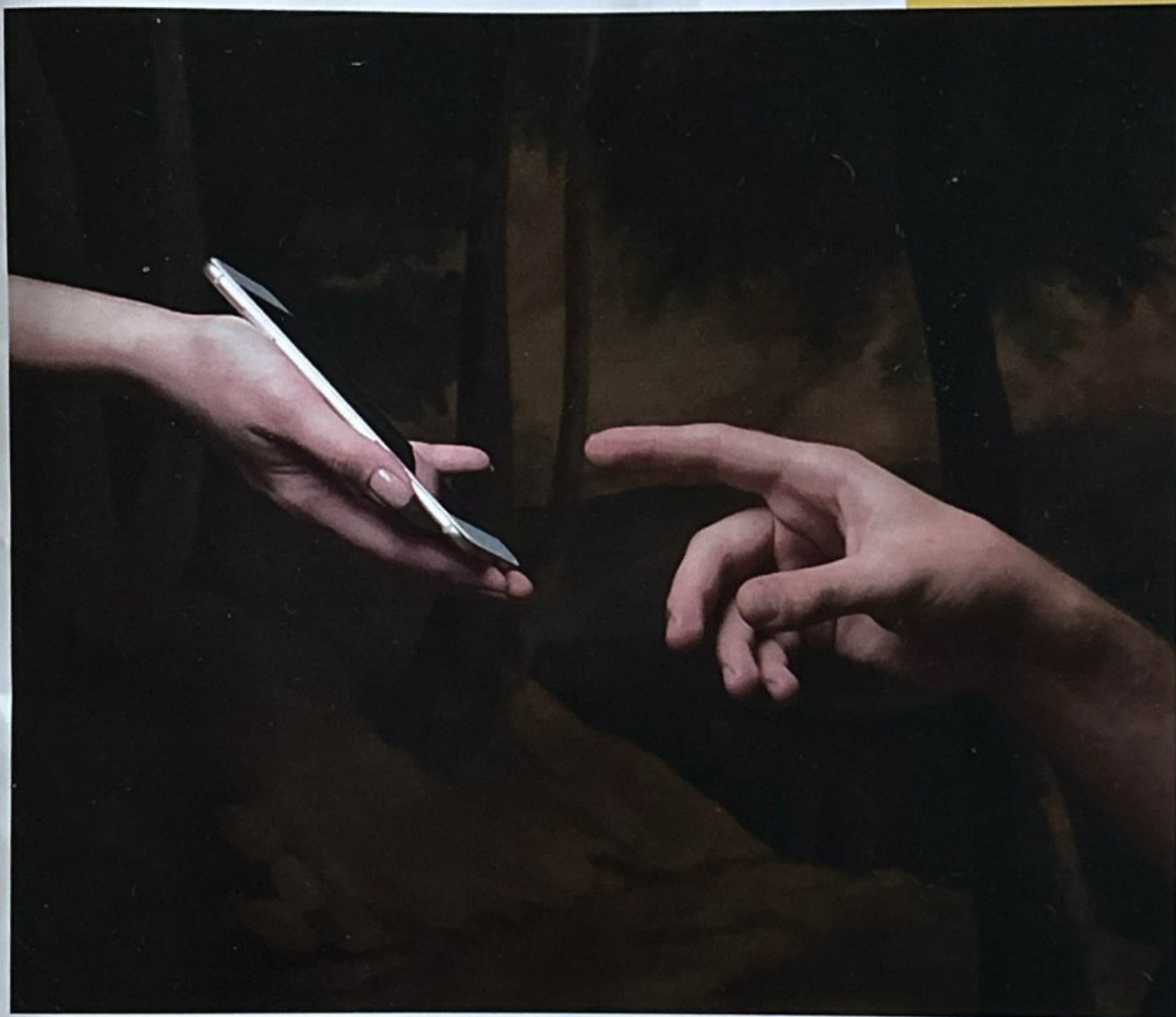




- **Démence sévère**  
Le lien entre les époux
- **Psychologie à l'université**  
Crises et professionnalisation
- **Parler-rêver**  
L'écriture en art-thérapie

