensées, des ressentis et des émotions.....	22
c) Il peut y avoir de l'aspect kinésique dans l'écriture.....	22
C. L'ATELIER A DOMINANTE ECRITURE PEUT ETRE BENEFIQUE POUR LES PERSONNES EN DIFFICULTE DE REINSERTION PROFESSIONNELLE.....	23
1. L'Art peut se servir de l'écriture à des fins thérapeutiques.....	23
a) Deux caractéristiques de l'Art peuvent être employées comme bienfait de l'Art.....	23
b) L'opération artistique est une théorie de fondement en l'Art-thérapie.....	23
c) Le champ d'action de l'Art-thérapie est l'expression, la communication et la relation.....	24
2. L'expression écrite peut favoriser l'affirmation des personnes.....	25
a) L'implication somatique de l'écriture peut faire revivre des sensations.....	25
b) L'écriture peut aider à s'exprimer de façon plus concrète.....	25
c) Le choix des mots et la composition des phrases peuvent révéler le goût.....	25
3. La progression dans le temps de la qualité de l'écriture amène plus de confiance dans les personnes.....	26
a) Il est facile de se servir d'outils pour pratiquer l'écriture.....	26
b) La réalisation d'une production dans un court temps permet de se sentir avec des capacités.....	27
c) L'écriture demande l'implication de la structure corporelle.....	27
4. La revalorisation des capacités par l'écriture renforce l'estime des personnes.....	28
a) L'exercice d'écriture utilise des facultés intellectuelles existantes.....	28
b) S'engager dans l'écriture peut donner l'élan corporel dans l'action.....	28
c) L'écriture peut être un processus de reconnaissance de la valeur des personnes.....	29
d) Le travail en groupe joue un rôle pour renforcer de l'estime des personnes.....	29
II. HUMANITIES THERAPY A ETE PROPOSE AUX PERSONNES QUI BENEFICIENT DU PROJET D'AUTONOMIE.....	30
A. LE PROJET D'AUTONOMIE EST LANCE A L'INITIATIVE DU MINISTRE DE LA SANTE ET DES AFFAIRES SOCIALES.....	30
1. Le projet a été mis en place dans les contextes social et économique particuliers.....	30
a) La population concernée est celle qui vit en dessous du seuil de pauvreté.....	30
b) La loi sur garanties de minimum vital des citoyens a été établie.....	30
c) L'originalité de ce projet se distingue des autres aides sociales par son concept.....	31
2. L'objectif principal est d'améliorer l'autonomie en vue de réinsertion professionnelle.....	31

a) La valeur de travail est au coeur du projet pour lutter contre la pauvreté.....	31
b) Le projet se réalise en plusieurs étapes dont la mission est confiée aux différentes institutions....	32
c) Tous les moyens nécessaires qui pourraient contribuer au retour à l'autonomie sont proposés.....	32
B. HUMANITIES THERAPY A ETE INTRODUIT DEPUIS 2012 DANS LE CENTRE D'AUTONOMIE DE JEONG-SEON.....	33
1. Le centre d'autonomie de Jeong-Seon essaie d'apporter une solution aux personnes exclues socialement et professionnellement.....	33
a) La plupart des participants sont issus d'un milieu rural.....	33
b) Les participants doivent suivre une formation pour acquérir des compétences professionnelles.....	34
c) Il y a un autre élément fondamental à prendre en compte : la motivation.....	34
2. Humanities therapy est appliqué au cas d'exclusion professionnelle et sociale.....	35
a) Humanities therapy s'adresse à des personnes qui souffrent de troubles mentaux et émotionnels.....	35
b) Il y a le lien entre les valeurs des Humanités et les souffrances humaines.....	36
c) La connaissance de soi est essentielle pour prendre conscience de ses propres capacités...37	37
3. L'atelier en Humanities therapy à dominante écriture se prépare avant la prise en charge.....	37
a) L'atelier en Humanities therapy s'intitule 'mon paysage intérieur'.....	37
b) Les objectifs généraux sont fixés.....	38
c) Les programmes de prises en charge sont établis et présentés.....	38
C. L'ATELIER EN HUMANITIES THERAPY DEBUTE.....	39
1. La stagiaire art-thérapeute pose un autre objectif selon le modèle de l'opération artistique.....	39
a) Les premières observations permettent de constater l'état de base.....	39
b) La stratégie thérapeutique est établie au regard de l'opération artistique avec l'objectif général visant à restaurer l'estime des personnes.....	41
c) La fiche d'observation de la stagiaire art-thérapeute est élaborée.....	43
2. Les séances se déroulent.....	45
a) Divers phénomènes associés sont exploités.....	45
b) Une partie de l'atelier est consacrée à un cours.....	46
c) La stagiaire art-thérapeute a participé à l'atelier en tant qu'observatrice et co-thérapeute..47	47
3. Un certain nombre de limites est soulevé et une nouvelle fiche d'observation est proposée.48	48
a) Les limites d'évaluation avec la fiche d'observation sont révélées.....	48
b) Une nouvelle fiche d'évaluation est proposée.....	49

c) Les items sont regroupés en faisceaux d'items évaluants les objectifs.....	51
4. Le bilan global de la prise en charge est donné avec un avis positif.....	53
a) Le bilan se base principalement sur l'auto-évaluation des participants.....	53
b) Les limites de prise en charge en Humanities therapy sont repérées.....	56
<i>b-1) La pertinence des objectifs se fonde sur une bonne observation de l'état de base.....</i>	<i>56</i>
<i>b-2) Une mise en place des moyens doit être justifiée à l'égard des objectifs.....</i>	<i>57</i>
<i>b-3) Un certain nombre de thèmes doit être abordé avec une prudence.....</i>	<i>58</i>
<i>b-4) L'esprit d'analyse est une qualité demandée au thérapeute.....</i>	<i>58</i>
<i>b-5) Le corps physique est un élément aussi important dans la prise en charge.....</i>	<i>59</i>
c) L'Art-thérapie peut contribuer à remédier aux limites remarquées.....	59
<i>c-1) Les modalités en Art-thérapie peuvent donner une idée dans la mise en place de la stratégie thérapeutique en Humanities therapy.....</i>	<i>59</i>
<i>c-2) Humanities therapy peut s'inspirer du rôle de l'art-thérapeute dans ses prises en charge.....</i>	<i>60</i>
<i>c-3) L'Art-thérapie stimule le corps physique.....</i>	<i>61</i>
<i>c-4) Diverses activités artistiques associées peuvent faciliter la mise en écriture.....</i>	<i>62</i>
<i>c-5) Faire valoir la subjectivité des patients, cela dépend aussi de la compétence du thérapeute.....</i>	<i>62</i>
III. L'INTEGRATION DE HUMANITIES THERAPY OU D'ART-THERAPIE PEUT ETRE EFFICACE POUR RAMENER VERS L'AUTONOMIE LES PERSONNES EN DIFFICULTE DE REINSERTION PROFESSIONNELLE.....	64
A. L'Art-thérapie et Humanities therapy se rejoignent dans le concept et la pratique....	64
1. L'Art-thérapie et Humanities therapy se réfèrent à l'homme en tant que sujet.....	64
2. L'Art-thérapie et Humanities therapy exploitent le potentiel artistique.....	65
3. L'Art-thérapie et Humanities therapy sont des processus de prise de distance entre le sujet et son extérieur.....	66
B. Il existe des divergences entre l'Art-thérapie et Humanities therapy.....	67
1. Humanities therapy s'appuie essentiellement sur la faculté intellectuelle.....	67
2. Le fondement de Humanities therapy est basé sur la théorie de la communication.....	69
3. Les modalités de prise en charge en Art-thérapie ont une importance capitale.....	71
CONCLUSION.....	73
BIBLIOGRAPHIES.....	76
LISTE DES FIGURES ET DES TABLEAUX.....	78

GLOSSAIRE

Affirmation des personnes : C'est une attitude sûre de ce qu'on exprime et qui reconnaît aux autres la possibilité de s'exprimer puisque l'affirmation de soi en constituant un moyen de communiquer avec son environnement, implique nécessairement les autres. S'affirmer est donner autant d'importance aux différentes formes d'expressions des autres.

Autonomie : Être en mesure de subvenir entièrement à ses besoins.

Art : Activité humaine volontaire dirigée vers l'esthétique.

Art-thérapie : Exploitation du potentiel artistique dans une visée humanitaire ou thérapeutique.

Confiance dans les personnes : C'est de croire en ses propres capacités et aussi en celles des autres. La confiance en soi inspire une confiance chez les autres que ceux-ci reconnaîtrons dans ce qu'on va faire ou ce qu'on va réaliser.

Communication : Transmission d'information de la part d'un émetteur vers un destinataire.

Estime des personnes : Le jugement fait sur les valeurs personnelles de soi et des autres, qui permet de s'engager dans une action. Savoir évaluer positivement ses propres valeurs implique l'appréciation positive à l'égard des autres personnes.

Esthétique : Recherche de ce qui est beau, Appréciation personnelle de ce qui peut être beau.

Exclu : Qui a été rejeté, évincé (d'un groupe) ou qui n'a pas été admis (dans un groupe).

Expression : L'action d'exprimer ; rendre manifeste par toutes sortes de signes (langage écrit, oral, geste, attitude, réaction émotionnelle, etc.), de façon volontaire ou non, ce que l'on est, pense ou ressent.

Humanités : Ensemble d'étude comprenant l'enseignement au-dessus de la grammaire jusqu'à la philosophie exclusivement, et dites aujourd'hui classes de lettres.

Humanities therapy : L'ensemble des activités théoriques et pratiques qui ont pour objectif de prévenir et soigner les troubles physiques, mentaux et émotionnels en exploitant les valeurs et les méthodes en Humanités à travers le travail intégral qui relie le contenu et la fonction thérapeutique de chaque matière en vue de la santé mentale et d'une vie épanouie.

Imagination : Faculté que possède l'esprit de se représenter ou de former des images. En particulier capacité de se représenter ce qui est immatériel ou abstrait.

Item : Plus petite unité observable.

Opération artistique : Interface entre les mécanismes humains internes et externes et l'activité artistique.

Pauvreté : État, condition d'une personne qui manque de ressources, de moyens matériels pour mener une vie décente.

Précarité : État dont on ne peut garantir la durée, la solidité, la stabilité; qui, à chaque instant, peut être remis en cause.

Relation : Échange, communication simultanée.

INTRODUCTION

Peut-il y avoir un lien entre une réinsertion professionnelle difficile et l'Art ? A première vue, ces deux termes, chacun appartenant à des domaines différents, l'un à la sociologie, l'autre à l'Art peuvent sembler assez éloignés. Ce questionnement ne fait que laisser une vague idée que l'Art aurait un effet pour aider à la réinsertion professionnelle. Plus précisément, l'écriture, à la fois une activité artistique et intellectuelle, peut-elle être employée en Art-thérapie tout comme en Humanities therapy ? C'est à travers ce mémoire que l'on essaie de répondre à cette question. Ce travail a donc pour but de voir les conséquences que cela aura sur les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle lorsque l'écriture est servie comme un moyen de thérapie. Constitué de trois parties, ce travail consiste d'abord à montrer comment l'Art peut devenir un moyen de thérapie, c'est-à-dire se servir de l'Art pour apporter des bénéfices aux problèmes sociaux en se basant sur le modèle de l'opération artistique. Ensuite il présentera le concept de Humanities therapy et sa pratique telle qu'elle est exercée en Corée et l'analyse sur cette pratique va se poursuivre afin de dégager ses spécificités ainsi que ses inconvénients à l'égard de l'Art-thérapie dans l'idée que celle-ci apportera à Humanities therapy de nouveaux éléments à prendre en compte dans l'élaboration de sa méthode. Enfin on s'arrêtera sur les convergences et les divergences entre l'Art-thérapie et Humanities therapy qui ont la même idée de fond mais emploient des méthodes différentes.

Dans la première partie centrée sur l'aspect théorique, on essaiera de voir les conséquences de la pauvreté engendrée par le problème de réinsertion professionnelle difficile et les caractéristiques de l'activité artistique avec l'hypothèse que les bienfaits de l'Art peuvent opérer pour réparer les souffrances causées par ce genre de problème. On s'arrêtera aussi sur les conséquences matérielles et psychologiques que l'inactivité professionnelle induirait ainsi que les liens établis entre les souffrances et l'écriture, la dominante employée lors de la prise en charge.

Dans la deuxième partie où la prise en charge en Humanities therapy sera présentée de manière concrète, on regardera le mécanisme de l'opération artistique en détail en se servant du cas pratique pour voir une éventuelle mise en application du modèle de l'opération artistique dans la prise en charge en Humanities therapy et on analysera également l'évaluation des séances basées sur les modalités d'évaluation en l'Art-thérapie ainsi que les limites révélées chez la prise en charge en Humanities therapy pour y proposer des solutions relevant des avantages de l'Art-thérapie.

La troisième partie sera consacrée à la discussion sur l'expérience de la prise en charge en Humanities therapy, en s'appuyant sur le travail comparatif des deux systèmes de soins. En particulier, la pratique en Humanities sera examinée à travers d'autres études de cas en Humanities therapy pour discerner leurs caractéristiques propres.

Non seulement ce mémoire va permettre d'avoir une vision plus globale et objective de Humanities therapy, mais aussi d'en percevoir mieux l'originalité et l'efficacité des modalités, en Art-thérapie à travers une critique comparative.

I. L'ART- THERAPIE A DOMINANTE ECRITURE PEUT AIDER LES PERSONNES EN DIFFICULTE DE REINSERTION PROFESSIONNELLE A RETROUVER DE L'AUTONOMIE

A. Il y a un lien réciproque entre les souffrances et la qualité de vie

1. Les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle sont exposées à plusieurs problèmes

a) La précarité rend difficile d'assumer les besoins nécessaires

La précarité et le chômage sont des éléments étroitement associés. La plupart des gens ayant une difficulté de réinsertion professionnelle a vécu ou vit un chômage de longue durée qui a une répercussion sur leur vie tant au niveau matérielle qu'immatérielle. La première préoccupation sera certainement le manque de ressources. La perte de travail engendre une baisse de revenus. La prolongation de cette situation induit d'autres conséquences, physiques, mentales et sociales, ce qui conduit finalement à la précarité. Il s'agit d'un risque accru de misère, associé à une forte instabilité de conditions de vie. Ici on essaiera d'expliquer la situation précaire en terme de pauvreté,¹ puisque c'est la pauvreté qui est une conséquence directe de l'état de chômage, la plus visible. La population concernée est privée d'un certain nombre d'éléments nécessaires au bien-être matériel. Un sociologue anglais Townsend s'approche de l'idée de pauvreté à partir du concept de privation en s'appuyant sur le manque de bien-être matériel.² Il définit ainsi douze catégories de privation: l'alimentation, l'habillement, le chauffage et l'électricité, l'équipement du ménage, les conditions de logement, les conditions de travail, la santé, l'éducation, l'environnement, les activités familiales, de loisirs, les relations sociales. Ces catégories touchant à de nombreux aspects de vie définissent les conditions de vie. Elles concernent tout d'abord les besoins fondamentaux ; les conditions matérielles de vie de première nécessité : la difficulté d'avoir les services de base tels que l'eau, le chauffage et l'électricité ou d'acheter des aliments sains ou de nouveaux vêtements. Le logement est souvent en mauvaise condition avec peu d'équipement intérieur, une forte densité de peuplement, souvent exposé aux nuisances sonores et aux humidités. L'état de santé est certainement lié à la situation précaire. Non seulement c'est des cumuls de handicaps d'ordre social, économique et psychologique qui ont une répercussion sur la santé mais aussi il y a l'inégalité d'accès aux soins qui ne permet pas d'avoir les services

¹ La précarité et la pauvreté n'ont pas la même signification. La précarité est plutôt un état d'insécurité qui ne permet pas d'assumer les responsabilités élémentaires et d'accéder aux droits fondamentaux tandis que la pauvreté est une situation constatée marquée par l'insuffisance de ressources. La pauvreté est donc l'aboutissement de la précarité. Étant donné que l'intérêt est porté sur le dénuement matériel que l'état de précarité résulte, les deux termes sont souvent employés comme synonyme.

² Il y a trois manières de mesurer la pauvreté ; l'approche monétaire qui prend en compte l'ensemble des revenus du ménage et cherche à définir le seuil le plus adapté, l'approche subjective qui se réfère plus à l'opinion de la personne enquêtée sur sa propre situation financière et son bien-être, l'approche par les conditions de vie qui définit la pauvreté par le cumul de handicaps en insistant sur des conditions de vie. Pour les études statistiques, la pauvreté en condition de vie complète et l'approche par la pauvreté monétaire. Cette dernière consiste à mesurer la part des personnes dont les revenus sont inférieurs à un certain seuil. Sans entrer dans un débat sur la mesure adéquate de la pauvreté on adopte ici simplement l'approche par les conditions de vie pour se centrer sur des problèmes matériels apparents auxquels la population défavorisée fait face. (André AKOUN et Pierre ANSART (Sous la direction de), *Dictionnaire de Sociologie*, Le Robert, Seuil, 1999, p.388)

nécessaires en cas de maladie. Il se trouve que cette population est souvent sans diplôme et sans formation appropriée, ayant en général un bas niveau scolaire. Par conséquent l'incompétence professionnelle les pousse à accepter de mauvaises conditions de travail : emploi précaire, travail physiquement dur, exposition aux produits nocifs. Le travail précaire ou le chômage engendrent l'insécurité au niveau économique, les contraintes financières telles que les découverts bancaires, le retard de paiement, les endettements. L'ensemble de ces facteurs accentue la dimension destructive de l'individu sans qu'il y ait une possibilité de rétablissement du fait de l'aggravation de la situation. La dégradation de condition de vie sera donc la conséquence matérielle directe de la précarité. Lorsqu'elle se prolonge, elle devient à nouveau la cause de reproduction de la pauvreté en se posant comme une contrainte qui pèse lourdement sur l'environnement de la personne. Le manque de revenus stables et de pouvoir deviennent des obstacles à la participation des personnes défavorisées au système d'organisation sociale et économique. L'effort pour sortir de la précarité peut se transformer en sentiment de désespoir quand les personnes prennent conscience à quel point il est improbable de parvenir à la réussite telle qu'elle est conçue dans la société à laquelle ces personnes appartiennent. Des fois elles finissent par accepter l'ensemble de leurs conditions défavorables et s'y adaptent.³

b) Face à une situation précaire, les ressentis négatifs sont multiples⁴

S'il est bien constaté que les situations perpétuelles d'instabilité qu'elles soient d'ordre professionnel ou économique mettent au premier plan les graves difficultés matérielles, il va de soi que l'état mental subit aussi ses conséquences. L'un des ressentis négatifs le plus marquant serait l'angoisse née de l'incertitude du futur ; l'angoisse de ne plus pouvoir sortir de cette situation, l'angoisse de tomber dans la misère sans retour. En effet l'angoisse peut devenir une motivation, une espèce de tension qui suscite l'envie de trouver une issue permettant d'atteindre un autre niveau dans sa condition de vie, et qui stimule par la suite des réactions de survie en mettant en place une stratégie d'actions pour changer de sa condition. Cependant lorsque la personne est dans un état constant d'incertitude, elle conçoit son avenir avec un grave sentiment de blocage qui paraît insurmontable. Ensuite le sentiment d'incapacité peut s'installer progressivement. L'état mental est fortement fragilisé que la personne peut même perdre sa lucidité d'analyser convenablement la réalité et ainsi ne plus percevoir les problèmes et les moyens de les résoudre. Dans un premier temps, la personne pourrait tenter de résoudre ses problèmes par elle-même en cherchant activement un nouvel emploi, en s'intéressant à des formations. Mais au bout d'un certain temps les sentiments de

³ Cela s'appelle « la culture de la pauvreté » une théorie sur la reproduction de la pauvreté élaborée par Lewis. Celui-ci dit que la culture de la pauvreté existe, elle a tendance à se perpétuer de génération en génération en raison de l'effet qu'elle a sur les enfants. Les enfants ayant vécu depuis leur jeune âge dans une condition de vie de bas niveau l'assimilent en général comme des valeurs fondamentales et des habitudes de leur subculture et ne sont pas psychologiquement équipés pour profiter pleinement de l'évolution ou des progrès susceptibles de se produire durant leur vie. (*Ibid*).

⁴ Selon les sociologues intéressés par l'exclusion, des phases de l'évolution de l'exclusion sont différentes. Pourtant ils sont d'accord pour que l'enchaînement de ces phases ne soit pas systématique. Ici on essaie de voir d'une manière générale les sentiments négatifs que l'absence du travail peut entraîner, axée sur deux grandes questions : précarité et rupture du lien social. (*Ibid*, p. 207-208).

dépassement et d'impuissance peuvent survenir face à une réalité si dure lorsqu'elle se rend compte que ses efforts sont vains et que la situation ne s'améliore pas. Une perte d'autonomie financière, le fait que la personne est incapable de subvenir à ses besoins fondamentaux peuvent se traduire par un sentiment d'humiliation ; la honte de ne pas pouvoir mener une vie digne d'un homme vis-à-vis des autres et aussi par un sentiment de culpabilité ; se sentir responsable à une telle situation comme si c'est sa faute de ne pas avoir pu développer ses compétences et s'équiper de qualifications. Une manifestation de colère peut survenir, soit tournée vers soi-même sous forme de culpabilité, ou soit dirigée vers les autres en se retournant contre la société qui la rejette et la considère comme étant inadaptable. Quelques fois l'excès de colère conduit à des comportements violents et agressifs. D'autre part une impression d'appartenir au monde des fainéants continue à se développer d'où naissent les sentiments d'inutilité, d'être exclus et méprisés. Un état général d'insatisfaction et de tristesse continuels peut causer des troubles psychopathologiques telle que l'humeur dépressive et l'anxiété.

c) L'inaction professionnelle coupe le lien social

La prolongation de la période d'inactivité professionnelle diminue le niveau de condition de vie de la personne, ce qui affecte gravement son état mental. Cette absence d'activité peut contribuer également à la détérioration du lien social. L'insuffisance financière ne permet pas d'avoir des loisirs ou de participer activement à la vie sociale. Une sortie avec des amis, une participation aux fêtes familiales, ce genre d'activité sociale quotidienne peut devenir inaccessible. C'est la raison pour laquelle le phénomène d'exclusion sociale est souvent identifié à la pauvreté. Mais là, il faut prendre compte de la double dimension qui est à la fois économique et sociale. C'est-à-dire que la rupture de lien social s'ajoute au dénuement matériel. L'état de pauvreté peut accélérer la rupture avec la société puisque le travail n'est donc pas simplement un moyen d'obtenir un revenu pour subvenir à ses besoins. Non seulement il crée le lien social mais aussi il représente certains codes sociaux valorisés : indépendance, compétences, capacités, en somme des qualités indispensables pour être reconnu comme membre de la société. L'être humain qui existe au regard des autres a besoin d'entrer dans un certain cadre social et d'être reconnu comme étant utile. C'est le cadre professionnel, considéré comme une norme sociale qui permet à l'individu de s'identifier à un groupe social et de s'insérer dans un mode de fonctionnement de la société. Dans des pays en développement comme la Corée, le travail représente une valeur importante de la personne. Celle-ci identifiée à son statut social, l'assiduité au travail est perçue comme une vertu ou une qualité personnelle. C'est une société où des success-stories⁵ qui se vantent de leur acharnement, de leur zèle, de leur talent et de leur vie professionnelle sont considérés comme un modèle à suivre. Plus la société est imprégnée de ces préjugés, plus cette société considère que les personnes sans emploi sont responsables de leur échec professionnel. L'inaction professionnelle signifie être dépourvu de ces valeurs que la société accorde au travail : peu de lien avec la société, ni de place, ni de rôle, ni d'utilité. Elle signifie également la rupture avec

⁵ Récit ou analyse à la fois chronologique et synthétique de la réussite d'une personne et des raisons du succès.

les références sociales et celles du milieu habituel. La disparition brutale de toutes ces références peut mettre la personne dans la confusion, en entraînant une difficulté à s'adapter à un autre milieu. Plus la période d'inaction professionnelle est longue, plus cela nécessite du temps pour les réapprendre. Ces personnes seront moins compétitives que les autres demandeurs d'emploi qui viennent d'être diplômés et formés dans une optique de compétition pour décrocher un travail. Cela réduit de plus en plus les chances de retour à l'emploi. La perte d'autonomie et le déséquilibre mental influencent aussi sur l'entretien de liens familiaux et sociaux. Par peur de faire parler de leur situation ou par la honte, il se trouve que ces personnes évitent de fréquenter les autres, leurs proches et même leur famille. Isolées de leur entourage et de leur environnement, elles se replient sur elles-mêmes. Ainsi l'isolement soit de nature physique et mental ou langagier commence à s'installer de façon solide à l'intérieur des environnements sociaux et familiaux. Il peut conduire ces personnes à l'inhibition totale par rapport à son environnement.⁶

2. La précarité, les ressentis négatifs, et l'inaction professionnelle peuvent provoquer de la souffrance chez les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle

a) Une situation précaire peut restreindre l'affirmation des personnes

L'affirmation des personnes consiste à savoir exprimer ses opinions, ses sentiments et ses besoins, et à reconnaître ceux des autres. On s'affirme par les paroles, les comportements, les goûts, les talents, en somme par tous les moyens qui peuvent exprimer sa personnalité. Simultanément cela peut devenir un moyen de communication avec les autres. Et la communication est née à partir d'une réponse aux expressions de l'énonciateur. C'est une attitude nécessaire pour vivre en harmonie avec les autres, constituant la façon de manifester son existence et de reconnaître celle des autres. Or une situation précaire qui empêche de satisfaire correctement les besoins et les droits d'une personne, peut influencer sur l'affirmation des personnes. Autant chacun a une préférence quant au mode alimentaire, à l'habillement, au logement et au loisir, le choix différant selon le goût et le style, autant le manque de ressources restreint le champ du choix en obligeant la personne à se contenter d'un minimum de choses et en réprimant ses envies et ses désirs. Le niveau de satisfaction au quotidien diminue ainsi que la possibilité de s'affirmer. L'affirmation qui se développe aussi au contact des autres nécessite le regard d'autrui et de la société pour que la personne puisse se montrer. Pour cela une condition matérielle, un espace physique et sociale doivent exister au préalable. Or si la personne s'est retrouvée dans la précarité qui la met hors de cet encadrement, l'espace qui permet de s'affirmer va se réduire au fur et à mesure où la personne

⁶ Cela désigne l'exclusion sociale, marquée par une rupture entre les exclus et le reste de la collectivité. Le mot est dérivé du latin *excludere* qui veut dire ne pas laisser entrer, ne pas admettre. Dans la signification d'origine, on peut supposer qu'il y a d'abord un rejet de la société ou du groupe qui se constitue une majorité vis-à-vis d'un individu. On peut définir l'exclusion et les exclus comme une situation où les personnes ne sont pas ou plus inscrites dans le cadre de ceux qui eux sont inclus, participant à la vie sociale dans une organisation qui s'impose à tous. L'isolement mental et psychique caractérisé par le repli et une attitude asociale vient après avoir vécu ce refus social. Donc toutes les personnes au chômage ne sont pas en état d'exclusion sociale. Mais il y a plus de probabilité que cette population soit exposée à l'exclusion sociale.(André AKOUN et Pierre ANSART, *Dictionnaire de Sociologie*, Le Robert, Seuil, 1999. p,207-208)

reste coupée de son entourage et de son environnement. En fait lorsque l'être humain est né, plusieurs rôles lui sont attribués dans la famille comme dans la société. Cela variera selon l'âge, le niveau d'étude, le métier et les centres d'intérêt, etc. L'être humain affirme son existence à travers plusieurs rôles qui lui sont confiés. Par exemple, une personne peut être à la fois père au foyer, cadre dans une entreprise, bénévole dans l'action sociale, joueur amateur de tennis. Si cette personne se trouvait dans la situation de chômage, ce qui ferait accroître sa pauvreté, elle ne pourrait plus assumer son rôle dans la famille, ni continuer les activités de loisir ou de bénévole comme avant. Être dans une situation précaire signifie le dépouillement de ces rôles au sein de la société et de la famille ainsi que l'impossibilité d'accomplir ces fonctions. Les multiples facettes de son existence ainsi que ses divers rôles sont appauvris. Cela peut être entendu que la vie qu'elle a construite jusque-là est anéantie comme si son existence entière s'effaçait. La suppression des rôles familiaux et sociaux ainsi que la précarité deviennent inévitablement des causes principales qui limitent le champ de l'affirmation des personnes. Un champ limité d'affirmation risque de faire baisser la qualité de vie, et réduit inévitablement les chances d'éprouver diverses sensations et ressentis du corps. Une faible affirmation des personnes peut se répercuter sur le pouvoir d'agir face aux besoins et à l'environnement.

b) Le sentiment d'incapacité peut induire le manque de confiance dans les personnes

Chaque personne a sa particularité unique qui se différencie par son propre goût, son style et sa propre opinion, en somme sa manière d'être. Maintenant la question reste de savoir comment l'affirmer ? Pour s'affirmer dans la société, il faut une attitude sûre de ce qu'on veut exprimer ; une attitude qui saura faire entendre ce que l'on veut dans la société. Il s'agit tout d'abord de croire en ses propres capacités qui permet de dire que l'on est capable de faire quelques choses et que l'on est capable de construire sa propre vie. Et il s'agit également d'avoir une confiance envers les autres que ses propres valeurs seront approuvées par les autres. Ainsi la confiance est bâtie sur les expériences positives, en accumulant des réussites et en accomplissant des tâches. Même si la personne ne sait pas qu'elle va réussir ou pas, une personne confiante n'hésitera pas à passer à l'acte. Elle sera consciente qu'elle est en mesure de réagir adéquatement face aux défis ou à des imprévus, grâce à ses expériences passées. A partir de là, la confiance dans les personnes peut permettre de se projeter dans le temps et dans l'espace, c'est-à-dire espérer et planifier son avenir. Être dans l'action peut amener plus de confiance puisque c'est par ce qu'on fait que la capacité peut être prouvée et reconnue. La confiance dans les personnes favorise ainsi l'action qui vise à agir pour atteindre les objectifs. Or des personnes sans travail, par de nombreux problèmes que cette situation entraîne doivent faire face à plusieurs situations d'incapacité. Elles n'ont pas de travail ; incapacité à participer à une activité professionnelle, elles sont en état précaire ; incapacité de subvenir à leurs besoins, elles sont plongées dans des sentiments négatifs ; incapacité de prévoir leur avenir. En outre la société les censure en leur disant qu'ils ne sont pas employables. Le fait qu'ils ne travaillent pas les prive de l'occasion de reconnaître leurs propres capacités et puis de les montrer aux autres. C'est-à-dire privé du terrain d'expression principal de ses compétences professionnelles. Le potentiel exploitable sera mal évalué par

soi-même ainsi que par les autres. Il peut arriver qu'ils croient ne pas être productifs pour la société. Renfermées dans une logique de 'je n'en suis pas capable', ces personnes vont avoir peur de s'engager dans un nouveau projet. Le manque de confiance dans les personnes, lorsqu'il est poussé à l'extrême, peut produire un affaiblissement de capacités d'action et cognitives. Le corps physique et le mental qui doivent s'organiser pour passer à l'acte n'exercent pas correctement leurs fonctions. Le sentiment d'incapacité influence ainsi sur la réelle capacité du corps à prendre les mesures adéquates et orientées vers l'objectif désiré. Par conséquent, cela peut conduire à l'inhibition totale comme l'exclusion en réduisant leurs chances de retourner à la vie active.

