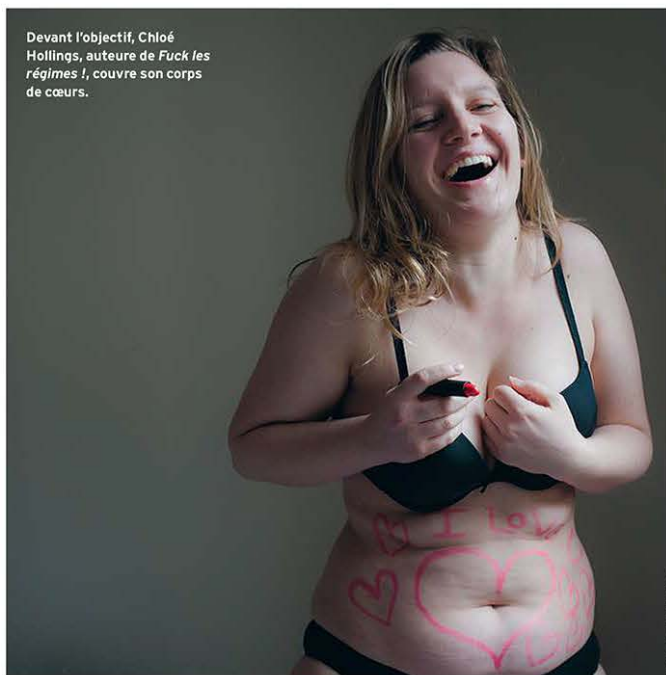


CHANGER DE POINT DE VUE

SE VOIR POUR SE CROIRE



Devant l'objectif, Chloé Hollings, auteure de *Fuck les régimes !*, couvre son corps de cœurs.

ELODIE SVEUR/MONSIGNIER

Acceptation de soi, thérapie de l'exil... De plus en plus de pys européens s'inspirent des techniques anglo-saxonnes de photothérapie. Quand la représentation répare le réel.

PAR CÉLINE FION



EMILIE DANCHIN



EMILIE DANCHIN

« UNE PHOTO, C'EST COMME COUPER UN MORCEAU DU RÉEL. »



EMILIE DANCHIN

D'apparence, l'expo *Diep insight-Deep inside*, présentée en août dernier à Dieppe et aujourd'hui visible en Angleterre, à Newhaven (*), semble des plus classiques. Sur les murs, des portraits noir et blanc représentent des hommes et des femmes, l'air tantôt songeur, tantôt déterminé, dans un cadre de campagne française. Tous ont néanmoins un point commun : ils sont demandeurs d'asile et ont participé à un atelier de photothérapie visant à réfléchir sur la notion d'exil. Lors de l'inauguration, ils sont d'ailleurs là pour se confronter à l'accrochage de leur représentation argentine... « Je voulais passer du temps avec eux et, si possible, soigner des choses au passage », résume Emilie Danchin, qui signe cette série. Depuis plusieurs années, cette Bruxelloise d'adoption exploite et forme à cette technique thérapeutique, déjà bien développée outre-Atlantique, beaucoup moins chez nous. Elle place les gens face à l'objectif, leur fait commenter des images, les invite même parfois à capturer des instants de réel avec un but : réparer. « Avec une photographie, on croise le corps réel et

imaginaire, décrypte l'artiste et thérapeute. Cela enclenche une relaxation, harmonise les affects. » Durant une semaine, le groupe de réfugiés a bossé à la réalisation de l'expo. « Ils sont partis d'un portrait qu'ils avaient sur eux, souvent pris à la préfecture et sur lequel on peut lire l'angoisse, décrit une animatrice du centre d'accueil qui a accompagné le projet. Emilie leur a demandé de les placer dans une image inventée, qu'ils ont dessinée. En partant de là, nous avons cherché des lieux qui puissent servir de décor, pour finalement prendre un cliché. » Ce résultat ▶



