



BIBLIOTHÈQUE

CÉGEP DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE
UNIVERSITÉ DU QUÉBEC EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Mise en garde

La bibliothèque du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue et de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) a obtenu l'autorisation de la personne autrice de ce document afin de diffuser, dans un but non lucratif, une copie de son œuvre dans [Depositum](#), site d'archives numériques, gratuit et accessible à tous. L'autrice ou l'auteur conserve néanmoins ses droits de propriété intellectuelle, dont son droit d'auteur, sur cette œuvre.

Warning

The library of the Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue and the Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) obtained the permission of the author to use a copy of this document for nonprofit purposes in order to put it in the open archives [Depositum](#), which is free and accessible to all. The author retains ownership of the copyright on this document.

Laurence Gauthier

Essai en art-thérapie

L'ART TEXTILE COMME PRATIQUE ARTISTIQUE FAVORISANT L'ÉMERGENCE ET
LA RÉPARATION DES MÉMOIRES TRANSGÉNÉRATIONNELLES ?

Travail présenté à
Lise Pelletier

Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue
août 2022

TABLE DES MATIÈRES

LISTE DES FIGURES	iv
REMERCIEMENTS.....	v
INTRODUCTION	7
1. Cadre conceptuel	8
1.1 L'art textile.....	8
1.2 L'intergénérationnel ou le transgénérationnel ?	13
1.3 La mémoire transgénérationnelle	14
1.4 Le traumatisme transgénérationnel	15
1.5 La transmission à travers les générations	16
1.6 L'art-thérapie et le traumatisme transgénérationnel.....	17
1.7 Objectifs et questions de recherche	19
2. Méthodologie.....	20
2.1 Recherche-crédation	20
2.2 Recherche heuristique.....	22
2.3 Outil de collecte de données	24
3. Processus de création textile	25
3.1 Le feutrage	25
3.2 Sculpture textile	27
3.3 Le scoby de kombucha	28
3.4 La courtepointe	29
3.5 Réflexion sur le processus heuristique.....	31
4. Discussion.....	33
4.1 Le Moi-Peau et le toucher.....	33

4.2	<i>Ennoblement et féminité</i>	35
4.3	<i>Réparation transgénérationnelle</i>	36
4.4	<i>Mémoires et transmission transgénérationnelle</i>	37
5.	Forces, limites et recommandations	39
	CONCLUSION.....	40
	LISTE DES RÉFÉRENCES	42
	ANNEXE A – PHOTOS CRÉATIONS TEXTILES.....	49

LISTE DES FIGURES

Figure 1 Monique, grand-mère paternelle	vi
Figure 2 Anna, grand-mère maternelle	vi
Figure 3 Fragment d'une courtepointe créée par ma grand-mère paternelle	vi
Figure 4 Ornement feutré	26
Figure 5 Traces et mémoires	27
Figure 6 Scoby de kombucha humide	28
Figure 7 Tissu de vie	28
Figure 8 La réparation	30
Figure 9 Parka made of sea-mammal intestine, sewn with sinew and cotton cord, Inupiat or Yup'ik Inuit, Western Arctic, 1919	41
Figure 10 Bio Bomber jacket, réalisée par la designer Suzanne Lee à partir de cuir de kombucha	41

REMERCIEMENTS

La réalisation de ce projet de recherche-création heuristique a été un magnifique voyage au c ur de mon histoire à la découverte de mes mémoires personnelles familiales.

Dear Jason, my love and the father of our beautiful kids, I'm so grateful that you are in my life! Thank you so much for your support, your love, your care and your sense of adventure! Thanks for offering me the space to create my new identity as an art therapist through the writing of this essay, thank you for being such a present and loving father, our kids and I are lucky to have you.

Merci à mes enfants, Aube et Luan qui m'inspirent par leur magnifique personnalité et qui me poussent à devenir une meilleure personne tous les jours.   vos côtés, je peux me connecter à cet espace de jeu, de plaisir, de spontanéité et de créativité que les adultes occupés ont parfois de la difficulté à retrouver.

Un grand merci à ma famille d'origine! Merci à mes parents pour leur soutien tout au long de mes études en art-thérapie. Ce projet m'a permis de comprendre en profondeur ce qui m'habitait et qui résonnait avec l'histoire de mes parents et de mes grands-parents. Merci à ma s ur pour les discussions inspirantes que nous avons eue durant ce processus de recherche sur la question du transgénérationnel, puis sur la transformation créative et poétique de notre héritage familial.

J'aimerais remercier de tout cœur Lise Pelletier pour son soutien tout au long de ce processus de recherche. Merci, Lise, d'avoir cru en mon projet et d'avoir partagé avec moi tes idées et ta sensibilité. Ton encadrement a facilité la fluidité du processus et ton authenticité m'a permis de m'ouvrir avec confiance à travers cette démarche personnelle.

Un grand merci aussi à Club Kombucha qui a contribué à la réalisation de ce projet de recherche grâce à un don de scoby de kombucha. Merci de votre collaboration et de votre ouverture!

À la mémoire de ma grand-mère paternelle Monique, artisane textile et de ma grand-mère maternelle Anna, conteuse acadienne...merci d'avoir inspiré ce voyage transgénérationnel



Figure 1
Monique, grand-mère paternelle
Source : Auteur.



Figure 2
Anna, grand-mère maternelle
Source : Auteur.



Figure 3
Fragment d'une courtepoinete créée par ma grand-mère paternelle
Source : Auteur.

INTRODUCTION

Ce projet de recherche-création est inspiré de ma démarche artistique et d'une quête personnelle visant à mieux comprendre les transmissions familiales à travers les générations. Il me semble tout d'abord important de parler brièvement de ma démarche artistique afin de mieux saisir ce qui guide mon élan créateur. J'ai depuis longtemps une fascination pour les objets textiles récupérés ainsi que les histoires qui s'y rattachent. L'un des films importants d'Agnès Varda (2000), *Les Glaneurs et la Glaneuse*, a été très significatif tant au niveau personnel, qu'artistique. Je m'identifie à cette glaneuse qui voit dans les vieux objets désuets, une poésie du quotidien, une histoire oubliée et de nouveaux potentiels à découvrir et à transformer.   travers les petits bouts de tissus et les objets glanés au fil du temps, je retrouve des morceaux décousus de mon histoire. Le processus de création me permet alors de trouver un nouveau sens reliant le passé et le présent, mais aussi les générations entre elles.

Dans le cadre de cet essai, je me suis particulièrement intéressée à la question de la transmission transgénérationnelle dans le but de mieux distinguer les souffrances issues de mon vécu personnel des souffrances issues de ma famille.   travers cette recherche, je souhaitais également honorer le courage de ces femmes qui ont brisé le silence sur les agressions sexuelles vécues. Je pense ici plus particulièrement aux femmes de ma famille dont ma grand-mère paternelle qui avant de mourir a choisi de lever le voile sur l'inceste qu'elle avait vécu durant son enfance. Sans avoir moi-même vécu ces violences sexuelles, je les ai ressenties à travers mon corps et à travers ma peau. Ainsi, je souhaite mieux comprendre comment ces traumatismes non résolus peuvent être intériorisés par les générations suivantes.

Tout d'abord, je définirai l'art textile ainsi que son utilisation personnelle et thérapeutique en m'appuyant sur la littérature. Par la suite, je présenterai les concepts de l'interg n ration et du transgénérationnel, en précisant les notions de transmission à travers les générations et de mémoire transgénérationnelle. Après avoir survolé les données récentes sur l'art thérapie et le trauma, je pr ciserais l'objectif, puis la question de recherche. La méthodologie sera expliquée suivie de la présentation des outils de collecte de données utilisés dans le cadre de ce projet et de l'analyse des données issues du processus de création textile. La discussion permettra de tisser des liens entre les quatre thèmes principaux qui en ont émergé et le processus de création textile. Les forces, les

limites et les recommandations seront exposées avant de conclure sur une note plus personnelle concernant les perspectives de recherches sur l'art-thérapie textile et le transgénérationnel.

1. CADRE CONCEPTUEL

1.1 *L'art textile*

Les textiles sont intimement liés à l'univers domestique des femmes en plus de détenir un grand pouvoir évocateur (Collier, 2012). Malgré l'apparente banalité de certains tissus du quotidien, il y a derrière ces objets textiles des histoires et des mémoires à découvrir (Wellesley-Smith, 2015). Selon Thomas (2016), notre relation aux textiles est profondément sensorielle et ce sont d'abord les sens du toucher et de la vision qui rendent cette matière si attrayante pour notre cerveau. Que ce soit la courtepointe de notre grand-mère, les nappes de notre mère ou le doudou de notre enfance, tous ces textiles permettent de revisiter son histoire, voire de la réparer et de la transformer. À la vue d'un tissu, on peut être attiré par son aspect esthétique que ce soit par sa couleur ou ses motifs ou encore se sentir repoussé par son caractère dissonant. La sensorialité éveillée par les tissus nous fait voyager de la douceur d'une étoffe au toucher jusqu'à la sensation rugueuse sur notre peau. Les textiles portent également des odeurs tant agréables que désagréables pouvant faire émerger des souvenirs liés à des personnes ou des événements passés. Enfin, les sons associés aux textiles s'imposent tels le froissement d'un tissu soyeux ou synthétique ou encore le bruit distinctif du déchirement du tissu, voire le bruit des ciseaux coupant le tissu ou celui de la machine à coudre reliant des morceaux. Les différents sens que suscite la relation aux textiles ont le potentiel de nous transporter vers des mémoires passées (Thomas, 2016).

L'art-thérapeute Catherine Fenouillas (2022) présenta dans le cadre du Sommet d'art-thérapie francophone 2022 une conférence intitulée *au fil de Soi(e) par l'art-thérapie textile*. Elle dévoila sa pratique en art-thérapie textile en abordant la pertinence de ce médium sensoriel et symbolique. Selon elle, le tissu est à la fois contenant et enveloppant. Il permet de « tisser un espace des possibles » à travers un langage poétique et sensoriel en plus de témoigner de la sphère intime. Les textiles nous invitent dans un espace de jeu où l'on peut se raccommoier, se réparer. Pour reprendre les mots de l'autrice, « la sensorialité c'est aussi un ascenseur émotionnel » qui permet d'accéder à différents niveaux de la conscience. Par cette présentation, l'art-thérapeute démontre qu'il est possible d'intégrer les textiles aux séances d'art-thérapie sans poursuivre l'objectif de

créer de beaux objets et surtout sans la nécessité d'avoir des connaissances techniques en textile pour en expérimenter le plein potentiel.

Kapitan (2011) s'interroge sur le peu de place qu'occupent les pratiques artisanales en art-thérapie. Elle souligne que les art-thérapeutes ont depuis longtemps eu à distinguer leur pratique de celle des loisirs créatifs entraînant la perte d'un large patrimoine de savoirs expressifs. De la même manière, l'artisanat a souvent été dévalorisé et marginalisé par le milieu des arts. Dans une recherche qualitative, Potter (2019) a voulu investiguer comment les textiles étaient utilisés par les art-thérapeutes autant au niveau clinique que personnel. Les résultats supposent que les art-thérapeutes qui utilisent l'art textile en art-thérapie le font non seulement avec leur client, mais également dans une perspective d'autosoin. Il est également ressorti de cette recherche que l'utilisation du textile est particulièrement bénéfique dans le travail thérapeutique des traumatismes, auprès des personnes ayant un TDAH, ainsi que dans un travail valorisant la pleine conscience. Dans le contexte art-thérapeutique, les textiles sont plus souvent intégrés de manière non structurée comme dans un collage ou lors d'une création libre. Cela nous confirme une fois de plus qu'il n'est pas nécessaire de maîtriser des techniques de création textile tels que la couture et la broderie pour en retirer les bienfaits.

Bien que les études sur l'art-textile dans un contexte thérapeutique aient été menées principalement auprès de femmes adultes (Cohen, 2013; Collier, 2012; Garlock, 2016; Hanania, 2018; Segalo, 2014), les art-thérapeutes participantes ont souligné la pertinence du textile dans le travail auprès des enfants. De même, selon l'étude de Potter (2019), les hommes et les personnes non binaires bénéficieraient des qualités thérapeutiques du textile. Le niveau de temps et d'engagement qu'exigent les créations textiles a cependant été identifié par plusieurs comme un facteur défavorable à son utilisation en art-thérapie. En contrepartie, il semble que le temps investi dans ce type de création permettrait d'augmenter le sentiment d'accomplissement à la suite de la réalisation d'un tel projet (Potter, 2019). C'est également ce que confirmait déjà Reynolds (2004) lorsqu'elle soulignait que la réalisation de créations textiles procure un grand sentiment de fierté stimulant ainsi le désir de réaliser nouveaux projets créatifs.

L'une des art-thérapeutes participant à cette recherche a affirmé l'importance d'avoir des objets à toucher pour les clients ayant vécu des traumatismes. Ces matières sensorielles ont le potentiel de se transformer en objet transitionnel que le client pourra ou voudra garder auprès de lui. Cela

suggère que le fait de s'attacher à un objet textile favorise le processus d'individuation. À cet effet, McCullough (2009) souligne que l'objet transitionnel peut regagner en importance lors de différentes transitions de vie comme chez l'adolescent qui devra faire le deuil de son enfance tout en se préparant au stade de la vie d'adulte. L'objet transitionnel est un outil particulièrement intéressant tant au niveau du développement psychologique et émotionnel qu'au niveau de l'identité. L'utilisation de l'objet transitionnel en art-thérapie a été étudiée entre autres dans le traitement de personnes aux prises avec des troubles alimentaires (Schaverien, 1994) et de personnes présentant un trouble de personnalité limite (Obernbreit, 1985). Cet outil thérapeutique s'est également avéré très approprié dans un contexte normal de séparation, de deuil ou de traumatisme (LoboPrabhu *et al.*, 2007). McCullough (2009) précise que ces objets peuvent faciliter l'émergence des mémoires relationnelles et favoriser le processus de deuil en permettant de se reconnecter avec la personne décédée.