c) La dévalorisation de soi au regard de la société peut rabaisser l'estime des personnes

L'estime des personnes correspond d'abord à l'auto-perception sur ses propres capacités et sur ses valeurs personnelles, c'est-à-dire le regard sur soi qui permet de se dire 'je suis quelqu'un de valeur'. Il s'agit de manière générale d'une perception positive de soi. Mais pour l'être humain dans sa relation avec la société, l'estime des personnes serait aussi une qualité qui se détermine par rapport au regard des autres, autrement dit le regard que le monde extérieur envoie à un individu. Plus précisément une valorisation sur ses compétences et ses qualités serait déterminante pour avoir une bonne estime des personnes, celle qui se fait notamment dans le domaine social tel que le travail. C'est par le travail qu'on peut prouver aux autres que l'on occupe une place fonctionnelle au sein de la société et que par conséquent notre existence représente une valeur. Ainsi l'élaboration de l'estime des personnes se fait à partir d'un sentiment que l'on a une place et que l'on est utile. Elle s'accroît lorsque les valeurs de l'individu sont acceptées et appréciées puisque l'estime que la personne a d'elle-même repose de façon essentielle sur la reconnaissance d'autrui. La valorisation des ses propres qualités implique également une possibilité d'appréciation positive à l'égard des autres. Le travail comme un domaine qui touche à la fois à la perception de ses propres capacités et la perception sur les autres, occuperait une place centrale de la vie de la personne de telle sorte que son absence a une influence considérable en matière d'estime des personnes. Sans emploi veut dire que la personne a disparu du monde professionnel. La personne n'existe pas en tant que membre de la société qui peut assumer son rôle ainsi que ses compétences et ses capacités sont jugées comme inutiles. L'inexistence sociale accélère le processus de disparition en raison de la perception qu'ont de cette personne les autres membres de la société. Ce processus peut être tel que la personne elle-même se perçoive comme invisible en intériorisant le regard méprisant ou indifférent dont elle fait l'objet. Ce regard de la société peut jouer négativement sur l'attitude d'une personne face à des projets à réaliser. Le regard dévalorisant, ensuite intériorisé fait que la personne n'arrive plus à utiliser ses compétences et perd l'intérêt de s'engager dans un projet ainsi que l'envie de persévérer pour pouvoir l'accomplir. La dévalorisation des valeurs personnelles, voire l'inexistence sociale imposée par les autres peuvent altérer profondément l'estime des personnes.

d) Il y a également une souffrance physique qui agit sur le corps somatique et moteur

Il s'avère que l'inaction professionnelle engendre les souffrances mentales et sociales nées de

toute sorte de sentiments négatifs et d'isolement. Ces souffrances, agissant sur le corps, se manifestent à travers le corps somatique et moteur. Celui-ci en étant un lieu d'expérience de souffrance subit une certaine incapacité et modification au niveau physique et mental. Cela engendre une souffrance physique qui n'est pas non plus négligeable. Les conséquences de l'inaction professionnelle peuvent produire divers troubles psychosomatiques tels que les décalages des rythmes biologiques, une perturbation du temps et de l'espace, une perte d'énergie, une déficience cognitive, etc. Liés au sentiment de mal-être, ces pathologies se développent au fur et à mesure que perdure cette période. Tout d'abord l'organisation du temps autour de l'activité professionnelle est disloquée. C'est le temps de travail qui structure la vie d'un individu et lui permet de développer des programmes et des événements auquel sont associés les relations et les actions. Mais sans perspective, la gestion du temps devient très difficile sans pouvoir prévoir ce qu'il faut faire le lendemain ou dans le futur. Sans régularité, ni horaires du temps à respecter, le temps n'est plus structuré en fonction d'obligations personnelles et collectives. La notion d'espace est également perturbée. Par le manque d'obligation de sortir de l'espace personnel ou par la honte, le déplacement va progressivement se limiter. L'absence d'action fait réduire l'espace. Par conséquent le corps subit des modifications, le rythme naturel et biologique perd rapidement ses horaires biologiques antérieurs. La perturbation du temps fait apparaître par exemple les décalages de plusieurs heures et les inversions jours-nuits. Les troubles du sommeil, la fatigue, l'inertie peuvent apparaître. Parfois les prises ou pertes de poids peuvent survenir en raison d'une mauvaise alimentation. Bien souvent les repas se réduisent à des produits économiques au détriment d'aliments sains et plus coûteux. Il peut y avoir une tendance à ne plus manger ou trop s'alimenter pour combler le sentiment de vide. La dépendance de substances psychoactives peuvent s'accroître telle que l'alcool, le tabac et la drogue. Ces produits modifiant l'activité mentale, les sensations et le comportement, leur prise sur une longue durée peut entraîner la dépendance et mettre en danger la santé. Le manque de repères et de stimulations intellectuelles sont à l'origine de déficiences cognitives plus particulièrement axées sur la mémorisation et les difficultés d'apprentissage.

3. Les souffrances vécues par les personnes en difficulté de réinsertion peuvent altérer la qualité existentielle de leur vie

a) La bonne santé est l'état de bien-être complet physique, mental et social

L'OMS⁷ définit la santé comme un état complet de bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.⁸ Cette définition essaie de proposer une vision complète et globale sur la santé, en mettant l'accent sur l'importance de l'aspect fondamental de la bonne santé. Elle ouvre une nouvelle perspective en se différenciant de la vision simpliste de la définition du dictionnaire dans lequel la santé est définie comme un « état physiologique normal de l'organisme d'un être vivant, en particulier

⁷ L'Organisation Mondiale de la Santé.

⁸ Préambule à la Constitution de l'OMS, adopté à la Conférence internationale sur la Santé, New York in Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n°. 2, p. 100, le 22 juillet 1946.

d'un être humain qui fonctionne harmonieusement, régulièrement, dont aucune fonction vitale n'est atteinte, indépendamment d'anomalies ou d'infirmités dont le sujet peut être affecté ». Cette définition réduit l'état de santé à un bon fonctionnement des organes du corps tandis que la définition de l'OMS accorde autant d'importance à la santé physique qu'à la santé mentale et sociale. Celle-ci évoque l'importance de l'équilibre entre les aspects physique, mental et social pour rester en bonne santé. Dans d'autres termes, l'absence de maladie identifiée, somatique ou mentale ne garantit pas la bonne santé. Selon la définition de l'OMS, une personne en bonne santé ne doit pas avoir de douleurs et être autonome au niveau physique de manière à pouvoir exercer l'activité physique indépendamment. Quant à l'aspect mental,⁹ la santé mentale concerne un sentiment général positif de soi qui permet de construire sa vie en étant capable de maîtriser ses pensées, ses émotions, et ses comportements. Au niveau social, la personne doit savoir renouer des liens sociaux et les maintenir, en participant pleinement et activement à la vie en société.

b) La qualité existentielle doit être satisfaisante pour maintenir une bonne santé

Cependant une question se pose ; une personne ayant un handicap physique qui se dit heureuse, ne serait-elle pas en bonne santé ? Pour élucider cette ambiguïté qui naît d'une simple description d'un état de bonne santé, il faut s'intéresser de plus près au mot « bien-être ». Ce mot incluant la notion d'un sentiment général d'agrément et d'épanouissement que procure la pleine satisfaction des besoins du corps ou de l'esprit est souvent accompagné des verbes ; éprouver, goûter, ressentir. On voit donc que le bien-être se réfère plutôt à un sentiment d'équilibre et de satisfaction personnelle plutôt qu'à une constatation induite par l'extérieur. Il est subjectif. D'ailleurs la Charte Ottawa de l'OMS¹⁰ souligne bien cette dimension subjective de bonne santé en expliquant la manière d'y accéder « Pour parvenir à un état de complet bien-être physique, mental et social, l'individu ou le groupe doivent pouvoir identifier et réaliser ses ambitions, satisfaire ses besoins et évoluer avec son milieu ou s'y adapter. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne et non comme le but de la vie. C'est un concept positif mettant l'accent sur les ressources sociales et personnelles et sur les capacités physiques.» Il y est expliqué l'importance des ressources sociales et personnelles d'un individu qui lui permettrait d'évoluer dans son milieu pour arriver à l'épanouissement. Tout individu a ses particularités d'autant plus que ses besoins et ses ambitions sont variés. C'est lorsque seront satisfaits les propres critères de l'épanouissement tant différentes selon l'individu que le sentiment de bien-être est procuré. Considérons une autre définition de la qualité de vie. Dans le questionnaire de WHO-QOL,¹¹ l'OMS définit la qualité de la vie comme « la perception qu'a un individu de sa place dans

⁹ L'OMS définit en particulier la santé mentale comme un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et participer à la vie de sa communauté, au-delà d'une simple absence de troubles mentaux. (http://www.who.int/mental_health/fr/)

¹⁰ La Charte en vue de contribuer à la réalisation de l'objectif de la Santé pour tous est adoptée le 21 novembre 1986 lors de La première Conférence internationale pour la promotion de la santé. (http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf)

¹¹ The World Health Organisation Quality Of Life, Division of mental health, 1995. <http://www.who.int/evidence/assessment-instruments/qol/documents/WHOQOL-100.pdf>,

l'existence, dans le contexte de la culture et du système de valeurs dans lesquels il vit, en relation avec ses objectifs, ses attentes, ses normes et ses inquiétudes. Il s'agit d'un large champ conceptuel, englobant de manière complexe la santé physique de la personne, son état psychologique, son niveau d'indépendance, ses relations sociales, ses croyances personnelles et sa relation avec les spécificités de son environnement.» En effet cette approche met l'accent sur l'auto-perception de l'efficacité personnelle, l'autonomie, la compétence, l'auto-actualisation du potentiel intellectuel et affectif chez l'individu. Cela rejoint le concept de la qualité existentielle de vie en Art-thérapie ; une condition indispensable pour que l'être humain puisse se considérer en bonne santé. C'est la prise de conscience en tant qu'existence indépendante, sujet de sa propre vie. C'est-à-dire que la personne doit connaître ses besoins et ses ambitions et qu'elle soit suffisamment motivée pour avoir envie de les réaliser. La qualité existentielle de vie dépend donc d'une condition qui permet à l'être humain de vivre en accord avec sa nature et son milieu. Chaque personne étant unique et particulière, une bonne qualité existentielle de vie signifierait une condition favorable qui lui permettrait de développer ses particularités et d'exploiter ses potentiels. Le mot « qualité » est ici important, en tant que jugement personnel. Dès qu'on parle de qualité, on entre dans le registre de la subjectivité. La notion de la bonne santé ne doit donc pas être comprise comme un bon fonctionnement physique et mental mais elle doit prendre en compte la subjectivité de chaque personne ; la qualité de vie que la personne peut se juger bonne et satisfaisante. En ce qui concerne les personnes en difficulté de réinsertion, non seulement l'évaluation objective de la qualité de vie¹² risque d'être peu élevée mais aussi l'aspect subjectif de la qualité existentielle de vie est loin d'être satisfait.

c) Les souffrances physiques, mentales et sociales peuvent affecter l'existence

Selon la Charte d'Ottawa qui définit la bonne santé comme une ressource majeure pour le développement social, économique et individuel, le rapport entre la santé et la précarité semble évident. L'absence de perspective d'avenir et des conditions de vie souvent médiocres sont peu favorables à l'épanouissement de la personne et peuvent affecter l'existence. Cela rappelle aussi la relation entre la santé et l'environnement social en soulignant la bonne santé comme une condition préalable pour pouvoir assumer le rôle dans la société. Or l'échec professionnel et ses conséquences sur le plan physique, mental et social génèrent une faible affirmation des personnes, un manque de confiance dans les personnes, une diminution de l'estime des personnes. En limitant un certain nombre de possibilités de développement du potentiel physique, mental et sociale, ces souffrances jouent comme des facteurs qui menacent non seulement la santé mais aussi font dégrader considérablement la qualité existentielle de vie chez les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle.

¹² Pourtant la Charte d'Ottawa ne néglige pas un minimum de cadre nécessaire pour évaluer la qualité de vie. Elle considère les conditions indispensables à la bonne santé. Elle poursuit « La santé exige un certain nombre de conditions et de ressources préalables, l'individu devant pouvoir notamment : se loger, accéder à l'éducation, se nourrir convenablement, disposer d'un certain revenu, bénéficier d'un écosystème stable, compter sur un apport durable de ressources, avoir droit à la justice sociale et à un traitement équitable. Tels sont les préalables indispensables à toute amélioration de la santé. »

B. L'écriture peut être une activité artistique avec des particularités qui lui sont propres

1. L'écriture comme un des genres artistiques, présente certaines spécificités

a) *L'écriture est une modalité d'expression à travers des signes graphiques*

Dans une époque où l'Art n'existe pas comme tel qu'on entend aujourd'hui, les grecs exerçaient déjà une pratique humaine sous la forme de la danse, de la musique ou de la poésie qu'on peut appeler l'activité artistique. C'est dans le théâtre grec antique où cette technique de synthèse de la poésie, de la musique était employée comme la technique fondamentale.¹³ Bien que le théâtre grec antique était doté d'un caractère civique en tant que cérémonie officielle à cette époque,¹⁴ il jouait le rôle de l'épuration des passions par une scène d'expression des sentiments des citoyens. En assistant à un spectacle théâtral, les grecs croyaient que l'être humain se libérait de ses pulsions, ses angoisses ou ses fantasmes, en les vivant à travers les héros ou les situations représentées.¹⁵ Ce genre d'activité d'expression en Grèce antique repose sur le principe de mimesis¹⁶ dont l'enjeu est de reproduire le réel comme sa signification « imitation » l'indique. Bien que sa connotation et son enjeu aient évolués au cours de l'histoire, l'expression de l'état d'âme reste comme l'activité propre à l'être humain.¹⁷ Eugène Veron donne une caractéristique de l'Art à l'expression des sentiments divers humains par les signes extérieurs en utilisant des lignes, des couleurs, des mouvements, des sons, ou des paroles.¹⁸ Pourtant les pleurs, le rire, le soupir, la colère ne seront-ils pas des expressions des sentiments produits à l'intérieur de l'humain ? L'expression des sentiments éprouvés est dans la nature humaine. Ce qui distingue l'Art de cette sorte d'expression, c'est qu'il s'agit de l'expression artistique qui se réalise grâce à l'utilisation de certaines formes ou

¹³ Cette technique s'appelait le choréa, Roland BARTHES, *Le Théâtre grec* (Guy DUMUR Ed, *L'Histoire des spectacles, Encyclopédie de la Pléiade*), Paris, Gallimard, 1965, p.528

¹⁴ Il représentait une obligation imposée à tous les citoyens avec une fonction d'unir les citoyens en une communion autour des valeurs de la cité, plutôt qu'une activité artistique telle qu'on le conçoit aujourd'hui. D'ailleurs le mot *theatron* ne désigne pas à l'origine le théâtre mais sert à nommer tout lieu « d'où on peut voir » et répond aussi bien aux exigences des cérémonies religieuses qu'aux impératifs des assemblées politiques, Dominique BERTRAND, *Le Théâtre*, Edition Béal, 1996, p. 14

¹⁵ Selon Aristote, cette sorte de « purgation des émotions » chez le spectateur d'une tragédie s'appelle catharsis qui vient du mot grec « katharsis ». Dans *la Poétique*, il dit « la tragédie est l'imitation d'une action de caractère élevé et complète, d'une certaine étendue, dans un langage relevé d'assaisonnement d'une espèce particulière suivant les diverses parties, imitation qui est faite par des personnages en action et non au moyen d'un récit, et qui, suscitant pitié et crainte, opère la purgation propre à pareilles émotions » (1449 b, trad. J.Hardy), Hendrik VAN GORP (sous la direction de), *Dictionnaire des termes littéraires*, Honoré champion, Paris, 2001, p. 85

¹⁶ Le concept utilisé en philosophie de l'Art ainsi qu'en théorie de la littérature, selon lequel l'imitation de la « nature » se retrouve à la base de la création artistique. La signification originelle du verbe d'où dérive mimesis était « exprimer, donner forme », d'où aussi « imiter ». Le concept de mimesis est déjà utilisé par Platon, qui considérait le monde de l'Art comme une imitation indirecte des Idées. L'Art est une représentation (troisième rang) d'un objet (deuxième rang), qui lui-même est seulement l'ombre de la chose en soi, ou Idée (premier rang). Dans *la République*, et en raison de cette théorie de l'imitation, l'artiste se voit seulement attribuer une place de troisième rang. (*Ibid*, p. 306)

¹⁷ La reproduction ou mimesis qui a remplacé la notion d'expression dans l'antiquité a mis l'accent sur la relation entre l'œuvre d'art (objet reproduit) et l'objet original tandis que l'expression dans l'art moderne met au point la relation entre l'œuvre d'Art (expression) et l'artiste (celui qui a exprimé)

¹⁸ Eugène VERON, *L'Esthétique*, Vrin (Ré), 2007, p. 110-114

celle de combinaisons de formes qui sont constituées soit par les éléments matériels ou abstraits, soit par le corps lui-même, variant en fonction du domaine artistique : la danse par les mouvements et les gestes, la musique par les notes et les rythmes, la peinture par les couleurs et les lignes, la poésie par la parole. Ce besoin ou l'envie de se libérer des sentiments ou des émotions comme dans le théâtre grec est accompagné nécessairement de réflexions, d'un processus intellectuel pour réaliser une mise en forme adéquate. Une composition d'une musique demande de mesurer et de calculer les notes et les rythmes pour que la production puisse transmettre au mieux ce que le compositeur veut exprimer. Il en est de même pour le dessin et la danse. C'est une activité réfléchie passant obligatoirement par l'unité sensorimotrice du corps. Ceci nécessite un mécanisme complexe qui transcende le domaine de l'affectivité par une sublimation relevant du domaine de l'intellect. On arrive à dégager une spécificité de l'Art qui se caractérise par l'expression volontaire d'une mise en forme vivante qui s'incarne grâce à plusieurs objets et techniques. L'écriture en est une en tant que mode d'expression par le système de représentation graphique d'une langue dans lesquels un signe graphique est lié à une unité signifiante orale, c'est-à-dire un mot. En fait l'écriture recouvre plusieurs choses : systèmes graphiques, manière personnelle de tracer les caractères, action d'écrire, action de composer un ouvrage littéraire et production littéraire. En représentant un dynamisme entre les formes et le sens, elle peut devenir à la fois manière de communiquer et activité expressive humaine.

b) Il y a une recherche de l'esthétique dans l'activité d'écriture

Depuis que l'homme s'est affirmé en tant qu'homme, l'Art a été son signe distinctif. L'histoire de l'Art montre bien la volonté et la participation active de l'homme à l'activité artistique. Cependant, si l'Art qui ne semble pas avoir d'utilité matérielle vitale d'un point de vue pratique, pourquoi l'homme s'attache autant à l'activité artistique ? C'est parce que le but de l'Art vise à satisfaire des besoins de l'expression. C'est la recherche du mieux. C'est-à-dire la satisfaction de plus en plus complète de ses besoins physiques et mentaux. D'ailleurs le mot grec « *kalon* » qui veut dire le « beau » désignait à l'origine le plaisir procuré par l'ouïe et la vue. Le souci de trouver la meilleure forme dans l'activité artistique est empreint d'une réflexion sur la recherche de l'idéal. Cet idéal dépend d'un sentiment et d'un jugement personnel surgit de l'appréciation d'un objet qu'on considère comme beau. La forme de l'expression artistique permet donc à chaque être humain de prendre connaissance de sa particularité esthétique.¹⁹ L'écriture désigne aussi une manière personnelle de former les lettres par laquelle on recherche cet idéal esthétique. Soumise à la forme des mains et à la personnalité de chacun, chaque écriture est unique. La recherche du beau dans la forme de l'écriture fait naître la calligraphie, appelée aussi la belle écriture. Dans l'écriture comme l'œuvre littéraire, le sens du beau a à voir avec la fonction symbolique des mots et du langage. L'écriture représente à la fois le fond (l'idée exprimée) et la forme (la concrétisation de cette idée sur le papier et dans le choix des mots employés). Elle est la synthèse entre ce que

¹⁹ Le mot « esthétique » est venu du mot grec « *aisthetikos* » qui veut dire « qui a la faculté de sentir ». Dans son acceptation étymologique, cela désigne la science des perceptions sensibles et des sentiments. Hendrik VAN GORP (sous la direction de), *Dictionnaire des termes littéraires*, Honoré champion, Paris, 2001. p .184

l'auteur a choisi de dire et la manière de l'exprimer dans un souci esthétique pour chercher à se plaire et pour susciter un plaisir de lire chez lecteur.

c) L'origine du mot « écrire » a un double sens

Dans la langue grecque, le mot « *graphein* » désigne à l'origine les deux activités étroitement liées: écrire et dessiner. Avant de devenir les signes symboliques, un tracé matériel était perçu comme une image constituant les éléments décoratifs. L'écriture possède une fonction ornementale et décorative qui doit avoir avec le sens de la beauté. Cette double dimension visuelle et graphique se relèvent bien dans la calligraphie qui signifie étymologiquement l'art de bien former les caractères d'écriture. Comme le mot provient des radicaux « *kallos* » la beauté et « *graphein* » écrire, l'écriture devient à la fois une manifestation d'un sens et l'objet esthétique au même titre que l'image. Entre écriture et dessin, la pratique de calligraphie s'exerce dans la recherche de la belle forme dans laquelle la personnalité et la subjectivité se sont imprégnées. En tant qu'activité artistique et corporelle qui associe le plaisir de la trace du signe et de l'écriture, elle est un moyen d'expression relié à la mémoire qui implique l'intelligence, et au geste qui implique un corps moteur.

2. L'écriture implique le corps dans son ensemble

a) L'écriture est une activité de motricité fine

Le corps en étant un espace intermédiaire entre l'impression et l'expression, devient un espace éminemment expressif à partir duquel naissent toutes les formes d'expression. Le corps y joue un rôle principal en mobilisant toutes ses fonctions. De la même manière il y a l'acte d'écrire dans l'écriture. L'étymologie du mot « *graphein* » qui veut dire plus précisément écorcher, égratigner, tracer des signes, graver, fait penser à un geste précis physique et corporel qui produit un tracé ; la main qui prend un outil et qui appuie sur une surface d'un support, l'agilité de la main qui trace des formes régulières récurrentes, rythmées, la centration du regard suivant ce mouvement. Plus particulièrement l'écriture suppose une structuration de performances sur trois plans : plan moteur qui demande une maîtrise neuromusculaire pour le mouvement scripteur, plan perceptif qui consiste à distinguer la forme et les caractéristiques des lettres, plan sémiotique qui concerne la compréhension de contenu. Elle est surtout une activité qui demande une manipulation de la motricité fine des petits muscles de la main ainsi que la coordination visuo-manuelle. La maîtrise psychomotrice pour parvenir à faire la gestuelle d'écrire nécessite le contrôle et la précision de mouvement dans l'exécution. Les possibilités psychomotrices de l'être humain appliquées aux membres supérieurs et à la main, commençant depuis le plus jeune âge, conduisent les enfants vers la maîtrise d'un répertoire de gestes dont certains laissent des traces avant que cela soit une écriture correcte et lisible. La tache et le trait maîtrisés progressivement deviennent des activités socialisées telle que la peinture, le dessin et l'écriture. Plus la motricité se développe, plus l'écriture se stabilise et devient adroite. Il y a le variable cinétique dont la force peut régler la vitesse, l'amplitude et la direction. Les écritures individuelles se libèrent plus ou moins, s'affinent ou se dégradent et se différencient selon des indices de personnalité.

b) L'écriture stimule la mémoire

Un code graphique dans l'écriture correspondant à une langue, écrire est un acte de noter la parole ou la restituer à partir de ce code à travers l'ensemble de gestes complexes et coordonnés. Pour ce faire il faut une maîtrise cognitive dont l'objet est un code qu'il faut apprendre, mémoriser et appliquer. L'activité d'écriture stimule ainsi la faculté de la mémoire dans laquelle les souvenirs, proches ou lointains, sont enregistrés, conservés et restitués. Dans *Phèdre* de Platon, Socrate raconte que l'écriture est inventée pour remédier à l'ignorance par le dieu Theus, créateur des arts. Le rôle de l'écriture dans la connaissance serait de se rappeler du savoir. C'est-à-dire la remémorisation.²⁰ Non seulement l'écriture peut être une aide contre les défaillances de la mémoire qui permet de se souvenir des choses déjà connues mais aussi l'écriture peut mettre en valeur ce qui en est en mémoire : mémoire du corps et des sens, auditive, gustative, sensitive, sensorielle, visuelle, en somme tout ce qui est vécu et connu au niveau perceptif, affectif et intellectuel. Ecrire, c'est donc extérioriser de ces vécus au moyen des mots et des signes. Avec l'écriture, les hommes transmettent des informations mais surtout conservent ces mêmes informations.

c) L'écriture engage le corps de l'autre, celui qui lit

En effet l'écriture permet de conserver la trace de ce qui a pu être dit ou pensé. Toutefois Platon souligne l'inconvénient de l'écriture. Dans *Phèdre* de Platon, Socrate dit que la vraie connaissance se construit sur un échange d'idées et que l'écriture serait donc une langue morte qui ne se parle pas puisque les mots écrits restent ce qu'ils sont de sorte que le texte dit toujours la même chose sans pouvoir « se défendre ».²¹ Ce discours fixé échappant à son auteur risque de déformation des propos de l'auteur, celui n'étant pas présent pour expliquer. Ce point faible qui devient ici l'objet de critique montre un autre aspect de l'écriture. C'est-à-dire que la trace écrite invente en quelque sorte une autre mémoire, une mémoire externe au sujet. L'écriture dont la mémoire est conservée peut circuler librement. Elle permet ainsi de communiquer avec les autres à travers le temps et l'espace. L'écriture qui se situe hors du contexte immédiat en établissant une distance, implique nécessairement une lecture. La rencontre de l'écriture avec d'autres engage un corps de lecteur, une fois passée aux mains des autres : le corps physique qui se positionne pour lire et aussi le corps mental qui interprète les mots écrits.

3. L'activité d'écriture nécessite une certaine connaissance de base

a) L'écriture demande des pré-requis, des techniques pour la mise en forme d'un contenu

²⁰ PLATON(traduit par Emile CHAMBRY), *Phèdre*, GF-Flammarion, 1964, p.192-193

²¹ [...] Socrate- C'est que l'écriture, *Phèdre*, a un grave inconvénient, tout comme la peinture, les produits de la peinture sont comme s'ils étaient vivants ; mais pose-leur une question, ils gardent gravement le silence. Il en est de même des discours écrits. On pourrait croire qu'ils parlent en personnes intelligentes, mais demande-leur de t'expliquer ce qu'ils disent, ils ne répondront qu'une chose, toujours la même. Une fois écrit, le discours roule partout et passe indifféremment dans les mains des connaisseurs et dans celles des profanes, et qu'il ne sais pas distinguer à qui il faut, à qui il ne faut pas parler. S'il se voit méprisé ou injurié injustement, il a toujours besoin du secours de son père ; car il n'est pas capable de repousser une attaque et de se défendre lui-même [...] (*Ibid*)

A l'origine le mot latin « *ars* » désigne le savoir-faire matériel. Il correspondait au mot actuel « technique ». En tant que manifestation d'une habileté et d'un talent, l'Art est l'application d'un certain savoir-faire, d'une technique et de règles définies. Il est donc le résultat à la fois d'un savoir théorique d'une connaissance acquise et d'une mise en pratique. Pour l'écriture il faut respecter les normes de l'orthographe et de la grammaire. L'écrivain utilise des techniques d'écriture qui sont acquises par l'apprentissage. On commence par apprendre des mots, l'utilisation de registres lexicaux cohérents, variés, contrastés qu'on organise en séquences, en phrases de discours. Pour cela il faut connaître l'ensemble de règles conventionnelles qui déterminent un emploi correct ou d'un bon usage de la langue : la grammaire. L'apprentissage de la technique peut aller jusqu'à un niveau plus haut, comme la rhétorique, technique du discours ; ensemble de règles, de procédés constituant l'art de bien parler, celui de l'éloquence. A partir de cette technique de base naissent divers genres d'écritures, tels que comiques, autobiographiques, didactiques, dramatiques, épiques, etc. Ainsi ce qu'on appelle « le genre d'écriture » varie en fonction de l'intention et de l'organisation du thème et du style. Il est défini par les caractéristiques identifiables dans la forme d'écriture. Par exemple l'écriture autobiographique prend un ton narratif et descriptif avec la fonction expressive restant dominée par « je », « moi » et se concentre en grande partie sur la réflexion et les sentiments relatifs à l'expérience personnelle. Pour sa mise en forme, écrire demande un travail dynamique de la faculté intellectuelle en mobilisant tout un calcul de stratégie pour construire le texte avec une réflexion sur la structure, le style, l'aspect esthétique et l'enjeu.

b) L'écriture utilise des signes conventionnels

L'écriture a besoin de signes graphiques conventionnels pour devenir une marque visible. Au sens où l'écriture est l'organisation de signes et de symboles, qui servent à matérialiser et fixer tout ce qu'on veut exprimer. L'écriture constitue un moyen, en tant que règle convenue par des membres de la société qui partagent une culture et une histoire identiques. Ce moyen est destiné à la circulation d'informations, d'ordre et d'affects. Ainsi par des signes visuels, le système d'écriture a contribué à l'évolution des civilisations par sa capacité de conserver, de mémoriser du sens et de le transmettre. Pour la Corée, il y a l'alphabet coréen qui est inventé au XV^{ème} siècle par le roi Séjon dans un but de favoriser l'alphabétisation du peuple. Jusque-là, la Corée utilisait les caractères chinois pour le système d'écriture. Ce système était réservé aux lettrés d'un haut niveau ou à l'administration royale. Ces caractères chinois ont été introduits en Corée, à l'époque de l'expédition militaire de la dynastie Han en Mandchourie au II^{ème} siècle av. J.C comme un système de transcription du coréen en caractères chinois alors que la langue coréenne n'a aucun rapport avec la langue chinoise. Cette écriture en caractères chinois est en outre employée dans les pays de l'Asie comme le Vietnam et le Japon où la civilisation chinoise était très influente sur une grande partie du lexique. A partir de la promulgation du système d'alphabet coréen en 1446 qu'on appelle hangeul, le système d'écriture en caractère chinois a été remplacé par celui-ci. L'alphabet coréen est composé, comme l'alphabet latin, de consonnes et de voyelles qui comprennent 24 lettres dont 14 consonnes et 10 voyelles. C'est un alphabet phonémique à démarcation syllabique.

c) Les mots sont de principaux composants de l'écriture

Le mot est une unité de signification à laquelle est liée une représentation d'un être, d'un objet, d'un concept. Les mots constituent les éléments majeurs pour construire un texte. Chaque personne possède ses propres répertoires de mots qui doivent révéler des pensées et des sentiments personnels. En effet ces répertoires des mots se constituent à partir des vécus par lesquels l'individu développe ses connaissances, acquises soit par les sens, soit par l'intellect. Ils peuvent varier en fonction de sa vision du monde, de sa personnalité, du métier exercé, du niveau de culture, du milieu auquel il appartient, etc. L'utilisation des mots peut également différer selon la nature de l'écriture. Dans l'écriture à but informatif, l'utilisation des mots est liée à la précision et la clarté. En revanche, dans l'écriture littéraire en tant que moyen de création, un mot est susceptible d'inclure un second sens qu'on appelle la connotation, voire plusieurs sens, la polysémie du mot. Les mots ont en effet un pouvoir d'évocation que leur donnent les référents culturels auxquels ils peuvent être associés. Le placement, la combinaison et l'abstraction des mots dévoilent ou laissent supposer l'intention de l'auteur en faisant de l'écriture un acte singulier et unique correspondant au style propre de l'auteur.