**REGARDS SUR**

**Violence sociale**  
Penser son articulation

## Réseaux sociaux et altérité : se construire à l'ère du numérique

## Du parler-technique au parler-rêver

### Onirisme et médiation par l'écriture en art-thérapie

Les productions écrites réalisées en médiation-écriture peuvent-elles être entendues comme le récit d'un rêve en séance analytique ? S'appuyant sur les notions de « parler-technique » et de « parler-rêver », l'auteure présente en quoi, en art-thérapie, ce parler-rêver soutient la relation thérapeutique, ouvre un espace tiers symbolisant et favorise la transformation des parts de soi du sujet au cœur du dispositif.

« **Z**huangzi rêva une fois qu'il était un papillon, un papillon qui voletait et voltigeait alentour, heureux de lui-même et faisant ce qui lui plaisait. Il ne savait pas qu'il était

Zhuangzi. Soudain, il se réveilla, et il se tenait là, un Zhuangzi indiscutable et massif. Mais il ne savait pas s'il était Zhuangzi qui avait rêvé qu'il était un papillon ou un papillon qui rêvait qu'il était Zhuangzi. Entre Zhuangzi et un papillon, il doit bien exister une différence ! C'est ce qu'on appelle la transformation des choses. » (Zhouang, IV<sup>e</sup> siècle avant J.-C.)

Si cette célèbre fable de la sagesse taoïste chinoise du IV<sup>e</sup> siècle avant J.-C. nous questionne sur notre rapport au rêve et à la réalité – sommes-nous le papillon ? sommes-nous Zhuangzi ? –, elle est également un bon exemple de l'intimité partagée entre le rêve et l'écriture : à mon réveil, suis-je encore dans l'histoire que j'ai rêvée ou suis-je porteur de la trace du rêve que j'ai créé ?

Le rêve se raconte d'abord en images. Il échappe à la logique discursive pour se déployer dans une syntaxe faite de fragments, de métaphores, de symboles. La poésie, elle aussi, est le royaume des représentations lyriques. Johann W. Goethe écrivait : « Les arts présentaient les images à l'œil, la poésie les offrait à l'imagination » (Goethe, 1811-1833.) Cette proximité entre rêve et poésie, entre inconscient et création, nous invite à penser une question que Sigmund Freud lui-même formulait ainsi dans *La Création*

*littéraire et le rêve éveillé* (1908) : « Sommes-nous vraiment autorisés à comparer le poète au rêveur en plein jour, et ses créations à des rêves diurnes ? »

Dans mon cabinet d'art-thérapie, j'accueille des hommes et des femmes qui ont choisi l'écriture pour se soigner. Je leur propose des consignes pensées sur mesure, élaborées en fonction de leur demande et de leurs symptômes. Ils écrivent, puis me lisent leurs textes. Du fait de ma double activité de psychanalyste et d'art-thérapeute, j'écoute parfois ces récits comme j'écouterai ceux d'un rêve apporté en séance par un analysant. Je repère les contenus manifestes et interroge le patient sur les contenus latents, ceux qui restent cachés et que l'on ne peut comprendre que dans le cadre de l'analyse.

#### Irène et Amédée

Irène \*, une patiente d'une soixantaine d'années que je reçois depuis deux ans, crée de nombreux personnages dans ses textes : Gaston le raton, Claude le Saint-Bernard, Gédéon le ver de terre ou encore Amédée, un chat imaginaire rusé et attendrissant qui revient régulièrement dans ses écrits. Voici la première apparition d'Amédée : « Le chat Amédée fait acte de paresse, installé sur le coussin en patchwork, répondant mollement aux tentatives répétées de Marcel qui lui lance la pelote de laine en conservant le fil dans sa main droite, il voudrait jouer. Amédée non. L'enfance sera passée et Amédée aura rejoint le nirvana des félins. » À la fin de la lecture du texte en séance, je m'interroge intérieurement : qui est Irène ? Marcel ou Amédée ? Un peu des deux peut-être, comme dans le rêve où nous sommes tous les personnages ? Puis, dans l'après-coup de la séance, le jeu de Marcel avec