L'objet textile devient donc une représentation symbolique de soi et de l'autre, c'est-à-dire de l'objet d'amour et de la relation existante. Ainsi, dans un contexte art-thérapeutique cet objet transitionnel favorisera le sentiment de sécurité et l'autonomie du client (McCullough, 2009). Le textile est profondément relationnel soutenant autant la relation à soi que la relation aux autres. « Le langage peut être défaillant pour exprimer le manque : manque de bras, de mains, de mots, de corps maternel...et les étoffes arrivent, intermédiaires réparateurs plus ou moins doux et douillets entre la mère et l'enfant, entre celle qui aurait pu donner et celui qui aurait eu à recevoir en tant qu'enfant » (Papetti Tisseron, 2004, p. 11). Ce propos témoigne de la force du textile en tant qu'objet transitionnel et objet de réparation.

Wellesley-Smith (2015) a exploré la création textile et la pleine conscience au sein d'un groupe de personnes dont l'état de santé mentale est affecté alors qu'elle tissait un parallèle entre les points de couture des participantes et le processus d'inspiration et d'expiration. Les qualités sensorielles du textile ainsi que l'aspect répétitif du processus de création entraîneraient l'artiste dans un état de pleine conscience permettant ainsi d'éloigner les pensées anxieuses et déprimantes. Ce processus favorise un engagement intime avec le matériel et une observation constante de ce qui se passe au moment présent (Govender, 2017; Potter, 2019). En effet, dans le cadre de sa recherche auprès des art-thérapeutes utilisant le textile, Potter (2019) a présenté l'état de pleine conscience comme l'un des bénéfices le plus souvent perçus par ces professionnelles. Ainsi, les répondantes

ont mentionné combien le travail du textile favorisait la pleine conscience autant au niveau personnel qu'au niveau clinique. Il est cependant nécessaire de poursuivre les recherches sur les bénéfices de la création textile afin de consolider les connaissances sur le sujet.

La signification d'un médium est dynamique et le sens donné s'enracine dans un contexte social, culturel et historique particulier (Moon, 2010). C'est dans cette perspective que l'art textile en art-thérapie a été reconnu comme étant adapté au travail thérapeutique auprès de femmes d'origines culturelles diverses (Collier, 2012; Garlock, 2016; Hanania, 2018; Hogan, 2012; Leone, 2020). Son utilisation s'accorde davantage aux pratiques traditionnelles et par conséquent, est imprégnée de référents culturels. Malheureusement encore aujourd'hui, les pratiques en art textile sont souvent perçues comme étant de simples activités de loisir, ces créations demeurant dévalorisées en comparaison à d'autres formes d'expression artistique telles que la peinture et la sculpture (Nelson *et al.*, 2005). Skelly (2017), souligne combien le caractère exubérant des matériaux artisanaux en fait des matériaux hautement significatifs lorsqu'il est question d'exprimer la nature intense et sensible des expériences de vie des femmes. Aujourd'hui, force est de constater que certaines artistes textiles contemporaines se réapproprient ces techniques artisanales en rendant visible leur réalité de femmes et en apportant un regard critique face à des enjeux de société (Hahn *et al.*, 2013; Kelly, 2014; Leone, 2020; Myzelev, 2009; Skelly, 2017).

La création textile a souvent occupé une place centrale dans la vie des femmes à travers le temps et les cultures (Collier, 2011). Divers exemples issus de l'histoire ou des pratiques contemporaines démontrent comment les femmes ont utilisé l'artisanat et la création textile comme outil thérapeutique afin de surmonter des événements traumatiques, sortir de l'isolement voire d'exprimer des pertes et des abus vécus (Anderson et Gold, 1998; Cohen, 2013). C'est dans ce même ordre d'idée que Garlock (2016) soutient que les créations narratives par le textile invitent les femmes à se raconter en mettant en image des parties de leur histoire personnelle et collective. Ces pratiques auraient permis aux femmes de lever le voile sur leurs expériences indicibles et leurs souffrances (Segalo, 2014). Les courtepointes narratives par exemple, ont été dans le cas de plusieurs traumatismes historiques un outil de résistance puissant ayant permis aux femmes de se rassembler, de transmettre leur histoire aux prochaines générations, d'honorer la mémoire des personnes disparues, de favoriser la guérison et de maintenir les liens à travers la communauté (Baker, 2006; Cohen, 2013; Garlock, 2016; Hanania, 2018; Segalo, 2014). Un très bon exemple

de cette âme de résistance textile est le mouvement des Arpilleras qui a débuté au Chili sous le régime de Pinochet alors que les violences du gouvernement faisaient éclater les familles. Ces morceaux d'étoffes symbolisaient les vies fragmentées et brisées que les femmes rassemblaient, réparaient et unifiaient afin d'écrire leurs histoires personnelles et collectives. Derrière l'apparence joyeuse des couleurs vives des Arpilleras, nous pouvions y découvrir les atrocités des expériences vécues qui s'accompagnaient des histoires de deuil, de colère, de résistance mais aussi de joie et d'espoir (Agosín, 2008, 2014).

Le modèle thérapeutique neuroséquentiel présenté par Perry (2006) dans le traitement des traumatismes complexes chez les enfants et les jeunes pourrait permettre de mieux comprendre l'impact thérapeutique du textile. L'auteur met l'accent sur l'importance de certains types d'expériences pouvant permettre la réorganisation de la neurobiologie cérébrale. Il identifie entre autres la musique, les percussions, la danse, la répétition et les activités sensorielles en tant que facilitateurs de cette réorganisation permettant à terme une meilleure régulation fonctionnelle. Il affirme que les services thérapeutiques auprès des enfants traumatisés doivent être prévisibles, récurrents, structurés et cohérents afin de réduire l'hypervigilance, l'anxiété et l'impulsivité tout en procurant des expériences pouvant modifier de façon efficace le tronc cérébral. Le processus de création en textile répond à plusieurs égards à ces critères par le biais de la répétition, de la sensorialité, de la prévisibilité et des mouvements séquentiels. Les gestes répétitifs du processus de création textile ainsi que l'utilisation des deux mains permettent une stimulation bilatérale valorisée par les thérapeutes qui travaillent auprès d'une population ayant vécu des traumatismes (Garlock, 2016). La traumatologue et psychiatre, Dominique Kaehler Schweizer est également une artiste textile bien connue sous le nom de Madame Tricot. Elle affirme que l'action répétitive des deux mains bougeant de façon simultanée dans le tricot permet de créer de nouvelles connexions dans le cerveau qui étaient jusqu'alors endommagées par le traumatisme (*How the Knitting Psychiatrist Interweaves Art and Healing*, 2020).

La plupart des techniques utilisées en création textile engagent pleinement l'artiste à travers un processus de création plus lent et méditatif. La lenteur des travaux d'aiguille s'oppose à la pression exercée par les sociétés occidentales à être toujours plus productif et rapide (Yi Chun-shan, 2021). En plus de permettre le ralentissement du rythme, ce type de création favorise la concentration et la régulation émotionnelle par le biais de gestes répétitifs et de mouvements rythmiques (Cohen,

2013). La réduction du stress et des tensions que procurent les créations textiles facilitent ainsi l'exploration de soi et la guérison auprès notamment d'une population traumatisée. En plus de favoriser la révélation des mémoires traumatiques de façon sécuritaire, la création textile peut permettre de retrouver certaines habiletés et savoir-faire oubliés à la suite des traumatismes (Baker, 2006). Enfin, Reynolds (2004) souligne l'importance de poursuivre les recherches sur la création textile afin de mettre davantage en lumière les éléments distinctifs de l'expérience créatrice avec le textile.

1.2 L'intergénérationnel ou le transgénérationnel ?

Les concepts intergénérationnel et transgénérationnel sont tous deux utilisés dans la littérature et bien qu'ils soient similaires, ils se distinguent à plusieurs égards. Selon Tisseron (2007), le concept intergénérationnel concerne les générations qui sont en relation directe alors que le transgénérationnel serait plutôt lié à l'héritage psychique des générations disparues. Ancelin Schützenberger (2012) à l'origine de la psychogénéalogie, affirme qu'il y a deux types de transmissions. Pour l'autrice, l'intergénérationnel comprend tout ce qui est transmis consciemment par les générations en contact. En contrepartie, le transgénérationnel concerne tout ce qui est maintenu secret et occulté par le silence. Bien souvent lié à un événement traumatique non résolu, ce mode de transmission inconscient est bel et bien ressenti et vécu à travers le corps.

Suivant la même perspective, Eiguer (2020) soutient que le transgénérationnel est lié aux représentations psychiques que l'on a intériorisées de nos ancêtres. L'auteur distingue les représentations organisatrices des représentations désorganisatrices. Les premières sont constituées des valeurs, des normes, des traditions ainsi que du sentiment d'appartenance à un groupe social ou ethnique. Ceux-ci influenceront la construction de l'identité et du soi. Ainsi, les événements traumatiques vécus par nos ancêtres qu'ils soient violents ou sexuels continueraient d'impacter nos comportements et notre héritage psychique. Ces répercussions traumatiques forgeraient les représentations désorganisatrices qui, plus tôt que de susciter de la fierté et de la confiance, provoqueraient plutôt de la honte et du désespoir.

Ainsi la transmission des valeurs, des croyances, des modes relationnels, des blessures comme des grands bonheurs survient autant au niveau conscient qu'inconscient tel que l'affirme Ancelin Schützenberger (2012). L'approche gestaltiste a également considéré le transgénérationnel à travers les gestalts inachevées. Masquelier-Savatier (2008) utilise le terme de l'inachevé

transgénérationnel pour évoquer toute situation inachevée liée à l'histoire familiale tel qu'un conflit important, un lourd secret, un deuil interrompu, mais aussi tout l'héritage familial issu des non-dits et des tabous au sein de la famille. Cette perspective s'intéresse aux manifestations des expériences transgénérationnelles inachevées dans l'ici et maintenant.

Prenant appui sur cette conception de la transmission consciente, non consciente et inconsciente, cette démarche de recherche vise ainsi à mieux comprendre l'émergence de matériel conscient intergénérationnel et de matériel inconscient transgénérationnel lors d'un processus de création textile.

1.3 La mémoire transgénérationnelle

Avant de définir la mémoire transgénérationnelle, il importe d'apporter quelques précisions sur la mémoire. Pour qu'une information devienne une mémoire, il faut d'abord qu'elle soit traitée, codifiée puis enregistrée. L'information peut ensuite être récupérée lorsqu'elle remonte à la conscience. Également, plus le matériel est évocateur et émotionnellement chargé plus il a de chance de s'enregistrer dans la mémoire (Rothschild, 2000). De façon plus poétique, « notre mémoire est un concert de sensations » (Mazô-Darné, 2006, p. 9).

Cyrulnik (2006) aborde la mémoire dans une perspective philosophique, mais également neurologique, affective et sociologique. Sur le plan philosophique, la mémoire est celle qui nous permet de donner du sens aux informations sensorielles que nous recevons. Au niveau neurologique, ces mêmes informations sensorielles sont celles qui façonneront une partie de notre cerveau en développant notre mémoire implicite. L'auteur considère la parole comme faisant partie des objets sensoriels qui s'enregistrent dans notre mémoire. Ainsi, la parole, l'intonation, la musicalité de la voix, les silences, le langage du corps ainsi que la direction du regard teinteront la mémoire affective. La parole dans sa fonction sensorielle serait en fait la sensorialité perçue. « Les enfants ayant été privés de cette sensorialité perçue, de caresses verbales, donc je reprends volontairement une connotation du toucher, une caresse verbale du toucher. Presque tous avaient une atrophie fronto-limbique » (Cyurulnik, 2006, p. 4). Ainsi ces enfants n'arrivaient pas à créer du sens avec les informations sensorielles perçues. Cette mémoire affective est déterminante, car elle soutient l'élaboration d'une base sécurisante favorisant également l'autonomie et le développement optimal. Les dimensions affective et émotionnelle contribuent à construire notre identité narrative. C'est donc à travers l'autre que peut naître la conscience de soi pendant que la sensorialité perçue

dans la relation nous permet de donner du sens à notre existence. Finalement, la mémoire sociale nous permet de situer notre histoire personnelle dans un contexte social particulier. Cette histoire qui est la nôtre sera bien sûr colorée par les événements sociaux importants.

Tout ce que nous percevons et pensons, tout ce qui nous apparaît vrai ou important est nécessairement médiatisé par les caractéristiques propres à notre cerveau, aux cinq sens dont nous disposons, à la culture dans laquelle nous sommes immergés ainsi qu'à notre propre histoire : ce que nous ont légué nos parents, les conclusions que nous en avons tirées sur la vie, et les mille et une expériences qui nous ont façonnés. (Mazô-Darné, 2006, p. 3)

Il existe très peu d'auteurs ayant défini clairement ce qu'était la mémoire transgénérationnelle. Waguet *et al.* (2003) utilisent plutôt le terme de mémoire généalogique pour parler des traumatismes que l'on porte en nous sans les avoir nous-mêmes vécus. Cette mémoire transgénérationnelle, cette « mémoire de l'arbre » gouverne nos choix de vie, nos relations et nos rêves sans que l'on en soit conscient. Cette mémoire s'exprime non pas par le biais des mots, mais davantage par le biais de notre imaginaire, à travers les formes, les sons et les couleurs qui nous habitent. « La mémoire est, dans l'inconscient, ce continuum de vécus, cette accumulation d'expériences qui transitent à travers les générations successives, formant l'efficacité mentale du descendant face à la vie » (Waguet *et al.*, 2003, p. 17). Houziaux décrit la mémoire comme « la cire qui garde l'empreinte des états vécus (par nous-même ou par nos ancêtres) » (2006, p. 15). En somme, les traces ou le « fantôme » issu d'un traumatisme vécu par les générations précédentes ou encore d'une faute commise loge dans la mémoire transgénérationnelle (Abraham et Torok, 1978; Dumas et Dolto, 2005; Houziaux, 2006).

1.4 Le traumatisme transgénérationnel

Avant d'aborder le traumatisme transgénérationnel, il importe de définir ce qu'est le traumatisme psychologique et ses origines. Le traumatisme psychologique a lieu lorsque le système d'autodéfense d'un individu se désorganise face à un événement menaçant la vie ou l'intégrité physique et psychologique. Cet événement peut amener l'individu à être confronté à la mort, à la violence physique et sexuelle ou encore entraîner une séparation abrupte et inattendue avec un proche. Le traumatisme peut être collectif ou individuel, intergénérationnel ou transgénérationnel, enfin national ou international. La peur intense, la perte de contrôle et le sentiment de menace

vécus lors d'une situation traumatique auront un impact considérable sur l'état émotionnel, cognitif et biologique de la personne (Figley, 2012).