4. La pratique littéraire est une activité privilégiée de l'écriture

a) L'activité d'écriture fait appel à l'imagination

L'imagination vient du mot latin « *imaginatio* ». Comme le terme est relié au mot « image », elle désigne la faculté que possède l'esprit de se représenter des images, connaissances, expériences sensibles. En fait l'imagination peut aussi concerner la faculté de raisonner, de spéculer, d'inventer, d'élaborer de nouveaux concepts, de nouvelles théories, de trouver des expédients. Mais lorsque l'écrivain se met à écrire un récit, il essaie sans doute de rendre le réel plus beau et plus vrai en vue d'une fin esthétique. Pour ce faire il fait appel plus particulièrement à la faculté d'évoquer une image ou de faire une combinaison de nouvelles images. Il s'agit de la capacité de créer, d'inventer des images grâce à laquelle la volonté invisible est projetée et rendue visible par une mise en mots. On a recours à cette capacité pour évoquer les images déjà perçues et de se représenter le passé sous une forme analogue à la sensation. C'est à travers les mots que l'idée abstraite dans l'esprit prend la forme. L'imagination permet également de revivre les sensations du moment où elles ont été produites. Sans elle, ce moment vif et intense se serait effacé avec le temps. Elle redonne ainsi une sensibilité à ce qui demeure encore dans la sphère intellectuelle. Grâce à l'imagination, l'auteur peut créer son propre univers désormais visible pour lui-même et aussi pour ceux qui lisent. C'est un espace qui lui est personnel qu'il peut ouvrir et fermer ou couper et coller par des successions de phrases, événement après événement. Ce monde fictionnel n'appartenant qu'à lui comme création subjective, n'a pas à justifier sa valeur aux yeux d'autrui ni son originalité. L'auteur peut y trouver son statut d'individu non pas comme objet mais comme sujet. Et il peut partager le sien avec les autres par la lecture. Celle-ci transporte le lecteur dans un autre univers en lui permettant d'ouvrir les yeux sur le propre univers de l'auteur.

b) L'écriture peut être une expression des pensées, des ressentis et des émotions

L'Art crée par les hommes reflète inévitablement une réalité psychique de l'homme. De ce fait, l'écriture peut être l'expression de ce que l'on pense sur les événements, les impressions, et les sentiments significatifs. Ceux-ci sont souvent les produits de la mémoire. Quand on écrit quelque chose, c'est dans la mémoire qu'on peut aller puiser, la mémoire du vécu personnel dans lequel les événements, les émotions les plus marquants sont inscrits. Ceux-ci sont formés par les expériences que l'individu a faites au cours du temps. C'est avec les résultats d'un processus d'échanges permanents entre l'individu et son environnement que la mémoire est construite. Évoquer les souvenirs, c'est raviver les pensées, les sentiments, les émotions qui restent dans la mémoire de l'individu. Plus particulièrement, il y a l'autobiographie qui narre sa vie, le roman autobiographique qui relate la vie d'un auteur en transformant le passé, mêlant réalité et fiction, et le journal intime destiné à soi-même pour fixer un souvenir, ces genres peuvent se regrouper sous le nom de « l'écriture de soi ». Appartient à ce registre l'écriture d'impressions relatives à ce qui a affecté les pensées, l'expérience ou un événement mental de l'auteur. Il s'agit de dire tout ce qui habite l'auteur. Se révèle chez l'auteur une volonté de laisser une trace de son existence dans le temps.

c) Il peut y avoir un aspect kinésique dans l'écriture

Quand on écrit un récit, on invente des personnages et des événements : un personnage saute d'un mur, l'autre se coupe le doigt, un couple marche sur la plage : ce n'est pas simplement qu'on les voit, mais on peut en écrivant, faire l'expérience en pensée de faits physiques. L'écriture produit des mouvements du corps et de gestes de celui qui écrit, avec l'idée de comment il se laisse habiter, parcourir dans quel temps et dans quel espace. On est bien autrement concerné par la hauteur du mur de pierres, par la douleur de la peau, par la sensation douce au pied, la sonorité des vagues. C'est à l'intérieur de la personne qu'elle peut vivre l'espace, les distances, les volumes, la vitesse, les intensités, la pression, le tempérament des choses, en les imaginant pour les déployer ensuite dans le texte. Bien que ces mouvements et ces sensations suivies viennent du mental, on peut dire que le corps y'est engagé, à travers son implication dans des dispositifs visuels, tactiles, acoustiques, olfactifs. La lecture d'un texte peut produire le même effet. Lorsqu'on lit des textes, les yeux suivent les mouvements des personnages qui défilent aux pages. On peut ainsi percevoir, imaginer et penser un état de fait, d'événements, d'actions, de paroles, de sensations. On est réceptif à davantage de signes et de choses. L'écriture et la lecture nous exposent ainsi régulièrement à ce type d'expériences qui signent la performance et rend intense la réalité physique de la fiction. C'est l'aperçu kinésique qui est demandé pour la compréhension des mondes fictifs et des histoires puisqu'il n'est pas séparable de l'effort que l'on fait pour saisir et pour construire du sens. Si l'on ne fait pas preuve d'imagination ou d'effort intellectuel, cela peut inhiber certaines capacités à faire cette expérience. Dans un récit dont tous les signes émis par le corps sont déployés dans le temps et l'espace que l'auteur définit, il existe bien son aspect kinésique du corps, celui en mouvement, agissant dans son environnement. L'aspect kinésique de l'écriture permet à produire des simulations perceptives, des simulations d'actions et de mouvements qui sont autant des éléments nécessaires dans la vie réelle.

C. L'atelier à dominante écriture peut être bénéfique pour les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle

1. L'Art peut se servir de l'écriture à des fins thérapeutiques

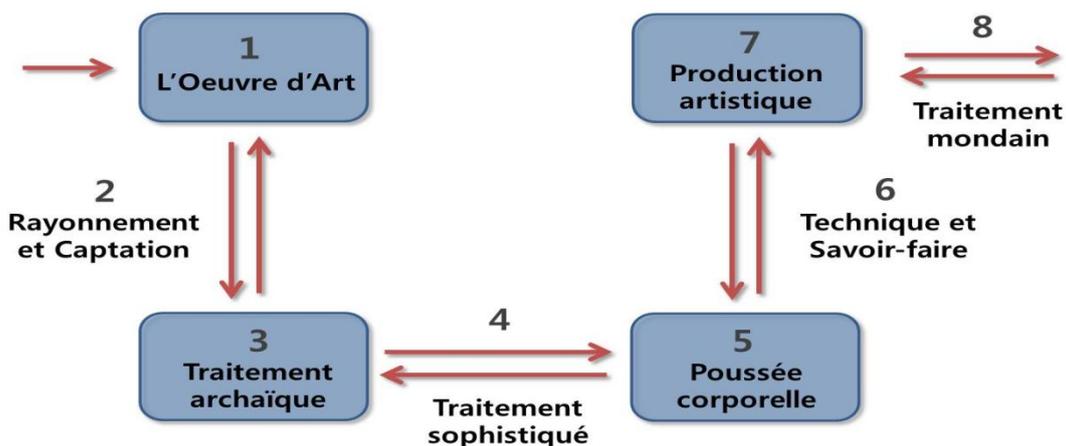
a) Deux caractéristiques de l'Art peuvent être employées comme bienfait de l'Art

L'Art en soi n'a rien de thérapeutique. Pourtant il y a deux grands traits de l'Art qui se distinguent bien des autres activités humaines et qui peuvent être employés pour donner des effets thérapeutiques. L'un est l'orientation vers l'esthétique dans l'expression artistique et l'autre est la sensation du plaisir que l'Art procure. C'est cette intention d'atteindre la beauté idéale qui permet à l'homme de surpasser la lourdeur de l'entraînement et de l'exercice pour arriver à un niveau suffisant dans la réalisation de cet idéal. Autrement il serait difficile de comprendre qu'un pianiste puisse passer deux jours à répéter la même mesure de notes en staccato, ce qui peut paraître comme une corvée inutile pour ceux qui n'arrivent pas à discerner la différence subtile de la touche. Quand cela est bien réalisé, cet effort pour arriver à l'idéal donne en retour une satisfaction, un plaisir sensoriel et mental qui se manifeste à travers tout le corps de l'artiste. La notion de bonne santé peut être appréhendée en y substituant ces deux traits de l'activité artistique. L'intention du beau dans l'activité artistique peut correspondre à la capacité de se projeter dans l'avenir, c'est-à-dire comme une envie de réaliser des projets situés dans le futur, une volonté animant la vie. Cette intention serait à la fois un moteur et un fil conducteur dans la construction de la vie de chaque être humain. De la même manière, le plaisir procuré par l'Art suppose que l'homme est capable d'éprouver des sensations du plaisir dans la vie. L'intention et le plaisir dans la vie ont chez l'homme un lien étroit avec la qualité existentielle. Une bonne qualité existentielle de vie est une condition dans laquelle l'être humain puisse affirmer son existence et éprouver le goût de la vie. C'est lorsque l'homme est dépossédé de ces deux éléments essentiels dans la vie que la souffrance est née. L'Art peut agir sur ce point auprès des personnes en souffrance, employant ses bienfaits pour que l'homme puisse retrouver une bonne qualité existentielle de vie. Pour ce faire, il faut savoir comment se structure l'activité artistique pour être exploitée à des fins thérapeutiques.

b) L'opération artistique²² est une théorie de fondement en l'Art-thérapie

L'opération artistique, en tant qu'idée de fondement, est une théorie sur laquelle la pratique de l'Art-thérapie se base. Il s'agit d'un modèle d'analyse de l'activité artistique en rapport avec le mécanisme humain d'impression et d'expression. Selon l'opération artistique, le processus d'une activité artistique peut se subdiviser en 8 phases depuis l'œuvre d'Art jusqu'à la production. La figure 1 montre le schéma de l'opération artistique.

²² Richard FORESTIER, *Tout savoir sur l'Art-thérapie* (6^{ème} Ed), Favre, Lausanne(Suisse), 2009, p.172-187



« figure 1 : le schéma de l'opération artistique »

Il y a tout d'abord l'œuvre d'Art qui existe en tant que telle. Celle-ci renvoie le rayonnement que l'homme va capter par ses organes des sens. La perception d'une œuvre d'Art peut se différer en fonction de la particularité et de la sensibilité de chacun. Cette première étape de captation s'appelle le traitement archaïque. Il s'agit de la perception par l'organe sensoriel. Ensuite intervient la faculté mentale notamment, l'intelligence, l'imagination et le jugement etc. C'est le traitement sophistiqué d'informations captées. Ces informations traitées portant ainsi l'intention de l'artiste se transforment en stimulation qui va agir sur le corps, comme l'élan qui pousse le corps à l'action. Cette phase s'appelle la poussée corporelle et devient la première étape de l'action artistique. L'action nécessite un savoir faire, une technique pour réaliser une production artistique. Le corps mis en action à l'aide de la technique parvient à son tour à produire une œuvre d'Art. C'est la phase de production. Ensuite cette production est exposée au regard des autres. Elle va suivre le traitement mondain. Chaque phase de l'opération artistique peut être exploitée pour produire l'effet thérapeutique. C'est le rôle de l'art-thérapeute d'organiser l'activité artistique en fonction du type de pathologie et de souffrance.

c) Le champ d'action de l'Art-thérapie est l'expression, la communication et la relation

L'expression est un acte privilégié de l'Art. L'homme reçoit une impression qu'il va ensuite traiter en fonction de sa personnalité. L'expression artistique est une extériorisation de l'impression dont l'intention est orientée vers l'esthétique. Le processus de l'activité artistique peut stimuler ce mécanisme humain d'expression. Il y a l'expression dans l'acte de produire de l'artiste, mais aussi l'expression comme une production achevée, distincte de l'artiste. Ces expressions supposent un interlocuteur potentiel. L'expression dirigée vers quelqu'un, engage naturellement l'homme dans la communauté humaine à laquelle il appartient. C'est le début de la communication. Lorsque l'expression reçue par les autres a une réaction en retour, la relation peut s'établir, celle entre l'artiste et les autres, celle entre l'artiste et son œuvre. La mise en relation peut être renforcée par l'activité artistique. L'activité artistique peut ainsi intervenir dans le champ d'expression, de communication et de relation. En particulier, en travaillant sur l'engagement à l'activité artistique, par la technique et l'aspect esthétiques qui

conduisent chacun à l'estime des personnes et à la confiance dans les personnes et à l'affirmation des personnes, l'activité artistique peut viser l'amélioration dans ces trois domaines.

2. L'expression écrite peut favoriser l'affirmation des personnes

a) L'implication somatique de l'écriture peut faire revivre des sensations

Les sensations sont des perceptions reçues par les organes face à une stimulation. Elles ont un caractère plutôt affectif qu'intellectuel dans le sens où c'est une réaction organique consciente. Il y a l'immédiateté dans les sensations. Aussitôt que le corps perçoit l'impression par les sens, elle disparaît. Ce qui reste, c'est le souvenir de cette sensation. Une stimulation vive du moment s'affaiblit avec le temps, voire s'efface progressivement. Les traces en deviennent peu reconnaissables. Plus le temps passe, plus cela devient difficile de se souvenir des sensations ressenties. Pourtant les sensations constituent les éléments essentiels qui font sentir qu'on est vivant et qu'on existe, en rendant unique le moment qu'on est en train de vivre. A chaque moment, on éprouve des sensations agréables ou désagréables, douloureuses, pénibles, fortes, subtiles, vives, etc. A travers l'écriture, on peut évoquer celles qui sont restées dans la mémoire comme un souvenir du passé. Il s'agit de redonner du sens à un événement du passé et le redécorer avec des sensations, mais cette fois-ci reproduites à l'aide de l'imagination. Ainsi on peut retranscrire ce qu'on a ressenti sous la contrainte d'un thème. Par exemple écrire sur le parfum préféré, l'événement le plus heureux de la vie, une rencontre inattendue, un souvenir d'enfance, peut aider à évoquer les sensations agréables. De la même manière, imaginer le futur est possible ; Comment on se sentira lorsque telle chose arrive? C'est de se souvenir de notre existence, de se retourner vers ce qu'on est, et de montrer ce qu'on sera. Ce n'est pas seulement qu'au niveau mental qu'on peut faire revenir les sensations. Il y a également la sensation réelle transmise au corps physique lorsqu'on écrit. Dans l'acte d'écrire, les doigts touchent le stylo et le prennent avec certaine force. Le glissement de la pointe du stylo sur le papier, on peut le sentir rapide ou lent. La pression de la main sur le support varie selon les matériaux. Éprouver les sentiments, sentir les sensations venues du corps permet de percevoir mieux le rapport entre ces sensations et le corps. Cela peut aider à développer la sensibilité chez les personnes.

b) L'écriture peut aider à s'exprimer de façon plus concrète

Chaque mot par son adéquation à une chose porte un sens précis. L'assemblage des mots dont le sens se définit par rapport aux autres mots forme une unité sémantique minimale qui a un sens complet. Ainsi l'écriture en tant que structure des unités des sens construite sur des règles grammaticales, passe du système des signes à l'instrument de communication. Elle est l'ensemble des unités de communication dont l'expression est précise et concrète. Pour raconter un récit, les mots permettent de rapporter d'une manière précise et détaillée des événements et des faits. L'écriture peut être une expression plus explicite. Quant aux sentiments éprouvés, la limpidité des mots peut éclairer la nuance d'un simple sourire. Pour une humeur triste, il y a plusieurs manières d'exprimer les sortes de tristesse et leurs degrés.

Les mots ont une capacité à dénommer chaque subtilité de l'état de l'individu, en permettant d'extérioriser la diversité et la complexité de la pensée humaine ainsi que son état d'âme. L'écriture peut être également une expression plus descriptive. Par exemple, La Mer de Debussy, le compositeur s'inspirait des mouvements de la mer qu'il a observée. En écoutant la musique, c'est seulement la tonalité de la musique qui laisse supposer vaguement à l'auditeur l'agitation et le changement de la mer. Il est difficile de lier chaque mesure à l'image de mouvement de la mer. En revanche, les mots peuvent décrire de la façon la plus visible le fracas des vagues, le balancement des vagues et les changements de courants. La description par l'écriture peut être plus minutieuse et explicite, ce qui peut être plus proche de notre imaginaire. L'écriture est une expression d'élucidation et de signification à travers laquelle il est possible de distinguer chaque mot, chaque image, et chaque pensée.

c) Le choix des mots et la composition des phrases peuvent révéler le goût

Pour écrire, l'auteur doit réfléchir non seulement sur les choix des formes, des dispositions pour le plan, ou de la structure du texte, mais aussi sur l'élocution appropriée pour les mots et les phrases. Des choix qui opèrent sur les formes et des relations entre celles-ci, et les contenus sont propres à l'auteur. La possibilité de pouvoir représenter par des mots reste personnelle à celui qui l'écrit. C'est le moyen de créer son propre langage, sa manière de construire les phrases, d'utiliser les mots, et de construire l'histoire. Chacun utilise ses techniques d'écriture et des diverses combinaisons des mots. C'est ce qui définit son style par lequel un ensemble de moyens traduit de façon originale, les pensées, les sentiments, et toute la personnalité d'un auteur. Le goût personnel ne concerne pas seulement le style d'écriture, mais il peut se manifester à travers l'ensemble de dispositifs d'expression, d'action, et d'appréciation d'un individu. C'est une manière dont il s'affirme sous la forme la plus complète, en prenant position par rapport à un ensemble d'habitude de consommation, de choix de modes, ou de préférences esthétiques. Le pouvoir de donner son avis permet de s'affirmer. Il s'agit de mettre l'accent sur son existence par l'affirmation de ses besoins et de ses opinions. Ces choix ont une portée significative dans la mesure où ils sont autant d'occasions d'éprouver ou d'affirmer la position occupée dans l'espace social. En choisissant et en agissant librement, s'affirmer veut dire également participer activement à la définition de sa propre place au sein de la société.

3. La progression dans le temps de la qualité de l'écriture amène plus de confiance dans les personnes

a) Il est facile de se servir d'outils pour pratiquer l'écriture

L'écriture comme l'un des apprentissages importants à l'école est une activité familière. En effet, on apprend à écrire depuis l'enfance et on l'approfondit pendant toutes les années scolaires. C'est un geste quotidien ayant un rôle contre la défaillance de la mémoire. On écrit pour prendre des notes des faits ou d'événements et même pour faire la liste des courses. L'écriture est également une pratique habituelle comme un journal intime adressé à soi-même dans lequel on peut relater des réflexions, des sentiments, sans se soucier de la conformité aux règles ou de la logique du texte. Il y a une certaine liberté dans l'acte d'écrire. L'écrire ne

nécessite pas des matériaux particuliers et quelques simples matériaux pour écrire suffisent : crayon, plume, stylo, pour ceux qui préfèrent l'écriture manuelle ; ou des appareils comme l'ordinateur, tablette que l'on tape simplement sur le clavier. D'ailleurs ce sont des objets qui sont disposés toujours à portée de main, sur le bureau, dans le sac, ou au chevet du lit. Il n'y a pas de besoin de se préoccuper du lieu et du temps. Avec un carnet dans la poche, on peut écrire n'importe quand, n'importe où, pendant le voyage ou la pause au travail. L'écriture ne demande pas non plus une maîtrise d'une haute technique, ni d'un savoir-faire approfondi. L'apprentissage à l'école est largement suffisant pour rédiger un petit texte. Il y a également une certaine facilité motrice dans l'exécution ; fermer la main pour tenir le stylo en se servant les doigts, le dos bien droit pour tenir une bonne position et une bonne vue. Ce sont des capacités motrices relativement facile à gérer pour ceux qui ont une capacité physique normale. En étant une pratique quotidienne, l'écriture est une activité ordinaire et accessible avec de simples outils. Cela peut inciter à passer à l'action plus rapidement.

b) La réalisation d'une production dans un court temps permet de se sentir avec des capacités

Toute appropriation d'un savoir-faire passe par un acte de production. Elle se réalise sur une construction de certaines compétences et de certains savoirs. C'est durant les processus de production qu'on se rend compte de ses propres capacités. La réalisation, le résultat de nos actions permet de prouver nos capacités aux autres. L'écriture comme une production littéraire peut être utilisée à cette fin, c'est-à-dire pour valoriser les capacités des patients. Dans l'écriture qui couvre de vastes genres littéraires, en allant du poème jusqu'au roman en plusieurs volumes, il existe des genres d'écritures qui sont réalisables dans un temps bref tel un fragment, une prose, un calligramme, un récit autobiographique. Ces genres d'écritures permettent de poser des objectifs à court terme, du point de vue de la réalisation. Le travail sur une courte rédaction d'un sujet ou de quelques phrases d'impression sur un thème, ou même des réponses à un questionnaire peuvent être considérés comme une production littéraire achevée. L'enjeu n'est pas de raccourcir le temps de production, mais d'avoir une réalisation complète dans un temps défini, pour une expérience de réussite à travers un exercice d'écriture. Lorsque les accomplissements des tâches successives s'accumulent, cela peut apporter plus de confiance dans les capacités des patients. En plus l'écriture facilite le passage d'un genre à un autre, une fois l'écrit terminé. L'initiation aux divers genres qui permet d'acquérir une nouvelle expérience, peut contribuer à découvrir les capacités dans un domaine inconnu. De ce fait, chaque étape franchie peut amener à se sentir mieux et à découvrir ses propres capacités.

c) L'écriture demande l'implication de la structure corporelle

L'écriture implique pleinement la participation du corps physique de celui qui écrit ; les postures prises pour écrire (debout, couché, marchant) ainsi que le geste de la main et des yeux qui suivent la pointe de stylo. Le corps physique est dans l'action pour écrire. Outre ce corps physique, il y a celui qui est dans la fiction de l'écriture. L'auteur crée son propre espace dans lequel il peut fixer son désir et aménager ses imaginaires à son gré. Les émotions et les mouvements sont mis en mots par une médiation de l'imagination. Ecrire, c'est replacer le

corps dans l'ordre des mots. Cela lui ouvre un autre champ d'action qui est particulier au mental. Les mots émanent bien du corps mais ces mots évoquent ce qui est moteur et sensoriel au niveau du mental de l'auteur. L'écriture suppose une expérience virtuelle des émotions ou des mouvements qui se déroulent dans le récit. Par exemple, pour écrire sur un personnage qui parvient à transformer ses épreuves et ses échecs en réussite, notre corps mental se projette dans l'écriture par des mouvements et des sentiments que le personnage aurait vécu et éprouvé en se décontextualisant momentanément de sa situation réelle. Il y a un processus de perception à l'aide de l'imagination qui s'opère dans la phrase écrite et transforme les mots en gestes mentaux. L'écriture implique la participation active de la structure corporelle dans l'action d'une autre dimension. Le corps est ainsi dans le mouvement perceptuel. Il y a non seulement la mise en mouvement du corps physique dans l'acte d'écrire, mais aussi sa mise en mouvement mental dans l'écriture même. Le patient peut élargir sa capacité d'action à la fois du corps physique et du corps mental afin de manifester son existence, soit dans l'espace réel, soit dans l'espace imaginé. Cela peut provoquer des effets qui contribuent à redynamiser la structure corporelle pour ceux qui sont en retrait par rapport à la société et qui sont en inhibition à cause des doutes sur leurs propres capacités. La confiance dans les personnes est une qualité qu'on peut obtenir par acquisition des compétences, accomplissement d'une tâche. Et elle peut être stimulée par l'agir. Favoriser l'action sera un des moyens qui permettent d'améliorer la confiance dans les personnes.

4. La revalorisation des capacités par l'écriture renforce l'estime des personnes

a) L'exercice d'écriture utilise des facultés intellectuelles existantes

Contrairement aux peintures et aux musiques qui touchent directement l'organisme sensoriel, l'expérience esthétique de l'écriture passe d'abord par la compréhension qui implique des facultés intellectuelles relatives à l'activité mentale telle que la faculté d'attention, de jugement, de raisonnement ou d'imagination. Quant à l'utilisation des facultés intellectuelles pour écrire, il n'est pas demandé d'avoir un haut niveau de capacité intellectuelle. On peut s'initier à l'écriture avec ce qu'on a déjà acquis pendant l'apprentissage à l'école comme des mots ordinaires, les quelques règles grammaticales de base. De plus, les facultés de jugement, de raisonnement, et d'imagination sur lesquelles la pratique d'écriture s'appuie, ne se rapportent pas directement à la technique, ni au savoir-faire qu'on doit obtenir par certains efforts. Mais c'est plutôt un ensemble de perspectives sur la vie qui se développent en lien avec des expériences personnelles vécues. Les efforts pour réaliser une production d'écriture peuvent donc valoriser les capacités intellectuelles que la personne possède déjà, ce qui peut amener une meilleure perception sur ses capacités.

b) S'engager dans l'écriture peut donner l'élan corporel dans l'action

L'écriture est un engagement. Écrire un roman, c'est s'engager dans un récit imaginaire, tout en s'inspirant de faits réels, écrire un poème c'est s'inscrire dans l'univers des mots. L'écriture impliquant des dispositifs visuels, auditifs, tactiles, acoustiques du corps ainsi que son mouvement et sa posture, peut encourager l'engagement du corps dans une réelle action.

L'engagement est une attitude fondée sur des convictions comme quoi on est capable d'accomplir quelque chose. Cette attitude se transforme en une sorte d'énergie qui permet de faire bouger le corps : une motivation à inciter le corps à entrer dans l'action. Il s'agit de l'élan corporel, l'énergie nécessaire pour accomplir des tâches. Il permet d'entamer une action précise pour atteindre un objectif.

c) L'écriture peut être un processus de reconnaissance de la valeur des personnes

Dans « l'écriture de soi », l'objet devient le soi-même : mon enfance, ma famille, mon travail. Un simple fait de la narration sur soi distingue le soi qui parle et le soi qui est l'objet de celui qui parle. Cette distinction permet de voir plus clairement ses propres particularités en créant une certaine distance. Et le soi décrit dans l'écriture est celui à qui on porte une certaine attention et qui par la suite est mis en forme par une projection intentionnelle. L'écriture peut ainsi aider à connaître ses propres qualités, ses valeurs, dans le sens où elle est une extériorisation d'une volonté de la personne par les moyens choisis qui le relèvent inévitablement. L'écriture peut aussi aider à reconnaître les autres mis en valeur par le même processus. La perception sur soi et les autres joue un rôle important dans la construction de l'estime des personnes puisque l'écriture est une démarche de mise en valeur des caractéristiques de la personne. S'engager dans l'écriture, c'est s'engager dans cette voie qui réaffirme ses propres styles et les revalorise. Des situations extrêmes comme la privation de travail, l'humiliation sociale peuvent donner à la personne l'impression qu'elle est niée en tant qu'individu. Dans des situations difficiles où cet espace individuel n'est ni possible ni reconnu, la reconnaissance de la valeur personnelle peut agir simultanément dans l'écriture et dans l'espace social par le travail du style.

d) Le travail en groupe joue un rôle pour renforcer de l'estime des personnes

L'estime des personnes dépend aussi du regard des autres, notamment dans les domaines tels que le travail, la relation sociale et le milieu scolaire. Considérant que les jugements sur des capacités sont déterminés davantage par le regard des autres, il est d'autant plus important d'être conscient de la manière dont on se présente et dont on est accepté par la société. Par exemple, l'écriture de soi qui est adressée à soi-même, pourtant dès qu'elle est lue par les autres, elle devient une sorte de chronique où le soi est traité comme un objet de description et de commentaires au même titre qu'autrui. Quant aux autres genres de l'écriture qui ne prennent pas le soi-même comme objet, l'auteur essaie également de provoquer un intérêt ou un plaisir de lire chez les lecteurs afin qu'ils puissent s'embarquer dans son univers. L'importance est que ces écritures tiennent compte du regard des autres. Une fois lancé dans l'espace public, le texte est exposé au regard du lecteur, c'est-à-dire qu'il est accueilli. La réception de l'écriture est une mise en contact avec d'autres personnes. Elle établit une forme de communication et d'interrelation entre l'auteur et les lecteurs. Du point de vue de la production, elle est l'acte de laisser une trace dans laquelle l'auteur existe à travers l'histoire qu'il raconte puis à travers le regard de celui qui la lit. Dans ces deux cas, elle peut contribuer à consolider un sentiment d'existence. L'affirmation d'un rapport respectueux à soi-même qui se construit socialement dans les relations entre les personnes, peut contribuer à renforcer l'estime des personnes.