■ **Emmanuelle Jay**

Psychanalyste – Art-thérapeute

Amédée et la pelote de laine me rappellent le *Fort-Da* mis en lumière par Sigmund Freud. Dans ce jeu symbolisant, dans une forme de toute-puissance, l'enfant éloigne et rapproche activement un objet substitut de la mère, une bobine attachée à une ficelle. En mimant les allers et retours de la bobine, l'enfant rejoue les rejets qu'il a subis passivement dans l'impuissance. Je me pose alors la question : que raconte ce texte du sentiment de solitude dans l'enfance chez Irène ? Je conserve cette interprétation pour moi, mais n'hésite pas à proposer à ma patiente de nouvelles consignes sur ce thème de la solitude.

Ce chat, Amédée, auquel je prête une attention particulière, étant moi-même une grande admiratrice des félins, réapparaît régulièrement dans les séances suivantes. Je sollicite même sa présence via quelques propositions d'écriture, permettant ainsi à Irène d'exprimer sur un plan métaphorique et humoristique des événements de son quotidien. Irène écrit : « *Amédée ne dort que d'un œil avec une griffe toujours prête à servir en cas d'intrusion d'un humain perturbé* » (évoquant sa méfiance face à l'arrivée redoutée d'une nouvelle collègue au bureau), « *Amédée fait le dos rond et sourit intérieurement* » (paraphrasant ses stratégies pour survivre dans le milieu hostile de son travail), « *Les aventures du chat Amédée, épisode 1 : l'arrivée d'un chaton. [...] En son for intérieur, Amédée se répète le mantra "you can do it"* » (ça y est, l'arrivée de la nouvelle collègue au bureau est faite, Irène / Amédée s'encourage). En séance, nous parlons de ce chat comme d'une vraie personne sans être dupes, ni l'une ni l'autre, qu'en commentant les réactions d'Amédée nous parlons – par la stratégie du détour et de la métaphore – d'Irène.

Puis, un jour, Irène m'apporte une photo d'Amédée. Après l'avoir nommé, l'avoir décrit, elle lui a trouvé une représentation. Irène me confie penser régulièrement à Amédée dans des situations de sa vie quotidienne. Elle se demande : que ferait Amédée ? Un véritable compagnon de vie imaginaire est né par la voie de l'écriture.

## Rêve et écriture

Les rêves ont parfois, pour leurs rêveurs, une qualité cinématographique. Au-delà des sensations du rêve, nous restons au petit matin des images, fixes ou brièvement animées. Nous rêvons en couleur, avec des personnages, des lumières, une mise en scène, parfois même avec des dialogues. Il s'agit là de véritables scénarii oniriques qui, pour Sigmund Freud, sont dévolus à la réalisation

d'un désir insatisfait du sujet : « *Le rêve donne quelque chose de plus que ce mode optatif ; il nous montre le souhait réalisé, il nous offre cette réalisation sous une forme réelle et actuelle ; et les matériaux dont il se sert pour nous la représenter consistent le plus souvent en situations, en images sensorielles, presque toujours visuelles.* » (Freud, 1899.) Ce petit cinéma de l'intime, dans lequel « *les rêves sont des courts-métrages* » (Fairbairn, 1952), est qualifié par Antonino Ferro (2019) de « *poésie de l'esprit* ». La narration – et donc l'écriture du rêve – tient dans ce procédé tout entier qui consiste à juxtaposer des images qui, une fois mises bout à bout, forment un récit adressé au rêveur.