Ainsi, un traumatisme transgénérationnel affectant des générations successives peut être observé au sein d'une famille devant une répétition de patterns et de comportements induits par le traumatisme et persistants à travers les générations. Le génocide vécu par les premières nations en Amérique est un exemple évident de ce type de transmission transgénérationnelle des traumatismes. Le traumatisme est transmis d'une génération à l'autre à travers la communication verbale et non verbale. Cette transmission peut alors survenir lorsque le traumatisme n'a pas été résolu et intégré psychologiquement (Figley, 2012).

La psychanalyse s'est intéressée aux répercussions psychiques des secrets familiaux sur les traumatismes à travers les générations. Plusieurs auteurs les abordent en s'appuyant sur la notion du « fantôme » (Calicis, 2006; Clavier, 2013; de Roux *et al.*, 2010) dans la transmission. Cyrulnik (*Les Web Conférences de la MAIF*, 2016) décrit le fantôme comme une ombre ou symbole énigmatique qui par sa présence fantomatique peut soit intriguer, inquiéter ou perturber de différentes façons les membres d'une même famille. « Lorsqu'une personne a vécu des événements traumatiques dans son passé qu'elle essaye d'oublier, il arrive que, malgré elle, elle soit à nouveau hantée par les images traumatiques, que ce soit sous forme d'idées obsédantes, d'angoisses, de cauchemar » (Calicis, 2006, p. 235).

1.5 La transmission à travers les générations

Au-delà de la transmission des traumatismes, il y a la transmission psychique consciente et inconsciente facilitée par le processus d'identification (De Neuter, 2014). À cet effet Cyrulnik (*Les Web Conférences de la MAIF*, 2016), soutient que ce n'est pas le traumatisme qui se transmet, mais l'idée que l'on se fait du traumatisme. Par exemple, un parent que l'on n'a pas aidé à surmonter le traumatisme risque davantage de transmettre aux générations suivantes des angoisses liées à l'histoire traumatique. Cependant, si ce même parent avait été soutenu et sécurisé à travers le récit et la parole, il permettrait alors à son enfant de connaître son histoire et celui-ci pourrait à son tour ressentir une certaine admiration face à l'histoire de son parent. Outre l'admiration, l'enfant pourra éventuellement élaborer du sens expliquant les angoisses et par voie de conséquence, apaiser sa propre expérience en résonance avec le traumatisme du parent. Par ailleurs, il est important de comprendre qu'il n'y a pas de causalité linéaire dans la transmission

du traumatisme, mais qu'il est plutôt question de convergence de causes qui entraînent ou non un effet à travers les générations.

L'héritage de nos ancêtres permet de construire les fondements de notre identité, mais il porte en même temps tout le poids des souffrances familiales. Ce bagage familial devra être transformé lors du travail thérapeutique afin de faciliter son appropriation, mais aussi la résolution de certaines blessures familiales non encore résolues (Granjon, 2007). La transmission n'est pas un processus passif contrairement à ce qu'on pourrait croire. En effet, chaque individu devra réaliser un travail actif d'actualisation et d'appropriation soit en rejetant ou en intégrant certaines parties de son héritage familial (Calicis, 2014).

Le développement des neurones miroirs permet également de saisir comment les traumatismes des générations précédentes peuvent affecter les générations subséquentes. Selon Gallese (2005), les émotions des autres sont vécues et comprises par le biais des stimulations corporelles. Or, lorsque nous observons l'expérience tactile des autres, celle-ci est non seulement perçue, mais représentée par notre propre expérience du toucher. Notre cerveau transforme ainsi la vue de l'expérience tactile en une représentation interne du toucher (Keysers *et al.*, 2004). Notre niveau d'empathie nous amène alors à éprouver les affects de l'autre à travers notre corps et ce par le système des neurones miroirs (Dellucci, 2009).

Le phénomène des neurones miroirs inhérent au développement de l'enfant aide à mieux comprendre comment sont ressenties à travers son corps les crispations du corps de son parent notamment lors de ses démonstrations affectives. Si les chatouilles et les câlins de l'enfant sont vécus comme une agression, le corps enregistre l'expérience du toucher comme une menace potentielle. Cette expérience tactile enregistrée au stade de l'enfance aura alors le potentiel de se rejouer à l'âge adulte dans le présent à travers les relations interpersonnelles. Ainsi, le corps recevra parfois les touchers et les contacts comme intrusifs et agressants alors qu'ils se veulent des marques d'amour et d'affection.

1.6 L'art-thérapie et le traumatisme transgénérationnel

Nombreuses publications se sont intéressées au traitement des traumatismes en art-thérapie (Carr et Hass-Cohen, 2008; Chapman *et al.*, 2001; Elbrecht et Antcliff, 2015; Gantt et Tinnin, 2009; Hass-Cohen *et al.*, 2018; Malchiodi, 2020). L'art-thérapie est une approche adaptée au traitement des traumatismes car elle facilite l'accès aux mémoires traumatiques ce qui permet au client

d'entrer en contact avec des images du passé de façon non menaçante (Akthar et Lovell, 2019). L'expression non verbale générée par les créations artistiques, l'écriture, le travail du corps et des mouvements permettent la symbolisation et l'extériorisation de contenu difficile à exprimer verbalement. Cela favorise la découverte d'un tout nouveau sens lié aux événements passés et facilite l'intégration du traumatisme (Courtois, 1997). Différents médiums artistiques ont été étudiés dans le traitement des traumatismes, dont l'utilisation de l'argile (Elbrecht et Antcliff, 2015), du dessin (Hass-Cohen *et al.*, 2018), de la photographie (Glover-Graf, 2006) et du textile (Cohen, 2013a; Garlock, 2016; Hanania, 2018; Stace, 2014). Par exemple, la création de poupées de guérison dans le traitement de trauma complexe permettrait aux survivants d'exprimer et de contenir des émotions intenses. Ce type de création aurait le pouvoir de faire émerger des mémoires de l'enfance et d'approfondir la compréhension des expériences traumatiques. La poupée créée susciterait une meilleure acceptation de soi, une identité plus positive et une intégration des émotions en plus de favoriser l'autocompassion (Stace, 2014).

Malchiodi (2020) rapporte que les théories récentes dans le traitement des traumatismes appuient l'approche ascendante « *bottom-up* » permettant de cheminer graduellement vers le langage et la reconstruction narrative du traumatisme. L'autrice souligne également que l'utilisation de l'approche *Expressive Therapies Continuum* (Hinz, 2019; Lusebrink *et al.*, 2013) faciliterait cet accompagnement thérapeutique en considérant les besoins et les préférences de chaque client. Sous l'angle de l'art-thérapie et des neurosciences, les chercheurs ont découvert que le neurotransmetteur acétylcholine était activé en contexte d'art-thérapie grâce à l'utilisation des médiums artistiques, du cadre thérapeutique ainsi que du processus art-thérapeutique. Cela permettrait d'améliorer la mémoire à long terme, la régulation émotionnelle et la transformation de la cognition (Carr et Hass-Cohen, 2008).

La thérapie par les arts expressifs traitant les traumatismes se fonde sur les plus récentes données en neurodéveloppement et en neurobiologie et ces principes sont cohérents avec la pratique de l'art-thérapie. Cette approche expressive favorise notamment l'autorégulation et la corégulation, l'amélioration des symptômes physiques et la détresse, la construction d'un attachement sécuritaire et la réparation à travers la relation thérapeutique, en plus de soutenir la résilience et les forces individuelles. L'utilisation des arts expressifs encourage également la création de sens et la construction d'une nouvelle trame narrative (Malchiodi, 2020).

L'approche psychothérapeutique en trois phases proposée par Pierre Janet dans le traitement des traumatismes a été reconnue dans le guide pratique pour le traitement des traumatismes complexes (Kezelman *et al.*, 2012). Les phases du traitement sont d'abord la stabilisation et la sécurisation, ensuite l'identification et la modification des souvenirs traumatiques, puis la réintégration de la personnalité accompagnée de la régulation des symptômes (Van Der Hart *et al.*, 1995). Selon Elbrecht et Antcliff (2015), l'approche art-thérapeutique est concordante avec ces trois phases et permet d'offrir un espace sécuritaire, un lieu sûr pour le traitement des traumatismes.

La littérature abordant le traitement des traumatismes en art-thérapie se consacre surtout aux symptômes post-traumatiques. Rares sont les auteurs qui ont exploré précisément la question des traumatismes transgénérationnels par le biais des thérapies par les arts. Deux auteurs se sont intéressés à cette question par le biais de la thérapie par la danse (Baum, 2013) et la musicothérapie (Abrams, 2021). Ce dernier s'est engagé dans un processus personnel par le biais de l'approche analytique en musicothérapie lui permettant de découvrir les manifestations actuelles des traumatismes de l'Holocauste vécus par ses ancêtres. À travers les improvisations musicales et la relation thérapeutique, ce musicothérapeute a pu entrer en contact avec l'héritage de la honte et la culpabilité des survivants de l'Holocauste lui permettant ainsi de mieux comprendre son sentiment de responsabilité à vouloir protéger les autres et les sauver de la catastrophe. Abrams (2021) considère que la musicothérapie analytique a favorisé la mobilisation de ses ressources personnelles ancrées dans une spiritualité liée avec son héritage culturel juif. De son côté Baum (2013) aborde l'importance de reconnaître le corps comme lieu de répétition du traumatisme originel. Ainsi, elle insiste sur l'utilisation d'une approche corporelle dans le but d'atténuer et diminuer les effets du traumatisme et ainsi faciliter la capacité du corps à travailler avec les mémoires traumatiques.

1.7 Objectifs et questions de recherche

Cette recherche s'intéresse à l'art textile selon un large éventail de pratiques traditionnelles ou contemporaines dans une perspective d'intervention prenant en compte la transmission intergénérationnelle et transgénérationnelle. Parmi les pratiques d'intérêt, mentionnons la couture, la broderie, le perlage, le tricot, le crochet, l'impression textile, le travail du cuir et de la fourrure ou toutes autres transformations de la fibre. L'hypothèse à l'origine de ce projet veut que

l'utilisation de l'art textile dans une démarche art-thérapeutique favorise l'exploration de son histoire personnelle et familiale ainsi que les blessures personnelles et transgénérationnelles qui se rejouent au présent dans une démarche de quête de sens. La recherche vise à mieux comprendre l'apport de l'art textile dans l'émergence des mémoires transgénérationnelles et dans le but approfondir cette compréhension, le processus de création et de recherche poursuit deux objectifs. Le premier est d'explorer les qualités sensorielles du scoby de kombucha et son impact psychologique. Le deuxième objectif consiste en l'exploration d'un processus de réparation transgénérationnel par le textile.

2. MÉTHODOLOGIE

2.1 Recherche-crédation

La recherche-crédation est un processus qui permet à l'artiste-chercheur de valoriser la pratique artistique en tant que collecte de données auprès de soi ou en association avec des co-chercheurs ou des participants. La recherche-crédation est en quelque sorte une façon de repenser sa pratique et réfléchir aux questions qui ont jusqu'alors été peu ou pas explorées dans son milieu (Burns, 2006). Selon Gosselin et Le Coguiec (2000), la recherche-crédation engendre tout naturellement des allers-retours continuels entre le pôle expérientiel et le pôle conceptuel. En d'autres mots entre l'imaginaire et la pensée subjective situés dans le cerveau droit, puis la rationalité et la pensée objective situées pour leur part dans le cerveau gauche. En art-thérapie, ce même processus est vécu alors que nous explorons le pouvoir de l'imaginaire à travers les images tout en portant un regard réflexif sur l'expérience art-thérapeutique. La recherche-crédation s'apparente aux processus de recherches heuristiques en ce qu'elle permet à l'artiste-chercheur d'utiliser une méthode qui allie à la fois les processus primaires et secondaires (Gosselin et Le Coguiec, 2000; Hamel, 2011). La recherche-crédation peut se déployer de différentes façons alors que le chercheur créateur dirigera son attention soit sur lui-même, sur l'art, sur une œuvre en particulier, sur des caractéristiques liées à la pratique artistique, puis finalement sur ce qui relie l'œuvre aux aspects de l'univers (Laurier *et al.*, 2004).

Concernant la recherche-crédation, Wadswort Hervey (2000) propose une méthode en cinq différentes étapes. D'abord, il y a la prise de conscience initiale qui fait écho à l'engagement initial de Moustakas (1990 a, b) alors qu'une idée ou une image est estimée par l'artiste-chercheur comme

étant d'intérêt à être investiguée. Cet élément particulier alimente la curiosité du chercheur qui de façon consciente ou inconsciente voudra élucider un aspect esthétique ou affectif associé à l'idée initiale. Par la suite, la décontextualisation consiste en la recreation de cette idée, cette image, ce mouvement ou cette sensation par le biais d'un médium artistique que l'artiste choisira. L'image sera alors retirée de son contexte initial tant au niveau de sa fonction première qu'au niveau de l'espace-temps. Bien souvent l'idée originale vient répondre de façon métaphorique à la question de l'artiste-chercheur ce qui est caractéristique de la pratique de l'art. À l'étape de l'appréciation et la discrimination, la nouvelle création sera analysée au niveau esthétique et expressif alors que le créateur cherchera à évaluer dans quelle mesure l'œuvre créée vient répondre de façon métaphorique à la question de recherche. Ensuite, l'artiste pourra modifier, manipuler et ajuster son œuvre jusqu'à l'obtention un résultat satisfaisant à travers l'étape du raffinement et de la transformation. À ce stade, le processus de discrimination se poursuit de manière cyclique. La dernière étape, celle de la recontextualisation, amène le créateur à placer l'œuvre dans un contexte approprié mettant ainsi en valeur le message de l'œuvre. De cette façon la création pourra être perçue et analysée par soi-même et les autres. Selon l'autrice ces étapes ne reflètent pas l'expérience intérieure vécue lors du processus de création mais plutôt les comportements déterminants dans l'acte créateur.