EMILIE DANCHIN

« J'AI COMPRIS QUE S'APITOYER SUR SON SORT ENGENDRE DES PROBLÈMES. CE VISUEL A APAISÉ MON CŒUR. »

sur pellicule, Emilie Danchin l'associe à un « certificat d'authenticité ». Pour elle, « une photo, c'est comme couper un morceau du réel. Même si on sait qu'elle peut être truquée, il est universellement accepté que ce que l'on voit est vrai. On va avoir la preuve que cela a existé. Tout ce qui se passe au niveau affectif est enregistré. Lors de l'atelier, je leur ai dit : « Vous allez mettre quelque chose dans l'image dont vous avez besoin. On va faire la photo et vous l'aurez trouvé. » » Ce sont souvent de bons souvenirs de la vie d'avant la fuite imposée qui se retrouvent immortalisés : la victoire lors d'un match pour un footballeur professionnel éloigné du terrain, les après-midi en famille dans les montagnes kabyles, les forêts tchéco-chènes, la préparation d'un repas joyeux en Syrie...

UN MIROIR ÉMOTIONNEL

« La résilience, c'est tenir le coup pour survivre. Ce qu'on sait moins, c'est que, quand on est en survie, on ne peut pas avaler toutes les émotions négatives, décrypte Emilie Danchin. Dès que les gens sortent de ça et que le calme arrive après la tempête, tout est à apprendre et il faut se mettre à exister en réalisant tout ce qui est arrivé. Aller rechercher les bons souvenirs du passé, pouvoir les mettre ici dans le paysage, c'est très important pour pouvoir projeter une vie à partir de maintenant. » Une quadragénaire a tenu à poser de face. Son regard agrippe l'objectif. Debout devant cette illustration d'elle-même, elle explique : « Ça représente le fait que je dois tourner le dos au passé, car je sentais que j'en étais prisonnière. » Sans emphase dans la voix, elle emploie des mots forts pour

décrire son parcours : « Ma vie a changé après cet exercice. Il y a eu un dé clic. Quand j'ai quitté mon pays, j'avais 40 ans, des connaissances et des amis sur qui compter. Lorsque l'on arrive dans un endroit où on ne connaît personne, on ne sait pas comment débiter une relation, les gens sont réticents. Ça me faisait très mal. Mais après cette expérience, j'ai compris que s'apitoyer sur son sort engendre des problèmes. Ce visuel a apaisé mon cœur. »

A quelques pas, geste familier dans un monde saturé de selfies et autres prises de vue, l'un des participants montre au groupe des instantanés de son bébé qu'il emporte partout, grâce à son smartphone. « La différence entre les milliers de représentations de son nouveau-né et celles qu'on peut utiliser en photothérapie c'est que celles de son téléphone, il ne les regarde pas vraiment, décrypte la thérapeute belge. Or, on peut prendre ne serait-ce qu'un petit portrait d'identité et en parler durant des heures. C'est un média qui est comme un miroir hyper émotionnel, très profond, qui fait qu'on va changer un point de vue. »

REGARDER LA VÉRITÉ

La reconnexion aux émotions par cette technique de visualisation, Elodie Sueur-Monsenert a également décidé de l'utiliser pour accompagner des personnes en quête d'un mieux-être. Installée à Paris, elle est spécialisée dans l'image du corps et l'acceptation de soi. « Mes parents sont psys, j'ai grandi dans ce monde-là. A 18 mois, ma mère m'a emmenée chez un confrère parce que je dormais mal. J'ai beaucoup voyagé pour travailler sur moi et j'ai trouvé très tôt une limite à la psychologie classique. J'ai eu envie de l'envisager autrement. » Elle a notamment tenté le chamanisme et en est ressortie avec une conviction quant à l'importance de la dimension physique : « Pour moi, la guérison ne peut pas se faire si ça ne passe pas par le corps. Ce que je fais, c'est jouer sur l'émotionnel, le mental est très résistant et permet difficilement de guérir, il amène des prises de conscience, mais ensuite, il faut que ça descende. » Pour ses shootings, pas de maquillage, de recherche d'une lumière flatteuse ou de retouches sur écran : « Je suis dans la bienveillance et la douceur, mais on est là pour regarder la "vérité", sortir du déni. Il n'y a aucune intention de magnifier, ou même d'enlaidir. On est dans un travail de réparation. » Sa première expérience, elle l'a

