

# Innovations et créativités sociales

**Soutenir le travail éducatif par l'apport d'outils adaptés à chaque situation est le fil rouge qu'a découvert Carlo Santarelli au cours de son entrée en fonction.**



Dans le cadre de mon entrée en fonction, je suis à mon sens encore mieux en mesure d'apprécier la richesse et la justesse de ce nouvel Initiale F à l'issue de mes récentes visites à presque l'ensemble des foyers de la FOJ. Innovations, créativité, recherche permanente de solutions adaptées, volonté

de «cousu-main» au cas par cas, voilà ce qui m'a été donné de voir.

Ethnopsychiatrie, thérapie par le jeu, zoothérapie, sleeptalk, hypnoses ou encore langage des signes, et j'en passe, sont autant de propositions qui pourraient ou qui ont déjà étoffé des boîtes à outils déjà bien garnies au sein de nos équipes et de nos foyers.

J'ai également apprécié le regard et la démarche de faire en sorte que les enfants, jeunes et adultes avec qui nous collaborons soient des acteurs plus que des bénéficiaires. Ainsi que la recherche permanente de nouveaux partenariats avec des intervenants, des associations, des centres de compétences, qui permet de tisser sans

cesse des réseaux pertinents, rendant notre travail encore plus efficient. Tout cela dans une posture de réflexion et d'amélioration continue, qui nous caractérise et fait de nous un acteur avec force de proposition.

Mais malgré le potentiel de tous les apports susmentionnés et que vous allez découvrir, ce qui m'a le plus marqué dans les textes du présent Initiale F, c'est le passage suivant: «l'amour inconditionnel est le meilleur remède». Cela a l'air tellement simple et évident, et c'est pourtant tellement essentiel et d'une force sans égale.

Carlo Santarelli  
Secrétaire général FOJ

## Déjouer ses problèmes rejouer des possibles

**La thérapie par le jeu et les arts créatifs est une démarche thérapeutique qui peut se vivre de multiples manières et s'adapter à divers contextes afin de répondre au plus près aux besoins des enfants et des ados. Découvrez l'univers et les bienfaits de cette thérapie.**

Loris (prénom fictif), 5 ans, entre dans la salle de thérapie par le jeu pour sa première séance. Garçon menu et éveillé, il scanne des yeux la pièce et me dit «papa m'a dit que j'allais venir jouer ici». La thérapeute acquiesce et précise que les enfants viennent ici pour retrouver comment aller mieux quand il s'est passé des choses difficiles pour eux. Loris se balade autour de la pièce et lâche: «mes parents à moi, ils sont plus ensemble». Il s'assied face au bac à sable et se met longuement à brasser le sable en tous sens. Puis il ramasse un canot dans

**Pouvoir «se décharger» et être entendu dans sa souffrance est une étape essentielle au cheminement thérapeutique**

lequel il place une figurine Playmobil féminine et une figurine masculine. Il ajoute une deuxième barque avec une figurine d'enfant. Il se remet à brasser le sable et observe ce qui se passe avec les barques et leurs passagers, tanguant en tous sens. Il s'interrompt, explore les rayons où se trouvent des objets miniatures. Il choisit divers animaux marins qu'il pose dans son monde, en les nommant. Il repère les requins et en jette deux dans le sable: Il joue à faire s'affronter violemment les deux requins. Les autres animaux marins autour sont malmenés



### Où la contacter?

Vous pouvez la contacter via son site internet [www.therapieparlejeu.ch](http://www.therapieparlejeu.ch) ou via son mail [r.chopard@therapieparlejeu.ch](mailto:r.chopard@therapieparlejeu.ch)

étant pris dans la mêlée. «Les poissons filent se cacher dans une grotte», dit-il en les déplaçant dans un coin du bac à sable. Il se remet à vigoureusement brasser le sable. Les embarcations se remplissent de sable et les personnages finissent éjectés et «sombrent» sous le sable.

Au-travers de cette mise en scène métaphorique, Loris, vient de décrire ce qui se passe dans son monde. L'intensité de ses actions, les émotions qui se reflètent sur son visage, son souffle qui s'accélère durant l'action montre à quel point ce qu'il vit est douloureux, triste et pénible pour lui. Cela fait écho aux propos de ses parents à l'entretien préalable, qui m'avaient fait part de



violents affrontements entre eux, suivis d'une brusque séparation. Pouvoir «se décharger» et être entendu dans sa souffrance est une étape essentielle au cheminement thérapeutique qui consiste à dénouer noeuds, blocages ou mal-être pour retrouver le fil de sa vie.