Un processus de recherche-crédation suppose qu'en première personne le chercheur se penche sur sa pratique artistique générant ainsi des données liées à son monde intérieur et subjectif (Boutet, 2018). Tel que le souligne McNiff (2012), la recherche basée sur l'art sollicite une connexion profonde avec l'univers personnel du chercheur à travers l'introspection et l'engagement heuristique du processus de création. C'est pourquoi il est d'autant plus important que le chercheur s'assure que son travail puisse avoir une plus grande portée tout en étant en accord avec la pratique de sa discipline.

Qu'on ait un créateur comme agent premier de la théorisation ou un chercheur qui s'ouvre au feu transformateur de la création, ce n'est ni un chercheur "normal" ni un artiste ordinaire. Il y a là une compréhension implicite que la pratique génère une forme de connaissance inaccessible autrement que par l'étude intime, réflexive de cette pratique. (Boutet, 2018, p. 293)

L'art est une composante fondamentale de l'art-thérapie. Kapitan (2018) souligne l'importance du processus de création dans cette pratique, alors que les art-thérapeutes font des allers-retours entre

l'œuvre créée, le processus et la pensée réflexive. L'interdisciplinarité inhérente à la pratique de l'art-thérapie permet aux recherches de produire à la fois de nouvelles connaissances artistiques et scientifiques. Plusieurs aspects de la recherche création soutiennent la pertinence de ce type d'approche en art-thérapie. D'abord la réflexivité stimulée par l'expression artistique dans un contexte de recherche favorise une connexion à soi tout en permettant une mise à distance nécessaire à l'émergence de nouvelles perspectives. L'utilisation des différents modes d'expression artistiques dans le cadre de la recherche permet aux chercheurs art-thérapeutes de faire porter leur voix tout en devenant des acteurs de changement à travers l'art et la pensée réflexive. En effet, la recherche création questionne et déstabilise en offrant de nouvelles perspectives sur le monde. Ce type d'approche favorise également une communication holistique car en plus d'utiliser la dimension cognitive, la recherche création sollicitera la dimension émotionnelle, physique, spirituelle et culturelle à travers les symboles, les métaphores et les références culturelles (Kapitan, 2018).

2.2 Recherche heuristique

La recherche heuristique pour sa part s'amorce lorsqu'un chercheur souhaite élucider et comprendre une problématique en profondeur. Bien que la question de recherche soit directement liée aux préoccupations personnelles du chercheur, celle-ci revêt bien souvent une pertinence sociale liée à des enjeux universels. Moustakas (1990b) dégage six phases dans tout processus heuristique soit l'engagement initial, l'immersion, l'incubation, l'illumination, l'explication, puis la synthèse créative. La première phase, celle de l'engagement initial, permet au chercheur de déterminer et clarifier sa question de recherche par exemple à l'aide d'un dialogue avec soi-même qu'il soit formel ou sous forme artistique. Ainsi, le chercheur pourra trouver un sujet qui le passionne et qui revêt une pertinence à la fois personnelle et sociale.

La phase de l'immersion amène ensuite le chercheur à s'imprégner pleinement de son sujet autant de jour comme de nuit. En effet, autant les périodes d'éveils que les rêves et le sommeil peuvent permettre au chercheur de se rapprocher plus profondément de son sujet pour ainsi le vivre pleinement. Il pourra alors s'ouvrir aux découvertes et aux apprentissages qui surgiront lors de cette période importante. À ce moment, tout matériel pertinent permettant de mieux comprendre le phénomène étudié pourra être intégré au processus de recherche. Il peut être question de ressources extérieures telles que des rencontres, la nature, des lieux et des lectures ou d'autres

ressources davantage intérieures telles que l'intuition, les dialogues avec soi-même, les questionnements intérieurs, l'ouverture aux mystères et aux différentes sources d'énergie. Tous ces éléments facilitent l'accès à la connaissance et à une meilleure compréhension du sujet.

Pendant la phase d'incubation, le chercheur prend une distance avec la question et le sujet de recherche afin de permettre aux connaissances tacites intérieures d'émerger. Ainsi, en portant son attention sur autre chose, le chercheur favorise la découverte de nouvelles connaissances et d'intuitions qui lui permettront une compréhension toujours plus approfondie du sujet. La phase de l'illumination apportera de nouvelles dimensions relatives au phénomène étudié et parfois même une compréhension distorsionnée de celui-ci. Le chercheur entamera alors une démarche réflexive conjointement aux prises de conscience issues de l'expérience. L'essence du sujet ainsi que les significations et les thèmes qui s'y rattachent émergeront lors de cette phase.

Suivra ensuite la phase de l'explication lors de laquelle le chercheur examinera tous les éléments significatifs qui se sont révélés à lui durant le processus pour chercher à comprendre les différentes couches de significations du phénomène. Durant le processus d'explication, le chercheur usera de ses ressources intérieures soit par le biais du focusing, de l'introspection, de la révélation de soi ou du questionnement intérieur tout en demeurant attentif à ses pensées, ses émotions, ses croyances. Il devra réorganiser les données de façon à présenter une compréhension descriptive de l'essence de l'expérience.

Finalement, à travers la synthèse créative le chercheur rassemblera les thèmes centraux de sa recherche dans une démarche créative et intuitive. Cette synthèse créative peut prendre l'aspect d'une représentation narrative, d'un poème, d'un dessin ou encore, toute autre forme créative. Les significations du processus de recherche heuristique sont nécessairement teintées par la vie du chercheur, par sa vision du monde, mais aussi par la connexion à soi, aux autres et au monde (Moustakas, 1990 a, b)

En tant qu'artiste-textile, le choix d'une recherche-création heuristique semblait être l'approche la plus appropriée pour explorer cette problématique en profondeur. En ce qu'elle permet au chercheur de se plonger pleinement dans un processus d'investigation personnel dans le but d'en comprendre les composantes par le biais de l'expérience (Moustakas, 1990b). « L'artiste-chercheur doit “comprendre”, c'est-à-dire prendre possession du lieu d'origine et de naissance de ce besoin de parole » (Burns, 2006, p. 58).

2.3 Outil de collecte de données

Au tout début du processus de recherche, j'ai conçu un tableau de collecte de données dans lequel j'avais inscrit certaines questions clés dans le but de stimuler la réflexion entourant le processus de création. J'ai pu y noter mes pensées, mes émotions et mes sensations avant, pendant et après chaque exploration artistique. Cet outil m'a aussi permis de faire émerger les associations libres et les symboles qui ressortaient spontanément de mon processus de création. Parallèlement au rassemblement de ces données, j'ai filmé les trois premiers processus de création dans l'intention d'observer mes réactions non verbales lors de la création. Cet outil me permettait de prendre du recul à l'égard du processus pour ainsi y découvrir des mouvements, des gestes et des réactions passés inaperçus. Cependant, ces outils de collecte de données ne concordaient pas avec la lenteur du processus de création et la nature répétitive de certains travaux à l'aiguille. J'ai alors cherché un outil qui conviendrait davantage et qui rendrait justice à l'expérience unique de création avec les textiles. Selon Moustakas (1990 a, b), une multitude de moyens permet d'accéder à ces connaissances tacites et intuitives que le chercheur heuristique souhaite découvrir. Le journal de bord, les dialogues avec soi, la poésie, la création et les réflexions narratives sont quelques-unes des méthodes de collecte de données qui m'ont finalement accompagné durant ce processus de recherche création. Ainsi tout au long du processus, j'ai utilisé la méthode de collecte qui se présentait de façon naturelle et fluide selon les besoins et les créations.

Spontanément, une démarche d'écriture parfois réflexive, parfois poétique s'est installée pour me permettre de déposer les mots qui émergeaient intuitivement du processus de création. Le journal de bord était alors constitué de références théoriques, de lectures diverses qui résonnaient avec mon expérience, puis d'écrits poétiques et narratifs. Ceux-ci ont grandement contribué à la découverte de nouvelles perspectives en plus d'alimenter la réflexion et les prises de conscience. À travers cette collecte de données qui accompagnait mon processus art-thérapeutique, j'ai réalisé que derrière ma question de recherche, il y avait d'abord et avant tout une quête de sens, une recherche sur mon histoire personnelle et familiale.

À noter qu'au départ, je n'avais pas d'idée précise ou d'attente par rapport aux explorations artistiques en textile. Je souhaitais surtout me laisser guider par les différents médiums textiles. Puis peu à peu, j'ai consciemment intégré des objets divers issus entre autres d'un héritage dans le but de me connecter à mes grands-mères et leur histoire. Cette intégration d'objets symboliques et

familiaux a facilité l'exploration des mémoires transgénérationnelles. Bien que j'aurais pu m'intéresser également à l'héritage des hommes de ma famille, j'ai choisi de me consacrer principalement à l'histoire des femmes. L'objectif derrière ce choix était tout simplement d'explorer mon propre vécu de femme à travers leur histoire.

3. PROCESSUS DE CRÉATION TEXTILE

M'appuyant sur les étapes de Moustakas (1990b), je réalise que l'engagement initial a débuté bien avant l'amorce de ce projet de recherche alors que je réfléchissais à mon parcours académique et du lien qui se tissait entre mes expériences personnelles, professionnelles et académiques. Je souhaitais comprendre plus en profondeur ma démarche artistique avec les textiles et plus particulièrement ce qui m'amenait à vouloir imiter la peau. Il était évident que le thème du toucher était sous-jacent à cette exploration des surfaces textiles. Depuis le début de mon parcours à la maîtrise en art-thérapie je me sens habitée par ces questions de recherche liant les textiles et le transgénérationnel. Ma démarche artistique concordait donc avec mon sujet d'intérêt et me permettait ainsi de découvrir de nouvelles facettes de mon histoire.

J'ai choisi la démarche heuristique afin d'honorer le caractère intuitif de mon processus de création. Différentes pistes d'exploration en art textile ont marqué mon processus de recherche se voulant toutes un moyen d'accéder aux contenus psychiques, émotionnels et sensoriels en lien avec mon histoire personnelle et familiale. La question du toucher et des expériences affectives et sensorielles qui s'enregistrent dans le corps m'a particulièrement interpellé. Le toucher est le premier sens permettant au nouveau-né d'entrer en contact avec ses proches et c'est également à travers la grande sensibilité du toucher que le bébé apprend à communiquer et à aimer (Mazô-Darné, 2006).

3.1 *Le feutrage*

J'ai entamé mon processus de recherche-crédation par une création à partir de la technique de feutrage à l'aiguille. Choissant initialement un vieux centre de table réalisé au crochet et hérité de ma grand-mère maternelle, j'ai utilisé de la laine cardée (laine à feutrer) de couleurs diverses pour composer un tableau textile que j'ai baptisé *ornement feutré*. Les gestes répétés et saccadés des aiguilles qui perforaient la surface me permettaient d'exprimer une énergie agressive et une colère refoulée. Le son des aiguilles amplifiait cette expérience cathartique. J'ai peu à peu réalisé

que cette colère importante éveillait une blessure d'invisibilité.

C'est d'ailleurs à travers la lecture de Collier (2012) que j'ai pleinement pris conscience du lien



Figure 4

Ornement feutré

Laines cardées et feutrées à l'aiguille, centre de table ajouré, 21 X 18 cm

Source : Auteur.

entre mon processus de création et cette blessure. Cette douleur est issue de mes premières relations significatives à l'intérieur de ma famille. À différentes périodes de ma vie, cette blessure s'est réactivée dans mes relations interpersonnelles et intimes. Dans son propos, Collier tisse un parallèle entre Hestia, la déesse grecque du cœur et de la maison et l'archétype du servant et du sauveteur. Hestia incarne la femme invisible qui se dévoue au service des autres en oubliant sa propre individualité. Voici ce que j'ai

écrit à ce sujet dans mon journal de bord : *« ce thème de l'invisibilité de la femme me parle de mon héritage familial. Le don de soi particulièrement chez les femmes de ma famille bien qu'il fasse partie de la réalité de la maternité devient une façon de ne pas se choisir, de ne pas se mettre en priorité et de ne pas développer pleinement son individualité. »* Les intervenants en relation d'aide ont souvent cet esprit de dévouement et de don de soi envers les personnes les plus vulnérables. Ces caractéristiques font aussi partie de mon héritage familial et des valeurs qui m'ont été transmises. Toutefois, ce dévouement pour les autres se fait parfois au détriment des relations d'attachement et de la relation à soi. Je prends conscience que cet héritage se répète dans ma vie actuelle à travers mes relations familiales. Mais comment briser le cycle de transmission et ainsi réparer les blessures d'attachement ? Cette réflexion m'amène à mieux comprendre l'ambivalence que je peux ressentir dans mes relations. L'ambivalence que j'éprouve en tant que mère est à la fois normale et saine néanmoins, celle-ci est perçue et ressentie comme une dichotomie entre la trop bonne mère et la femme libre et indépendante. Ce premier processus m'a donc invitée à une réflexion sur mon héritage familial, sur mes relations d'attachement, puis sur les frustrations inhérentes à la maternité. Derrière ces thèmes importants ayant émergé de ce processus, il y a une recherche d'équilibre authentique entre la sphère intime et familiale, puis la sphère sociale et professionnelle. Ces prises de conscience m'invitent à entrevoir une nouvelle façon d'être, une nouvelle qualité de présence empreinte de bienveillance, d'écoute et de compassion envers moi et envers les autres.

Par ailleurs, en observant la vidéo du processus de feutrage à l'aiguille, j'ai réalisé que cette énergie agressive était parfois dirigée vers mes mains. Tout comme les démangeaisons d'eczéma qui afflige mes mains, cette énergie semblait être le reflet d'une réflexion de ma colère. La réflexion consiste en un processus de refoulement d'une émotion ou d'une pulsion que l'on dirige vers soi, plutôt que vers l'environnement extérieur (Ginger, 2009). Ce mécanisme présent dans ma famille m'amène à m'interroger sur les racines de cette colère. J'ai remarqué également un contraste intéressant entre l'agressivité du geste en mouvement et la douceur du toucher. Au fur et à mesure de la construction du tableau textile, je caressais la laine avant de poursuivre de nouveau le feutrage. La sensorialité de la laine étant similaire à la fourrure, celle-ci me procurait un sentiment d'apaisement et de réconfort. Il y avait à travers ce processus une polarité évidente entre l'agressivité et la douceur réflexion, mais également entre le besoin de me protéger et celui d'être touché.