La poésie, elle aussi, ouvre sur un monde d'images. Mais ce ne sont pas de simples reflets de la réalité : ce sont des images amplifiées, traversées par la sensibilité, les affects et la subjectivité du poète. À l'instar du rêveur décrit par Sigmund Freud, le poète malaxe la matière du langage – les mots, les rythmes, les sons – pour approcher au plus près les sensations, les émotions, les impressions diffuses. Sigmund Freud note que « *les rêves des adultes sont presque toujours encombrés de matériaux absurdes et hétéroclites* » – une observation qui fait écho aux figures de style propres à la poésie : énumérations, paradoxes, antithèses, oxymores... autant de formes que l'on retrouve également dans les textes écrits par les patients en séance. Ainsi, poésie et rêve partagent un même langage – un langage d'images, de ruptures, de glissements et de résonances – qui transcende la logique ordinaire pour explorer les couches profondes du psychisme.

## Le « parler-technique » dans la médiation écriture

En art-thérapie, il n'y a pas d'interprétation des productions. L'art-thérapeute utilise ce que l'on appelle le « parler-technique » propre à sa médiation. Il s'agit d'un mode d'échange autour de la production qui utilise principalement de langage des processus techniques et artistiques. Pour les arts-plastiques, on peut parler de la saturation de l'espace, des vides laissés sur la toile, des matériaux utilisés, des formes, du rapport des couleurs entre elles, etc. Dans le cadre de la médiation écriture, on évoquera, par exemple, la créativité formelle, ■■■

### Note

\* Ce cas est également présenté dans mon ouvrage *L'Écriture thérapeutique* (Jay, 2025).

une figure de style, un type de narration, le vocabulaire, les particularités du phrasé, la musicalité du texte... Bien entendu, c'est dans l'observation des répétitions ou l'évolution de ces dimensions artistiques et techniques qu'émergeront les métaphores des processus psychiques.

Concernant les retours adressés aux patients sur leur production, la plupart des courants de l'art-thérapie prônent l'usage quasi exclusif du parler-technique. L'art-thérapeute commente ou accompagne verbalement le processus créatif du patient sans entrer dans une interprétation « sauvage », directe ou intrusive. Il s'agit d'un échange descriptif, sensible et respectueux, qui permet de maintenir une distance thérapeutique sécurisante, tout en favorisant l'expression personnelle. Dans cet esprit, pour reprendre le cas d'Irène, nous aurions pu souligner l'usage de la forme sérielle, « épisode 1 », ou encore questionner l'usage des temps de conjugaison : un récit au présent, puis un passage par le futur antérieur : « *L'enfance sera passée et Amédée*

*aura rejoint le nirvana des félins.* » Présent, passé, futur et continuité de la temporalité avec la notion de la série : comment Irène se sent-elle dans son propre rapport au temps, elle qui répète à chaque séance qu'elle vient d'avoir 60 ans ?

### Vers une ligne interprétative ?

Dans mon dispositif de médiation par l'écriture qui se revendique d'une double pratique, celle de l'art-thérapie et celle de la psychanalyse, s'ouvre une nouvelle dimension de l'écoute des textes lus en séance. Nous proposons un pas de côté au seul usage du parler-technique pour entrer dans une dimension plus interprétative. Nous proposons donc d'écouter les textes des patients comme on écouterait le récit d'un rêve apporté en séance. À ce sujet, Sigmund Freud nous met en garde : « *Il n'y a pas d'interprétation du rêve possible hors de la situation analytique.* » (Viderman, 1972.) Un rêve analysé dans le processus d'une cure n'est pas la même chose qu'un rêve analysé en dehors du cadre de l'analyse. Il en va de même avec les textes produits en séance. Il existe d'ailleurs une règle stricte à ce sujet : aucun texte ne sort de l'atelier tout le long de la prise en charge. L'art-thérapeute range les productions dans une pochette au nom du patient. À la fin de la cure, le patient a le choix de récupérer ses textes, de les laisser, voire de les détruire.