II. HUMANITIES THERAPY A ETE PROPOSE AUX PERSONNES QUI BENEFICIENT DU PROJET D'AUTONOMIE

A. Le projet d'autonomie est lancé à l'initiative du ministre de la santé et des affaires sociales

1. Le projet a été mis en place dans les contextes social et économique particuliers

a) La population concernée est celle qui vit en dessous du seuil de pauvreté

La Corée qui a connu une forte croissance industrielle depuis les années soixante a affronté une crise économique en 1997 qui a touché la plupart des pays asiatiques. Cette crise provoquant la faillite de grandes entreprises a entraîné un chômage massif dont les conséquences ont été considérables sur les plans sociaux et économiques ; la dépréciation de monnaie, la chute des valeurs boursières, les taux d'intérêts élevés, le niveau des salaires qui a cessé d'augmenter, la réduction du pouvoir d'achat, l'augmentation du taux de séparation des familles en sont quelques exemples. Ainsi la tension sociale s'est accrue avec l'effondrement de classe moyenne et l'augmentation des personnes précaires et sans domicile fixe. Le désespoir pousse alors les victimes de la crise à des comportements extrêmes ; alcoolisme, suicides, divorces, fugues, abandon des parents ou des enfants, apparaissent ou augmentent traduisant ainsi un véritable phénomène d'instabilité sociale. La Corée du Sud connaît une hausse de 50 % du nombre de suicides pendant cette période et il n'était pas rare de voir, à cette époque dans les journaux, qu'une famille entière a choisi le suicide collectif en déplorant son malheur sans issue.²³ La Corée contrainte d'accepter l'aide de FMI,²⁴ a mis en place une politique d'austérité monétaire et de rigueur budgétaire. Malheureusement, la privatisation des entreprises publiques, l'ouverture aux investissements étrangers, la flexibilité du travail, se sont réalisés au détriment de la sécurité de l'emploi et depuis l'inégalité des revenus n'a pas cessé d'augmenter.

b) La loi sur garanties de minimum vital des citoyens a été établie

Si une loi de « protection de vie » est instaurée à partir des années soixante, elle concerne une part très restreinte de la population et ne permet pas, en l'état, de venir en aide aux personnes touchées par la crise en âge de travailler. Traditionnellement, la famille assure ce rôle de protecteur social sans que l'état y participe. Le mari travaille pour subvenir aux besoins de sa famille tandis que sa femme s'occupe des membres de son foyer, ses enfants ainsi que ses beaux-parents. La crise, cependant, fait éclater cette unité familiale et la nécessité de venir en aide aux personnes dans le besoin apparaît alors. Face à l'augmentation de la pauvreté, une loi garantissant un minimum vital pour tous les citoyens est votée en 1999. Elle définit des

²³La Corée du Sud est le pays où le taux de suicide est le plus élevé pour un pays de OCDE. Le taux de suicide s'est élevé d'une manière continue depuis la moitié des années 2000. Il a atteint 31,2 % en 2010 en étant la première cause de la mortalité en Corée.

²⁴Fonds Monétaire International.

conditions générales nécessaires au maintien d'un bon état de santé pour garantir à ceux qui se trouvent dans la détresse matérielle et morale, des conditions d'existence conformes à la dignité humaine. Elle prévoit également un accès aux droits, aux services et aux biens fondamentaux en instaurant le revenu minimum²⁵ et en organisant les bases d'un service public visant la réinsertion des personnes en situation de pauvreté. La vision du rôle de l'Etat change, les termes « protections » et « protégés » se transforment en « garantie » et « bénéficiaires ». L'état a désormais le devoir d'assurer une bonne qualité de vie à ses citoyens et de préconiser l'accès à ces droits. Toutefois cette loi ne se résume pas à l'attribution d'un revenu minimal. Elle propose également une mesure dont l'approche consiste à essayer de résoudre les problèmes fondamentaux de la pauvreté en assistant les personnes qui en souffrent à retrouver l'autonomie financière par plusieurs dispositifs.

c) L'originalité de ce projet se distingue des autres aides sociales par son concept

La loi sur la garantie d'un minimum vital pour les citoyens, mise en application en 2000, a pour objectif la sortie de la pauvreté des bénéficiaires. L'attribution de prestations sociales ne tient qu'un rôle de premier secours pour assurer la condition de vie minimale au bénéficiaire afin qu'il puisse retrouver progressivement une autonomie financière. La grande précarité pouvant annihiler la capacité de travail, un projet dit « d'autonomie », a été mis en œuvre dans le cadre de cette nouvelle loi afin de redonner l'envie aux personnes de retrouver un emploi et d'assurer par elles-mêmes leurs propres moyens d'existence. Cette mesure, fondée sur l'idée que le travail est un moyen efficace et durable pour sortir de la pauvreté, préconise la réinsertion dans le marché du travail et dans la vie sociale en général. Plus concrètement elle consiste à permettre aux bénéficiaires d'améliorer leur capacité de travail par l'acquis de compétences, et à leur proposer des offres d'emploi adaptées. Depuis son introduction en 2000, la mise en pratique du projet d'autonomie prend de plus en plus d'ampleur.

2. L'objectif principal est d'améliorer l'autonomie en vue de réinsertion professionnelle

a) La valeur de travail est au cœur du projet dans la lutte contre la pauvreté

Dans la société coréenne, comme des autres d'ailleurs, l'emploi tient une place très importante dans la détermination du statut social de la personne ainsi que dans l'affirmation de son existence en tant que le sujet autonome et utile à la société. Le retour à l'emploi, considéré par le projet d'autonomie comme un facteur déterminant dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale, est également formateur, source d'acquisition de compétences et de savoir-faire qui contribuent finalement à reconnaître les valeurs personnelles de chaque individu. Un parcours d'accompagnement à la réinsertion professionnelle est alors mis en place. En pratique, les exigences vis-à-vis de l'obligation d'emploi des personnes en situation

²⁵ Ce revenu, jugé nécessaire pour maintenir une vie digne d'homme, est modulé en fonction du type de ménage, par exemple le revenu minimal en 2014 pour une personne est 603000 won, soit équivalent à 419 euros, pour une famille de quatre personnes, 1630000 won soit 1132 en euros.

de pauvreté sont renforcées ; une entreprise à but non lucratif est créée à cette fin pour permettre aux bénéficiaires d'expérimenter le milieu travail et de développer des compétences professionnelles. L'allocation de revenu minimum est versée sous forme de salaire afin de valoriser le travail et de recréer un sentiment d'autonomie.

b) Le projet se réalise en plusieurs étapes dont la mission est confiée aux différentes institutions

La réalisation du projet s'effectue d'une part par le biais d'une collaboration interinstitutionnelle au niveau du gouvernement et d'autre part grâce à collaboration entre les services publics et les services privés. La collaboration entre les ministères qui s'engagent à réaliser ces objectifs sociaux est basée sur deux principes : coordonner l'action sociale et valoriser le travail des bénéficiaires. Deux ministères partagent les deux grands axes dans la mise en œuvre du projet d'autonomie. Le ministère de la santé et des affaires sociales dirige l'ensemble des dispositifs du projet et s'occupe de sa gestion générale tandis que le ministère du travail gère l'ensemble des étapes d'assistance à l'embauche. Une convention de partenariat avec trois « centres d'autonomie » s'est établie afin de mettre en pratique le projet : le centre d'autonomie central, le centre d'autonomie métropole et le centre d'autonomie régional. Le centre d'autonomie central étant une grande institution qui assure le développement et l'évaluation du dispositif, mène l'enquête et la recherche sur les programmes du projet et se charge de la formation du personnel du travail social et de la communication. Les dix centres d'autonomie métropole sont repartis dans les grandes villes. Leur mission est d'élaborer les programmes du projet afin qu'ils soient adaptés aux particularités régionales et de les diffuser. Soutenus par le pôle d'emploi, l'assistance à l'embauche et à la création de commerces chez les personnes en situation de pauvreté, font partie de leur services. Les 247 centres d'autonomie régionaux mettent en pratique les programmes du projet. Une équipe rattachée au projet développe une base d'informations contenant les ressources de la personne, celles de son entourage, sa capacité de travail, sa volonté de réinsertion afin d'identifier ses besoins et de lui proposer l'aide adéquate. Elle évalue notamment l'évolution du bénéficiaire au sein du projet et peut décider d'éventuelles réorientations. Enfin, l'ensemble des institutions publiques et privées se mobilisent et s'assurent que les mesures employées développent et renforcent la réinsertion des personnes rencontrant des difficultés, en situation de pauvreté ou d'exclusion.

c) Tous les moyens nécessaires qui pourraient contribuer au retour à l'autonomie sont proposés

Une procédure d'initiation s'appelant Gateway²⁶ consiste à proposer un programme personnalisé à chaque participant en tenant compte de ses aptitudes, ses capacités, ses conditions de vie et ses aspirations. Un plan d'action individuel est établi à la suite d'un entretien et d'une formation de base sur le projet d'autonomie. Au cours de l'entretien si

²⁶ Le mot anglais qui veut- dire la porte mais aussi utilisé pour l'expression 'gateway to success' qui peut se traduire en français comme la porte vers le succès, ce titre sous-entend que c'est une porte qui s'ouvre vers une meilleure perspective de la vie.

d'autres problèmes se révèlent, tels que la dépression ou la faillite, une consultation psychologique ou des conseils financiers sont proposés. La formation de base consiste à faire comprendre le but de la loi sur la garantie d'un minimum vital pour les citoyens et les objectifs du conseil à l'embauche. Suite à l'élaboration du plan d'action individuel, le bénéficiaire participe à une période de stage qui peut l'emmener à travailler dans divers secteurs. Le service public recrute des personnes pour l'aide aux soins, le bricolage, le nettoyage, ou le recyclage par exemple. D'autres secteurs adaptés aux régions proposent des offres de stage dans la culture des légumes, le lavage des véhicules, la confection de panier « casse-croûtes », etc. Toutefois, le projet d'autonomie ne consiste pas seulement à améliorer la capacité de travail par l'acquisition de compétence professionnelle, mais également à encourager par tous les moyens le retour à l'autonomie. Des soutiens financiers sont institués à cette fin. Par exemple, si les bénéficiaires parviennent à déposer régulièrement une certaine somme d'argent dans un compte d'épargne, une caisse nationale et le fond privé versent une somme proportionnelle à la somme déposée pendant 3 ans pour récompenser leur effort vers l'autonomie financière. L'ensemble de toutes ces mesures a pour objectif spécifique de redonner aux bénéficiaires l'autonomie et de prévenir un retour éventuel à la pauvreté.

B. Humanities therapy a été introduit depuis 2012 dans le centre d'autonomie de Jeong-Seon

1. Le centre d'autonomie de Jeong-Seon essaie d'apporter une solution aux personnes exclues socialement et professionnellement

a) La plupart des participants sont issus d'un milieu rural

Jeong-seon, un district de dix-huit subdivisions de la province de Kangwon²⁷ se situe au sud ouest de la province, à 190km de Chuncheon. La région de 40 milles habitants est montagneuse, plus de 60% de la terre cultivable se situe à plus de 400m d'altitude. L'agriculture est l'activité principale de cette région de plateaux: pommes de terre, maïs et légumes sauvages. La sériciculture et l'apiculture y sont pratiquées. Jeong-seon est aussi une ancienne zone de mines. La fermeture de l'industrie minière a influencé sur la récession économique de la région. Les activités professionnelles sont restreintes à cause de ces caractéristiques géographiques. L'absence d'enseignement secondaire représente un facteur significatif du chômage dans ces régions rurales. Au centre d'autonomie, la plupart des participants sont des femmes entre cinquante et soixante ans qui ne peuvent plus travailler la terre et n'ont aucune autre formation. Il y a parfois des femmes étrangères d'origine sud asiatique.²⁸ Dans les autres cas, il s'agit de personnes tout âge confrontées au problème du

²⁷ La province Kangwon est composée de 7 villes et de 11 districts ruraux dont Chuncheon est la ville de chef lieu de région. 'Si' (équivalent à une ville de France) est une appellation attribuée à la subdivision d'un département de plus 150 000 habitants. Le district appelé 'gun' (équivalent à une commune ou un canton) en a moins.

²⁸ Il s'agit d'un phénomène nouveau en Corée, des célibataires habitants dans les régions rurales qui ont eu du mal à trouver une épouse, sont allés dans les pays du sud asiatique pour se marier. Ce mode de mariage répandu uniquement dans les régions rurales est la cause d'une augmentation du taux de mariages mixtes, la Corée, pays

chômage. Il y a en effet des chômeurs jeunes à cause de leur entrée sur le marché du travail devenue de plus en plus difficile. Par conséquent, le taux de pauvreté est relativement plus élevé que dans les autres régions. Le projet d'autonomie a été introduit pour venir en aide à ces personnes. Mais il faut néanmoins satisfaire certains critères de sélection pour y participer, en particulier sont prioritaires des personnes dont le revenu est en dessous de 120% du revenu minimum,²⁹ les familles monoparentales, les familles « multiculturelles », les personnes ayant un handicap physique ou mental léger, les personnes en situation d'exclusion. La participation au projet est obligatoire pour certains bénéficiaires de l'allocation du minimum de revenu sous peine de perdre leur statut de bénéficiaire.

b) Les participants doivent suivre une formation pour acquérir des compétences professionnelles

La réinsertion professionnelle est un domaine dans lequel le poids de l'inégalité pèse lourdement. Le manque de formation professionnelle et l'absence de diplômes restreignent en outre le champ de recherche pour un nouveau travail et augmentent par conséquent la durée du chômage de ces personnes. Les personnes qui n'ont accompli que la scolarité obligatoire, en particulier les femmes âgées de 50 à 60 ans dans cette région sont les plus touchées, pour la simple raison qu'en Corée, on ne prêtait pas à l'époque une attention à l'éducation des femmes. Considérant que la compétence professionnelle est un facteur déterminant pour la qualité de l'emploi, garantissant notamment une plus grande stabilité, la mission principale du centre est consacrée aux stages professionnels. La formation professionnelle du centre Jeong-seon tenant compte de la spécificité montagnaise de la région et de la haute présence des femmes, a mis en œuvre deux stages professionnels: la culture de légumes sauvages et la confection de paniers repas. La culture des légumes sauvages a commencé depuis octobre 2000 et la confection de paniers repas destinée à des personnes de mobilité réduite depuis mai 2011. Les participants travaillent 8 heures par jour pendant les 5 jours de la semaine. La durée de participation au projet d'autonomie est limitée à 3ans.

c) Il y a un autre élément fondamental à prendre en compte : la motivation

Le projet d'autonomie est instauré dans un objectif précis : sortir de la pauvreté par la réinsertion sur le marché de l'emploi, considérant que le travail est le moyen le plus efficace et durable pour recouvrer l'autonomie. Des mesures du projet d'autonomie sont mises en place à cette fin pour favoriser toutes les conditions en vue d'une réinsertion professionnelle stable. La santé physique et mentale du demandeur d'emploi, les compétences et les qualifications, la volonté de retrouver un emploi ainsi que la motivation dont il faut faire preuve dans ce processus constituent des facteurs décisifs pour acquérir une autonomie réelle.

assez fermé aux étrangers, a dû assister à la montée d'une nouvelle forme de famille mixte qu'on appelle « famille multiculturelle », la question de l'intégration et de droit de ces femmes immigrées s'est alors posée pour la première fois dans la société coréenne.

²⁹ Par exemple, si le revenu minimum est fixé à 1000 euros par l'Etat, les personnes concernées sont celles dont le revenu est inférieur à 1200 euros(120% sur 1000 euros).

Pourtant la réussite de la réinsertion n'aboutit pas toujours car il arrive que les participants préfèrent enchaîner les stages en renouvelant leur inscription au projet. En effet un stage proposé dans le cadre du projet offre de meilleures conditions de travail qu'un véritable emploi; il n'y a pas d'heures supplémentaires à effectuer, le salaire est stable, l'ambiance est peu stressante. Les participants choisissent souvent de garder leur statut de stagiaire plutôt que de se lancer dans des défis où ils perçoivent plus de difficultés et de possibilités d'échouer. Longtemps restés comme bénéficiaires, arrive un moment où les participants sont envahis par un sentiment d'impuissance. Ils pensent souvent que leurs efforts ne vont pas changer la situation dans laquelle ils se trouvent, ou même ils abandonnent l'idée de faire des efforts. On s'est aperçu que l'aide matérielle ne suffit pas à la sortie définitive de la pauvreté. La plus grande difficulté qui empêcherait une réinsertion réussie serait la détresse des participants, la souffrance qui entraîne une attitude passive chez eux. Le problème est donc de permettre aux bénéficiaires de garder l'envie de travailler et de progresser dans le projet de vie après la période de stage. Pour cela il faut un moteur, une motivation qui permet de s'engager et de persévérer dans l'action, en faisant des efforts concrets et réels pour atteindre le but. La motivation devient ainsi un élément déterminant dans la lutte pour retrouver son autonomie. Désormais les facteurs qui garantissent la réinsertion se jouent au niveau mental.

2. Humanities therapy est appliqué aux cas d'exclusion professionnelle et sociale

a) Humanities therapy s'adresse à des personnes qui souffrent de troubles mentaux et émotionnels

Dans les pays en développement comme la Corée où la compétition est acharnée pour atteindre une meilleure productivité, c'est depuis leur plus jeune âge que les gens commencent leur vie en étant constamment en concurrence avec les autres, à l'école comme au travail pour pouvoir entrer dans les meilleures universités ou obtenir le meilleur emploi, etc. De cet excès de compétition, résulte une tendance à négliger la souffrance de ceux qui se sont perdus dans des combats sans fin, en les montrant du doigt comme des êtres faibles. Après les victimes se retrouvent souvent seules avec des sentiments négatifs comme la haine, l'ennui, la frustration, la peur, le désespoir. Pour les souffrances qui s'avèrent pathologiques telles que l'anxiété, la dépression, la démence, la schizophrénie, des soins psychiatriques ou psychologiques existent. Mais dans le cas de souffrances plus globales, c'est-à-dire une sorte de contagion interne du mal-être, un malaise global qui peuvent être un facteur négatif pour l'épanouissement de l'individu, il n'y a pas de prise en charge réelle. En plus en Corée, les mouvements de la société s'intéressant à la santé mentale sont encore très peu développés, la plupart des personnes qui souffrent doivent supporter du mieux qu'elles peuvent leur état mental considéré comme 'n'étant pas si grave' pour qu'il soit diagnostiqué comme pathologique. Ainsi ils restent constamment dans la détresse et le malheur au point que leur qualité de vie soit altérée. C'est à ce public que Humanities therapy s'adresse en particulier. Dans le site de l'institut des sciences humaines de l'université de Kangwon,³⁰ il est précisé que

³⁰ http://www.knuinmun.or.kr/modules/doc/index.php?doc=hk&__M_ID=7

le public visé concerne ceux qui sont exposés à un risque de troubles mentaux et émotionnels : les personnes qui souffrent de leur handicap consécutif d'une maladie physiques ou mentale, les personnes appartenant à des classes défavorisées dans des institutions sociales, les personnes ou le groupe de personnes qui ont du mal à s'affirmer à cause des conditions où les valeurs collectives priment sur celles de l'individu. Humanities therapy souligne que les souffrances qui peuvent se guérir par médicaments ou une intervention chirurgicale sont exclues de leur public. Dans ce site, Humanities therapy est présenté comme l'ensemble des processus exploitant les valeurs des Humanités qui conduisent à une introspection de soi et à un changement des perspectives et des attitudes par un processus cognitif dans l'objectif d'une amélioration de la santé mentale et émotionnelle. Plus précisément la méthode consiste à faire réfléchir et à exprimer ces réflexions à travers des techniques propres aux Humanités telles que la lecture, l'expression orale, l'écriture, en y associant des outils d'expression artistique en musique, cinéma, théâtre, beaux-arts. Il s'agit d'une méthode intégrale par un travail pluridisciplinaire qui réunit la littérature, la philosophie, la linguistique, et l'Art afin d'apporter une solution plus efficace et efficiente.

b) Il y a un lien entre les valeurs des Humanités et les souffrances humaines

La souffrance est l'une des grandes questions posées à l'homme. Tous les hommes y sont confrontés tôt ou tard. Faisant partie de la vie, elle revêt diverses formes : la maladie, le handicap, l'événements de la vie, ou l'émotion et le sentiment. Lorsque le sentiment de mal-être est grand, cela conduit l'individu à l'épuisement de ses forces de résistance, de l'énergie qui lui permet de se maintenir dans des normes de vie acceptables. L'être humain qui est profondément marqué par l'intensité d'une souffrance, peut être complètement submergé, et s'y noyer au point que son expression échappe parfois au champ du verbal. La souffrance peut entraîner alors une solitude et le repli sur soi. Il y a une sorte de coupure de communication entre celui qui souffre et le monde qui l'entoure. L'absence de communication renforce son incapacité à se raconter, le rend plus vulnérable et fragilise ses valeurs humaines. La souffrance, contrairement à la douleur qui est plutôt physique et localisable, est un affect qui traverse tout le corps physique et mental. Le sentiment de mal-être présente un caractère subjectif. La souffrance suppose donc un état réflexif, mental même, où l'implication du corps est complète. Dans l'extrémité de la souffrance, l'existence toute entière est concernée, l'être humain ne semble plus comprendre le sens de son existence. Ainsi la souffrance humaine est une problématique fondamentale et commune à tous les hommes. Pour cela, il y a les domaines d'études qui essaient de répondre aux questions liées à la souffrance. C'est l'ensemble des matières en sciences humaines qui a pour objet l'étude de l'homme et qui s'intéresse aux divers aspects de l'humain ainsi qu'aux contextes sociaux et environnementaux dans lesquels il évolue. Les questions sur l'homme sont abordées sous différents angles afin de discerner les qualités ou les valeurs considérées comme essentielles à l'humain. Ces études tendent à répondre à des questions sur l'homme et sa condition ; comment l'homme fonctionne-t-il?, Comment se définit-il par rapport à son environnement ? Notamment les disciplines telles que la philosophie et la littérature essaient d'élucider

l'attitude de l'homme face à la souffrance qui met à l'épreuve son existence et sa valeur personnelle, en cherchant sa nature, ses origines, ses causes, et ses significations. Le dialogue philosophique peut mettre l'accent sur l'ouverture d'esprit sur le questionnement approfondi et sur le développement de certaines capacités intellectuelles. Des œuvres littéraires peuvent amener la personne à élargir ses perceptions partielles de la réalité et de son être et à développer progressivement l'intelligence de l'agir et de la réflexion.

c) La connaissance de soi³¹ est essentielle pour prendre conscience de ses propres capacités

Pour s'engager dans l'action, la personne doit d'abord analyser la réalité à laquelle elle fait face, c'est-à-dire les contraintes à la fois extérieures et intérieures auxquelles elle est confrontée. A partir de cela, elle peut constituer des instruments d'action afin de maîtriser ses choix et d'en élaborer le cheminement. L'acquisition d'une méthode d'analyse du réel ne suffit pas pour avancer. Il faut aussi agir. Or la mise en action s'appuie sur l'expérience du passé, car c'est à partir des expériences qu'on va penser, faire des choix et agir. Et cela constitue le fondement qui permet de se projeter dans l'avenir. L'ensemble des expériences vécues joue un rôle important pour former une perception positive de soi qui permet d'avancer dans l'action. Ainsi l'auto-perception est construite à partir de la prise de conscience des capacités et des limites. Il importe donc de les connaître, afin de les accepter, de les modifier si nécessaire, et de les faire évoluer. Il est aussi important de prendre conscience des perceptions émotives et affectives, car elles influencent l'engagement dans l'action, de sorte qu'elles peuvent la freiner, voire même la bloquer ou au contraire la favoriser. Toutes ces questions se rapportent à une connaissance de soi. S'interroger sur soi, se connaître, peut aider à mieux percevoir ce qui dépend d'abord de soi et sur quoi intervenir, et ainsi à révéler les sources de difficultés potentielles. Connaître ses modes préférentiels permet de mieux les exploiter, ou au contraire de développer ceux qui manquent. Cela permet aussi de garder un contrôle efficace sur ses actions et de maintenir un équilibre psychique indispensable pour affronter une épreuve éventuelle.

3. L'atelier en Humanities therapy à dominante écriture se prépare avant la prise en charge³²

a) L'atelier en Humanities therapy s'intitule 'mon paysage intérieur'

³¹ C'est le sujet principal que l'atelier en Humanities therapy a choisi pour sa prise en charge des personnes en difficulté de réinsertion professionnelle. Le soi est un terme qui est largement utilisé dans la psychologie avec ses définitions variées. C'est en particulier le courant de psychologie cognitive sociale qui a étudié le terme dans tous les aspects en tant que processus individuels et interpersonnels qui influencent sur les dimensions telle que le concept de soi, la conscience de soi et l'auto-efficacité. Le soi désigne ici l'ensemble d'idées sur soi, incluant l'aspect physique, mental, relationnel ainsi que les capacités à apprendre et à exécuter chez l'individu. Le concept de soi est généralement considéré comme une notion centrale dans l'identité personnelle et son changement au fil du temps. Il peut signifier aussi l'ensemble du psychisme conscient et inconscient. David MATSUMOTO (editor in chief), *The Cambridge dictionary of psychology*, Cambridge university press, New York, 2009. p. 465- 465

³² Cette partie est rédigée en se référant essentiellement au bilan final de la prise en charge en Humanities therapy. Le lecteur comprendra que l'accent est mis sur la présentation du concept, de la méthode, et des objectifs de programmes tels qu'ils sont employés dans l'atelier en Humanities therapy.

Dans le cadre du projet d'autonomie, l'atelier en Humanities therapy intitulé « mon paysage intérieur » a été mis en place dans le but de motiver et de favoriser l'action vers le retour à l'autonomie. L'atelier était ouvert à deux groupes dont chacun est composé de dix personnes. L'intervention avait lieu le mercredi ou le vendredi selon le groupe. Chaque groupe y a participé une fois par semaine pendant cinq semaines. Comme le titre l'indique, l'atelier propose aux participants de partir dans un voyage à la redécouverte de soi-même à travers plusieurs activités. L'objectif a été d'offrir l'occasion pour refaire le point sur soi-même à ceux des participants qui ont difficultés à prendre du temps pour soi dans la vie quotidienne. Notamment le temps d'introspection qui consiste à porter un regard vers l'intérieur peut aider à acquérir une connaissance de soi et à repérer les problèmes liés à la relation avec les autres et à y réfléchir. Ce moyen d'observation et d'analyse va permettre de mieux exprimer sa personnalité et cela de manière positive. Cela contribuerait finalement à l'aider à retrouver de l'autonomie.

b) Des objectifs généraux sont fixés

Au sein de l'atelier, trois objectifs généraux ont été fixés: le renforcement de l'estime de soi chez les participants qui présentent des problèmes émotionnels et psychologiques, la retrouvaille avec soi à travers le développement de la capacité de communication, et l'amélioration de la volonté pour retrouver une autonomie en rétablissant la confiance en soi et le sentiment de sécurité.

c) Les programmes de prises en charge sont établis et présentés

L'atelier en Humanities therapy a été introduit depuis 2012. Les programmes pour cet atelier ont donc été élaborés déjà pour les interventions précédentes. La fréquence et le temps ont été définis par le centre : 5 séances d'une durée de 3 heures. L'idée était de suivre les programmes convenus et de les modifier au fur et à mesure le déroulement si cela est nécessaire. Le tableau1 présente en détail le programme des activités ainsi que les objectifs pour les 5 séances de l'atelier.

SÉANCE	OBJECTIF DE LA SÉANCE	THÈMES	JOUR	ACTIVITÉS	DURÉE
1	Connaître le niveau général en Humanités le degré de conscience ³³ des participants	Les Humanités et l'autonomie	03/04 14h-17h	-Présentation des programmes -Présentation de soi sous forme d'entretiens. -Rappel de la confidentialité et des règles générales à respecter -Les Humanités et l'autonomie (cours) -Méditation :exercice de respiration	3h

³³ Le degré de conscience désigne ici le niveau de la connaissance sur soi en général chez les participants, à savoir leur niveau de la perception mentale et du discernement intellectuel.