3.2 Sculpture textile

Le processus m'a ensuite amené intuitivement vers une exploration en trois dimensions souhaitant créer une sculpture textile. J'ai nommé cette sculpture, *traces et mémoires* car cette création m'a



Figure 5

Traces et mémoires

Tissus récupérés, fils à brodés, artefacts et objet divers 30 X 18 cm

Source : Auteur.

invité à revisiter mon histoire à travers mon héritage matériel et psychique. Au cours de l'exploration artistique, j'ai ajouté du volume en enroulant des sous-vêtements dans de la laine. Puis j'ai recouvert cette forme organique avec des bas troués et rapiécés. Les jugements intérieurs et l'autocritique ont été très présents à la suite de la première phase de création. Comme si une voix sévère me jugeait d'avoir voulu dissimuler ces sous-vêtements, symbolisant ma maternité, ma sexualité et mon intimité. Pourtant il y avait aussi derrière ce geste un besoin de

protéger une partie de moi. Le processus de création s'est poursuivi pendant plusieurs semaines alors que je transformais l'extérieur de cette sculpture s'apparentant à la forme d'un utérus en y ajoutant de petits objets sur la surface extérieure. Certains artefacts utilisés dans l'ornementation de cette sculpture faisaient partie d'un héritage matériel dont des broches, des boutons ainsi qu'un petit médaillon en forme de cœur orné d'une croix ayant appartenu à ma grand-mère maternelle. Ce symbole religieux me semblait lié aux introjections familiales ainsi qu'à l'héritage judéo-chrétien en lien avec la sexualité. Ce processus a suscité à des questionnements sur mon rapport à

l'intimité et à la sexualité. Certains textiles évoquent par leur sensorialité l'érotisme et sensualité, pendant que d'autres servent à dissimuler les formes du corps féminin. Une question émerge : ce processus de création pourrait-il me libérer de certains carcans concernant ma sexualité et me contraignant ?

D'autres éléments brodés sur la surface résonnaient également avec mon histoire. Une ligne de broderie rouge m'a tout de suite ramené à la cicatrice que je porte sur le haut de mon pubis, celle qui a marqué le début de ma vie de mère. Cette trace me rappelle à la fois la blessure physique et psychique vécue lors de ce moment intense, mais également la poésie du geste où l'on m'a *raccommodé* à l'aide d'un fil et d'une aiguille. « La peau d'une mère portera les manques autant physiques que psychiques dans les marques mêmes du corps » (Papetti Tisseron, 2004, p. 16).

3.3 Le scoby de kombucha

J'ai ensuite poursuivi mon processus de création avec le scoby de kombucha, cette matière vivante provenant du processus de fermentation de la boisson de kombucha. Le scoby appelé également la « mère » de kombucha est un acronyme qui provient de l'expression « *Symbiotic Culture Of Bacteria and Yeast* » (Torán-Pereg *et al.*, 2021) qui signifie littéralement culture symbiotique de



Figure 6
Scoby de kombucha humide
Source: Autrice.

bactéries et de levures. Durant le processus de fermentation se forme une pellicule que l'on décrit comme un biofilm de cellulose extracellulaire qui s'alimente du sucre présent dans le thé (Sievers *et al.*, 1995). Plus la fermentation progresse et plus les couches de cellulose se forment créant ainsi une galette de plus en plus épaisse. J'ai découvert son utilisation en tant que cuir végétal lors de mes études en design textile à la suite du visionnement d'une conférence de Suzanne Lee

(2011) sur le thème de la biocouture.

La création à partir du scoby de kombucha s'est révélée très significative dans l'exploration de mes mémoires personnelles et intergénérationnelles. Les caractéristiques sensorielles de cette matière évoquaient davantage les premières expériences du toucher, les expériences affectives de la petite enfance ainsi que



Figure 7
Tissu de vie
Scoby de kombucha, tissus, objets récupérés et fils à broder, 55 X 35 cm
Source : Auteur

les mémoires reliées aux relations intimes à l'âge adulte. La mère de kombucha humide s'apparente véritablement à la peau humaine ce qui en fait une matière hautement évocatrice. Selon son épaisseur, le kombucha séché peut devenir flexible comme un cuir végétal, cassant et fragile comme des feuilles d'automne, ou rigide comme du papier mâché. Mon expérience passée avec cette matière m'avait permis d'explorer son aspect flexible en tant que cuir végétal. Toutefois, l'expérience vécue avec cette matière durant cette recherche m'a amené à découvrir un tout nouveau sens poétique qui résonnait avec mon propre processus art-thérapeutique actuel.

Durant le processus de création à partir du scoby de kombucha, j'ai ressenti un état de *flow* alors que je me sentais totalement connectée avec cette matière vivante. Lorsque nous expérimentons l'état de *flow*, nous sommes pleinement présents et immergés dans un acte créateur qui nous engage profondément dans l'expérience. Nous sommes alors unis avec l'univers et cet état nous amène à faire totalement abstraction des distractions extérieures (Holt, 2019). J'avais l'impression de créer à partir d'un placenta alors que je donnais une forme organique à cette « mère » de kombucha. Je ressentais un lien avec la mère symbolique, celle qui prend soin, qui touche avec bienveillance et qui apaise les blessures. Intuitivement, j'ai intégré à cette sculpture des tissus à la fois brut comme le jute et délicat comme la dentelle. J'ai recouvert ces tissus d'une fine couche de cellulose qui une fois séchée s'est fragilisée. La manipulation de la sculpture amenait l'effritement des particules de scoby séchés ce qui m'a fait réaliser que j'avais de la difficulté à accueillir et accepter cette fragilité inhérente à la matière. Ce processus m'a alors invité à m'attarder à ma propre fragilité à travers une démarche d'écriture métaphorique.

Ce travail m'a amené à reconnaître que bien que le problème d'eczéma sur mes mains soit exacerbé par le stress de ma vie actuelle, ce symptôme est révélateur d'un enjeu plus profond en relation avec le fait de toucher et d'être touché. « Nos sensations corporelles, nos tensions et les maux qui nous font souffrir parlent de situations inachevées » (Duchastel, 2005, p. 172). Le niveau de sensorialité et le pouvoir évocateur du scoby de kombucha résonnaient véritablement avec ce qui était présent dans ma vie à ce moment-là en plus de faire écho à mon histoire personnelle et familiale.

3.4 La courtepoinTE

À travers cette recherche-création, j'avais initialement la volonté de recréer des liens avec mes ancêtres. Cela s'est concrétisé par une synchronicité inattendue alors que j'ai eu la chance de

retrouver l'une des courtepointes créées par ma grand-mère paternelle. Cette découverte a engendré des discussions avec ma sœur sur le bagage transgénérationnel qui nous habitait toutes les deux et de façon distincte. Notre désir de transformer ce leg familial nous a amené à partager cette courte-pointe afin de se réapproprier cet héritage à travers une démarche créative, symbolique et personnelle. Cette courte-pointe était déchirée à plusieurs endroits, certaines couleurs étaient délavées et les traces de l'usure du temps évoquaient pour moi une certaine poésie que j'avais besoin d'explorer. J'ai alors décidé de l'utiliser en partie pour explorer un processus de réparation transgénérationnelle. Ce processus de création allait me permettre entre autres d'honorer le courage de ma grand-mère paternelle qui avant de mourir avait choisi de lever le voile sur l'inceste qu'elle avait vécu. J'ai également ressenti une forte connexion avec cette grand-mère et j'ai alors compris comment le processus de création textile lui avait permis de s'apaiser et de s'exprimer. Elle était très impliquée dans le cercle des fermières de sa région et elle pratiquait le tissage, la broderie et la création de courtepointes. Son implication dans cette organisation lui permettait de se tisser un réseau de soutien entre femmes, solidaire et bienveillant. Ces pratiques en art textile avec les autres femmes de son entourage ont certainement favorisé sa capacité de résilience ainsi que son bien-être. Ce constat tient du fait que le geste répétitif de la broderie était apaisant et me permettait de réguler mon stress et par conséquent les démangeaisons sur mes mains. Je prenais également soin de moi à travers ce travail d'ennoblissement. Je ne tentais pas de camoufler les déchirures, mais simplement de solidifier les fragments de la courtepointe. De cette façon, je m'assurais que l'histoire de ma grand-mère demeure vivante et que chaque point brodé puisse nous rappeler qui elle était au-delà de ses blessures et ses traumatismes.

Je considère aujourd'hui que ce processus de réparation à travers la broderie de la courtepointe faisait partie de la période d'incubation qui était le reflet de mon processus. Je prenais une distance émotionnelle, alors que ce processus touchait davantage à des enjeux transgénérationnels, qu'à un contenu plus personnel et sensible. La courtepointe m'a permis de ralentir le rythme, laissant ainsi l'espace nécessaire à l'émergence de nouvelles connaissances.



Figure 8

La réparation

Fragment de courtepointe, tissus récupérés et fils à broder, 268 X 135 cm

Source: Auteur

3.5 Réflexion sur le processus heuristique

Le tableau feutré à l'aiguille, la sculpture brodée et l'exploration de scoby de kombucha ont marqué la phase d'immersion de la recherche. À ce stade, je laissais le processus me mener de plus en plus près de ma question de recherche tout en me plongeant pleinement dans l'expérience. L'immersion m'a amené à questionner le transgénérationnel et l'intergénérationnel. Certaines explorations artistiques telles que le scoby de kombucha ont fait émerger des enjeux plus personnels et intergénérationnels. Cette phase d'immersion a mis en lumière une colère refoulée qui appartient à la fois à mon histoire personnelle et à l'histoire de ma famille. C'est également durant cette étape que j'ai réalisé qu'il n'était pas seulement question des traumatismes transgénérationnels, mais de tout type de transmission. À travers ces premières explorations textiles, je me suis confrontée aux introjections, aux croyances ainsi qu'aux blocages émotionnels et corporels que j'ai intériorisés. Les thèmes du toucher et de la sexualité se sont exprimés dans ces créations pour m'aider à comprendre, accueillir et honorer mes propres blessures. En questionnant ce qui appartenait à mon histoire et ce qui appartenait à l'histoire familiale, je réalisais peu à peu que ce projet abordait les différentes facettes de ma vie de femme, de mère, de fille. Lorsqu'à la suite d'un moment de broderie l'image de ma cicatrice de la césarienne m'est apparue, cela m'a inspiré un court texte que j'ai intitulé « Cicatrice ». *« Le ventre ouvert, je suis maintenant une mère. On me recoud comme un ours en peluche éventré. Déchirure qui se répare avec des fils dorés pour laisser la trace de la vie sur mon corps de femme. Comme une porcelaine japonaise cassée que l'on répare et ennoblie de dorure. Honorer les blessures pour y découvrir ses forces tranquilles. »* Après avoir écrit, j'ai compris que ce que je considérais comme une faiblesse et une fragilité était en fait une force que je devais utiliser pour réparer mes blessures. Ce processus m'invitait à accepter les traces physiques et psychologiques de mes blessures et reconnaître comment celles-ci m'avaient transformée.

Bien que la courtepoinette touchât à la question transgénérationnelle, cette exploration artistique m'offrait le détachement dont j'avais besoin afin d'appréhender mon sujet de recherche sous un angle différent. En alliant la création et l'écriture, j'en suis venue à adresser une lettre à ma grand-mère qui témoignait de ce processus de réparation. Voici une partie de cette lettre : *« J'ai l'impression d'apprendre à te connaître à travers les traces que tu as laissées sur cette création textile. Je me sens connecté à toi, à ton histoire. Tu étais plus forte que ce que tu croyais. Ça prend beaucoup de courage pour briser le silence après une vie transformée à jamais par les abus.*

Chaque soir, je tente de réparer, solidifier et unir cette courtepointhe trouée et usée par le temps, par la vie. »

Par la suite, l'écriture dans mon journal et les discussions entourant mon projet m'ont lentement guidée vers la phase d'illumination. En effet à cette étape, le processus de création avec le scoby de kombucha avait besoin d'être exploré plus en profondeur et ce choix s'est imposé. Cette matière me permettait d'investiguer davantage le Moi-peau, les symptômes d'eczéma sur mes mains tout en tissant des liens entre les blessures personnelles et intergénérationnelles. Tel que mentionné précédemment, la sensorialité du scoby de kombucha éveillait un contenu plus régressif lié aux premières expériences affectives de l'enfance. J'avais besoin de comprendre ce que la fragilité de cette sculpture vivante signifiait dans mon processus art-thérapeutique.

J'ai alors transformé cette création par l'ajout de la broderie, de boutons et de textiles. Durant mon processus, j'ai réalisé que le travail à l'aiguille m'invitait à la fois à réparer et à ennoblir. J'utilisais un fil d'or afin d'honorer mes propres cicatrices tout comme les porcelaines japonaises cassées que l'on répare et ennoblit de dorure. Je perforais la surface à la fois rigide et fragile tout en acceptant de laisser tomber certains fragments qui se brisaient et se détachaient de la structure. J'ai nommé ce processus « ennoblir cette peau », puis la poésie est venue mettre des mots sur ces ressentis et ces sensations que ma peau avait enregistrés au fil du temps. De nouvelles prises de conscience se sont manifestées durant cette phase alors que je me rapprochais du cœur de ma recherche. Je réalisais alors qu'il était question de mon identité et de toutes ces expériences de vie qui ont fait de moi la personne que je suis aujourd'hui. Le processus de création et d'écriture m'a permis de découvrir ce que la fragilité de ma sculpture signifiait. Voici les mots qui ont émergé à la suite du processus de création : *« La peau craque et s'effrite en particules de poussière. Je suis le serpent qui mue et qui laisse derrière sa vieille peau qui ne lui est plus utile. Le filet, la dentelle, la solidité et la fragilité se rencontrent. La matière brute et naturelle se marie à l'élégance et la noblesse. Le vivant est éphémère et fragile. »*

Ce dernier travail mettant fin au processus de recherche-crédation, j'entamai ensuite la phase d'explication de ma démarche heuristique, qui allait me permettre de réorganiser les données collectées en un tout cohérent tout en demeurant à l'écoute de mes états intérieurs.