Dans *L'Interprétation du rêve*, Sigmund Freud (1899) attire notre attention sur la notion de « cycle de pensée » : « *Tous les rêves d'une même nuit soumis à l'analyse se ramènent invariablement à un seul cycle de pensée.* » Notons que les textes produits dans la même séance appartiennent eux aussi à un cycle de pensée. Il n'est d'ailleurs pas rare de voir des mots ou des idées repris dans des textes pourtant très éloignés par leurs thématiques, mais qui auront été produits dans une même séquence temporelle. Ce que nous dit Sigmund Freud, c'est que les couches les plus profondes sont parfois inatteignables par le sujet lui-même : « *Le rêveur ne déchiffre pas plus le sens de ses rêves que l'hystérique ne pénètre la signification de ses symptômes. Pour se persuader de l'existence des "idées latentes" du rêve et de la réalité de leurs rapports avec le "contenu manifeste", il faut pratiquer l'analyse des rêves, dont la technique est la même que la technique psychanalytique dont il a été déjà question.* » (Freud, 1910.) La situation analytique permet de proposer des pistes d'interprétation, en particulier lorsque les résistances rendent l'interprétation impossible pour le patient. L'analyste, par son expérience, peut relancer ou suggérer les associations. Dans cet esprit, en lien

### Bibliographie

- Fairbairn W. R. D., 1952, *Études psychanalytiques de la personnalité*, Paris, Édition du Monde interne, 1998.
- Ferro A., 2019, *Les Viscères de l'âme. Alphabet des émotions et narrativité*, Paris, Les Éditions d'Ithaque.
- Freud S., 1899, *L'Interprétation du rêve*, Paris, Points, 2013.
- Freud S., 1901a, *Sur le rêve*, Paris, Payot, 2016.
- Freud S., 1901b, *Psychopathologie de la vie quotidienne*, Paris, Payot, 2014.
- Freud S., 1904-1919, *La Technique psychanalytique*, Paris, PUF, 2013.
- Freud S., 1908, *La Création littéraire et le rêve éveillé*, Paris, EHL, 2023.
- Freud S., 1910, *Cinq Leçons sur la psychanalyse*, Paris, Payot, 2015.
- Freud S., 1925, « Note sur le "Bloc-notes magique" », *Résultats, idées, problèmes II* (1921-1938), Paris, PUF, 2005.
- Freud S., 1926, *Inhibition, symptômes et angoisse*, Paris, PUF, 2016.
- Goethe J. W., 1811-1833, *Vérité et Poésie*, Paris, Flammarion, 1991.
- Jay E., 2025, *L'Écriture thérapeutique. Une voie d'accès à l'inconscient, récit clinique et théorique*, Toulouse, Érès.
- Ogden T.-H., 2008, « Parler-rêver », *L'Année psychanalytique internationale*, 1 : 117-131.
- Viderman S., 1972, « Comme un miroir, obscurément... », *Nouvelle Revue de psychanalyse*, 5 : 131-154.
- Zhouang Z., IV<sup>e</sup> siècle avant J.-C., *Le Rêve du papillon*, Paris, Albin Michel, 2008.

avec la vignette clinique d'Irène, nous aurions pu relever les mots « nirvana » et « mantra » pour savoir ce qu'ils évoquaient pour la patiente ou encore pointer « la paresse » pour questionner le lien de notre patiente à ce sentiment.