### Quand la parole ne suffit plus: jouer et créer pour se libérer

La thérapie par le jeu et les arts créatifs permet à l'enfant de s'exprimer au travers d'un moyen de communication qui lui est naturel: le jeu. Il permet à l'enfant d'extérioriser ce qui le travaille, de mettre en scène ce qu'il n'arrive pas à mettre en mots. Le jeu, comme la médiation artistique, permet l'établissement d'une distance psychique sécurisante entre soi et son «problème».

La thérapie par le jeu diffère du jeu habituel, en ce que le thérapeute sera attentif à ce que l'enfant lui communique; il entrera dans le jeu de l'enfant, pour entrer en interaction avec lui, l'encourager à maîtriser et gérer ses émotions de manière constructive, déjouer ce qui s'est mal passé et explorer des solutions comme jouer des stratégies constructives à ses problèmes. Le-la thérapeute sera là pour l'aider à prendre conscience de ses ressources. Les séances de thérapie aident le jeune à retrouver une maîtrise sur sa vie, à retrouver de la sérénité et une image positive de soi. Ceci agit positivement sur son moral et se répercute sur l'ensemble de sa vie sociale, familiale, ainsi que sur ses performances scolaires. La thérapie par le jeu fait le pari que les enfants sont capables, dès leur plus jeune âge, de faire des choix et de prendre des responsabilités sur leurs émotions, leur comportement et leur attitude personnelle face aux difficultés de la vie. Le-la thérapeute croit que si les capacités et les ressources de l'enfant sont reconnues, validées

et soutenues, l'enfant est aidé à traverser les crises de sa vie et en ressort grandi, plus confiant en soi, enrichi. Bien que l'on puisse penser que la thérapie par le jeu et les arts créatifs concerne exclusivement les enfants, elle est néanmoins également largement utilisée avec les adolescents (en utilisant, dans ce cas des supports d'expression plus complexes comme les moyens d'expression symboliques ou métaphoriques, la créativité artistique, les jeux de rôle etc...). Elle est également utilisée en suivi parent-enfant quand il s'agit de soutenir les capacités parentales.

### Qu'est-ce qui caractérise cet espace thérapeutique?

L'espace mis à disposition offre une large palette de moyens d'expression:

- Jeu de sable avec figurines miniatures pour mettre en scène son univers intérieur;
- Divers instruments musicaux pour s'exprimer par sons ou rythmes;
- Des objets évocateurs d'expériences de la vie quotidienne, tels que des accessoires de cuisine, une trousse de soins, du matériel pour bébés, maison de poupées, moyens de transport, etc;
- Du matériel créatif: terre glaise, peinture, matériaux divers;
- Des déguisements, marionnettes, masques;
- Des jouets et matériaux permettant de la confrontation à son agressivité;
- Des jeux de dextérité, de maîtrise, de construction, de communication, etc...

Ainsi celui ou celle qui pénètre cet espace peut jouer, créer, mettre en scène, défaire, refaire, se risquer, relâcher ses tensions, chercher des alternatives jusqu'à ce qu'il découvre des solutions qui lui conviennent. Il ou elle pourra alors transposer cette démarche dans sa vie quotidienne et se servir d'éléments qui lui permettront peu à peu de résoudre ce qui le (ou la) fait souffrir ou

qui provoque des blocages à ce moment de son existence.

### Pour quelles situations la thérapie par le jeu est-elle indiquée?

La thérapie par le jeu peut être utilisée pour traiter une grande variété de maux dus à des événements stressants et déstabilisants, tels que: le divorce de ses parents, une recomposition familiale compliquée, une réadaptation à un nouveau contexte de vie, le deuil d'un proche, une démotivation scolaire, des difficultés relationnelles, des violences subies, un choc vécu, une maladie avec laquelle il lui faut composer ou qui impacte sa famille, etc.

Les travaux de recherche sur les impacts positifs résultant de la thérapie par le jeu citent:

- Réussir à devenir plus responsable de son attitude et développer de meilleures stratégies pour gérer son comportement;
- Développer des solutions nouvelles et créatives aux problèmes;
- Développer le respect et l'acceptation de soi et des autres, apprendre à expérimenter et exprimer ses émotions de manière appropriée;
- Cultiver l'empathie et le respect pour les pensées et les sentiments des autres;
- Apprendre de nouvelles compétences sociales et relationnelles;
- Développer une meilleure confiance en soi et en ses capacités;
- Avoir une meilleure image de soi et retrouver sa valeur et sa place en société;
- Favoriser des capacités de résilience permettant de continuer à se construire.

Rosemarie Chopard  
thérapeute par le jeu et les arts créatifs  
Art-thérapeute (APSAT)