4. DISCUSSION

À travers le processus de recherche, quatre thèmes centraux sont ressortis m'invitant ainsi à développer ces nouvelles perspectives. D'abord, la peau, le concept du Moi-peau et le toucher ont eu depuis le départ une grande importance dans mon processus de recherche. Également, le thème de la féminité a été exploré par le biais du processus d'ennoblissement textile parallèlement aux lectures. Les textiles m'incitaient également à jouer avec la polarité du dévoilement et de la protection. De plus, le thème de la réparation a été très significatif autant dans le processus de création textile, qu'au niveau métaphorique. En effet, il a été question de la réparation du lien à soi et aux autres, de la réparation de l'héritage transgénérationnel, mais aussi de la réparation des blessures personnelles. D'ailleurs, le processus de création textile a permis d'honorer ces blessures personnelles et transgénérationnelles en utilisant tantôt l'ennoblissement tantôt la réparation. Enfin, j'aborderai de quelle façon le thème de la mémoire et de la transmission transgénérationnelle a été exploré durant le processus de création.

4.1 Le Moi-Peau et le toucher

Le concept du Moi-peau développé par Didier Anzieu permet de mieux comprendre comment les premières expériences affectives et sensorielles marquent le développement de l'enfant. « Le Moi-peau est la capacité du moi à se figurer à partir des expériences sensorielles de la peau » (Cupa, 2006, p. 88). Intuitivement, j'étais attiré par le scoby de kombucha dans une volonté à la fois consciente et inconsciente d'explorer le Moi-Peau et les mémoires sensorielles. L'eczéma sur mes mains m'indiquait le chemin à emprunter afin de découvrir le message existentiel derrière ce symptôme. Pour m'ouvrir au langage somatique de mon corps, j'avais besoin d'apprendre à tolérer l'inconfort et la frustration. « Une fois que nous aurons appris à vivre avec nos sentiments au lieu de les combattre, les manifestations de notre corps ne nous apparaîtront plus comme une menace, mais comme de salutaires rappels de notre histoire » (Miller, 2004, p. 114). Ce processus de création m'a plongé dans l'expérience intergénérationnelle du toucher. L'exploration du Moi-Peau m'a permis d'accéder à une blessure personnelle en lien avec le besoin de toucher et d'être touché. Toucher et être touché pour me sentir exister, mais aussi pour répondre à mon besoin d'amour et de reconnaissance. Le processus de création avec le scoby de kombucha a également fait émerger le besoin de protection et la fragilité. La création de scoby est devenue une fois séchée à la fois rigide et fragile et cela me confrontait à ma propre fragilité. Je réalisais l'ambivalence que

j'éprouvais face aux expériences tactiles alors que je me sentais parfois agressé et envahi par certains touchers. Cette réflexion autour du toucher m'a ramené à une blessure transgénérationnelle connue, celle de l'inceste. Comment cette transgression incestueuse vécue par ma grand-mère paternelle avait-elle transformé son rapport au toucher, sa capacité à toucher et à être touché ? Est-ce qu'une interdiction inconsciente du toucher s'est alors installée dans les relations familiales ? Tel que mentionné précédemment lorsqu'on observe les expériences tactiles des autres celles-ci ont le potentiel de devenir des expériences du toucher intériorisées (Keysers *et al.*, 2004). Notre mémoire sensorielle est donc à la fois personnelle et transgénérationnelle, car le bagage qui nous est transmis peut à travers les relations futures se transformer et se réparer.

Les expériences affectives durant l'enfance permettent d'établir les bases des expériences sexuelles à l'âge adulte. « Le Moi-peau sexualise et soutient l'excitation sexuelle. L'investissement par la mère de la peau de son nourrisson, les jeux de contact peau à peau organisent la peau comme une toile de fond des plaisirs sexuels » (Cupa, 2006, p. 91). L'exploration artistique avec la matière organique et vivante qu'est le scoby de kombucha évoquait bien souvent les organes internes et externes du corps humain : l'estomac, le placenta, les intestins, le vagin, le pénis et bien sûr, la peau. Cela permettait d'explorer différents symboles en lien avec le corps, la sexualité et l'affection. Le processus de création avec les textiles et le cuir de kombucha procurait des expériences sensorielles à la fois méditatives et libératrices. Les qualités sensorielles du matériel utilisé ainsi que la technique utilisée influencent directement la nature de l'expérience. Par exemple, la manipulation du cuir de kombucha humide fait plonger le créateur dans une expérience plus profonde et intime du fait entre autres de son odeur et de sa ressemblance à la peau humaine.

Lors du processus de création, j'ai recouvert la surface de ma sculpture d'une nouvelle couche de scoby de kombucha. Comme déjà mentionné, cette fine couche s'est ensuite fragilisée et cassée comme les particules de la peau qui pèle. L'image métaphorique de la peau du serpent qui mue a par la suite émergé dans le processus d'écriture. Cela m'a fait réaliser le besoin de me créer une nouvelle peau, de me séparer de cette vieille peau qui m'alourdit et me freine. La manipulation de la sculpture amenait l'effritement des particules de scoby séchées ce qui m'a fait réaliser que j'avais de la difficulté à accueillir et accepter cette fragilité inhérente à la matière. « *La peau craque et s'effrite en particules de poussière. Je suis le serpent qui mue et qui laisse derrière sa vieille peau*

qui ne lui est plus utile. »

Le scoby de kombucha est une matière vivante et sensorielle qui facilite l'expérience de régression. Tout comme l'argile, celui-ci peut se travailler dans son état humide et séché ce qui amène une gradation de l'expérience sensorielle. Il est important de souligner que le travail art-thérapeutique avec le scoby de kombucha peut provoquer certaines frustrations liées au manque de contrôle. Bien que ce médium ne procure pas toujours une expérience de maîtrise et de contrôle, elle facilite en revanche une expérience sensorielle, émotive et symbolique. Mon expérience personnelle avec cette matière fascinante a facilité une expérience de « *flow* » lors de la transformation de la matière dans son état humide. J'ai baptisé ma création *Tissu de vie* car en plus d'évoquer le vivant, celle-ci m'a invité à me réconcilier avec la fragilité de la vie, la fragilité de ma peau, mais aussi avec la résilience qui en ressort. À la suite de cette prise de conscience, j'ai réalisé que je devais apprendre à laisser partir certains fragments de ce tissu de vie qui avait besoin de mourir. Comme l'écrit Pinkola Estés (2017), la femme qui apprend à se connecter aux cycles de vie-mort-vie peut ainsi laisser mourir ce qui doit mourir et laisser vivre ce qui doit vivre.

4.2 Ennoblement et féminité

À travers l'exploration textile, j'ai découvert des facettes de ma vie de femme à la fois intime et universelle. Des mémoires affectives liées à des relations passées ont refait surface me permettant d'entrer en contact à la fois avec mes blessures, mais aussi avec mon pouvoir de femme. J'entrais alors en contact avec une colère importante liée à ma blessure d'invisibilité. À travers les créations textiles, je rendais visible mon vécu de femme, de fille et de mère. Le thème de la féminité s'imposait à moi alors que je m'ouvrais à ma vulnérabilité, à ma fragilité, mais aussi à toute la force instinctive qui réside au cœur de chaque femme. « L'intuition, ce pouvoir formidable, se compose d'une vision intérieure, d'une écoute intérieure, d'une connaissance intérieure, du fait de sentir de l'intérieur » (Pinkola Estés, 2017, p. 120) Le passage à la maternité nous amène nécessairement à explorer notre relation à la mère. Notre mère réelle, mais aussi la mère idéalisée et la mère ambivalente (Benhaïm, 2002). La sculpture textile évoquait la complexité de ma féminité et plus particulièrement de la relation à mon corps de femme et de mère. Le processus d'ennoblement textile m'a amené à honorer les traces de mes blessures physiques et psychiques. Au même moment, je me réappropriais mon corps de femme de 40 ans à la suite de deux grossesses et je m'ennoblissais en soignant mon apparence, mais aussi en prenant soin de mes besoins

psychiques et émotionnels. Les créations textiles faisaient écho à mes états d'âme et reflétaient mes filiations familiales. Tel qu'en témoigne Dupré (Panaïté *et al.*, 2018), lorsqu'on écrit sur la mémoire qui se tisse à travers les générations, on adopte nécessairement un rôle maternel. Celui d'une mère qui transgresse la loi du silence et qui choisit de révéler sa vérité, sa vérité subjective telle qu'elle est vécue et comprise de l'intérieur. « Pour une femme, évoquer le mot *mémoire*, c'est se montrer subversive : c'est évoquer une traversée du temps, et donc une filiation. Filiation de mères à filles et de filles à mères, ou *cognition*, cognition d'ordre biologique ou symbolique » (Panaïté *et al.*, 2018, p. 10).

L'artiste Ghada Amer (Gossmann, 2013), interroge par son art les conceptions de la féminité en mettant en scène notre rapport au corps, à la beauté et à la séduction. Par exemple, elle se réapproprie les contes de fées par le biais de la broderie, ces histoires qui traversent les générations et qui impriment dans l'esprit et le cœur des jeunes filles des schémas, des valeurs et des fantaisies qui constituent notre héritage de femmes et l'image que l'on se fait de la féminité. « Par l'expérience du geste de la couture se réapproprier son image – opérer un déplacement – activer un autre champ perceptif, une autre temporalité, un autre espace – construire une écriture personnelle – se recréer à travers une nouvelle invention de soi, du féminin » (Gossmann, 2013, p. 150)

4.3 Réparation transgénérationnelle

Je suis d'avis que les points de broderie que j'ai réalisés sur la courtepointe de ma grand-mère ont facilité un processus de réparation transgénérationnel. Cette étoffe portait une partie de l'histoire de ma grand-mère, dont son secret, ses rêves, mais aussi sa force et sa résilience. J'étais en contact avec les mémoires transgénérationnelles qui liaient mon histoire à celle de ma grand-mère. Je tentais de panser sa blessure profonde et par le fait même j'apaisais mes propres souffrances de femme. Toutes les femmes vivent au moins une fois dans leur vie le sentiment d'être dépossédé de leur corps, de n'être que cet objet de désir qui est offert dans le but de satisfaire le plaisir de l'autre. Je me souvenais d'avoir ressenti dans le passé ce sentiment de dissociation avec mon corps et j'éprouvais alors une profonde empathie envers cette femme de ma lignée. À travers cette réparation transgénérationnelle, je souhaitais rendre visibles les traces de vie : les déchirures, les cicatrices, les mots non-dits et les silences. Les fils de couleurs, les points répétés ainsi que les mouvements me permettaient de surligner ces mémoires brodées à travers cette courtepointe. En

honorant ces marques du temps, je reconnaissais que derrière les plus grandes souffrances de la vie pouvaient aussi émerger de la beauté et de la poésie. Les couches de la courtepointe qui se révélèrent dans les trous de cette couverture devenaient le symbole des profondeurs de la peau par lesquelles s'enregistrent les expériences sensorielles et affectives. L'artiste Louise Bourgeois (Bourgeois et Celant, 2010) soutient comment le tissu offre cet espace pour réparer la mémoire et le passé et ainsi permettre de raconter son récit de vie.

La courtepointe n'était pas qu'une simple couverture, mais elle était ce trésor familial que l'on ressort d'un grenier poussiéreux. Ces courtepointes offertes en cadeau ou en héritage témoignent aussi d'un amour profond. « C'est consciemment que les artistes choisissent cet objet réconfortant et utile (la couverture) pour subjuguier les anciennes règles et projeter des images qui contrastent souvent avec le sentiment d'être décousues, déchirées, malmenées, à la recherche d'un nouvel équilibre, d'une voie pour réclamer et reconquérir sa place dans la société » (Annoual et Wilson, 2014, p. 16).

4.4 Mémoires et transmission transgénérationnelle

Les textiles nous rattachent à notre famille ainsi qu'à l'esprit de nos ancêtres. L'expression populaire « *cut from the same cloth* » souvent utilisée pour aborder l'héritage familial (Gordon, 2013) exprime bien cette filiation. J'ai entamé ce processus avec en tête une question de recherche et une forte intuition qui allait guider mon processus créatif. J'ai adopté une posture de curiosité et d'ouverture sachant que je n'allais peut-être pas trouver les réponses à mes questions. Au départ, le thème des traumatismes transgénérationnels m'occupait davantage l'esprit, puis au fur et à mesure j'ai découvert que ces traumatismes avaient bien sûr eu un impact sur les dynamiques familiales et les liens d'attachement au sein de la famille, mais qu'ils faisaient partie d'un ensemble d'éléments constituant mon héritage familial. Le tableau textile réalisé à partir de la technique de feutrage à l'aiguille m'a d'abord mis en contact avec une colère et une blessure d'invisibilité qui m'habitaient depuis très longtemps. Par la suite, j'ai réalisé que certains « patterns » familiaux se réactivaient dans mes relations avec mes enfants me permettant de mieux comprendre ce que j'avais vécu durant mon enfance et durant ma vie d'adulte. Le feutrage à l'aiguille favorisa à la fois l'expression de la colère et la douceur par le mouvement du geste et par le toucher. Je pouvais reconnaître que cette colère avait des racines intergénérationnelles et peut-être même transgénérationnelles. L'interdit familial d'exprimer sa colère avait amené un refoulement de

cette colère à travers les générations. Pour ma part, le refoulement de cette énergie agressive se retournait contre moi. L'eczéma sur mes mains est selon moi la manifestation de deux interdits, celui de la colère et celui du toucher.

L'utilisation de l'héritage matériel dans ce processus de recherche-crédation m'a permis de me réapproprier des parties de mon histoire. Par exemple, j'ai cousu sur la sculpture textile des artefacts ayant appartenu à ma grand-mère maternelle. Ces symboles représentaient des fragments de mon héritage psychique m'offrant ainsi l'opportunité de faire le tri sur ce que je souhaitais laisser-aller et ce que je souhaitais me réapproprier. De la même façon, lorsque j'ai découvert le fragment de courtpointe de ma grand-mère paternelle, j'ai réalisé la chance que j'avais de pouvoir transformer cet héritage matériel. Cet ennoblissement étant très touchant pour moi, j'avais l'impression de pouvoir réparer une blessure profonde du moins symboliquement. J'arrivais à voir plus loin que le traumatisme vécu par ma grand-mère alors que je me sentais connecté à ses forces. Les objets récupérés que ce soit un héritage familial ou non portent avec eux des histoires qui relient les générations et qui touchent à la sphère intime et à la poésie du quotidien.