### Vers un « parler-rêver »

Au-delà de ce parler-technique ou de cette écoute interprétative en séance, nous proposons maintenant de nous intéresser à la notion de « parler-rêver » proposée par Thomas H. Ogden (2008). Antonino Ferro (2019) écrit : « *Le processus d'onirisation est encore plus complexe et moins fragmentaire, il concerne toute la séance et la manière onirique de voyager à l'intérieur de celle-ci : la séance devient alors un rêve produit par les deux psychismes, qui est sans cesse régulé de sorte que les narrations et les transformations prennent la place du "non encore pensable" ou, pour le dire avec Ogden, que l'on puisse rêver ces rêves qui, faute d'avoir pu jusque-là être rêvés, engendraient des symptômes.* » Afin de répondre à la médiation par la médiation ou à l'imaginaire par l'imaginaire, dans le respect de ce processus d'« onirisation », lorsqu'un patient (Irène) raconte l'histoire d'un chat, nous lui répondons en lui parlant de ce chat. Ainsi, Amédée devient au cours de la thérapie d'Irène un personnage-remède : « *Si tout va bien, le temps passant, ces personnages-remèdes finiront par devenir des fonctions exercées par son analyste (mieux encore, par le champ) ; ils viendront enfin intégrer le patrimoine psychique de la patiente.* » (Ferro, 2019.) Développer, grâce à l'écriture, un patrimoine littéraire propre au sujet peut lui permettre d'interagir avec son patrimoine psychique et de le faire évoluer.

### Une éthique de la présence

L'imaginaire nous relie à notre enfance et à notre capacité de distinguer le monde de la rêverie de celui de la réalité. « *Le poète fait comme l'enfant qui joue ; il se crée un monde imaginaire qu'il prend très au sérieux, c'est-à-dire qu'il dote de grandes quantités d'affect, tout en le distinguant nettement de la réalité.* » (Ferro, 2019.) L'imaginaire est donc à la fois pure invention de la psyché, mais aussi paysage intérieur peuplé de fantasmes, de personnages, de voix intérieures.

Répondre à la médiation par la médiation sous-entend une forme d'abandon du cadre purement technique et artistique – le parler-technique – ou encore du langage interprétatif. Il s'agit plutôt de proposer un espace flottant de cocréation entre patient et thérapeute. Ce n'est plus uniquement un

66

La séance devient un lieu de coconstruction onirique, un rêve à deux, où les symboles se déplacent, se contaminent, se métamorphosent.

discours sur le discours, mais un discours dans le rêve, où l'analyste accepte de se laisser traverser, affecter et transformer par les images, les symboles ou les narrations du patient. C'est ici que le parler-rêver présenté par Thomas H. Ogden prend toute sa dimension : il ne s'agit pas de commenter le rêve ou le récit comme un contenu à analyser, mais de rêver avec, en répondant sur le même mode, c'est-à-dire par l'image, la fable, l'analogie ou même parfois le silence sensible.

Dans cette perspective, le langage devient malléable et poreux à l'inconscient de l'autre. L'analyste ne se tient plus à l'extérieur du rêve raconté, mais il y entre. Il devient un compagnon de voyage pour le patient qui vient d'écrire sa rêverie. La séance devient un lieu de coconstruction onirique, un rêve à deux, où les symboles se déplacent, se contaminent, se métamorphosent. Dans le cas d'Irène, répondre à l'histoire du chat par un prolongement imaginaire autour de ce même chat n'est pas une digression, mais un acte de continuité onirique. Il s'agit d'offrir une réponse médiatisée, imaginante, qui reconnaît l'inconscient comme un processus profond d'élaboration.

Cela suppose aussi une certaine éthique de la présence : répondre par la médiation, c'est soutenir la part d'indicible et de mystérieux dans ce qui émerge, laisser le rêve opérer sa transformation en dehors de toute clôture de sens. Cette posture rejoint les intuitions de Thomas H. Ogden : ce qui n'a pas été rêvé, ce qui est resté brut, non métabolisé, peut devenir symptôme. Mais ce qui peut être rêvé en séance, à travers l'autre, peut alors commencer à se symboliser, à se dire, voire à se raconter autrement.

Ainsi, le parler-rêver s'inscrit dans un temps autre, celui du rêve éveillé partagé. Il fait de la séance un espace tiers où la frontière entre réel et imaginaire s'efface momentanément, à la manière de la fable de Zhuangzi. Suis-je l'analyste rêvant le rêve du patient ou le rêve du patient me rêvant analyste ? Ce flou, loin de nuire à la relation thérapeutique, en devient une condition poétique et transformationnelle. ■