2	Comprendre l'essence du bonheur	Le bonheur et la métaphore de l'hamburger. Le bonheur dans l'évolution des choses	10/04 14h-17h	-Description de soi à l'aide d'un poème 'l'autoportrait' de Yun Dong-ju -Les exercices de phrases autour du thème « bonheur » -Le bonheur et la théorie du hamburger selon Tal Ben-Shahar (cours) -Jeu de dépense d'argent	3h
3	Discerner la nature de la conscience telle que la colère ³⁴	La carte de la conscience	17/04 14h-17h	-Connaître le niveau de conscience de soi selon la carte de la conscience de David R Hawkins -Remplir les blancs de la conversation après avoir regardé un extrait du film 'Le Jour où le cochon est tombé dans le puits' de HONG Sang-su -Savoir la façon de converser à l'aide d'un jeu avec des journaux -Les niveaux de conscience et l'évolution (cours)	3h
4	Réfléchir sur les actes quotidiens qui peuvent donner du sens à la vie	Le sens de la vie	24/04 14h-17h	-Regarder le court métrage de l'homme qui plantait des arbres de Jean Giono -Lecture et discussion autour d'un poème de AHN DO-hyeon -La nature de la colère et sa maîtrise (cours) -Rédaction d'un texte avec le sujet « qu'est ce que c'est la vie »	3h
5	Evaluation sur la participation aux programmes et sa continuité	Bilan du programme	08/05 14h-17h	-Lecture des textes rédigés au cours des dernières séances. -Evaluation et commentaire des programmes -Exposé sur la résolution personnelle après les programmes -L'importance de l'expérience en Humanités et la mise en pratique (cours)	3h

« tableau 1 : programmes de l'atelier en Humanities therapy au sein du projet d'autonomie du centre Jeong-Seon »

C. L'atelier en Humanities therapy débute

1. La stagiaire art-thérapeute pose un autre objectif selon le modèle de l'opération artistique

a) Les premières observations permettent de constater l'état de base

La stagiaire art-thérapeute a accompagné l'atelier du mercredi : le groupe de confection du panier de repas. Ils sont neuf femmes et un homme. La séance de trois heures est divisée en trois parties dont chaque partie est composée de cinquante minutes d'activité et dix minutes

³⁴ Cela consiste à se rendre compte de l'état de conscience, y compris celui des émotions.

de pause. La participation à la séance a été obligatoire pour toutes les personnes. Dans l'atelier se trouvent un grand tableau, des tables et des chaises alignées comme une salle de classe. Pour l'état des participants, à première vue il semblait qu'ils ne souffrent pas de troubles mentaux ou sociaux graves qui se présentent normalement chez les personnes en situation d'exclusion. L'assistante sociale a d'ailleurs confirmé que la plupart d'entre eux mènent une vie normale et qu'ils souhaitent trouver un emploi à la sortie du programme. Pourtant elle a rajouté que comme dans plupart de cas de pauvreté, le fait qu'ils soient exposés aux regards méprisants des autres, les ont amenés à avoir une faible estime de soi et un sentiment d'impuissance. Au niveau des relations, il y a une bonne ambiance entre les femmes, et entre elles et l'assistante sociale. Avant la séance et pendant la pause, elles se parlaient et riaient. Pourtant il fallait prendre en compte de certains facteurs culturels et sociaux pour bien discerner les caractéristiques de ces personnes afin de poser l'état de base. Par exemple, l'attitude envers le thérapeute professeur et la stagiaire art-thérapeute était courtoise. Cependant l'attitude courtoise envers le thérapeute professeur est un élément qui n'est pas bien adapté pour définir une relation entre les participants et le thérapeute. En effet en Corée, la morale confucéenne dans laquelle la notion de hiérarchie qui va de l'individu à la famille et à l'Etat est très précise et les devoirs de chaque homme envers les autres sont rigoureusement exigés. Au delà de son rôle dans la transmission des connaissances, l'enseignant est traditionnellement considéré comme quelqu'un de respectable qui se doit de posséder certaines vertus. Compte tenu de cette connotation du métier d'enseignant, l'attitude polie et courtoise des participants envers le professeur de l'université peut être perçue comme quelque chose de normal. Au cours de la séance, la plupart du temps, le thérapeute se trouvait devant les participants qui restent assis tout au long de la séance. En fait l'emplacement des participants semble montrer leur intérêt aux activités. Les personnes assises dans les premiers rangs participaient plus activement aux programmes en répondant aux questions et en ayant quelques échanges de paroles avec le thérapeute tandis que les gens qui ont choisi leur place à l'arrière ou sur les côtés sont restés un peu en retrait, quelques fois ils ne regardaient pas le thérapeute en train d'animer une activité. Même s'il y avait quelques personnes qui sont restées indifférentes momentanément aux activités, en général les participants suivaient les consignes données pendant la séance sans protester. La stagiaire art-thérapeute note que cette attitude est liée à la culture générale d'obéissance envers les personnes dont le grade hiérarchique est supérieur au leur. Cependant une chose a attiré particulièrement son attention. Alors qu'ils suivaient l'activité individuelle sans problème, ils se montraient très hésitants et voire mal à l'aise lorsqu'ils devaient prendre la parole devant les autres pour la lecture de leur production. Il semble que le fait de s'exprimer devant les autres était quelque chose d'étrange et d'inhabituel pour eux. La stagiaire art-thérapeute a pensé que ce n'est pas sans liens avec le statut que la société coréenne accorde aux femmes. La société coréenne, notamment pour les anciennes générations, imposait aux femmes une manière d'être, faite de soumission et d'obéissance comme dans d'autres sociétés traditionnelles.³⁵ Ensuite viennent l'inégalité des

³⁵ La tradition confucéenne exigeait des femmes de s'occuper de leur famille, en mettant avant le rôle exemplaire de la femme comme bonne mère et bonne épouse. Au sein de la famille c'était plutôt le rôle du père de décider des affaires familiales.

rôles dans la famille et aussi le préjugé social qui y est très souvent lié.³⁶ Il n'y a pas très longtemps encore qu'il y avait une ambiance assez courante qui négligeait l'opinion des femmes et qui leurs demandait des sacrifices au nom de la famille. En plus dans la société coréenne où l'esprit de compétitivité prime avant tout, la personne pauvre est désignée comme étant le produit d'une certaine incompetence, d'une irresponsabilité sociale et parfois même d'une paresse. En quelque sorte il y aurait l'idée que les pauvres ne seraient pas les victimes du système mais seraient les victimes d'elles-mêmes. Cela s'exprime aussi par une très grande souffrance liée au sentiment d'inutilité chez les personnes en situation de pauvreté. Cette considération serait encore plus dévalorisante pour les femmes dont la voix est considérée sans importance dans la famille comme dans la société. Il paraît qu'elles ne sont pas tout à fait libres des contraintes sociales bien enracinées dans leur esprit et dans leur entourage pour pouvoir s'affirmer. La stagiaire art-thérapeute a résumé l'état de base ainsi : prise en charge du groupe composé de neuf femmes et d'un homme âgé de 45 à 60 ans. La plupart d'entre eux entretiennent une vie quasiment normale. Néanmoins ils souffrent d'une faible estime de soi et d'un sentiment d'impuissance. En apparence, cela se manifeste par une timidité exacerbée et un malaise dans l'expression verbale en public.

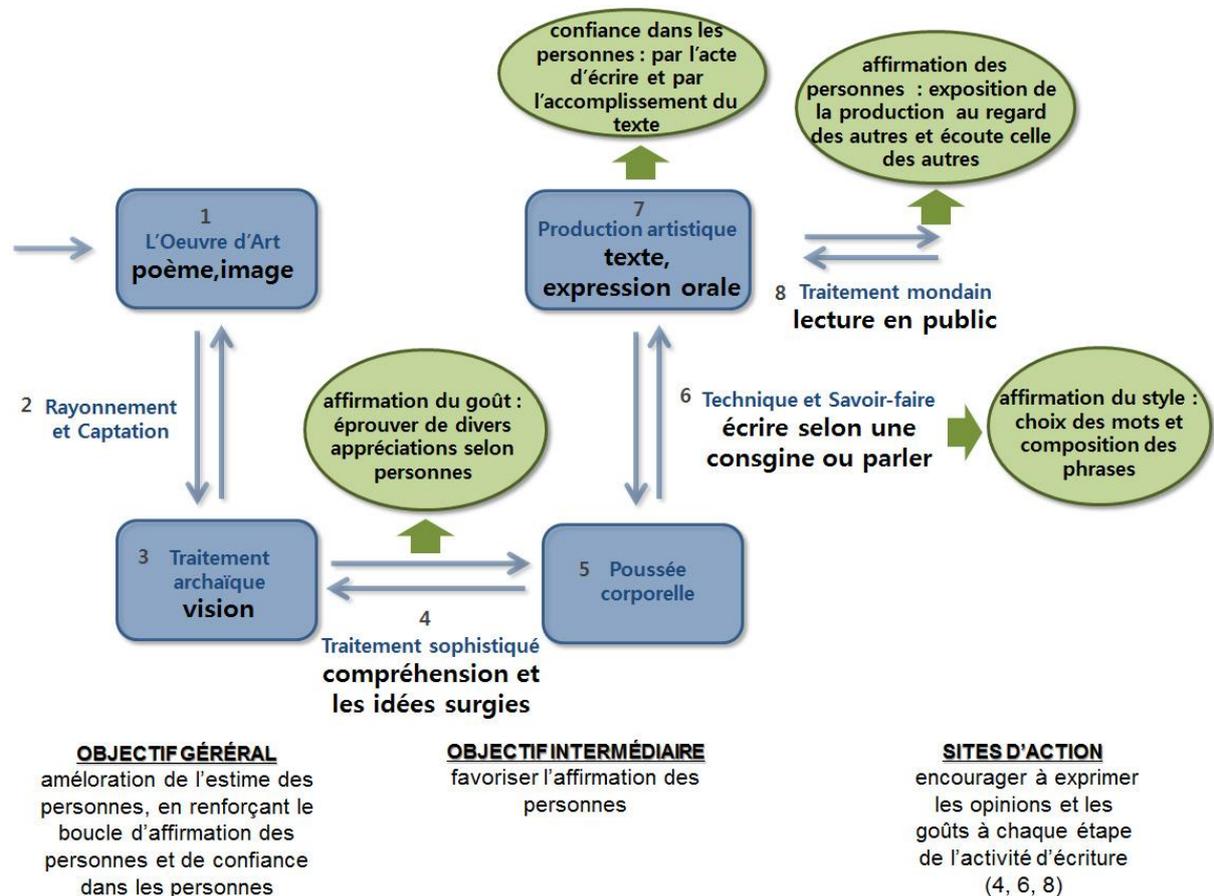
b) La stratégie thérapeutique est établie au regard de l'opération artistique avec l'objectif général visant à restaurer l'estime des personnes

Chez ces personnes, la souffrance est liée au regard méprisant de leur entourage et de la société qui les considèrent comme responsables de leur situation pauvre. L'absence de reconnaissance et le mépris social seraient donc des dimensions importantes du sentiment de pauvreté. Et c'est ce qui s'opère comme un obstacle qui affaiblit la volonté de retrouver une autonomie et qui inhibe l'action dans l'engagement pour lutter contre la pauvreté. En lien avec l'objectif du projet d'autonomie, l'objectif de l'atelier que la stagiaire art-thérapeute a posé est de permettre à chaque participant de pouvoir se dire 'je suis quelqu'un d'important qui compte pour les autres'. C'est-à-dire aider chacun à se reconstruire de façon à ce que les autres puissent lui donner une certaine valeur sur laquelle la personne, elle-même peut aussi compter pour se définir en tant qu'individu et en tant que membre nécessaire de la société. C'est la raison pour laquelle l'amélioration de l'estime des personnes devient l'objectif général que la stagiaire art-thérapeute a posé dans l'atelier en Humanities therapy. A cela, l'activité professionnelle met également un jeu la confiance en action du participant. Le développement de sa compétence professionnelle lui permet de se valoriser, ce qui contribue à renforcer son estime des personnes. L'enjeu est que l'activité de la formation professionnelle et l'activité de

³⁶ Bien que la constitution garantisse l'égalité aux femmes, l'absence de discrimination, l'égalité des chances, l'égalité de salaire à travail égal, l'égalité prescrite par la loi n'est pas suivie d'effets. Il y a toujours une discrimination au moment de l'embauche, un écart de salaires entre les femmes et les hommes, une ségrégation sexuelle dans une même profession, une discrimination en ce qui concerne la promotion. Le marché du travail est en général encore plus instable pour les femmes. Dû à la crise économique survenue en 1997, l'année où la Corée est entrée sous le contrôle du FMI. La restructuration économique admise comme une chose nécessaire, le gouvernement et les entreprises ont pris l'initiative de changer les emplois à contrat indéterminé en contrat déterminé et les femmes ont été les premières atteintes par cette politique de précarité. (Eun Hi KIM, *Statut et Rôle des Femmes en Corée du Sud -Evolution en Politique et Économie*, Journal of Women's Studies 2001. Vol. 16. 57~76)

l'atelier se complètent afin de favoriser la motivation nécessaire pour atteindre une réinsertion professionnelle stable. Or l'estime des personnes passe par la perception qu'une personne a d'elle-même, mais également par ce qu'elle croit que les autres pensent d'elle. Pour accorder de la valeur à ce que l'on dit, il faut d'abord savoir exprimer ses idées et ses besoins pour s'affirmer auprès des autres, et aussi écouter les autres. Cependant le poids de la culture, la stigmatisation, le rejet apparaissent comme autant d'obstacles à l'affirmation des personnes dans l'espace privé et social. Il a semblé donc judicieux à la stagiaire art-thérapeute de mettre en place, au sein de la stratégie thérapeutique, un objectif intermédiaire visant l'amélioration de l'affirmation des personnes en incitant les participants à manifester leurs choix ainsi qu'à dire leurs opinions. L'expression verbale en particulier sera exploitée au maximum pendant le temps de lecture en public en encourageant chacun à y participer. Ainsi les sites d'actions à travailler peuvent être repérés : s'exprimer avec aisance et avec clarté, (éviter des réponses comme « je ne sais pas » ou « peu importe »). Toutes les occasions permettant de s'exprimer dans les activités, c'est-à-dire le goût, le style et les idées seront exploités et favorisés. Au regard du modèle de l'opération artistique, la stratégie thérapeutique est établie (figure 2). L'activité s'appuiera sur le traitement archaïque (3) et le traitement sophistiqué (4) en favorisant, dans un premier temps, l'émergence de sensations chez les participants et puis en les encourageant à les définir, ce qu'ils ressentent à l'aide d'images ou de vidéos. Ensuite les activités d'expression par la parole et par l'écriture seront proposées. Les jeux d'imagination à partir d'une photo ou les questions/réponses sur des thèmes permettraient au participant de s'affirmer de différentes manières et dans les différentes circonstances. Ces activités d'expression sont centrées sur la réflexion et donc sur le traitement sophistiqué (4). De la même manière le traitement mondain (8) sera encouragé de manière soutenue pour inciter à parler devant les autres, ce qui aurait plutôt été rare pour la plupart des participants. Sans tenir compte du contenu des productions, le simple fait de s'exposer au regard des autres permettra de se manifester et par la suite de faire reconnaître son existence par autrui. Cela permet aussi de reconnaître les autres s'exprimer. Cette étape est importante parce qu'elle pourrait aider les participants à devenir plus à l'aise quand ils auront besoin de se faire entendre plus tard dans la vie quotidienne. Dans l'ensemble, l'étape de la poussée corporelle (5) et du savoir-faire (6) qui concernent l'action seront traitées avec moins d'importance. En effet à cause de la nature obligatoire de l'atelier et de la culture obéissante vis-à-vis de la personne supérieure, l'incitation à l'action se fait relativement facilement et puis il y a la formation professionnelle dans laquelle ils sont réellement dans l'action. Le travail dans le cadre de la formation professionnelle complèterait en même temps la poussée corporelle (5) et le savoir-faire (6) de l'opération artistique. Cependant quand à l'activité en elle-même, le niveau de concentration et d'implication dans l'action durant l'atelier restent comme des éléments à prendre en compte. En revanche la maîtrise de technique et la qualité de production seront moins exigées dans l'idée que l'enjeu, au sein de l'atelier, est de valoriser les capacités qu'ils ont déjà et non pas d'en acquérir de nouvelles. La stagiaire art-thérapeute donnera également de l'importance à l'accomplissement du travail, et donc à l'étape de la production (7) afin de renforcer la confiance dans les personnes par leur production. L'incitation à l'affirmation des personnes va permettre au participant de se dire 'je

suis capable de m'exprimer', 'ma voix a une importance au sein du groupe', et par conséquent 'mon existence a de la valeur'. La confiance dans les personnes y sera renforcée par l'agir dans l'activité de l'atelier et par le travail dans la formation professionnelle. L'affirmation des personnes et la confiance dans les personnes vont ainsi contribuer à une amélioration de l'estime des personnes qui est l'objectif général.



« figure 2: la stratégie thérapeutique envisagée par la stagiaire art-thérapeute au regard de l'opération artistique »

c) La fiche d'observation de la stagiaire art thérapeute est élaborée

Après la première séance, la stagiaire art-thérapeute a élaboré une fiche d'observation à partir de l'état de base et des faits observés. Les items qu'elle a définis et regroupés sont axés sur trois grands faisceaux d'item : l'intention, l'action et la production. Dans la partie concernant la dynamique de la séance, l'activité principale ainsi que les phénomènes associés sont présentés. La nature de l'activité est définie et l'aspect particulièrement abordé est également indiqué. Plusieurs items relatifs aux comportements sont sélectionnés afin de mesurer l'engagement de participant aux activités : items sur la motivation, la réaction à l'exercice, la relation et l'attitude envers les autres participants et le thérapeute, la fréquence des plaintes. Pour l'action des items concernant la participation active à la pratique et l'intérêt aux activités sont choisis tels que la capacité à faire des choix, la concentration pendant les activités, les

demandes à l'aide, la contribution au dynamisme du groupe. Quant à la production, il semble important d'évaluer l'intention esthétique et les efforts pour y arriver à travers la réalisation. La quantité et la qualité de la production, l'implication pour bien écrire, le rangement, et la qualité esthétique en tant que production littéraire sont retenus.

LA FICHE D'OBSERVATION

Non-prénom :

Date :

Titre de séance :

Durée de la séance :

DYNAMIQUE DE LA SEANCE

- Activités durant la séance :
- Phénomènes associés :
- Nature de l'activité :
 - didactique révélateur thérapeutique occupationnel
- Aspect abordé
 - expression communication relation

COMPORTEMENT DU PATIENT DURANT LA SEANCE (INTENTION)

- Motivation
 - - moyen + ++
- Réaction à l'exercice proposée
 - - moyen + ++
- Relation avec d'autres participants
 - - moyen + ++
- Plaintes par rapport à sa situation
 - - moyen + ++
- Attitude envers l'art-thérapeute
 - - moyen + ++

ACTION (CONFIANCE)

- Capacité à choisir le matériel
 - - moyen + ++
- Concentration
 - - moyen + ++
- Prendre des initiatives
 - - moyen + ++
- Dépendance (besoins d'aide)
 - - moyen + ++
- Contribution à la dynamique du groupe
 - - moyen + ++

PRODUCTION

- Quantité
 - - moyen + ++
- Qualité
 - - moyen + ++
- Rangement après l'activité

- - moyen + ++
 • Implication dans l'écriture
 -- - moyen + ++
 • Qualité esthétique de la production
 -- - moyen + ++

BILAN

- Difficultés apparues et modification à apporter
- Nouveaux items révélés
- Notes

Echelle de valeur : de -- à ++

-- = très peu - = peu 0 = moyen + = assez important ++ = beaucoup

« figure 3: la fiche d'observation utilisée par la stagiaire art-thérapeute lors de l'atelier »

2. Les séances se déroulent

a) Divers phénomènes associés sont exploités

La séance débute toujours par un exercice de concentration avec la respiration. Ce moment de méditation a été introduit dans la nécessité de créer une rupture entre le temps ordinaire et le temps d'atelier de façon à ce que les participants puissent se centrer à nouveau sur les activités qui auront lieu durant la séance. Les premières activités proposées sont souvent des jeux d'imagination avec des photos : activité simple qui pourrait susciter facilement l'intérêt des participants. Par exemple, après avoir montré une photo d'un sentier dans la montagne, on demande aux participants d'imaginer ce qu'il y aurait au bout du sentier, puis le thérapeute leur propose une autre photo d'un puits. Et l'activité s'enchaîne avec un poème de Yoon Dong-ju³⁷ «Autoportrait», un poème sur l'auto-réflexion dans lequel l'auteur se livre à l'introspection ; une détresse vécue à une époque où il était interdit de manifester ses convictions, un apitoiement sur soi de ne pas avoir de courage pour s'engager dans la résistance. Il y décrit plusieurs images de soi reflétées dans l'eau du puits. Après la présentation du poème, le thérapeute demande aux participants d'essayer d'évoquer le mot qui définirait au mieux le « soi-même », en rapport avec l'image du soi reflétée dans le puits du poème. Chacun récite le poème en remplaçant la phrase sur image de soi par ses propres mots. Un autre jeu d'imagination est proposé avec la photo d'une salle remplie de billets ; la question étant comment on peut dépenser une grande somme d'argent en une journée. Il s'agit d'une simulation de consommation. Il y a eu diverses réponses : partir en voyage à l'étranger, boire dans un bar luxueux, acheter un sac de grande marque. Un extrait d'un film a été aussi utilisé. Après avoir regardé une scène du début d'un conflit entre un serveur et un

³⁷ Yun Dong-ju est un poète coréen de XX siècle qui a vécu l'occupation japonaise, cette époque sombre qui imposa aux coréens d'adopter une identité et une culture japonaise. Son œuvre porte autant sur le constat de ce contexte oppressant que sur la quête de soi. Il décrit dans ses poèmes sa résolution : comment vivre sans honte, dans une telle société qui oblige à nier l'identité coréenne. Il est arrêté par la police japonaise, accusé de s'être engagé dans la résistance anti-japonaise. Il meurt en prison à l'âge de 27 ans.

client dans un restaurant, les participants ont été invités à remplir le dialogue qu'ils auraient échangé par la suite et à le lire en public en guise de jeu de rôle. Cette activité a été accompagnée de la lecture d'un article sur le stress. Ensuite le thérapeute a demandé à chacun de montrer la façon de s'exprimer par le geste de déchirer le papier journal où l'article sur le stress est paru. Les participants ont dû également remplir les feuilles d'un questionnaire dans lequel il leur a été demandé de donner leur propre définition. Ainsi sur un même thème, plusieurs phénomènes sont donc organisés pour former une certaine cohérence au sein de l'activité : l'introduction à l'activité se fait avec des photos ou des vidéos, et en rapport avec l'image, un thème pour l'écriture est choisi. Puis l'activité enchaîne sur la lecture en public. A chaque séance, il y a au moins une activité d'écriture aboutie et une lecture en groupe. Il y a également un cours en lien avec le thème de la séance qui essaie de donner un sens à l'activité d'écriture afin d'inviter les participants à y réfléchir.

b) Une partie de l'atelier est consacrée à un cours

Chaque séance comprend une partie du cours en rapport avec le thème de la séance. Par exemple le cours sur l'essence du bonheur inspiré du célèbre conférencier Tal Ben Shahar consiste à expliquer que l'on peut trouver le bonheur attribuant un sens aux activités quotidiennes telles qu'un repas familial ou des courses au marché. Tal Ben Shahar parle de la métaphore de hamburger ; comment un hamburger qu'il a goûté à l'âge de 20 ans a-t-il pu lui apporter de la satisfaction et un sentiment de bonheur ? Le message est que le sentiment de satisfaction pourrait s'obtenir avec les petites choses de la vie. Le jeu de dépense d'argent a précédé ce cours afin d'amener les participants à réfléchir sur la société où l'argent est considéré comme étant le seul recours pour accéder au bonheur. Il s'agissait de leur faire comprendre que même si l'argent apporte une certaine sécurité matérielle nécessaire, il n'est pas une condition indispensable pour le bonheur. C'est également dans ce but que les questionnaires sur la définition du bonheur ont été distribués. L'objectif du cours était bien de transmettre le message que le bonheur est quelque chose qui s'apprend. De ce fait, ce ne sont pas les conditions favorisant le bonheur qu'il faut réunir pour être heureux, mais bien la prise de conscience et la volonté de vivre heureux. Les phénomènes associés et les activités d'écriture sont utilisés pour aider à comprendre le thème de l'atelier. Il en est de même pour le cours sur les niveaux de conscience. Inspiré de « La Carte de la Conscience » définie par David R. Hawkins, ce cours explique qu'il existe plusieurs niveaux de conscience humaine subdivisée en 17 niveaux.³⁸ L'objectif est de conduire les participants à être en mesure d'identifier eux-mêmes leur état de conscience dominante, de les faire comprendre qu'ils peuvent aller vers le niveau plus haut. L'idée de principe est que l'être humain possède une capacité mentale à contrôler les différents niveaux de conscience et à aller vers le plus haut une fois que le niveau actuel est parfaitement maîtrisé grâce à des efforts particuliers, notamment par utilisation des facteurs de son environnement et des pensées intérieures. Ainsi

³⁸ Ces niveaux de conscience sont hiérarchisés, commençant par les niveaux négatifs, la neutralité et les niveaux positifs: 1- la honte, 2- la culpabilité, 3- l'apathie, 4- le chagrin, 5- la peur, 6- le désir, 7- la colère, 8- l'orgueil, 9- le courage, 10- la neutralité, 11- la volonté, 12- l'acceptation, 13- la raison, 14- l'amour, 15- la joie, 16- la paix, 17- l'Énergie Christique (l'Illumination)

la progression d'un niveau à un autre résultera un changement important dans la vie. La façon de gérer la colère est également présentée dans le cours sous la forme d'un arbre de décision avec des successions de questions telle que 'Est-ce que c'est une colère juste ou injuste ?', 'En manifestant la colère, qu'est-ce que je gagne ou qu'est-ce que je perd ?'. Ce cours est lié à l'activité du déchirement d'un journal qui consiste à se rendre compte de façon dont l'on peut s'exprimer par ses actes. Parmi les activités de l'atelier, les cours avaient une place importante. Visant à une prise de conscience à travers des questionnements sur les notions essentielles de la vie, ils avaient pour but de conduire au changement de perspective dans la vie quotidienne.

c) La stagiaire art-thérapeute a participé à l'atelier en tant qu'observatrice et co-thérapeute

1ère séance : Avant la première séance, le thérapeute a présenté brièvement à la stagiaire art-thérapeute le programme intégral de la prise en charge et les objectifs. Si l'enjeu de l'activité est de revoir le soi-même, la stagiaire art-thérapeute a pensé que ce serait plus intéressant d'élargir la vision de soi en y ajoutant le regard des autres. Elle a donc suggéré l'idée de faire l'activité à deux pour pouvoir voir le soi décrit par le sujet lui-même et ce que l'autre en pense. Outre cet effet, l'activité à deux peut favoriser la relation entre les personnes par le côté dynamique du groupe. Ensuite la stagiaire art-thérapeute a proposé de laisser les participants choisir eux-même les matériaux pour leur donner plus de choix d'affirmer leur goût, ensuite faire le gribouillis d'abord avant de s'initier à l'écriture pour leur donner l'occasion de pouvoir sentir la touche du stylo sur le support. Cette proposition a été retenue et appliquée pendant la séance. A la demande du thérapeute qui a pensé que le premier contact est déterminant au bon déroulement des séances ultérieures, il a été convenu que la stagiaire art-thérapeute sera absente de la première séance.

2ème séance : Le thérapeute a présenté la stagiaire art-thérapeute qui a été accueillie avec les applaudissements des participants. Elle s'est assise au fond de la salle. Au début seulement la moitié de participants avaient l'air intéressé par l'exercice de respiration, la première activité de la séance. A partir de la présentation d'une image d'un sentier d'une montagne, tout le monde a regardé le tableau et a montré un certain intérêt sauf deux femmes au fond de la salle qui ne savaient ni lire ni écrire et dont l'une est arrivée toute bouleversée à la séance. Le thérapeute lui a demandé ce qu'il lui arrivait mais elle a répondu simplement qu'il s'était passé quelque chose de grave, cette dame avait l'air d'être ailleurs pendant toute la séance. Pour l'activité d'écriture autour d'un poème, c'est la stagiaire art-thérapeute qui a récité d'abord le poème « Autoportrait ». Dans cette activité d'écrire, les mots évoqués à propos de l'image de soi étaient sur le ton négatif en général, regret, colère, etc. Le jeu d'imagination sur la dépense de l'argent semblaient susciter l'intérêt de tout le monde. En revanche, pour le cours sur l'essence du bonheur, les gens se sont montrés peu concentrés. Presque la moitié de personnes ne regardaient pas le thérapeute en train de parler. Pour les questionnaires sur le bonheur, tout le monde a pu finir dont les femmes illettrées qui ont été aidées par l'assistance sociale qui était présente dans la salle, deux autres femmes ont été aidées par la stagiaire art-thérapeute. Elles ont demandé de l'aide alors qu'elles avaient la capacité de répondre seules. Au moment de relecture, les autres n'écoutaient pas celui qui lisait d'autant plus que la

personne ne parlait pas très fort. Il arrivait que c'est la stagiaire art-thérapeute qui le lit à la place de certaines personnes. Le thérapeute a privilégié quelques personnes pour la lecture en public et il n'a pas insisté sur les personnes qui ont refusé de lire. La stagiaire art-thérapeute a trouvé regrettable que la condition qui pourrait améliorer l'affirmation des personnes par l'activité collective n'a pas bien été prise en compte par le thérapeute. Elle a remarqué aussi que les questionnaires sur le bonheur ressemblaient à une enquête officielle qu'à une véritable activité d'écriture avec les phrases : qui vous aimez le plus ?, Comment vous définissez le bonheur ?, Qu'est ce que vous regrettez le plus dans la vie ?, d'autant plus que cette dernière phrase est en contradiction avec ce qui précède car elle peut évoquer les souvenirs douloureux du passé. La stagiaire art-thérapeute a fait part de ces remarques à la fin de la séance et elle a rappelé l'importance de la prise de parole en vue de l'affirmation des personnes.

3ème séance : Au moment de l'activité de l'écriture, le fait que le thérapeute fasse le tour de la salle en regardant chacun écrire et entame quelques conversations, semblait donner aux participants une sorte d'encouragement à l'activité. Tout le monde a pu avoir son tour pour lire un dialogue de conflits en guise de jeu de rôle à partir d'un extrait de film. Le thérapeute a demandé de le lire en jouant le rôle comme s'ils étaient dans une situation réelle. Certains se sont montrés timides et ont même refusé. Le thérapeute a donné quelques directions pour la diction comme dans un cours de théâtre. Cette courte activité était la seule ayant un point commun avec l'Art-thérapie, surtout dans son aspect pratique: aider à interpréter un rôle en s'appuyant sur la technique de diction, ce qui favorise l'expression chez les personnes timides. En revanche il y avait aussi un élément opposé à la pratique de l'Art-thérapie. La stagiaire art-thérapeute a soulevé quelques doutes sur l'enjeu de l'activité de déchirer du papier journal. Le but de l'activité est de définir par ce geste la façon de s'exprimer. A la fin le thérapeute fait un commentaire sur chaque personne : 'vous devez avoir un caractère plutôt passif', et 'vous êtes plutôt quelqu'un de réservé'. Le fait de définir le caractère de quelqu'un de façon affirmée sans connaître suffisamment la personne peut stigmatiser encore plus les gens qui doivent faire face au regard de la société qui reproche leur attitude passive. Par ailleurs il est difficile de discerner le caractère de quelqu'un par un simple geste. Il se pourrait donc que l'analyse ne soit pas pertinente. Par rapport à la séance précédente, les participants ont montré plus d'intérêts aux activités (il y avait moins de gens sans regarder le tableau) et la participation a été bonne y compris les deux femmes illettrées. Les femmes qui ont eu recours à l'aide n'ont rien demandé à la stagiaire art-thérapeute cette fois-ci. Ces remarques de la part de la stagiaire art-thérapeute ont été rapportées au thérapeute à la fin de la séance.

3. Un certain nombre de limites est soulevé et une nouvelle fiche d'observation est établie

a) Des limites d'évaluation avec la fiche d'observation sont révélées

La stagiaire art-thérapeute a relevé un certain nombre de limites et de difficultés qui se dessinaient dans le processus d'évaluation des séances. La première difficulté est liée à la fiche d'observation en elle-même. L'évaluation en Art-thérapie a ses atouts pour mesurer des changements minutieux, voire subtils dans l'attitude ou le comportement des patients et dans leur évolution au cours du temps avec les items qui permettent d'observer même les petits

faits. Il s'agit d'une méthode d'évaluation réalisée au moyen d'items précis. C'est pour cette raison que la fiche d'observation en Art-thérapie est destinée en principe à l'évaluation individuelle. Or la nature des activités est portée plus vers la collectivité et c'est la dynamique du groupe qui passait en priorité dans le déroulement des séances. La prise en charge du groupe ne permettant pas de se focaliser sur une personne, la fiche élaborée par la stagiaire art-thérapeute n'était pas adaptée pour une évaluation du groupe.