La démarche artistique de Bourgeois propose une analogie entre l'étoffe et le corps. L'exploration artistique du textile et du vêtement fait émerger notre vision du monde à la fois personnelle et subjective tout en facilitant l'apparition des souvenirs (Bourgeois et Celant, 2010). « Le tissu, dans sa relation intime avec notre corps, porte les marques de notre être, tant à la surface qu'à l'intérieur de sa structure. Les tensions, les contraintes, les taches et les odeurs que nous imprimons à cette seconde peau constituent une archive intime de notre vie » (Millar, 2012, p. 2, traduction libre). À travers cette expérience art-thérapeutique, j'ai réalisé comment le tissu nous liait à l'autre en évoquant la personne absente, la personne décédée, la personne que l'on a aimée, la personne qui nous a blessée et tous ceux que l'on aime au quotidien. De ces relations significatives, nous avons enregistré des mémoires émotionnelles et sensorielles dans le corps et la psyché où des empreintes se sont inscrites. « L'esprit, la psyché est la surface d'inscription sur laquelle les sensations laissent des impressions qui à leur tour laissent des traces : images, souvenirs » (Cupa, 2006, p. 94).

Au regard de ce que je voulais accomplir à travers cette recherche, je réalise que ce voyage art-thérapeutique à travers l'histoire familiale m'a permis de voir plus clairement certains comportements, certaines réactions ou émotions qui traversaient les générations. J'ai appris de cette expérience que l'exploration transgénérationnelle a le potentiel de faciliter l'actualisation de

soi en permettant à l'individu de découvrir le bagage personnel et familial qu'il porte. Ainsi, la personne pourra se libérer d'un certain poids psychique et choisir consciemment les valeurs et les comportements qu'elle souhaite transmettre aux prochaines générations. En cette fin de processus, la question qui m'habite est la suivante : qu'est-ce que j'ai envie de transmettre à mes enfants? Comment aborder l'ambivalence, les contradictions, les tabous, les blessures afin que nos enfants puissent construire du sens entre les paroles et les actes?

5. FORCES, LIMITES ET RECOMMANDATIONS

Le processus de recherche-crédation heuristique m'a permis d'explorer en profondeur la question de recherche qui était à la fois personnelle et universelle. La sensorialité des différents textiles a favorisé l'émergence de mémoires personnelles et intergénérationnelles. L'exploration des mémoires transgénérationnelles demeure complexe à investiguer dans un processus de recherche heuristique. Cependant, la réflexion entourant l'héritage transgénérationnel a favorisé de nombreuses prises de conscience permettant ainsi de découvrir de nouvelles facettes de mon vécu personnel. Il est également important de mentionner que les thèmes explorés lors de cette recherche autour de l'intergénérationnel et du transgénérationnel résonnaient avec ce qui émergeait pour moi dans l'ici et maintenant. Tout au long du processus de recherche, une réflexion profonde sur mon bagage personnel et familial est venue alimenter et éclairer le processus art-thérapeutique vécu par le biais des textiles. Certaines émotions reliées à des souvenirs passés ont émergé durant cette recherche me permettant ainsi de trouver un nouveau sens à ce vécu émotionnel et psychique non résolu. « Le vécu émotionnel qui émerge à propos de l'histoire antérieure est une expérience nouvelle et actuelle » (Masquelier-Savatier, 2008, p. 150).

Cette recherche ne permet pas de tirer des généralisations sur les effets art-thérapeutiques du textile dans le travail des mémoires transgénérationnelles. L'acte de création à partir de la fibre et du textile nous invite à vivre des expériences intimes, personnelles et collectives. Ce processus de recherche-crédation heuristique a été avant tout une quête de sens, une recherche de ma vérité subjective, une vérité teintée par mon histoire personnelle et familiale ainsi que de mes expériences de vie. Toutefois, il serait fort pertinent de poursuivre l'exploration de ce thème auprès d'une population directement affectée par des traumatismes à travers les générations. À cet effet, de nombreuses communautés autochtones au Canada pourraient bénéficier d'un tel processus.

Mon intérêt particulier pour les textiles s'est renforcé lors de ma formation collégiale en design et impression textile. C'est d'ailleurs durant ces études que j'ai entamé une exploration artistique sur le thème des textiles et de la peau. Mes connaissances dans le domaine ainsi que ma passion pour ce sujet ont facilité le processus de recherche à bien des égards. Cependant, il est important de noter que ces mêmes aspects peuvent constituer un biais dans le cadre de cette recherche.

Tel que le souligne Hamel (2011), les recherches heuristiques en art-thérapie pourraient favoriser le développement de compétence art-thérapeutique visant une compréhension approfondie des effets de l'art sur la psyché. En contrepartie, l'auteur nomme les limites de l'approche heuristique en art-thérapie. D'abord, les recherches cliniques ou théoriques ne concordent pas avec ce type d'approche ne permettant pas d'étudier l'application clinique d'une intervention art-thérapeutique auprès d'une clientèle spécifique. De plus, la recherche heuristique nous donne accès au point de vue, à la vision du monde et à l'expérience subjective d'un seul chercheur limitant ainsi toute possibilité de généralisation. Cependant, il est intéressant de réfléchir sur comment l'expérience d'une seule personne peut trouver écho dans le vécu d'autrui. La généralisation canonique dans les recherches en art permet de mettre en lumière l'unicité de l'expérience vécue, pendant que les prises de conscience témoignent de la profondeur de cette démarche (Kapitan, 2018).

CONCLUSION

Les textiles sont profondément poétiques et fragiles tout comme nos corps (Valoma, 2010) qui détiennent les traces de notre histoire. Il allait donc de soi que ces créations m'invitent à la poésie et me permettent d'approfondir le sens de cette démarche heuristique. Le pouvoir évocateur de cette matière facilite l'émergence d'associations libres, de symboles, d'archétypes, de souvenirs et de poèmes. Le tissu est imprégné de la mémoire de notre époque, tout en nous faisant voyager à travers le temps et l'espace (Millar, 2012).

Plusieurs métaphores textiles révèlent le caractère relationnel et émotionnel de cette matière : les liens se tissent ou se brisent, le tissu social, filer un mauvais coton (Papetti Tisseron, 2004). Ces expressions verbales symbolisent la trame de nos vies qui se construit à travers les relations et les rencontres. Bien que l'utilisation thérapeutique du textile soit appropriée auprès de clientèles de tout genre, il demeure que cette matière est intimement liée à l'histoire des femmes. La chasse aux sorcières perpétrée au Moyen âge face aux pratiques des femmes guérisseuses nous a éloignés

trop longtemps des valeurs matriarcales et de la dimension holistique de la santé. Heureusement, aujourd'hui on assiste à une réappropriation de ces pratiques de guérison qui honore la féminité sacrée, la spiritualité, le corps et la nature instinctive des femmes (Dosamantes-Beaudry, 2001). L'art textile est aujourd'hui diversifié et peut prendre différentes formes, mais ses racines demeurent ancrées au sein de pratiques ancestrales et traditionnelles liées à la transformation de la fibre en textile.

Durant le processus de recherche, j'ai découvert les parkas réalisées à partir d'intestins de mammifères marins. La texture, la transparence et la couleur de cette matière animale me semblaient très près de la sensorialité du scoby de kombucha. La transformation des textiles d'origine animale, végétale et



Figure 10
Bio Bomber jacket, réalisée par la designer Suzanne Lee à partir de cuir de kombucha

Source:

https://www.youtube.com/watch?v=u9u_m_QzXSI

minérale répond à un besoin de connexion entre l'homme et la nature (Gordon, 2013). Ce type de création pourrait être la manifestation d'une

façon d'honorer l'univers animal et végétal à laquelle nous appartenons. Lorsque nous réalisons que nous ne sommes pas seuls à souffrir de cette déconnexion avec l'univers naturel et animal, nous pouvons alors cheminer vers un processus de réparation du lien qui nous unit (Speert, 2016).



Figure 9
Parka made of sea-mammal intestine, sewn with sinew and cotton cord, Inupiat or Yup'ik Inuit, Western Arctic, 1919

Source : Textiles: The Whole Story, 2011, Beverly Gordon.

Je souhaite que ce projet puisse donner suite à de nouvelles recherches sur l'art-thérapie textile et le transgénérationnel dans une approche de groupe. La dynamique de groupe est transformée lorsqu'on intègre la création textile en art-thérapie. En effet, lors de mon stage auprès des proches aidantes endeuillées, j'ai observé plus d'entraide, de communication, de partage et de solidarité entre les participantes lors de la création textile. Lorsqu'on entame une quête de nos origines, il est essentiel d'y intégrer la dimension, sociale, culturelle, spirituelle, émotionnelle, psychique et physique. La transformation des textiles issus de la famille est une avenue prometteuse dans une exploration généalogique en art-thérapie.

LISTE DES RÉFÉRENCES

- Abraham, N. et Torok, M. (1978). *L'Écorce et le noyau*. Aubier.
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb34599682n>
- Abrams, B. (2021). Encountering transgenerational trauma through analytical music therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 30(3), 197-218. <https://doi.org/10.1080/08098131.2020.1853801>
- Agosín, M. (2008). *Tapestries of hope, threads of love: the arpillera movement in Chile* (2^e éd.). Rowman & Littlefield.
- Agosín, M. (dir.). (2014). *Stitching resistance: women, creativity, and fiber arts*. Solis Press.
- Akthar, Z. et Lovell, A. (2019). Art therapy with refugee children: a qualitative study explored through the lens of art therapists and their experiences. *International Journal of Art Therapy*, 24(3), 139-148. <https://doi.org/10.1080/17454832.2018.1533571>
- Ancelin Schützenberger, A. (2012). *Psychogénéalogie : guérir les blessures familiales et se retrouver soi*. Payot.
- Anderson, L. et Gold, K. (1998). Creative Connections. *Women & Therapy*, 21(4), 15-36.
https://doi.org/10.1300/J015v21n04_02
- Annoual, P. C. et Wilson, P. (2014). *Courtepointes engagées*. Musée des maîtres et artisans du Québec.
- Baker, B. A. (2006). Art Speaks in Healing Survivors of War. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 12(1-2), 183-198. https://doi.org/10.1300/J146v12n01_10
- Baum, R. (2013). Transgenerational trauma and repetition in the body: The groove of the wound. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 8(1), 34-42.
<https://doi.org/10.1080/17432979.2013.748976>
- Benhaïm, M. (2002). Ambivalence maternelle. *Spirale*, 1(21), 99-107.
<https://doi.org/10.3917/spi.021.0099>
- Bourgeois, L. et Celant, G. (2010). *Louise Bourgeois: the fabric works*. Skira.
- Boutet, D. (2018). La création de soi par soi dans la recherche-crédation : comment la réflexivité augmente la conscience et l'expérience de soi. *Approches inductives*, 5(1), 289-310.
<https://doi.org/10.7202/1045161ar>
- Burns, S. L. (2006). La parole de l'artiste chercheur. Dans P. Gosselin et É. Le Coguic (dir.), *La recherche création: pour une compréhension de la recherche en pratique artistique*. Presses de l'Université du Québec.
- Calicis, F. (2006). La transmission transgénérationnelle des traumatismes et de la souffrance non dite. *Thérapie Familiale*, 27(3), 229. <https://doi.org/10.3917/tf.063.0229>
- Calicis, F. (2014). Les héritages familiaux : comment faire avec nos loyautés ? *Cahiers de psychologie clinique*, 2(43), 81-96. <https://doi.org/10.3917/cpc.043.0081>

- Carr, R. et Hass-Cohen, N. (2008). *Art Therapy and Clinical Neuroscience*. Jessica Kingsley.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=251909&lang=fr&site=ehost-live>
- Chapman, L., Morabito, D., Ladakakos, C., Schreier, H. et Knudson, M. M. (2001). The Effectiveness of Art Therapy Interventions in Reducing Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Symptoms in Pediatric Trauma Patients. *Art Therapy, 18*(2), 100-104.
<https://doi.org/10.1080/07421656.2001.10129750>
- Clavier, B. (2013). *Les fantômes familiaux*. Payot.
- Cohen, R. A. (2013). Common Threads: a recovery programme for survivors of gender based violence. *Intervention, 11*, 157-168.
- Collier, A. F. (2011). The Well-Being of Women Who Create With Textiles: Implications for Art Therapy. *Art Therapy, 28*(3), 104-112. <https://doi.org/10.1080/07421656.2011.597025>
- Collier, A. F. (2012). *Using textile arts and handcrafts in therapy with women: weaving lives back together*. Jessica Kingsley.
- Courtois, C. A. (1997). Healing the incest wound: a treatment update with attention to recovered-memory issues. *American journal of psychotherapy, 51*(4), 464-96.
- Cupa, D. (2006). Une topologie de la sensualité : le Moi-peau. *Revue française de psychosomatique, 1*(29), 83-100. <https://doi.org/10.3917/rfps.029.0083>
- Cyrulnik, B. (2006). Les mémoires. *Recherche et pratiques pédagogiques en langues de spécialité. Cahiers de l'Apliut, 25*(2), 9-16. <https://doi.org/10.4000/apliut.2428>
- De Neuter, P. (2014). La transmission transgénérationnelle. *Cahiers de psychologie clinique, 2*(43), 43-58. <https://doi.org/10.3917/cpc.043.0043>
- Dellucci, H. (2009). Les neurones miroirs : une nouvelle clé pour comprendre les traumatismes transmis ? *Cahiers critiques de thérapie familiale et de pratiques de réseaux, 43*(2), 197-216.
<https://doi.org/10.3917/ctf.043.0197>
- De Roux, I., Segard, K. (2010). *Ma famille, mes fantômes: s'affranchir de la dette familiale*. Albin Michel.
- Dosamantes-Beaudry, I. (2001). The suppression and modern re-emergence of sacred feminine healing traditions. *Arts in Psychotherapy, 28*(1), 31-37.
- Duchastel, A. (2005). *La voie de l'imaginaire: le processus en art-thérapie*. Québecor.
- Dumas, D. et Dolto, F. (2005). *L'ange et le fantôme : introduction à la clinique de l'impensé généalogique*. Minuit.
- Eiguer, A. (2020). Le temps remué par le transgénérationnel. *Le Divan familial, 2*(45), 45-55.
<https://doi.org/10.3917/difa.045.0045>
- Elbrecht, C. et Antcliff, L. (2015). Being in Touch: Healing Developmental and Attachment Trauma at