vécue un peu par surprise. Reconvertie dans le photojournalisme, Elodie Sueur-Monsenert a suivi Chloé Hollings. Cette trentenaire, qui a ensuite écrit *Fuck les régimes !* (Payot), était en souffrance par rapport à son poids. Après des années de privation et d'oscillations de l'aiguille de la balance, l'auteure relate dans le livre le moment où elle se réconcilie avec ses formes... et finit par atteindre, sans le vouloir, la taille S tant convoitée. Dans la série de clichés *Chloé prend le large*, l'on peut notamment voir la resplendissante jeune femme, acceptant enfin ses courbes qu'elle vient de parer de mots tendres. Un outil calligraphique que l'experte aime désormais employer : « C'est un exercice très puissant, car les filles qui viennent vers moi, souvent après avoir lu le livre, ont passé leur vie à insulter leur corps, le torturer, ne pas l'aimer. » Les larmes s'invitent aussi régulièrement durant les séances : « Si, dans le premier contact, il est souvent question de superpoids, on sort très rapidement de l'esthétisme. La graisse sert de couche de protection. Derrière, il y a des choses qui n'appartiennent pas aux gros, qu'on leur a transmises, des croyances, des fantasmes, des traumatismes. D'ailleurs, quand on est petite, on s'aime. C'est lentement que ça se complique. »

Géraldine, 32 ans, fait partie de ces personnes bien portantes pour qui ça a dérapé jusqu'à devenir une immense souffrance. « J'avais du mal avec ma tête, mon corps, mon histoire familiale, se souvient-elle. J'ai grandi vite, j'ai été durant longtemps très maigre. Puis je me suis mise à grossir suite à un problème de thyroïde, c'est difficile à gérer. Ça s'est cristallisé. La représentation de mon visage était difficile. Les photos, le miroir : une horreur. » Quand elle s'est vue sous l'objectif d'Elodie, elle a perçu une immense tristesse. « Soudain, on est face à la réalité, on ne peut pas tourner autour du pot, passer à autre chose. On est obligé de la voir en face. On la prend dans les tripes, ça glisse dans le ventre », résume-t-elle. Après plusieurs tentatives d'analyse, Géraldine a l'impression que quelque chose se débloque enfin. En quelques séances, elle ressent une évolution positive.

(*) Festival Diep-Haven, à Newhaven (Angleterre), www.diephaven.org Jusqu'au 2 octobre prochain. www.analytiquephotographique.be www.elodiesueur-monsenert.com



PHOTOS: PASCALE DARSON

TUMEUR & SELFIES

En 2013, Pascale Darson s'entend diagnostiquer un cancer du sein. Après avoir expérimenté les bienfaits de la photographie lors de la phase de traitements, elle envisage d'en faire profiter d'autres.

Comment la photographie s'est-elle liée à la maladie ?

J'avais cette passion étant jeune et cet épisode de ma vie m'a vraiment fait me reconnecter à ma créativité. Le cancer m'a donné envie de raconter mon histoire. Ça me permettait d'avoir une part active dans ce qui arrivait, de générer un lien entre moi et les autres, entre moi et mon histoire.

Comment avez-vous utilisé ce média ?

J'ai tenu mon journal de bord. Mon appareil est devenu mon doudou, il m'accompagnait partout. J'ai mis en boîte les salles d'examen, les IRM, les opérations, les moments où mon chéri me tondait les cheveux que je perdais... Je me mettais en scène dans des autoportraits. Vous êtes à un moment où votre image vous échappe, vous commencez soit à maigrir, soit à grossir. Il y a une perte de repères et de contrôle. Le fait de se mettre en scène et de choisir ce qu'on va montrer de soi est une manière de se réapproprier les événements.

Et aujourd'hui ?

Je n'ai plus ce même besoin, car je suis sortie de ce tunnel-là ; je suis en train de mettre en place une activité d'accompagnement en ce sens. C'est important pour moi de faire prendre conscience aux gens qu'ils ont ce potentiel-là, je veux être dans la transmission. Ça prend un peu de temps et je n'entends pas rester collée à mon vécu. Je ne souhaite pas être la spécialiste du cancer du sein. Je crois que la photographie peut être un support pour tout passage difficile.