Une autre difficulté réside dans le choix des items de la fiche d'observation. Au fil des séances, il était manifestement difficile d'évaluer l'ensemble du groupe avec les items réunis suite à la première observation. En effet les items de la stagiaire art-thérapeute n'étaient pas pertinents pour évaluer l'action du groupe et les effets de mise en application de la stratégie établie. La stagiaire art-thérapeute a eu des difficultés à sélectionner les items qui relèvent de l'état de base et qui sont susceptibles de saisir l'évolution à partir de ce point de départ. Il manquait également des items en rapport aux objectifs intermédiaires qui permettent de percevoir le cheminement ainsi que le travail sur les sites d'action.

Une critique a été soulevée à propos de l'objectivité dans la façon d'évaluation puisque celle-ci risque d'être influencée par l'opinion personnelle et subjective de celui qui évalue. Un certain nombre d'items qui ne peuvent être évalués que de manière interprétative a généré l'ambiguïté de ce critère. Dans le même ordre d'idée, l'attribution des valeurs aux échelles des cotations est devenue un frein pour que l'évaluation soit crédible aux yeux des autres. En effet, les valeurs de cotations telles que « peu », « moyen », « beaucoup » peuvent bien varier selon les personnes et la situation. La part arbitraire et subjective de celui qui évalue n'a pas pu être totalement éliminée.

Une autre limite est liée au fait que quelque soit le dispositif à évaluer, un recueil des données suffisamment représentatif n'était pas facile à réaliser en raison du cadre de l'atelier dont le nombre de séances limité à cinq. Le délai est trop court pour pouvoir donner un résultat significatif sur la mise en application des stratégies.

Il s'avère que le choix d'items appropriés est primordial pour une évaluation plus pertinente et efficace. Plus particulièrement il faut prendre en compte le fait qu'il s'agit d'une prise en charge du groupe, limitée dans le temps. La nécessité de répertorier un ensemble d'items qui peuvent se coter d'une manière à la fois repérable avec une certaine facilité et objective pour que l'évaluation puisse suivre l'évolution des patients et être conforme aux critères d'extérieurs, est alors apparue. Par exemple des items qui se mesurent par le nombre et ou le temps seront plus pertinents.

b) Une nouvelle fiche d'évaluation est proposée

En tenant compte des difficultés d'évaluation soulevées concernant le choix des items et la cotation de nature interprétative ainsi que des critiques données par rapport à l'objectivité dans la cotation, la stagiaire art-thérapeute a dressé une autre fiche d'évaluation qui pourrait s'en servir pour une future intervention. Afin d'éliminer au maximum la part arbitraire et

ambiguë dans la cotation et d'évaluer pertinemment l'atelier collectif, la stagiaire art-thérapeute a sélectionné des items qui peuvent se coter d'une manière objective. Elle a privilégié en particulier les items pouvant se coter par le nombre ou par le temps. Cela peut permettre à la fois d'évaluer rapidement des moments de l'atelier et d'avoir une vue d'ensemble sur le groupe.

LA FICHE D'OBSERVATION

Non-prénom :

Date :

Titre de séance :

Durée de la séance :

Objectif général :

Objectif de séance :

DYNAMIQUE DE LA SEANCE

• Activités durant la séance :

1ère activité - dominante :

- Phénomène associé :
- Consigne : ouverte semi ouverte précise
- Nature : mimétique heuristique mixte
- Aspect abordé : expression communication relation

2ème activité - dominante :

- Phénomène associé :
- Consigne : ouverte semi ouverte précise
- Nature : mimétique heuristique mixte
- Aspect abordé : expression communication relation

3ème activité - dominante :

- Phénomène associé :
- Consigne : ouverte semi ouverte précise
- Nature : mimétique heuristique mixte
- Aspect abordé : expression communication relation

COMPORTEMENT DU PATIENT DURANT LA SEANCE (INTENTION)

• Combien de personnes répondent-elles au bonjour de l'art-thérapeute ?

(marquer le nombre de personnes)

- sans réaction_ ■ simple bonjour_ ■ échanger leurs nouvelles avec l'art-thérapeute_

• Quelle est l'expression du visage de patients au moment de dire bonjour ?

(marquer le nombre de personnes)

- indifférent_ ■ sans expression particulière_ ■ souriant_

• Combien de personnes répondent à la question : comment vous sentez-vous aujourd'hui?

0-2 personnes 3-5 6-8 9-10

• Parmi ceux qui ont répondu, quelle est la nature de leur réponse ?

(marquer le nombre de personnes)

- négative_ ■ neutre_ ■ positive_

• Combien de personnes regardent-elles l'art-thérapeute au début de la séance?

0-2 personnes 3-5 6-8 9-10

• Les patients posent des questions ou font des commentaires à propos de l'activité proposée ?

(marquer le nombre de personnes)

-1ère activité : ■ aucune_ ■ une fois_ ■ deux fois_ ■ plusieurs fois_

-2ème activité : ■ aucune_ ■ une fois_ ■ deux fois_ ■ plusieurs fois_

- 3ème activité : ■ aucune _ ■ une fois _ ■ deux fois _ ■ plusieurs fois _
- Combien de patients ont-ils échangé la parole avec l'art-thérapeute pendant la pause ou après la séance ?
 - 0-2 personnes 3-5 6-8 9-10

ACTION

- Combien de temps est consacré à l'activité d'écriture?
- Combien de temps est consacré à la relecture?
- Quelle était l'attitude du patient envers l'activité? (marquer le nombre de personnes)
 - 1ère activité : ■ passive _ ■ contemplative _ ■ active _
 - 2ème activité : ■ passive _ ■ contemplative _ ■ active _
 - 3ème activité : ■ passive _ ■ contemplative _ ■ active _
- Le nombre de couleurs ou de matériaux que les patients ont choisis. (marquer le nombre de personnes)
 - 1ère activité : ■ une couleur _ ■ deux couleurs _ ■ trois couleurs _ ■ plus de quatre couleurs _
 - 2ème activité : ■ une couleur _ ■ deux couleurs _ ■ trois couleurs _ ■ plus de quatre couleurs _
 - 3ème activité : ■ une couleur _ ■ deux couleurs _ ■ trois couleurs _ ■ plus de quatre couleurs _
- Combien de personnes ont-elles demandé de l'aide?
 - 0-2 personnes 3-5 6-8 9-10
- Le nombre de prises de parole pendant l'atelier, y compris la relecture de production (marquer le nombre de personnes)
 - aucune _ ■ une fois _ ■ deux fois _ ■ plusieurs fois _
- Le nombre de personnes qui s'est porté volontaires pour parler en public (marquer le nombre de personnes)
 - aucune _ ■ une _ ■ deux _ ■ plusieurs

PRODUCTION

- Combien d'oeuvres sont-elles produites au cours de la séance? (marquer le nombre de personnes)
 - aucune _ ■ une _ ■ deux _ ■ plusieurs
- Quelle était la quantité d'écriture ? (marquer le nombre de personnes)
 - quelques lignes _ ■ une demi-page _ ■ une page _ ■ plus d'une page _
- Y a-t-il la recherche du beau dans la production par l'écriture ? (marquer le nombre de personnes)
 - composition avec des phrases simples _
 - ajouts de quelques détails _ ■ phrases plus détaillées et explicites _
 - très approfondi dans la description (utilisation abondante d'adjectifs et d'adverbes) _
- Comment le patient parle-t-il lors de la relecture? (marquer le nombre de personnes)
 - avec une voix inaudible _ ■ avec une petite voix mais audible _
 - normalement _ ■ forte et bien articulée _

« figure 4 : la nouvelle fiche d'observations proposée par la stagiaire art-thérapeute »

c) Les items se sont regroupés en faisceaux d'items évaluants les objectifs

A partir de cette évaluation, on peut tirer trois grands faisceaux d'items: affirmation des personnes, confiance dans les personnes, engagement ainsi que deux petits faisceaux d'items sur l'humeur du patient et la relation avec l'art-thérapeute. D'abord deux faisceaux d'items se rapportant aux objectifs intermédiaires ont réuni les items qui peuvent montrer

l'amélioration dans l'affirmation des personnes et la confiance dans les personnes au niveau collectif. Ensuite il y a un faisceau d'items pour l'engagement des patients qui est lié à l'estime des personnes. Cependant, pour que l'évaluation de l'estime des personnes soit plus pertinente, il semblait judicieux de l'évaluer selon deux aspects, l'observation de l'art-thérapeute et l'auto-évaluation du patient puisque l'estime des personnes concerne à la fois le regard des autres et aussi le regard porté sur soi-même. L'évaluation de l'engagement est donc une part de l'estime des personnes qui doit être complétée par l'auto-évaluation du Bon du patient afin de mesurer convenablement son amélioration.

AFFIRMATION DES PERSONNES	A l'aise dans l'expression	temps consacré à la lecture
		fréquence de la prise de parole
		fréquence de la prise de parole volontaire
	Expression esthétique	nombre de couleurs et de matériaux choisis
		esthétique dans l'écriture
		ton de la parole

Le faisceau d'items de l'affirmation des personnes comprend deux petits groupes d'items relatifs respectivement à l'aisance de l'expression et à son aspect esthétique. Pour mesurer combien la personne est à l'aise dans l'expression verbale, les items sont retenus qui évaluent quantitativement le temps consacré à la prise de parole et la fréquence dans la prise de parole des patients. L'idée est que s'il y a plus d'occasions de parler en public, plus la personne se sentira à l'aise pour l'expression orale en public. Par exemple, l'item qui cote la prise de parole volontaire est tenu de mesurer l'attitude active des patients dans l'expression verbale. Dans l'affirmation des personnes, la nature de l'expression est aussi importante, car elle révèle les styles et les goûts particuliers du patient. Le deuxième petit groupe compte donc les items qui évaluent qualitativement l'aspect esthétique de l'expression : combien la personne essaie-t-elle de s'exprimer avec la recherche du beau dans l'écriture et la parole ? Combien de matériaux emploie-t-elle pour apporter plus diversité dans son expression ?

CONFIANCE DANS LES PERSONNES	Quantitative	temps consacré à l'activité d'écriture
		nombre d'œuvres produites
	Attitude confiante	nombre d'aides demandées
		voix du patient

Pour le faisceau d'items de la confiance dans les personnes, deux groupes d'items quantitatif et qualitatif sont retenus : l'un mesure l'aspect quantitatif de la confiance à travers le temps de l'activité et le nombre d'œuvres accomplies et l'autre essaie d'évaluer l'attitude confiante du patient par le nombre de demandes d'aide et la manière de parler. Le principe d'évaluation sur les deux aspects quantitatif et qualitatif est de voir le lien entre ces deux, en particulier de savoir si une augmentation du temps consacré à la production qui est chiffrable, contribue réellement à exécuter l'activité proposée d'une manière autonome et sûre afin de mesurer plus objectivement l'amélioration de la confiance dans les personnes.

ENGAGEMENT	Implication dans l'activité	attitude envers l'activité
		quantité de l'écriture
	Intérêt pour l'activité	nombre de personnes qui regardent l'art-thérapeute au début de la séance
		questions ou commentaires à propos de l'activité

L'engagement du patient s'évalue également selon deux aspects : l'implication dans l'activité et l'intérêt pour cette activité. Pour mesurer l'implication dans l'activité, la quantité de l'écriture et l'attitude envers l'activité sont choisies. L'item de la quantité de l'écriture est utilisé dans l'idée que si la personne est plus impliquée dans l'écriture, elle essaiera de montrer plus de chose à l'écrit. Concernant l'attitude du patient envers l'activité, il y aura seulement une distinction simple : négatif/neutre/positif pour réduire le risque d'interprétation subjective de la part de l'art-thérapeute. L'intérêt du patient pour l'ensemble de l'activité de la séance sera mesuré au début de la séance au moment où l'art-thérapeute introduit les activités qui vont se dérouler pendant l'atelier. Les questions ou les commentaires à propos de l'activité peuvent démontrer combien les patients sont intéressés par l'activité.

HUMEUR DU PATIENT	nature de la réponse (sentiment d'aujourd'hui)
	expression du visage au moment de la rencontre
RELATION AVEC L'ART-THERAPEUTE	réaction à la salutation de l'art-thérapeute
	réponse sur le sentiment d'aujourd'hui
	nombre de patients qui échangent la parole avec l'art-thérapeute en dehors du temps de l'atelier

Les faisceaux d'items de l'humeur des patients et la relation avec l'art-thérapeute ne font pas parties des faisceaux d'items des objectifs. Mais ils sont considérés comme des facteurs qui doivent être pris en compte dans le déroulement de la séance. En effet il semble important de les évaluer parce qu'ils ont un impact sur la dynamique du groupe et l'organisation des prochaines séances. L'humeur des patients sera mesurée mauvaise/neutre/bonne en faisant la synthèse des cotations des items sur la nature de la réponse(négative/neutre/positive) et sur l'expression du visage de patient au moment de la rencontre(indifférente/neutre/souriante). Le fait qu'il y a plus de paroles échangées et plus de contacts entre l'art-thérapeute et les patients, peut signifier une augmentation au niveau de l'implication relationnelle chez les patients envers l'art-thérapeute.

4. Le bilan global de la prise en charge est donné avec un avis positif

a) Le bilan se base principalement sur l'auto-évaluation des participants

A la fin de chaque séance, une fiche d'auto-évaluation a été donnée aux participants afin qu'ils puissent évaluer eux-même les différents aspects des activités. Bâtie sur la théorie du cube harmonique,³⁹ l'auto-évaluation comprend des questions dans trois catégories : le Bon, le Bien, et le Beau qui se rapportent chacun à l'intention, à l'action et à la production. L'auto-

³⁹ Richard FORESTIER, *Tout savoir sur l'Art-thérapie*(6^{ème} édition), Favre, Lausanne(Suisse),2009, p.202-203

évaluation est un processus par lequel les participants peuvent réfléchir sur leurs propres progrès en matière de comportement, de compétence et de ressenti. C'est un outil d'évaluation pertinent qui permet de connaître l'idée que les participants se font sur leurs propres productions, ce qui pourrait être complémentaire à l'observation d'une troisième personne, celle de l'art-thérapeute. Notamment, cela peut fournir à l'art-thérapeute les données de base à partir desquelles celui-ci peut établir une nouvelle stratégie en fonction des points faibles ou des points forts que les patients conçoivent eux-même. Par exemple, si le Bien est évalué plus bas que le Bon ou le Beau. La prochaine séance peut être orientée vers la promotion du côté action, en insistant sur la maîtrise de la technique ou sur la mise en action. La pratique en Humanities therapy qui s'appuie sur les propres processus cognitifs des patients, est plus favorable à ce genre d'auto-évaluation. D'abord les participants ont une capacité mentale normale pour donner des appréciations justes et cohérentes par rapport à leur pratique d'activité. Ensuite le temps d'auto-évaluation peut stimuler cette capacité mentale pour faire le point sur ce qu'ils ont accompli durant la séance et leur rappeler le contenu de l'atelier en leur donnant finalement une conscience et une compréhension accrues d'eux-même. La figure 5 présente la fiche de l'auto-évaluation .

L'AUTO EVALUTATION EN HUMANITIES THERAPY (traduction en français)

Date :

Nom et prénom :

Activités principales d'aujourd'hui :

Cochez le carré qui vous concerne

- | | |
|---|--------------------------|
| J'ai fait l'entretien et l'exposé aujourd'hui | <input type="checkbox"/> |
| Je n'ai pas pu faire l'entretien ou l'exposé | <input type="checkbox"/> |
| Mais J'ai parlé sur | <input type="checkbox"/> |
| J'ai regardé | <input type="checkbox"/> |
| J'ai écouté | <input type="checkbox"/> |
| J'ai bougé | <input type="checkbox"/> |
| Pas intéressé | <input type="checkbox"/> |

Cotation

- | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------|---|---|---|---|---|-------|
| (B1) Le plaisir que je ressens | peu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | grand |
| (B2) Je l'ai trouvé bien fait | peu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | grand |
| (B3) J'ai envie de continuer | faible | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | fort |

Conclusion

- J'ai été aidé par quelqu'un pour remplir la fiche d'auto-évaluation oui
non
- J'ai passé un bon moment pendant cette séance pas du tout 1 2 3 4 5 très
- Notes

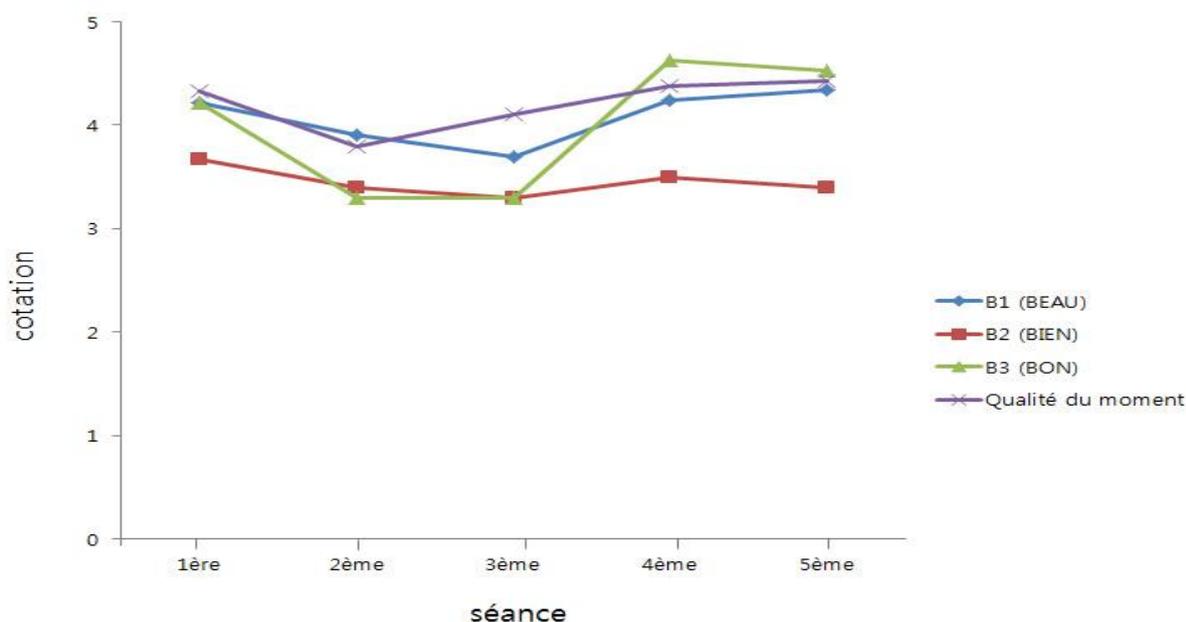
« figure 5 : la fiche d'auto-évaluation utilisée durant les cinq séances »

Le bilan a été rapporté à la stagiaire art-thérapeute trois mois après depuis la fin de la prise en charge.⁴⁰ Le bilan est donné avec une moyenne des cotations de 10 personnes sur 4 catégories : Beau(B1), Bien(B2), Bon(B3), et la satisfaction sur la qualité du moment.

	1 ^{ère} séance	2 ^{ème} séance	3 ^{ème} séance	4 ^{ème} séance	5 ^{ème} séance
B1	4.22	3.9	3.7	4.24	4.34
B2	3.67	3.4	3.3	3.5	3.4
B3	4.22	3.3	3.3	4.63	4.53
qualité du moment	4.33	3.8	4.1	4.38	4.43

« tableau 2 : la moyenne des cotations sur les 3 B et la qualité du moment du groupe de mercredi »

La stagiaire art-thérapeute a mis ces cotations en graphique pour voir facilement son évolution. La figure 6 présente des cotations des 3 B ainsi que la qualité du moment au cours de cinq séances en graphe.



« figure 6 : la graphe de l'évolution des 3 B et de la qualité du moment »

Dans le bilan, le thérapeute rapporte que les chiffres de la première séance sont plutôt insignifiants puisque les patients n'ont pas encore pu établir certains critères de leurs propres jugements et qu'ils auraient pu sentir un certain malaise en présence du thérapeute. C'est donc la tendance de la 2^{ème} séance à la 5^{ème} séance qui peut devenir des données plus exactes dans l'observation de l'évolution des participants. Concernant l'intention, leur volonté est apparue relativement basse. Mais on peut constater que cela augmente au fil des séances. Le Bien qui

⁴⁰ Cette partie s'est référée essentiellement à l'anayse du bilan d'auto-évaluation donné par le thérapeute. Il semble important de le présenter comme tel malgré quelques points dans son analyse qui ne paraissent pas très convaincants.

explique leur niveau de satisfaction sur la technique se montre continuellement bas, sans rapport avec le déroulement des séances. Le thérapeute analyse que s'ils n'ont pas pu être satisfait de leur production, c'est parce qu'il y avait la limite de l'apprentissage des techniques nécessaires pour améliorer leur capacité d'expression et de sympathie au niveau cognitif. Par contre, la satisfaction sur la qualité du moment est toujours très haute, car les participants n'ont pas assez de confiance dans leurs actions et leurs pensées. D'une manière générale, l'auto-évaluation des 3 B de la part des participants montre une augmentation légère mais tangible, même si ce changement positif n'est pas grand. Pour que la progression puisse continuer, une intervention régulière serait nécessaire. Le bilan mentionne également les difficultés rencontrées liées au bas niveau d'études des participants et à leur faible motivation quant à la participation aux ateliers : ceci obligeait le thérapeute à modifier certaines activités, en mettant plus d'accent sur l'audio-visuel plutôt que sur l'écriture.

b) Des limites de la prise en charge en Humanities therapy sont repérées

b-1) La pertinence des objectifs se fonde sur une bonne observation de l'état de base

Les limites de la prise en charge en Humanities therapy se sont révélées sur plusieurs niveaux : objectif, mise en place d'une stratégie, pratique, analyse du bilan. D'abord la prise en charge doit permettre a priori d'atteindre son objectif. Pour ce faire, il faut bien déterminer les objectifs les plus adéquats en rapport avec l'état de base et les particularités des patients, qui devraient permettre ensuite de mettre en œuvre les mesures appropriées pour atteindre le but fixé. Dans les objectifs de l'atelier en Humanities therapy, il est difficile de trouver la validité de l'état de base et le lien logique entre l'état de base et l'objectif. Parmi les trois objectifs, le premier est le renforcement de l'estime de soi chez les participants qui présentent des problèmes émotionnels et psychologiques. Cependant pour fixer l'objectif pertinent, il faut trouver les indications qui affirment s'ils ont réellement des problèmes émotionnels et psychologiques. Ensuite une véritable recherche sur les particularités des personnes en situation de pauvreté et d'exclusion doit être précédée pour discerner, au sein de l'état de base, la nature des problèmes présents et distinguer s'ils sont en lien avec la situation économique des patients ou s'ils proviennent de troubles émotionnels et psychologiques. En ce qui concerne le deuxième objectif ; les retrouvailles avec soi par le développement de ses capacités de communication, il faudrait montrer la corrélation avec l'objectif : le fait de « se retrouver » et le moyen d'y arriver : la capacité de communication, de façon à pouvoir répondre aux questions ; la capacité de communication peut-elle aider à se retrouver le soi ? Les patients montrent-ils réellement des troubles de communication ? Ou encore, qu'est-ce qui explique le fait qu'ils aient un problème de communication ? Quant au dernier objectif : l'amélioration de la volonté de retrouver l'autonomie en rétablissant la confiance en soi et le sentiment de sécurité, il semble que le rapport entre l'amélioration de la volonté de retrouver l'autonomie et la confiance en soi n'est pas très bien défini. Il en reste à savoir également ; comment le sentiment de sécurité peut-il contribuer à l'amélioration de l'autonomie ? Ce sont des choses qui nécessitent d'être éclairées. A partir d'un état de base qui ne prend pas bien en compte toutes les particularités des participants, il serait difficile de poser l'objectif qui permet

d'améliorer l'état des participants. Dans l'ensemble, en ce qui concerne les trois objectifs posés, il manque l'observation juste de l'état de base et sa justification, l'élucidation quant à la corrélation entre l'objectif et l'état de base. Il faut se rappeler que la pertinence des objectifs est primordiale afin de mieux atteindre l'objectif.

b-2) Une mise en place des moyens doit être justifiée à l'égard des objectifs

Un certain nombre de limites existe aussi au niveau de la mise en place de la stratégie. L'absence de modalités, même générales, rendait difficile le fait de mettre en place de mesures adaptées et d'avoir des repères dans l'orientation des activités. S'il n'y a pas d'explication sur le processus pour arriver à l'objectif et les moyens concrets, il devient difficile de voir le lien cohérent entre l'enjeu du programme et les objectifs généraux. Par exemple il n'est pas certain que le simple fait d'identifier l'état de soi apporte une meilleure estime de soi. Il faudrait donc préciser comment les activités autour de soi peuvent amener une amélioration de l'estime de soi et quel processus est en jeu ici. De plus, sans véritable stratégie établie au préalable, il est compliqué de mesurer l'impact des activités sur les participants. En général l'estime de soi peut s'acquérir par la valorisation des capacités. Or la méthode employée en Humanities therapy consistait principalement à se rendre compte de ses processus cognitifs afin de changer de perspective sur soi. Pour la plupart des personnes qui ont souffert du sentiment d'être nul à l'école comme dans la société, la mise en place d'un atelier ressemblant fortement à une classe d'école où un professeur prétend y donner un cours pour leur apprendre une autre manière de voir le monde et de comprendre la vie, risque de renforcer ce sentiment. Cela peut leur rappeler qu'il y a encore des choses qu'ils connaissaient pas, sous entendu qu'ils sont responsables de leur souffrance par méconnaissance. Les cours donnés avec des références telles que ; le professeur de Havard, Jean Cocteau, tel psychologue ou philosophe célèbres etc, peuvent faire sentir aux participants qu'ils sont inférieurs face à ces personnes dont la réputation n'est plus à faire. Il peut y avoir la prise de conscience de la part des participants, de l'écart trop grand entre leur situation et celle de ces personnes de grande qualité. Toutes ces conditions ne provoqueraient-elles pas plutôt un sentiment d'infériorité ou une frustration en les mettant dans une situation dévalorisante? Cela risque d'aller à l'encontre de l'objectif qui est retrouver l'estime de soi. D'ailleurs l'assistance sociale a raconté à la stagiaire art-thérapeute que les participants se sentent contrariés et refusent même parfois de participer à l'atelier. La stagiaire art-thérapeute pense que ce sentiment de gêne n'est pas sans lien avec la mise en cadre de l'atelier de façon scolaire. En plus ce sont des gens d'un certain âge qui doivent avoir leur propre vision des choses après tant d'années d'expériences et d'événements vécus. Le fait de donner aux participants des cours sur le sens de la vie ou sur la quête du bonheur au lieu de prendre compte leur vision du monde, ne risque-t-il pas de contribuer à leur donner l'impression qu'ils sont dans l'erreur? Derrière ces activités, la mise en cadre laisse entendre sans cesse qu'ils ont laissé échapper encore quelque chose et qu'ils ont tort de penser ainsi. Par conséquent cela peut accentuer une dévalorisation déjà présente dans leur existence.

b-3) Un certain nombre de thèmes doit être abordé avec une prudence

Il faut une certaine prudence dans le choix des thèmes évoqués lors des ateliers. En effet pour des personnes qui ont certainement dû vivre de grandes difficultés financières, le jeu de dépense d'argent imaginaire dont l'intention est d'enseigner la vanité de la richesse matérielle peut être inapproprié, voire même blessant puisque c'est justement le manque d'argent qui a engendré les difficultés sociales et qui les a conduit dans cet atelier. Considéré comme la principale cause de leur malheur, ce serait peut-être de l'argent dont ils pensent à avoir le plus besoin pour résoudre leur problème. Un sujet comme « l'argent ne fait pas le bonheur » doit être abordé avec beaucoup de précaution lorsqu'il est proposé à des personnes en grande précarité. Aborder ainsi un sujet délicat, source de souffrance pour les participants, risque d'influencer négativement le cheminement vers l'objectif.

b-4) L'esprit d'analyse est une qualité demandée au thérapeute

Une limite dans l'analyse du bilan semble être survenue à partir d'une certaine confusion entre l'état de base et la difficulté rencontrée. Dans le bilan de la fin de prise en charge, le bas niveau d'étude des patients et leur faible motivation se sont révélés comme difficultés pour les initier à l'écriture, ce qui a justifié la raison pour laquelle le thérapeute a dû réduire les activités d'écriture pour consacrer plus de temps aux activités audio-visuelles. Dans l'analyse d'auto-évaluation, il a également expliqué que la difficulté d'apprentissage des techniques sur une courte durée a engendré une faible amélioration du Bien. Or le bas niveau d'étude et l'absence de formation sont parmi les caractéristiques assez fréquentes chez les personnes en situation de pauvreté. Il était évident depuis le début que l'atelier allait viser des gens peu instruits. Le bas niveau d'étude des participants doit donc être considéré comme faisant entièrement partie de l'état de base à partir duquel se fonde la stratégie. L'atelier accordant une grande importance à l'activité d'écriture en rapport avec l'objectif, il aurait fallu commencer par des exercices facilement abordables pour les participants. En effet c'est par l'action qu'on peut faire valoir les capacités, en particulier leurs capacités existantes. L'écriture qui est facile à exploiter en tant qu'acte quotidien et familier aurait pu être utilisé comme le moyen le plus adapté afin d'encourager les participants à faire ce dont ils sont le mieux capable. De la même façon, la difficulté d'apprentissage sur une courte durée ne doit pas être posée comme limite ou difficulté, car le nombre de séance faisant partie du cadre dans lequel se déroule l'atelier, a été défini avant le commencement de la prise en charge. Il aurait donc été envisageable de mettre en place une stratégie permettant d'acquérir une technique dans une courte durée, afin d'atteindre l'un des objectifs fixés : la confiance en soi. L'acquisition de la technique est donc un point sur lequel le thérapeute aurait dû travailler plus en amont au lieu de la considérer comme une difficulté à surmonter en aval. En aucun cas les patients ne doivent être considérés comme responsables du fait ne pas avoir atteint l'objectif fixé par le thérapeute. D'où la nécessité de la compétence et du talent du thérapeute dans l'évaluation et son analyse. Ce rôle du thérapeute est très important dans la mise en place d'une stratégie pertinente permettant de bien repérer les difficultés et de les résoudre au cours du déroulement des séances.

b-5) Le corps physique est un élément aussi important dans la prise en charge

Une dernière limite est observée au niveau du concept de Humanities therapy dont la méthode réside dans l'exploitation du processus cognitif. C'est la raison pour laquelle les notions philosophiques comme la valeur des Humanités, la conscience, l'essence du bonheur, et le sens de la vie sont devenues les thèmes principaux et la méthodologie consiste à instruire les patients en s'appuyant essentiellement sur les capacités cognitives. Dans cette perspective-là, l'aspect physique de l'être humain semble être oublié malgré son importance en tant qu'organisme de perception et sujet qui entreprend les actions. Quand on éprouve la satisfaction et le plaisir, ces sentiments passent également par le corps physique en manifestant des signes au niveau physiologique. La motivation n'est pas l'intention qui ne concerne que le mental, il lui faut aussi un corps plein d'énergie qui soit prêt à passer à l'action. Les participants qui souffrent de la pauvreté sont probablement des personnes qui auraient perdu le goût de la vie, le plaisir de vivre, la sensation d'être vivante à cause de la condition défavorable. Les notions telle que la conscience, le sens de la vie, ou l'introspection sont des termes trop abstraits pour pouvoir saisir le lien direct avec leur vie quotidienne. En revanche, la stimulation du corps physique pourrait apporter des sensations plus immédiates et plus directes. Il faudrait un moyen pour amener ces notions au corps physique afin de les percevoir à travers tout le corps. Lorsqu'on s'approche du bien-être de l'homme, il faut appréhender le corps dans son ensemble, l'aspect mental comme l'aspect physique. Malheureusement, la pratique en Humanities therapy aurait tendance à oublier l'importance de cet équilibre.