- the Clay Field. *Children Australia*, 40(3), 209-220. <https://doi.org/10.1017/cha.2015.30>
- Fenouillas, C. (2022, 28 avril). *Au fil de Soi(e) par l'art-thérapie textile* [conférence virtuel]. Conférence virtuel communication présentée au Sommet d'art-thérapie francophone 2022. <https://www.art-therapie.online/>
- Figley, C. R. (dir.). (2012). *Encyclopedia of trauma: an interdisciplinary guide*. Sage.
- Gallese, V. (2005). Embodied simulation: From neurons to phenomenal experience. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 4(1), 23-48. <https://doi.org/10.1007/s11097-005-4737-z>
- Gantt, L. et Tinnin, L. W. (2009). Support for a neurobiological view of trauma with implications for art therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 36(3), 148-153. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2008.12.005>
- Garlock, L. R. (2016). Stories in the Cloth: Art Therapy and Narrative Textiles. *Art Therapy*, 33(2), 58-66. <https://doi.org/10.1080/07421656.2016.1164004>
- Ginger, S. (2009). *La Gestalt : L'art du contact*. Marabout.
- Glover-Graf, N. M. (2006). The therapeutic use of photography for sexual abuse survivors. Dans S. L. Brooke (dir.), *Creative arts therapies manual: a guide to the history, theoretical approaches, assessment, and work with special populations of art, play, dance, music, drama, and poetry therapies* (p. 86-101). Charles C Thomas.
- Gordon, B. (2013). *Textiles: the whole story; uses, meanings, significance*. Thames & Hudson.
- Gosselin, P. et Le Coguic, É. (2000). *La recherche création: Pour une compréhension de la recherche en pratique artistique*. Presses de l'Université du Québec. <http://ebookcentral.proquest.com/lib/ugqat-ebooks/detail.action?docID=3257828>
- Gossmann, M. (2013). Ghada Amer : Au fil d'une iconographie féminine. Dans F. Bort et V. Dupont (dir.), *Texte, texture, textile: variations sur le tissage dans la musique, les arts plastiques et la littérature* (p. 147-153). Éditions universitaires de Dijon.
- Govender, V. (2017). An Aesthetic Review of New Mothers as the Ultimate Weaver: Achieving a Harmonious Integration of Prevalent Discourses and Lived Experience. *Journal of Creativity in Mental Health*, 12(3), 360-376. <https://doi.org/10.1080/15401383.2016.1275994>
- Granjon, E. (2007). Le néo-groupe, lieu d'élaboration du transgénérationnel: *Le Divan familial*, 1(18), 93-104. <https://doi.org/10.3917/difa.018.0093>
- Hahn, K. H. Y., Collier, A. F. et Chyu, R. (2013). Resurgence of Textile-Making in Contemporary Korean Culture: Intergenerational Differences. *Clothing and Textiles Research Journal*, 31(4), 215-230. <https://doi.org/10.1177/0887302X13495733>
- Hamel, J. (2011). *L'application de la recherche heuristique à l'art-thérapie*. Colloque d'art-thérapie « Quête d'identité, la toile de fond des art-thérapies », Rouyn-Noranda. https://www.johannehamel.com/_files/ugd/6ede24_95a628692dc94e0aadd8ff9fe56e9424.pdf
- Hanania, A. (2018). A Proposal for Culturally Informed Art Therapy With Syrian Refugee Women: The Potential for Trauma Expression Through Embroidery (Une proposition d'art-thérapie adaptée à

- la culture de femmes réfugiées syriennes : le potentiel de la broderie pour l'expression du traumatisme). *Canadian Art Therapy Association Journal*, 31(1), 33-42.
<https://doi.org/10.1080/08322473.2017.1378516>
- Hass-Cohen, N., Bokoch, R., Clyde Findlay, J. et Banford Witting, A. (2018). A four-drawing art therapy trauma and resiliency protocol study. *The Arts in Psychotherapy*, 61, 44-56.
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2018.02.003>
- Hinz, L. D. (2019). *Expressive Therapies Continuum: A Framework for Using Art in Therapy* (2^e éd.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429299339>
- Hogan, S. (2012). *Revisiting feminist approaches to art therapy*. Berghahn Books.
- Holt, J. (2019). The Art of Flow. *Creative Arts in Education and Therapy (CAET)*, 5(1), 72-76.
<https://caet.inspirees.com/caetojsjournals/index.php/caet/article/view/175>
- Houziaux, A. (2006). Le péché originel, Freud et le devoir de mémoire. Dans A. Houziaux (dir.), *La mémoire, pour quoi faire?* (p. 13-46). L'Atelier/Ouvrières.
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb401492931>
- Great big story. (2020). *How the Knitting Psychiatrist Interweaves Art and Healing*. [Documentaire]
<https://www.greatbigstory.com/stories/the-knitting-psychiatrist>
- Kapitan, L. (2011). Close to the Heart: Art Therapy's Link to Craft and Art Production. *Art Therapy*, 28(3), 94-95. <https://doi.org/10.1080/07421656.2011.601728>
- Kapitan, L. (2018). *Introduction to art therapy research* (2^e éd.). Routledge.
- Kelly, M. (2014). Knitting as a feminist project? *Women's Studies International Forum*, 44, 133-144.
<https://doi.org/10.1016/j.wsif.2013.10.011>
- Keysers, C., Wicker, B., Gazzola, V., Anton, J.-L., Fogassi, L. et Gallese, V. (2004). A Touching Sight: SII/PV Activation during the Observation and Experience of Touch. *Neuron*, 42(2), 335-346.
[https://doi.org/10.1016/S0896-6273\(04\)00156-4](https://doi.org/10.1016/S0896-6273(04)00156-4)
- Kezelman, C., Stavropoulos, P., et Adults Surviving Child Abuse (Organisation). (2012). *'The last frontier' : practice guidelines for treatment of complex trauma and trauma informed care and service delivery* (PDF file). Adults Surviving Child Abuse.
<http://www.asca.org.au/displaycommon.cfm?an=1&subarticlenbr=366>
- Laurier, D., Gosselin, P. et Bachand, N. (2004). *Tactiques insolites: vers une méthodologie de recherche en pratique artistique*. Guérin universitaire.
- Lee, S. (2011). *Grow your own clothes*. [TED]
https://www.ted.com/talks/suzanne_lee_grow_your_own_clothes
- Leone, L. (dir.). (2020). *Craft in Art Therapy: Diverse Approaches to the Transformative Power of Craft Materials and Methods*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003050513>
- LoboPrabhu, S., Molinari, V. et Lomax, J. (2007). The transitional object in dementia: clinical implications. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 4(2), 144-169.

<https://doi.org/10.1002/aps.131>

- Lusebrink, V. B., Mārtinsonē, K. et Dzilna-Šilova, I. (2013). The Expressive Therapies Continuum (ETC): Interdisciplinary bases of the ETC. *International Journal of Art Therapy*, 18(2), 75-85. <https://doi.org/10.1080/17454832.2012.713370>
- Malchiodi, C. A. (2020). *Trauma and expressive arts therapy: brain, body, and imagination in the healing process*. Guilford.
- Masquelier-Savatier, C. (2008). *Comprendre et pratiquer la Gestalt-thérapie: une démarche novatrice*. InterÉditions.
- Mazô-Darné, N. (2006). Mémoriser grâce à nos sens. *Recherche et pratiques pédagogiques en langues de spécialité. Cahiers de l'Apliut*, 25(2), 28-38. <https://doi.org/10.4000/apliut.2456>
- McCullough, C. (2009). A Child's Use of Transitional Objects in Art Therapy to Cope With Divorce. *Art Therapy*, 26(1), 19-25. <https://doi.org/10.1080/07421656.2009.10129306>
- McNiff, S. (2012). Art-based methods for art therapy assessment. Dans A. Gilroy, R. Tipple et C. Brown (dir.), *Assessment in art therapy* (p. 66-80). Routledge.
- Miller, A. (2004). *Notre corps ne ment jamais*. Flammarion.
<http://www.uqtr.ca/biblio/notice/tablemat/18317377TM.html>
- Millar, L. (2012). *Cloth & memory* [Catalogue d'exposition]. Direct Design Books.
- Moon, C. H. (dir.). (2010). *Materials & media in art therapy: critical understandings of diverse artistic vocabularies*. Routledge.
- Moustakas, C. (1990a). Heuristic Concepts, Processes, and Validation. Dans *Heuristic research: design, methodology, and applications* (p. 15-37). Sage. <https://doi.org/10.4135/9781412995641>
- Moustakas, C. (1990b). *Heuristic research: design, methodology, and applications*. Sage.
- Myzelev, A. (2009). Whip Your Hobby into Shape: Knitting, Feminism and Construction of Gender. *TEXTILE*, 7(2), 148-163. <https://doi.org/10.2752/175183509X460065>
- Nelson, N. J., LaBat, K. L. et Williams, G. M. (2005). More than 'just a little hobby': Women and textile art in Ireland. *Women's Studies International Forum*, 28(4), 328-342. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2005.04.017>
- Obernbreit, R. (1985). Object Relations Theory and the Language of Art Tools for Treatment of the Borderline Patient. *Art Therapy*, 2(1), 11-18. <https://doi.org/10.1080/07421656.1985.10758775>
- Panaïté, O., Benameur, J., Bessora et Dupré, L. (2018). Féminité et filiations. *Nouvelles Études Francophones*, 33(2), 1-2. <https://doi.org/10.1353/nef.2018.0049>
- Papetti Tisseron, Y. (2004). *Des étoffes à la peau* (2^e éd.). Des Femmes/A. Fouque.
- Perry, B. D. (2006). Applying Principles of Neurodevelopment to Clinical Work with Maltreated and Traumatized Children. The Neurosequential Model of Therapeutics. Dans N. B. Webb (dir.),

- Working with traumatized youth in child welfare* (p. 27-52). Guilford.
<http://catdir.loc.gov/catdir/toc/ecip0513/2005015306.html>
- Pinkola Estés, C. (2001). *Femmes qui courent avec les loups: histoires et mythes de l'archétype de la femme sauvage*. Livre de poche.
- Potter, S. (2019). *Art Therapists' Work with Textiles* (Mémoire de maitrise). Loyola Marymount University. <https://digitalcommons.lmu.edu/etd/771>
- Reynolds, F. (2004). Textile Art Promoting Well-being in Long-term Illness: Some General and Specific Influences. *Journal of Occupational Science*, 11(2), 58-67.
<https://doi.org/10.1080/14427591.2004.9686532>
- Rothschild, B. (2000). *The body remembers*. Norton.
- Schaverien, J. (1994). The Picture as Transactional Object in the Treatment of Anorexia. Dans D. Dokter (dir.), *Arts therapies and clients with eating disorders: fragile board* (p. 31-47). Jessica Kingsley.
- Segalo, P. (2014). Embroidery as narrative: Black South African women's experiences of suffering and healing. *Agenda*, 28(1), 44-53. <https://doi.org/10.1080/10130950.2014.872831>
- Sievers, M., Lanini, C., Weber, A., Schuler-Schmid, U. et Teuber, M. (1995). Microbiology and Fermentation Balance in a Kombucha Beverage Obtained from a Tea Fungus Fermentation. *Systematic and Applied Microbiology*, 18(4), 590-594. [https://doi.org/10.1016/S0723-2020\(11\)80420-0](https://doi.org/10.1016/S0723-2020(11)80420-0)
- Skelly, J. (2017). *Radical decadence: excess in contemporary feminist textiles and craft*. Bloomsbury Academic.
- Speert, E. (2016). Eco-art therapy: Deepening connections with the natural world. *American Art Therapy Association*. <https://arttherapy.org/eco-art-therapy-deepening-connections-natural-world/>
- Stace, S. M. (2014). Therapeutic Doll Making in Art Psychotherapy for Complex Trauma. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 31(1), 12-20.
- Thomas, D. M. E. (2016). *Texts and Textiles: Affect, Synaesthesia and Metaphor in Fiction*. Cambridge Scholars.
<https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=1483916&lang=fr&site=ehost-live>
- Tisseron, S. (2007). Transmissions et ricochets de la vie psychique entre les générations. *La revue internationale de l'éducation familiale*, 22(2), 13-26. <https://doi.org/10.3917/rief.022.0013>
- Torán-Pereg, P., del Noval, B., Valenzuela, S., Martínez, J., Prado, D., Perisé, R. et Arboleya, J. C. (2021). Microbiological and sensory characterization of kombucha SCOBY for culinary applications. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 23, 100314.
<https://doi.org/10.1016/j.ijgfs.2021.100314>
- Valoma, D. (2010). Dust Chronicles. *TEXTILE*, 8(3), 260-268.
<https://doi.org/10.2752/175183510X12868938341321>

- Van Der Hart, O., Brown, P. et Van Der Kolk, B. A. (1995). Pierre Janet's Treatment of Post-Traumatic Stress. Dans G. S. Everly et J. M. Lating (dir.), *Psychotraumatology* (p. 195-210). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1034-9_12
- Varda, A. (2000). Les glaneurs et la glaneuse. *Ciné-Tamaris*. <https://www.cine-tamaris.fr/les-glaneurs-et-la-glaneuse/>
- Wadsworth Hervey, L. (2000). *Artistic inquiry in dance/movement therapy : creative research alternatives*. Charles C. Thomas. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=452607&lang=fr&site=ehost-live>
- Waguet, D.-H., Vieux, C. et Canault, N. (2003). *Mémoire de l'arbre: mythes et psychogénéalogie, du drame grec à la conscience du XXIème siècle*. Quintessence.
- Wellesley-Smith, C. (2015). *Slow stitch: mindful and contemplative textile art*. Batsford.
- Yi Chun-shan, S. (2021). Demystifying the Individualistic Approach to Self-Care. Sewing as a Metaphorical Process for Documenting Relational and Communal Care in Disability Culture. Dans L. Leone (dir.), *Craft in art therapy: diverse approaches to the transformative power of craft materials and methods* (p. 72-89). Routledge, Taylor & Francis Group.