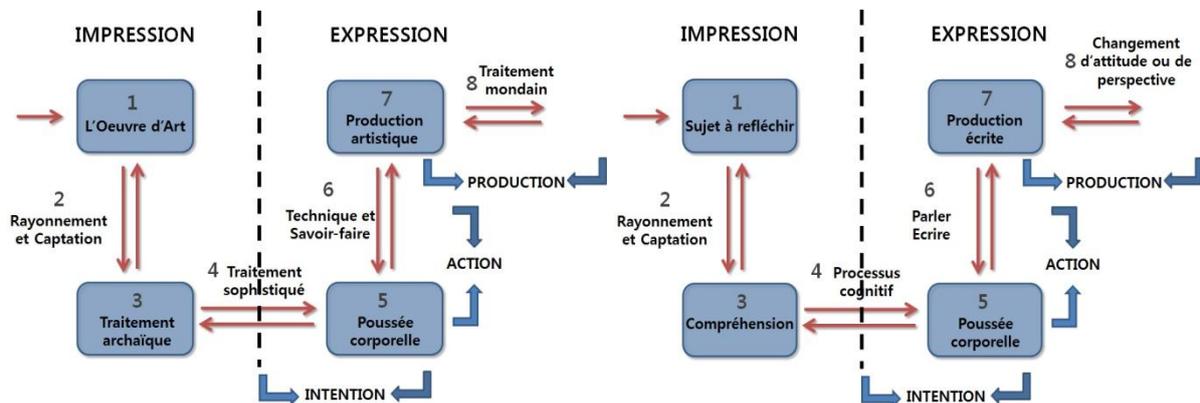
c) L'Art-thérapie peut contribuer à remédier aux limites remarquées

c-1) Les modalités en Art-thérapie peuvent donner une idée dans la mise en place de la stratégie thérapeutique chez Humanities therapy

L'Art-thérapie emploie des modalités spécifiques dans la prise en charge: la stratégie thérapeutique, l'évaluation, le bilan. La stratégie thérapeutique basée sur l'opération artistique est un plan que l'art-thérapeute établit pour organiser l'activité artistique au regard des pathologies des patients et de l'objectif fixé. En particulier elle consiste à exploiter le processus de l'activité artistique en faisant le lien avec le mécanisme humain qui va de l'impression à l'expression.

Humanities therapy qui ne dispose pas de protocole établi pouvant s'appliquer d'une manière générale à des pathologies de vaste échelle, pourrait s'inspirer du modèle de stratégie en Art-thérapie pour que sa pratique puisse s'effectuer avec une méthode cohérente et structurée. Il serait peu réalisable d'appliquer la stratégie thérapeutique de l'Art-thérapie à celle de Humanities therapy de façon identique puisque la stratégie en Art-thérapie est fondée sur l'opération artistique qui reconnaît une volonté esthétique chez l'être humain. Pourtant Humanities therapy pourrait emprunter l'idée de base sur laquelle l'opération artistique s'appuie, c'est-à-dire le fonctionnement du mécanisme humain d'impression et d'expression, une règle générale, valable pour tout le monde en matière d'activité d'expression. En effet le

processus général d'activités humaines passe par l'intention, l'action et la production. La mise en place d'une stratégie basée sur ce mécanisme humain permettrait au thérapeute de Humanities therapy d'avoir un outil plus pertinent pour percevoir le problème du patient et pour discerner le lien entre le problème présent et l'objectif à atteindre. Elle pourrait devenir une méthode de base à partir de laquelle le thérapeute va adapter de façon plus concrète et adéquate les différents cas lors de la prise en charge. La figure 7 montre le modèle de l'opération artistique et son application au mécanisme de pratique en Humanities therapy.



« figure 7 : modèle de l'opération artistique appliquée à la pratique en Humanities therapy »

c-2) Humanities therapy peut s'inspirer du rôle de l'art-thérapeute dans ses prises en charge

L'Art-thérapie ne considère pas la relation entre l'art-thérapeute et les patients comme une relation hiérarchique tandis que l'atelier en Humanities therapy présuppose inévitablement par sa nature une relation verticale entre le thérapeute et les patients, c'est-à-dire entre celui qui connaît et ceux qui ne connaissent pas. En effet il y a le thérapeute qui se présente comme quelqu'un qui a certaines connaissances à apporter aux patients qu'ils ne sont censés avoir. De ce fait, les activités axées principalement sur l'apprentissage d'une nouvelle manière de réfléchir en forme de cours présupposent l'état inférieur des patients. Cette prise de position risque d'opérer négativement, en particulier lors de la prise en charge des gens en situation de pauvreté qui doivent se sentir dévalorisés, et le sont souvent dans la société. Par contre, le rôle principal de l'art-thérapeute n'est pas d'instruire les patients ou de leur transmettre un savoir. Bien que l'apprentissage d'une technique soit essentiel dans l'Art-thérapie, son but n'est pas l'acquisition de la technique en soi mais plutôt la confiance dans son action par une meilleure maîtrise de la technique, ou la satisfaction par une production bien réalisée. Par exemple pour les personnes qui souffrent d'une faible estime de soi, l'art-thérapeute ne va pas prendre des mesures qui visent à leur faire comprendre pourquoi ils sont arrivés à avoir une basse estime de soi, et à découvrir quels seront les moyens d'y remédier comme Humanities therapy le préconise. En revanche, l'art-thérapeute va prendre d'autres voies au lieu d'attaquer directement la question susceptible de les mettre en difficulté. Par exemple, en ce qui concerne les personnes en situation de pauvreté, les moyens en Art-thérapie consisteraient plutôt à les inciter à s'exprimer ou à passer à l'action à travers les activités artistiques afin de leur permettre de se revaloriser. En somme le rôle de l'art-thérapeute n'est pas de faire acquérir aux patients des connaissances sur la cause de leur problème et de leur donner des

solutions, mais de les amener petit à petit à sortir de son état de souffrance en renforçant la partie saine. En empruntant des chemins détournés, il guide progressivement les patients vers l'objectif.

c-3) L'Art-thérapie stimule le corps physique

L'objectif de l'atelier en Humanities therapy affirme que donner l'occasion de se retrouver avec soi aux personnes en situation de pauvreté va leur permettre de retrouver leur estime de soi. Pourtant une question se pose : la réflexion introspective pourrait-elle conduire à une meilleure estime de soi ? L'estime de soi est un jugement qu'on se donne, permettant de se percevoir comme quelqu'un d'important dont les qualités sont mises en avant. C'est lors qu'on devient plus conscient de ses comportements et ses paroles qu'on s'aperçoit mieux de ses qualités. Or la réflexion introspective qui consiste à se souvenir du passé risque d'évoquer de mauvais souvenirs pour ces personnes, ce qui apporterait plutôt un sentiment négatif sur soi. Il ne faut pas oublier que la perception de soi passe par le corps physique : les aspects tactile, visuel et auditif sont autant d'éléments importants que la cognition dans l'estime de soi. Le corps physique peut donc jouer un rôle essentiel pour la valorisation de soi. Ainsi l'activité en l'Art-thérapie met en avant le corps physique tout au long du processus pour s'en rendre compte : le corps physique devient le sujet qui perçoit l'œuvre d'Art, en y étant stimulé et qui passe à l'action pour la réaliser. Il y joue une fonction active et expressive depuis l'observation de l'œuvre d'Art jusqu'à la production en passant par l'action tandis que le corps physique dans Humanities therapy reste plutôt réceptif et passif pendant les activités. Pour l'atelier en Humanities therapy dont l'objectif est le rétablissement de l'estime de soi, il aurait fallu inciter les gens à participer aux activités d'écriture pour leur permettre de prendre conscience de leur corps physique qui arrive à faire les actes et les gestes. En particulier, il aurait fallu laisser suffisamment de temps afin que les participants puissent se rendre compte de leur corps physique qui se recentre, et qui finit par réaliser un texte : par exemple, sentir les doigts bouger, les yeux se fixer, la main qui appuie sur le papier, la fluidité de la pointe du stylo qui remplit progressivement l'espace, la position droite et posée. On peut apporter également quelques variations dans la manière d'écrire pour mettre l'accent sur la stimulation de l'aspect physique du corps: une disposition de plusieurs sortes de matériaux et de supports pour un toucher différent (cela permet en même temps d'affirmer son choix), des consignes sur les gestes dans l'écriture (par exemple, écrire avec l'autre main que celle habituelle, écrire à l'envers, écrire grand en utilisant le bras). Les diverses consignes et matériaux peuvent s'opérer non seulement dans le ressenti du corps physique mais aussi dans la transformation de l'ambiance de l'atelier afin qu'elle devienne plus détendue.

c-4) Diverses activités artistiques associées peuvent faciliter la mise en écriture

De la simple phrase banale jusqu'à l'œuvre philosophique la plus complexe, toutes les compositions de lettres peuvent en réalité être désignées comme écriture. Si les participants se montraient mal à l'aise ou déintéressés, ne serait-ce dû aux sujets qui leurs paraissaient difficiles ou peu familiers pour pouvoir débiter ? Etant donné que les notions traitées pendant l'atelier avaient une connotation philosophique, il y a une forte probabilité que les patients les

considèrent comme quelque chose d'académique, et de trop éloignées de leur vie quotidienne. Aborder ces thèmes peut leur rappeler le souvenir d'échec scolaire, et susciter la peur de reproduire la même situation d'échec. De ce fait, il régnait dans l'atelier une ambiance rigide et inhibée lors que les participants devaient passer à l'écriture. Cependant, quelques activités artistiques simples peuvent faciliter l'initiation à l'écriture. Commencer par exemple, par un petit dessin qui évoque un souvenir heureux et à partir de là rédiger un petit texte pourraient paraître plus accessibles aux participants car les souvenirs étant subjectifs, une bonne réponse n'existe pas. Ils auraient moins peur d'écrire et cela leur ferait ressentir un sentiment de bonheur, une sensation agréable et plaisante. Dictier les paroles d'une chanson qu'ils aiment serait aussi facile à faire. Puisque c'est une reproduction, ils ne seraient pas tenus d'être jugés sur leur originalité ou leur créativité et en même temps la chanson stimule leur faculté auditive et peut leur faire éprouver ainsi un plaisir à l'écoute. Le fait que ce soit la copie d'une chanson qu'ils sont habitués à écouter, peut leur permettre d'entrer facilement dans l'activité. On peut aussi proposer aux participants une activité d'écriture autour d'un sujet qu'ils maîtrisent déjà bien, par exemple la cuisine, on peut leur demander de réaliser la recette d'un plat qu'ils cuisinent le mieux, en associant l'écriture et le collage des photos d'aliments. Cela peut revaloriser ce qu'ils savent déjà faire, et peut leur donner plus d'occasions d'affirmer leur goût par le choix des photos. En prenant un thème qu'ils connaissent bien, cela peut les motiver à se mettre à l'écriture. Dans les cas d'illettrisme on peut associer des activités de dessin, selon une consigne, pendant que les autres écrivent, on peut leur demander de s'exprimer par le dessin et de réfléchir ce dont ils vont parler par la suite. Comme tout le monde aura l'occasion de parler en public y compris ces personnes, l'illettrisme ne se posera pas comme une difficulté dans le déroulement de l'atelier. Ainsi diverses activités empruntées à l'Art peuvent amener les participants à se mettre à l'activité d'écriture avec plus d'aisance et l'enrichir par des phénomènes associés. Grâce à la diversité des activités, l'Art-thérapie a l'avantage de stimuler plusieurs facultés du corps et d'avoir plusieurs manières d'amener les gens vers une meilleure affirmation de leur goût et de leur style.

c-5) Faire valoir la subjectivité des patients, cela dépend aussi de la compétence du thérapeute

Il est important de savoir que l'exploitation des éléments des conditions définies dépend de la compétence de l'art-thérapeute. De ce fait, tous les éléments issus de la mise en cadre de l'atelier peuvent être considérés comme potentiels exploitables pour viser l'objectif. Il en serait de même pour Humanities therapy. Dans le cas de l'atelier collectif, il faut savoir employer la collectivité pour guider chaque personne vers l'objectif. Par exemple, utiliser au maximum cette condition pour s'exposer aux yeux des autres, soit par la production soit par l'expression verbale afin que les patients se rendent compte que chaque voix a une importance. Bien que l'atelier en Humanities therapy soit encadré depuis le début comme une prise en charge collective dans lequel la collectivité obligatoire était un facteur à prendre en compte lors d'élaboration de la stratégie, il y a bien une chose qui se distingue de l'idée de l'Art-thérapie dans la prise en charge. La prise en charge en Humanities therapy est penchée vers une vision globale des choses dans laquelle la subjectivité de chaque personne est enfouie.

C'est à la fois ce qui distingue Humanities therapy de l'Art-thérapie et ce qui constitue une de ses limites. En effet en Humanities therapy, l'observation, l'évaluation et le bilan ne peuvent se faire que d'une manière générale. Même s'il y a une mesure objective qui évalue la souffrance des personnes en situation de pauvreté, l'ambiguïté est bien présente, car chaque personne ressent et accepte différemment sa situation. Il y a donc un aspect subjectif à prendre en compte. Ce point est de grande importance, car c'est l'aspect subjectif de chaque patient que l'Art-thérapie prend en considération en particulier avec un regard plus positif et relatif, lors de sa prise en charge. Et c'est en fonction de la situation propre du patient que le choix d'un objectif et d'une stratégie spécifique se fait dans le but d'amener les patients à manifester sa subjectivité. Certes, ce choix adapté aux particularités de chaque patient doit être justifié par une réflexion méthodologique fondée sur les données objectives qu'on peut obtenir sur le patient. Pour la prise en charge en Humanities therapy, la mise en valeur de la subjectivité du patient doit être considérée comme un élément important auquel le thérapeute doit porter son attention pour pouvoir l'exploiter dans une situation donnée.

III. L'INTEGRATION DE HUMANITIES THERAPY OU D'ART-THERAPIE PEUT ETRE EFFICACE POUR RAMENER VERS L'AUTONOMIE LES PERSONNES EN DIFFICULTE DE REINSERTION PROFESSIONNELLE

A. L'Art-thérapie et Humanities therapy se rejoignent dans le concept et la pratique

1. L'Art-thérapie et Humanities therapy se réfèrent à l'homme en tant que sujet

L'histoire de l'Art témoigne que les hommes se sont toujours servis des objets d'Art pour manifester leur existence dans la société comme dans leur vie. C'est un moyen à la fois universel et personnel par lequel les hommes puissent se rendre compte qu'ils appartiennent à la communauté humaine tout en manifestant leur propre personnalité. Par l'activité artistique, l'homme peut avoir un sentiment global qui est capable d'unir les hommes tout en préservant à chacun son caractère d'individu unique. Ce lien inéluctable entre l'Art et l'homme est devenu un point de départ dans l'exploitation de l'Art à des fins thérapeutiques. A partir de cette idée de fond, l'Art-thérapie relie sa façon d'appréhender l'Art à la vie humaine en voyant dans l'Art un instrument pour rendre cohérents les valeurs existentielles de l'homme. L'Art peut ainsi rappeler à l'homme le sens de son existence en lui redonnant le goût à la vie et en retrouvant sa volonté de vivre. Or il y a des situations dans lesquelles l'homme ne trouve plus le sens de sa vie. Et ce genre de situation est souvent produite lorsque l'être humain est atteint d'une telle souffrance qu'il en perd sa dignité humaine. L'être humain qui est pris dans le contexte de la souffrance risque souvent de perdre sa subjectivité en se faisant traiter comme objet identifié à la maladie ou à la souffrance et considéré comme objet de soins. Il n'est pris en compte qu'en fonction de sa maladie et de son handicap au détriment de ses sentiments de ses intentions, de ses goûts, en somme l'expression de sa personnalité. L'Art-thérapie fixe son regard sur cette particularité de l'homme enfouie dans la souffrance et essaie de la faire surgir à travers l'activité artistique en satisfaisant le besoin d'expression esthétique chez l'homme. Les particularités relevées par l'activité artistique peuvent devenir une piste dans l'orientation de sa vie. L'effort que l'homme se donne pour vivre en harmonie avec sa subjectivité fait que l'homme devienne le sujet de sa vie. C'est parce que l'Art-thérapie voit chez l'homme une capacité d'ajuster sa subjectivité à son milieu de vie à travers l'activité artistique. L'homme qui est capable d'affirmer ses valeurs personnelles pourrait avoir le pouvoir de ne plus être conditionné par la souffrance. L'Art peut ainsi se réaliser dans toutes les dimensions de la vie. Dans le cas de Humanities therapy qui a pour objectif la promotion de la santé mentale, on s'intéresse en particulier aux personnes qui risquent d'avoir des troubles mentaux et émotionnels causés par les méfaits d'une société de plus en plus marquée par la technique. Ces troubles s'entendent ici d'une manière générale, en indiquant l'ensemble des souffrances liées à un sentiment de mal-être, plus précisément les troubles de la communication, l'exclusion sociale, la crise existentielle et la difficulté d'affirmation du soi.⁴¹ Étant donnée qu'il y a une interdépendance entre le corps et la cognition, les processus

⁴¹ Keon-Sang YU, *A case study on Humanities Therapy to improve the Happiness of a middle-age Woman*, Studies in Humanities n°33, p. 481. Récitation sur public visé en Humanities therapy, tirée de l'ouvrage, Institute for humanities and sciences(édition de), *Humanities therapy*, Kangwon national University Press, 2009

sensoriels, moteurs et perceptuels influencent les pensées, les sentiments et les comportements de l'homme. De la même manière, cette interaction peut se jouer au niveau social, entre l'homme et la société. Certains facteurs externes influenceraient alors sur le fonctionnement de corps et de l'esprit de l'être humain. Lorsqu'il y a déséquilibre ou rupture dans cette interaction, cela peut créer une incompatibilité de la subjectivité avec les manières de vie imposées par le fonctionnement institutionnel social et culturel d'une société.⁴² Le développement de la technologie et le système sociétal de plus en plus complexe amèneraient la perte des valeurs humaines et l'absence de communication, ce qui isole l'homme de son environnement dans lequel il aurait dû vivre en accord. La définition de bonne santé chez Humanities therapy se réfère ainsi à l'homme qui est en mesure de répondre aux contraintes de son environnement et qui arrive à concevoir sa propre manière de vie qui à la fois lui convient et constitue des réponses à ses contraintes. Chez l'Art-thérapie comme Humanities therapy, l'homme qui mène sa vie en tant que sujet peut avoir la capacité d'approprier la condition de sa vie pour qu'il puisse manifester sa subjectivité. L'épanouissement de l'homme n'est rien d'autre que pouvoir vivre en accord avec sa nature en toutes circonstances.

2. L'Art-thérapie et Humanities therapy exploitent le potentiel artistique

Le potentiel artistique est à la fois le contenu et l'élément de base qui soutient l'ensemble du processus de l'activité artistique dans la prise en charge. Le potentiel artistique extériorisé par l'expression artistique est entendu comme deux catégories de l'Art. L'une s'appelle l'Art I, en s'agissant de l'expression pure qui apporte une gratification sensorielle, un plaisir sensorimoteur. L'autre est l'expression orientée vers l'esthétique qui peut procurer un plaisir au niveau physique et également au niveau mental. Il est nommé l'Art II. Dans la partie visible de l'activité artistique qu'on nomme aussi « le phénomène artistique », il y a trois phases d'expression : intention, action et production à travers lesquelles le potentiel artistique va s'exploiter différemment. Dans la phase de l'intention, le potentiel artistique se rapporte à l'intention esthétique du patient. Le rôle de l'art-thérapeute ici est de faire tendre l'expression du patient vers le beau.(Art I→Art II) Pour l'étape action, c'est le côté technique du potentiel artistique qui sera développé pour avoir une bonne maîtrise dans la réalisation d'une œuvre d'Art. L'aspect visé est que le patient puisse se dire que c'est bien fait. Pour l'étape de production, le potentiel artistique se penche sur le goût esthétique qui permettra au patient d'avoir son propre jugement. Ainsi l'exploitation du potentiel artistique devient la clé tout au long de la prise en charge en Art-thérapie. Bien que Humanities therapy, avec son objectif général d'améliorer la capacité de réfléchir adopte plutôt le moyen intellectuel, Humanities therapy a également recours au potentiel artistique des patients. L'écriture est employée dans la prise en charge non seulement pour la stimulation de la capacité intellectuelle mais aussi pour son côté artistique. La fiction, le récit biographique, le poème sont dans l'usage littéraire de l'écriture des possibilités à travers lesquelles le patient peut exprimer librement ses pensées

⁴² Young E. RHEE, *La pratique et la théorie d'Humanities therapy*(traduction en français du titre original coréen), présenté dans The 2nd World humanities forum, nov. 2012, Pusan(Corée), p.532-545. L'auteur s'appuie sur « theory of embodied mind » la théorie d'embodiment ou d'incorporation en français, le concept de psychologie cognitive.

et ses sentiments. Outre l'écriture qui est le principal moyen, Humanities therapy utilise d'autres activités artistiques comme le dessin, le cinéma et la photo. Mais contrairement à l'Art-thérapie qui place l'activité artistique au centre de la prise en charge pour l'exploitation du potentiel artistique dans ses divers aspects, le potentiel artistique chez Humanities therapy est employé uniquement pour une fonction d'expression au sens propre du terme. A travers l'expression artistique, les patients se libèrent de ses sentiments qu'ils n'arrivent pas à verbaliser. C'est l'aspect cathartique de l'expression qui est mis en avant. L'expression artistique est utilisée dans le but de se rendre compte de ses propres sentiments et de son état émotif. En somme cet acte permet de prendre conscience de son intériorité. Par exemple, en regardant un film qui décrit la même situation que le patient affronte, le patient peut définir ses sentiments qui envahissaient son existence et qui étaient jusque-là un vague sentiment de mal-être. Par le déploiement des mots dans l'écriture, le patient peut se rendre compte de ses émotions qui le dominent. Le potentiel artistique ainsi utilisé est d'une grande importance dans le processus de prise de conscience de soi. Dans Humanities therapy comme dans l'Art-thérapie, il joue une fonction vitale dans la prise en charge.

3. L'Art-thérapie et Humanities therapy sont des processus de prise de distance entre le sujet et son extérieur

Toute activité artistique implique l'action d'un sujet. De fait, il y a une tendance à identifier la production à son auteur. Bien que l'activité artistique est l'expression subjective du sujet qui relève de sa personnalité, elle entraîne pourtant et nécessairement une forme de distinction par rapport à soi-même, c'est-à-dire la forme qui véhicule une intention. Dès qu'il y a intentionnalité, il y a une relation sujet-objet qui se crée. Cette distinction produit une certaine distance dans laquelle il peut y avoir une dynamique entre le sujet et l'objet. La dynamique dans l'activité artistique qui se joue entre l'intention du sujet et le sujet lui-même peut s'élargir vers le projet et le goût portant sur le dispositif de l'action, de l'expression et de l'appréciation. L'activité artistique qui figure le processus de l'individualisation subjective peut devenir un processus de prise de distance entre le sujet et son expression. Ce processus peut aussi s'opérer entre l'homme et l'œuvre d'Art. Dès qu'une œuvre d'Art apparaît dans le champ de captation de l'homme, l'espace est automatiquement créé entre l'œuvre d'Art et l'homme, ce qui laisse la possibilité d'une interaction de rayonnement et de captation entre les deux. Cette dynamique jouée dans l'activité artistique qui permet de créer un rapport à soi, un processus relationnel continu entre l'œuvre d'Art et l'homme, entre le soi et la forme, entre le sujet et sa production, amène finalement une prise de distance entre le soi et son extérieur. Une reconnaissance de la distance avec l'autre peut amener l'homme à l'idée qu'il puisse y avoir une distinction entre lui et sa souffrance. La distinction peut devenir plus apparente lorsqu'il y a une différenciation à l'intérieur de l'homme entre ce qui fonctionne et ce qui ne fonctionne pas. Le sujet s'éprouvant affectivement comme souffrance peut prendre désormais une certaine distance avec elle. Humanities therapy s'intéresse également à l'objectivation de la souffrance par une prise de conscience. La souffrance est parfois si intense qu'elle se présente de manière globale, confuse, demeurée au niveau du ressenti où manifestée par des émotions sans être encore parvenue au niveau logique. Toute l'attention est alors centrée sur

la pénibilité de la situation et la douleur envahit complètement le champ de la conscience. Le fait d'en parler ou d'écrire permet d'avoir une certaine distance et cela devient la première étape de Humanities therapy. Le patient peut écrire sur la situation malheureuse, le désespoir, la douleur, le dépassement. Le simple fait de partager ce que le patient vit, de le mettre en mots peut aider à objectiver sa souffrance et la mettre un peu à distance. Lorsque la souffrance ou le problème auxquels le patient doit faire face sont extériorisés, ils deviennent des objets extérieurs avec lesquels il peut prendre ses distances pour les examiner et les décrire. En étant objet de réflexion, le patient peut voir plus clairement la situation et mieux la comprendre.

B. Il existe des divergences entre l'Art-thérapie et Humanities therapy

1. Humanities therapy s'appuie essentiellement sur la faculté intellectuelle

L'efficacité de pratique en Humanities therapy dépend de la capacité intellectuelle du patient. Cela présuppose que le patient doit être capable de suivre le processus cognitif depuis la prise de conscience de ses problèmes jusqu'à la recherche de solutions. Cette capacité se rapporte au niveau de raisonnement et d'apprentissage du patient. L'aspect relatif à la connaissance reste donc un point important dans Humanities therapy. Pour ce faire, il faut que le thérapeute assume le rôle de guider le patient vers la prise de conscience de soi afin d'arriver finalement à la résolution de ses problèmes. C'est la raison pour laquelle un travail intellectuel tel que l'écriture est privilégiée comme moyen principal dans la prise en charge. L'écriture peut donner le temps de l'introspection des expériences passées. Et la réflexion sur soi à travers l'écriture permet de revoir ses propres actes d'un point de vue plus large et de clarifier les idées confuses.⁴³ La pratique en Humanities therapy peut être inspirée de la réflexion philosophique. Par exemple, le schéma de «l'inférence pratique» aussi appelé le syllogisme pratique de G. H. von Wright⁴⁴ est introduit. L'idée consiste en ce que l'action humaine se dote d'un caractère intentionnel, ce qui le distingue des événements naturels. De ce fait elle doit être décrite ou expliquée en fonction de son intention. En effet, expliquer une action, c'est donner une réponse à la question de savoir pourquoi elle a été accomplie. Cette réponse indique ce en vue de quoi le sujet a accompli cette action, la fin qu'il voulait obtenir. Cette fin est l'objet de son intention. L'action peut être expliquée en indiquant que le sujet avait l'intention de parvenir à une certaine fin et qu'il croyait ne pouvoir la réaliser qu'en accomplissant cette action. Cette logique peut être simplifiée ainsi.

X a l'intention de réaliser P

X croit qu'à moins de faire A, il ne peut réaliser P

C'est pourquoi X se met à faire A⁴⁵

« X=sujet P=objectif A= moyen d'arriver à l'objectif P »

⁴³ Sung-mi JUNG, *Healing writing for women immigrant for marriage : The case study for Humanities Therapy*, Journal of Multi-Cultural Contents Studies, n°10, 2011, p.85. L'auteur se réfère à l'ouvrage de Sheppard B. KOMINARS, *Write for Life: Healing Body, Mind, and Spirit Through Journal Writing*.

⁴⁴ Georg Henrik von Wright est un philosophe finlandais du courant de la philosophie analytique.

⁴⁵ Marc NEUBERG, *Expliquer et comprendre. La théorie de l'action de G. H. von Wright*, Revue philosophique de Louvain, 1990 n°77 p.48-78

L'une des pratiques en Humanities therapy⁴⁶ se base sur ce raisonnement pour établir la stratégie thérapeutique qui est constituée de quatre étapes. La première étape décrit la situation du patient sous trois aspects : état physique, état mental, état social. La seconde étape consiste à savoir l'intention, le but et le désir du patient, plus concrètement en répondant aux questions : 'Est-ce que P est un réel objectif à atteindre?', 'P ne serait pas l'objectif intermédiaire pour réaliser une autre chose?', 'Est-ce que cela vaut la peine de rechercher P?' Dans la troisième étape, le thérapeute aide le patient à réfléchir à la justesse de son intention par rapport aux normes sociales et aux valeurs morales. Il aide aussi le patient à chercher un moyen concret pour réaliser son objectif. La quatrième est une étape de vérification pour savoir si le moyen de la troisième étape était une solution pertinente. Cette modalité a été appliquée aux cas de jeunes soldats présentant une difficulté d'adaptation durant leur service militaire et qui ont été mis pour cette raison en observation spécifique. On regardera en détail comment cette modalité est utilisée dans la prise en charge à travers l'étude de cas d'un jeune militaire de 23 ans qui avait du mal à s'adapter à la vie en caserne.

Constat de base

M veut rétablir son honneur.

M croit ne pouvoir rétablir son honneur qu'en se suicidant.

M fait donc une tentative de suicide.

1ère étape

Etat physique : il a dû mal à suivre l'entraînement à cause de son faible état physique.

Etat mental : il a exprimé l'envie de faire une tentative de suicide.

Etat social : il est exclu par ses camarades dûs à ses mauvaises notes à l'entraînement. Il est souvent en conflit avec d'autres. Il a peu de lien avec sa famille.

2ème étape

Le but de M est de finir son service militaire sans causer d'ennuis. C'est par ce qu'il aime que le thérapeute essaie de lui faire atteindre son but. M aime le roman du genre fantastique.

3ème étape

Le thérapeute professeur pose les objectifs par rapport à son état social : socialisation de M avec ses camarades. Il essaie de lui faire comprendre la nécessité de vivre en harmonie avec les autres en lui racontant l'histoire de Robin des bois. Il lui montre ensuite un film sur un personnage qui mène une vie avec un esprit positif et social. Persuadé par le message du film, M choisit le moyen pour arriver au premier objectif : aborder par la parole la personne avec lequel il a décidé de faire effort pour devenir proche. Le deuxième objectif que le thérapeute propose à M est de renouer le lien avec sa famille. Pour ce faire, écrire une lettre à la famille a été adopté comme le moyen le plus pratique .

⁴⁶ Young E RHEE, *La pratique et la théorie de humanities therapy* (traduction en français du titre original coréen), présenté dans The 2nd World humanities forum, nov. 2012, Pusan(Corée), p.532-545. On présente ici un exemple de la pratique en Humanities therapy qui s'inspire de la pensée philosophique afin de voir comment un raisonnement philosophique est appliqué dans la prise en charge.

4ème étape

La prise en charge n'a pas pu aboutir jusqu'à la dernière étape où le thérapeute devait discuter de la pertinence de l'objectif et des moyens proposés avec M. Mais il a eu des nouvelles que M a bien terminé son service militaire et a décroché un premier travail.

Contrairement à l'Art-thérapie qui implique l'ensemble du mécanisme humain et qui accorde pour cette raison une importance égale à toutes les facultés mentales et physiques du corps, Humanities therapy utilise en général la faculté intellectuelle pour conduire le patient à un changement de perspective à travers le processus cognitif. Etant donné que cela cible directement le domaine de la connaissance, il peut y avoir un effet positif immédiat pour ceux qui se rendent compte de leur état et qui veulent l'améliorer. En effet, en s'appuyant sur la faculté intellectuelle des patients, le processus de cognition leur permet de saisir plus facilement le fond du problème. Il est plus aisé de faire susciter chez le patient l'envie d'améliorer son état ou de résoudre un problème en permettant de comprendre directement l'enjeu et le processus de la prise en charge. Cela peut également aider le patient de s'engager plus activement dans l'action.

2. Le fondement de Humanities therapy est basé sur la théorie de la communication⁴⁷

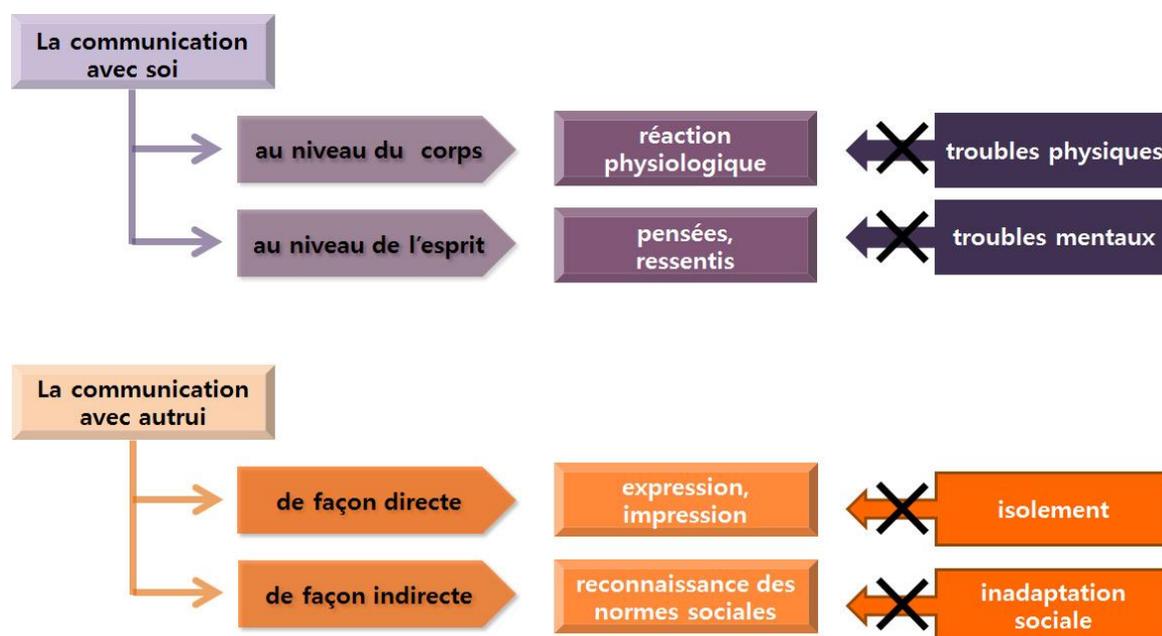
Humanities therapy dont la pratique est la composante centrale de cette nouvelle discipline dit avoir emprunté l'idée de son fondement chez les grandes théories de la psychologie dans le but de traiter avant tout des cas pratiques de gens face à leur souffrance. Cette idée de départ justifierait son orientation vers le domaine psychologique pour établir la théorie de base par son aspect pratique au lieu de prendre une approche conceptuelle sur l'homme. Plus particulièrement ils s'intéressent à la question d'isolement, un des problématiques qui préoccupent l'homme dans la société moderne qui devient de plus en plus individualiste. Humanities therapy voit que l'isolement se produit lorsque la communication est rompue entre l'homme et l'environnement qui l'entoure. C'est un des facteurs qui menace le bien-être de l'homme. L'homme isolé ou exclu ne peut pas atteindre l'état complet de bonne santé même si toutes les conditions matérielles et physiques nécessaires sont mises en place. Humanities therapy considère ainsi l'absence de communication comme la cause principale de souffrance chez l'homme. Défini en tant qu'être qui désire constamment communiquer, l'homme disposerait d'une libido⁴⁸ de communication dans sa quête du bonheur. La notion de communication⁴⁹ ne se limite pas ici à la transmission du message ou à la conversation entre les individus mais se focalise sur la fonction de relier l'homme à la communauté à laquelle il

⁴⁷ Basée sur l'article d'Ikjin KIM, *La théorie de Humanities therapy et sa méthodologie*, cette partie a pour but de présenter une des théories du fondement chez Humanities therapy telle qu'elle est. Le lecteur comprendra qu'il y a certains points qui ne sont pas partagés avec le point de vue de l'Art-thérapie. Par exemple la communication intérieure avec soi est un concept imprégné du courant psychanalytique dont la démarche est nettement distincte de celle de l'Art-thérapie.

⁴⁸ Libido est utilisé au sens propre du terme qui vient du latin en désignant le désir. (*Ibid*)

⁴⁹ Au delà d'une acception courante du terme « communication » qui désigne généralement le processus par lequel une personne (ou un groupe de personnes) émet un message et le transmet à une autre personne (ou groupe de personnes) qui le reçoit, la communication ici semble avoir plusieurs sens, à savoir le fonctionnement organique et physique, la relation interpersonnelle et l'interaction sociale.

appartient, elle est entendue comme une composante de première nécessité dans la vie sociale humaine. Humanities therapy retient deux modes de communication, l'une entre l'homme et son intérieur, l'autre entre l'homme et son entourage, société comprise. L'intérêt est porté particulier à la communication intérieure de l'homme, en expliquant qu'il y a plusieurs personnas⁵⁰ à l'intérieur de soi et qu'une bonne communication avec soi permettra de maintenir l'équilibre entre ces personnas. Lorsqu'il y a un dysfonctionnement de communication, l'homme va avoir un sentiment d'insécurité et l'inhibition de sa capacité de communication va l'exclure progressivement des autres et de la société. En somme l'absence de communication deviendrait le facteur principal qui altérerait le bien-être mental. Divers souffrances physiques, mentales et sociales peuvent naître à partir d'un dysfonctionnement dans le système de communication sur une grande échelle. On peut obtenir le schéma (figure8) qui montre le type de communication, son fonctionnement, et les troubles causés en cas de défaillance.



« figure 8 : le schéma de la théorie de communication »

Selon ce modèle de communication, si la communication avec soi ne fonctionne pas normalement, il y aurait une défaillance dans la perception des choses et dans la concrétisation des pensées et des ressentis. Et c'est cette défaillance qui serait l'origine de troubles physiques et mentaux. Quant à la communication avec autrui, les troubles seront produits par l'absence d'attitude de l'écoute et de la sympathie. C'est sur ces endroits-là que Humanities therapy intervient pour mettre au clair les pensées et les sentiments intérieurs et pour favoriser un climat de sympathie, de proximité relationnelle. Il est donc important dans la prise en charge en Humanities therapy de comprendre le mode de communication chez les patients pour savoir où se trouve l'origine du problème, en se centrant notamment sur la

⁵⁰ Signifiant le masque en latin, le terme « persona » est créé à partir du théâtre grec par Carl Gustav Jung pour désigner la personnalité que l'individu adopte pour tenir son rôle sociale. (*Ibid*)

capacité d'expression, la volonté d'expression, la nature de l'expression chez les patients.

3. Les modalités de prise en charge en Art-thérapie ont une importance capitale

La prise en charge en Art-thérapie repose sur les principes fondamentaux de l'opération artistique à partir de laquelle un cadre de prise en charge est strictement fixé. C'est pour cette raison qu'un rigoureux critère (indication, justification de l'emploi de l'activité artistique) est demandé dans l'observation pour poser des bases bien solides du projet thérapeutique et également dans la mise en place d'une stratégie pour organiser l'activité artistique dans un cadre thérapeutique. Bien que l'activité artistique et les items d'évaluation varient en fonction de type de pathologie et de l'objectif thérapeutique, l'opération artistique demeure comme un fondement auquel le processus de prise en charge se réfère toujours. Et le principe et la modalité d'évaluation(item, faisceaux d'items) restent également identiques. Cela donne une cohésion de la prise en charge en Art-thérapie tout en laissant la possibilité d'adapter la diversité de l'activité artistique à la singularité de chaque patient. Et cette prise en charge en Art-thérapie s'inscrit dans un travail d'équipe pluridisciplinaire puisque la place de l'Art-thérapie au sein du domaine médical et social permet à la fois de rester dans la continuité des soins et de rester dans un cadre objectif et scientifique. Ce dernier point est d'une grande importance. En effet l'Art-thérapie qui a pour objectif le bien-être de l'homme, doit être conforme au critère objectif de bonne santé qui s'entend communément dans le réseau de soins. C'est pour cela que l'aspect objectif est mis en avant au cours de la prise en charge qui risque d'être subjectif par la nature propre de l'Art. L'objectivité de l'Art-thérapie repose sur l'uniformité dans les modalités de la prise en charge et l'exigence de la méthode d'évaluation ainsi que son analyse. Dans Humanities therapy, on constate que sa pratique prend diverses formes. Il y a une diversité des modes d'intervention qui tient tout autant aux conditions de prise en charge qu'aux différentes matières des Humanités autres que l'utilisation de l'écriture dans la prise en charge. De même, le contenu et la mesure qui en découlent varient d'une pratique à l'autre. Dans l'ensemble, Humanities therapy emprunte à des modèles psychologiques pour l'indication, la stratégie et l'évaluation. Cependant parmi ces modèles, des modalités de prise en charge ainsi que ses références théoriques ont été très hétérogènes. Pour l'indication, certains se réfèrent à des tests du dessin comme test de « kinetic house, tree, person » dans lequel le patient doit dessiner une maison, un arbre, une personne et suivant la façon de les dessiner, on peut prévoir l'état mental du patient.⁵¹ D'autres utilisent le test sur le niveau de bonheur constitué d'une série de questions telle que 'quel serait votre niveau de sociabilité?', 'Êtes-vous une personne active?' auxquelles le patient est soumis de répondre ou encore un test sur le statut de l'identité personnelle inspiré de Marcia James, un psychologue américain qui évalue l'identité personnelle du patient en sept domaines: originalité, projet du futur, sociabilité, acceptation de soi, autonomie, adaptation, valeurs.⁵²

⁵¹ Keon-Sang YU, *A case study on Humanities Therapy to improve the Happiness of a middle-age Woman*, Studies in Humanities n°33, p. 481.2011.

⁵² C'est le test qui a été fait auprès de 500 personnes en difficulté de réinsertion professionnelle participants au projet d'autonomie dans la région pendant deux mois pour recueillir les données de base afin de poser l'indication qui justifie une nécessité de mise en place de l'atelier en Humanities therapy. Ikjin KIM, *Self-sufficiency and Humanities therapy*, Studies in Humanities n° 36, 2013.

Non seulement, les références du fondement théorique sont diverses en allant de la philosophie analytique aux différents courants de la psychologie comme la psychologie sociale et la psychologie positive,⁵³ mais aussi l'évaluation prend autant de formes différentes que les moyens pris au cours de la prise en charge : interprétation de l'œuvre du patient, reprise du test du modèle psychologique du début pour voir le progrès, vérification directe auprès du patient après la fin de la prise en charge. Il est difficile de constater une uniformité dans les modalités de prise en charge qui peut regrouper cette diversité sous le même nom de Humanities therapy.

⁵³ Par exemple, la théorie à laquelle se réfère la prise en charge du projet d'autonomie est inspirée de « la thérapie de la réalité » de Glasser, un psychiatre américain. Cette thérapie consiste à conduire le patient à voir sa réalité telle qu'elle est, et à l'aider à fixer un objectif réalisable dans une condition définie pour lui, afin de lui procurer un sentiment d'efficacité réelle. Ikjin KIM, *Self-sufficiency and Humanities therapy*, *Studies in Humanities* n° 36, 2013.

CONCLUSION

Le projet de Humanities therapy ne pourra acquérir toute sa force de conviction qu'une fois précisé le sens de certains éléments clés du dispositif. Tout d'abord Humanities therapy prétend proposer une méthode intégrale à travers plusieurs domaines des Humanités en vue de l'épanouissement des gens. C'est dans ce concept que la philosophie, la littérature, la linguistique et l'histoire sont réunies pour pouvoir répondre aux multiples facettes de la nature humaine. Malgré son champs d'action étendu grâce à cette diversité, sa pratique qui n'emploie que la capacité intellectuelle des patients vise un public très restreint. Il y a une part contradictoire dans sa pratique par rapport à son concept de départ. Ce point peut être un facteur qui amoindrit l'efficacité de Humanities therapy en ne pouvant s'adresser aux plus grands nombres de personnes avec leur seul dispositif intellectuel des Humanités.

Ensuite, il faudrait plus de clarification sur le public visé et sur le critère qui définit le public. Humanities therapy prend comme objet de la prise en charge des gens qui ont des troubles mentaux et émotionnels ou risquent d'en avoir. Humanities therapy met une distance avec l'institution médicale en excluant de son public des gens qui peuvent être pris en charge par les soins psychologiques et psychiatriques. Pourtant dans la définition de Humanities therapy, il apparaît le mot «soigner». Cela induit un questionnement relatif à la mise en place des conditions nécessaires: l'absence d'indication. Il n'y a pas de critères scientifiques ou un personnel professionnel adapté qui peut donner un diagnostic exact de ces troubles mentaux et émotionnels hors du cadre médical. Dans ce cas, la prise en charge ne peut être que partielle puisque l'indication est le commencement de la prise en charge. Si l'indication est absente ou mal posée, le cadre thérapeutique adapté à un certain public ne peut pas s'établir et tous les processus suivants risquent de perdre leur orientation vers l'objectif. La promotion de la santé mentale visée par Humanities therapy ne pourrait être atteinte sans le recours aux critères médicaux. Il serait question pour chaque prise en charge de savoir comment on définit ces troubles et avec quel critère objectif.

Une autre incertitude porte sur l'identité de Humanities therapy. L'homme est un être composé d'un mécanisme complexe, relevant du physique, du mental et du social, auquel s'associe des éléments externes qui mettent l'homme en interaction continue avec son environnement. Il n'y a donc pas que la dimension cognitive de l'homme. C'est pour cela qu'il serait difficile d'expliquer tous les phénomènes physiques, mentaux et comportementaux humains qu'en terme de communication, ne relevant ainsi qu'une petite partie de la réalité psychique humaine. Ces théories et modalités sont des outils psychologiques largement employés dans le domaine paramédical ou social. La question reste de savoir quelle serait la différence des coachings ou des conseils de développement personnel, qui sont très à la mode dans la société coréenne, avec l'objectif d'accompagner des gens afin de leur garantir la meilleure qualité de vie possible. Ce questionnement est directement lié à la place de Humanities therapy au sein du domaine médical et social en laissant l'ambiguïté de savoir s'il est un soin paramédical ou psychologique, ou encore s'il ne s'agit pas de formes renouvelées, voire différenciées de la protection sociale. Humanities therapy doit disposer des modalités distinctes du soin classique

qui relèvent bien des spécificités des Humanités pour affirmer son statut à part.

Au delà des nécessaires clarifications de ce dispositif, on voudrait suggérer qu'il existe des alternatives à celui-ci. En Humanities therapy comme en Art-thérapie, il ne s'agit pas à proprement parler de guérir. Pourtant les modalités de la prise en charge ont été développées pour remédier aux souffrances. Face aux difficultés telles qu'elles apparaissent dans certains genres de vie, plus particulièrement face aux souffrances qui altèrent l'existence, la reprise de la pensée en Art-thérapie semble offrir certaines ressources et certains repères. Si un simple geste de la main a un sens dans l'Art-thérapie, c'est parce qu'il y a un fondement théorique qui peut l'analyser en terme d'intention esthétique et de ressenti corporel. Ces notions propres à l'Art-thérapie sont conçues à partir des caractéristiques de l'Art en lien avec le mécanisme humain. Si l'Art peut entrer dans un cadre objectif et scientifique malgré sa nature subjective, c'est parce qu'il y a une exigence de l'objectivité dans son exploitation avec des modalités uniformes, élaborées dans le souci d'être conforme à un critère objectif et scientifique.

Il est peu contestable qu'il faut un cadre nécessaire à l'épanouissement de l'homme. Il apparaît clairement qu'il ne saurait y avoir souffrance que comme produit d'une situation souffrante, elle-même produit de l'interaction entre un sujet singulier et son environnement. L'Art-thérapie voit que la souffrance, quelques en soient les causes, serait produite par une situation dans laquelle l'être humain ne pourrait pas vivre en accord avec sa nature, c'est-à-dire de manifester ses particularités. C'est par la nature subjective de l'Art que l'Art-thérapie tente de faire exprimer la singularité de chaque être-humain afin de l'affirmer. Qu'en serait-il pour Humanities therapy, l'absence de communication serait-elle à l'origine de tous les risques éventuels de troubles? Quelles seraient les spécificités des Humanités qui auraient des fonctions thérapeutiques pour remédier à ces troubles? La question délicate est de savoir s'ils adoptent une vision globale et approfondie pour aborder la question de l'homme dans ses multiples aspects.

L'action des hommes est, à tout moment, déterminée par des causes. Elle est dictée par des motifs et est délimitée par des conditions soient internes, soient externes. Ce serait a priori une erreur d'essayer d'expliquer les causes des troubles mentaux et sociaux chez l'être humain qui présentent un caractère complexe et varié, par une théorie enracinée dans la psychologie qui a pour objectif de décrire les phénomènes de la cognition humaine. En dépit d'efforts qui ont incontestablement fait progresser la question, il serait encore difficile de dire que ce fondement théorique soit arrivé à présenter une généralité apte à être appliquée à tous les phénomènes, tous les comportements, toutes les représentations chez l'homme. En fait le regard doit plutôt se porter sur le mécanisme humain et les spécificités des Humanités à cet égard, au lieu d'essayer de trouver une règle générale qui cherche à expliquer la cause des troubles des différents phénomènes humains. Plus précisément Humanities therapy doit tenir compte du lien entre la nature humaine et les valeurs que prônent les Humanités pour bâtir sa théorie du fondement, de même que la théorie de l'opération artistique en Art-thérapie a été conçue à partir du lien entre l'activité artistique et le mécanisme humain.

Bien que Humanities therapy prétend être une discipline pratique, cette valeur pratique ne

pourrait avoir d'efficacité qu'une fois la théorie solidement bâtie. D'où la nécessité de concrétiser et de conceptualiser les connaissances des choses humaines pour que la pratique puisse s'appliquer à partir d'un fondement solide. Pour ce faire Humanities therapy devrait se tourner vers d'où ils viennent pour avoir un regard propre sur l'homme et les différents phénomènes humains. De l'esprit humain au vécu, les Humanités disposent d'une source inépuisable qui permet de décrire l'ensemble des phénomènes humains. Représentation, imaginaire, parole, action; le champ d'analyse du domaine des Humanités pourrait concerner les divers aspects de l'homme, notamment sa curiosité, sa créativité ainsi que sa réflexion à travers les observations sur l'être humain en société. C'est à l'être humain comme être vivant, parlant et agissant que Humanities therapy doit prêter son attention. A partir des connaissances sur la question de l'homme, Humanities therapy pourrait arriver à dégager des caractéristiques communes de la nature humaine en rapport avec les valeurs des Humanités pour que ces valeurs peuvent être exploitées à des fins thérapeutiques.

Cette expérience a fourni à la stagiaire art-thérapeute comme à l'institut de sciences humaines de l'université de Kangwon l'occasion de réfléchir sur l'activité artistique dans sa globalité, basée sur le modèle de l'opération artistique, et de voir la possibilité de sa mise en application dans le domaine social d'une autre culture. Dans presque tous les domaines médicaux et sociaux en Corée où l'atelier d'Art-thérapie a lieu, l'idée de l'Art-thérapie s'arrête à une interprétation du psychique du patient ou à une expression de sa créativité. La recherche sur l'Art-thérapie et la mise en place de l'atelier suivant les modalités d'AFRATAPEM permettraient d'apporter une nouvelle considération sur ce genre de soins complémentaire qui n'était perçu jusque-là que comme l'une des médiations de psychothérapie.

BIBLIOGRAPHIES

Dictionnaires

André AKOUN et Pierre ANSART(sous la direction de), *Dictionnaire de Sociologie*, Le Robert, Seuil, Paris,1999

David MATSUMOTO(editor in chef), *The Cambridge dictionary of psychology*, Cambridge university press, New York(U.S.A), 2009 [en anglais]

Alain REY(sous la direction de), *Dictionnaire culturel en langue française*, Le Robert, Paris, 2005

Hendrik VAN GORP(sous la direction de), *Dictionnaire des termes littéraires*, Honoré champion, Paris, 2001

Ouvrages

Jérôme BALLEET, *L'exclusion : définitions et mécanismes*, l'Hammaritan, Paris, 2001

Roland BARTHES, *Le plaisir du texte précédé de Variations sur l'écriture*, Seuil, Paris, 2000

Dominique BERTRAND, *Le Théâtre*, Edition Bréal, Rosny-sous-Bois(Seine-Saint-Denis), 1996

Oscar BRENIFIER, Joël COCLES, Isabelle MILLON, *L'Art et le beau*, Nathan, Paris, 2001

Louis-Jean CALVET, *Histoire de l'écriture*, Plon, Paris, 1996

Guy DUMUR (Ed), *L'Histoire des spectacles : Encyclopédie de la Pléiade*, Gallimard, Paris, 1965

Richard FORESTIER, *Regard sur l'Art, approche épistémologique de l'activité artistique :texte de la conférence à la Sorbonne*, See you Soon, Paris, 2006

Richard FORESTIER, *Tout savoir sur l'Art-thérapie*(6ème Ed), Favre, Lausanne(Suisse), 2009

Richard FORESTIER, *Tout savoir sur l'Art occidental*, Favre, Lausanne (Suisse), 2004

Guillaume LE BIANC, *L'invisibilité sociale*, Puf, Paris, 2009

Odette NEUMAYER, Michel NEUMAYER, *Animer un atelier d'écriture : faire de l'écriture un bien partagé*, ESF, Issy-les-Moulineaux(Hauts-de-Seine), 2011

PLATON(traduit par Emile CHAMBRY), *Phèdre*, GF-Flammarion, Paris,1964

Michel RIBON, *Mystères et magie de l'écriture : essai d'esthétique* , l'Harmattan, Paris, 2007

Jean-Pierre VERNANT, *Mythe et tragédie en Grèce ancienne*, Editions de la Découverte, Paris, 1989

Eugène VERON, *L'Esthétique* (Ré), Vrin , Paris, 2007

Patricia WELNOWSKI-MICHELET, *L'identité à l'épreuve de l'exclusion socioprofessionnelle* , l'Harmattan, Paris, 2008

Revue

Littérature, « *Questions de style* » n°105, Larousse, Paris, mars 1997

Critique,« *Historiens et romancier :vies réelles, vies rêvées* » n°767, Minuit, Paris, avril, 2011

Critique, « *Du style* » n°752-753, Minuit, Paris, janvier, février, 2010

Articles

Richard FORESTIER, *L'Art-thérapie est une ouverture à l'humanithérapie.*

Sung-mi JUNG, *Healing writing for women immigrant for marriage: The case study for Humanities Therapy*, Journal of Multi-Cultural Contents Studies n°10, 2011

Ikjin KIM, *Self-sufficiency and Humanities therapy*, Studies in Humanities n° 36, 2013

Ikjin KIM, *La théorie de Humanities therapy et sa méthodologie* (traduction du titre original en français)

Marc NEUBERG, *Expliquer et comprendre. La théorie de l'action de G. H. von Wright*, Revue philosophique de Louvain n°77, 1990

Young E. RHEE, *La pratique et la théorie de Humanities therapy* (traduction en français du titre original coréen), présenté dans The 2nd World humanities forum, Pusan(Corée), nov. 2012.

Keon-Sang YU, *A case study on Humanities Therapy to improve the Happiness of a middle-age Woman*, Studies in Humanities n°33,2011

Sites consultés

Sur les définitions

<http://www.cnrtl.fr/definition/> - Centre national de ressources textuelles et lexicales

<http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais> -Encyclopédie et dictionnaires gratuits en ligne

Sur la pauvreté

<http://www.insee.fr> - Institut national de la statistique et des études économiques

<http://www.index.go.kr> - Plateforme ouverte des données publiques coréennes

Sur la santé et la qualité de vie

http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf

<http://www.who.int/evidence/assessment-instruments/qol/documents/WHOQOL-100.pdf>

http://www.who.int/mental_health/fr/ - Organisation mondiale de la santé

Sur le projet d'autonomie

www.cssf.or.kr/- Le guide du projet d'autonomie en 2013

sur Humanities therapy

http://www.knuinmun.or.kr/modules/doc/index.php?doc=hk& M_ID=7- site de l'institut de sciences humaines de l'université de Kangwon

LISTE DES FIGURES ET DES TABLEAUX

Figure 1 : le schéma de l'opération artistique.....	24
Tableau 1 : programmes de l'atelier en Humanities therapy au sein du projet d'autonomie du centre Jeong-Seon.....	39
Figure 2: la stratégie thérapeutique envisagée par la stagiaire art-thérapeute au regard de l'opération artistique.....	43
Figure 3: la fiche d'observation utilisée par la stagiaire art-thérapeute lors de l'atelier.....	44,45
Figure 4: la nouvelle fiche d'observations proposée par la stagiaire art-thérapeute	50,51
Figure 5 : la fiche d'auto-évaluation utilisée durant les cinq séances.....	54
Tableau 2 : la moyenne des cotations sur les 3 B et la qualité du moment du groupe de mercredi.....	55
Figure 6 : la graphie de l'évolution des 3 B et de la qualité du moment.....	55
Figure 7 : le modèle de l'opération artistique appliquée à la pratique en Humanities therapy.....	60
Figure 8 : le schéma de la théorie de communication.....	70

UNIVERSITE FRANÇOIS RABELAIS
Faculté de Médecine de Tours
&
AFRATAPEM
Association Française de Recherche & Application des Techniques Artistiques en Pédagogie et Médecine
Mémoire de fin d'étude du diplôme Universitaire en Art-thérapie

Jiyoung KIM

Les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle sont exposées à plusieurs problèmes d'ordre social, économique et psychologique qui engendrent non seulement les souffrances mentales et sociales nées de toute sorte de sentiments négatifs et d'isolement, mais aussi la souffrance physique, agissant sur le corps somatique et moteur. En limitant un certain nombre de possibilités de développement du potentiel physique, mental et sociale, ces souffrances qui menacent la santé font aussi dégrader la qualité existentielle de vie chez ces personnes. Employant les bienfaits de l'Art, l'Art-thérapie peut agir sur ce point, afin de les aider à vivre en accord avec leur nature et leur milieu, en permettant d'affirmer leur existence et de retrouver le goût de la vie. En particulier, en travaillant sur l'engagement, la technique et l'aspect esthétiques de l'activité artistique qui conduisent chacun à l'estime des personnes, à la confiance dans les personnes et à l'affirmation des personnes, l'Art-thérapie peut viser l'amélioration dans ces trois domaines. Dans l'atelier en Humanities therapy mis en place avec l'objectif de faire retrouver l'autonomie chez les personnes en difficulté de réinsertion professionnelle, en utilisant la dominante écriture qui est à la fois l'activité artistique et activité intellectuelle, l'auto-évaluation en Art-thérapie a été introduite et la possibilité de mise en application de la stratégie thérapeutique suivant le modèle de l'opération artistique a été envisagée pour la première fois. Ce mémoire relate cette expérience et l'analyse afin de montrer comment l'Art-thérapie peut aider à remédier aux souffrances des personnes en difficulté de réinsertion professionnelle. Les réflexions que ce travail suscite pourraient contribuer à l'élaboration de méthode en Humanities therapy qui ne dispose pas encore du protocole thérapeutique.

Mots clés : Art-thérapie, Humanities therapy, écriture, autonomie, réinsertion professionnelle, souffrance, qualité existentielle de vie, affirmation des personnes, confiance dans les personnes, estime des personnes.

The people in difficulties of professional reinsertion are exposed to several problems of social, economic and psychological that cause not only mental and social suffering arising from any kind of negative feelings and isolation, but also physical suffering, acting on the somatic body. By limiting a number of social and physical, mental possibilities of development of the potential, these sufferings which threaten the health make degrade considerably the existential quality of life in these individuals. Employing the benefits of Art, the Art-therapy can act on this issue, to help them live in harmony with their nature and environment, allowing to assert their existence and find the taste of life. In particular, working on the commitment, technical and aesthetic aspects of artistic activity which each leads to the esteem of people, confidence in people and affirmation of people, Art-therapy can target the improvement in these three areas. In the Humanities therapy implemented in the framework of the autonomy project which has the goal to regain independence for people in difficulties of professional reinsertion with writings that are both artistic activity and intellectual activity, self-evaluation in Art-therapy was introduced and the possibility of implementation of the therapeutic strategy according to the model of artistic operation was considered for the first time. This thesis describes and analyses this experience to show how Art-therapy can alleviate the suffering of these people. Reflections that this work raises could contribute to the development of Humanities therapy method that does not yet have the therapeutic protocol.

Keys words: Art-therapy, Humanities therapy, writings, autonomy, professional reinsertion, suffering, existential quality of life, esteem of people, confidence in people, affirmation of people