Hub

19-05-2026

Le mardi 19 mai 2026 de 9h à 12h30 a eu lieu le hub ***"Comment les pratiques artistiques peuvent-elles favoriser le bien-être des jeunes en situation d'exil ?"*** co-organisé avec le réseau REALISM.

Il s'est organisé en deux parties : une mise en contexte de la thématique, à savoir, l'importance de l'art dans l'accompagnement des jeunes en exil et la façon de l'intégrer dans les pratiques, et une table ronde, où les intervenant·e·s ont échangé autour de leur travail quotidien, de la façon dont elles utilisent l'art et l'impact que cela produit sur les jeunes en exil. Ces échanges se faisaient de façon participative avec les questions et interventions du public, composé de professionnel·le·s.

Mise en contexte :

- Dina SENSI, Docteure en sciences de l'éducation et formatrice, IRFAM.

Table ronde participative :

- Dina SENSI, Docteure en sciences de l'éducation et formatrice, IRFAM ;
- Catherine LÉVÊQUE, Animatrice CEC, La Baraka asbl ;
- Laure Combeaud, Chargée de projet / Animatrice MJ, La Baraka asbl ;
- Laure VIRZI, Art Thérapeute et Psychothérapeute, SavoirÊtre asbl ;
- Julie PIROTTE, Chargée de projet pour la participation des jeunes et de leur entourage, R.E.A.L.I.S.M. ;
- Sara BEN MERHNIA, Psychologue clinicienne et chargée de projet, R.E.A.L.I.S.M.

Mise en contexte (voir powerpoint) :

Thèse centrale : Les pratiques artistiques répondent à des besoins que les voies ordinaires de l'accompagnement ne peuvent pas satisfaire à condition d'être conduites par des artistes, dans une logique de co-création, et inscrites dans la durée.

L'art répond à des besoins spécifiques souvent négligés :

- Aller au-delà du langage, de la perte de langage ;

- Le besoin d'être auteur·rice de quelque chose, de créer, ce qui augmente leur agentivité, la capacité à se percevoir acteur·rice de sa propre vie ;
- Continuité identitaire, travailler les différentes fractures, faire des ponts entre l'avant et l'après, l'ici et là-bas ;
- Besoin d'un lien qui reconnait comme sujet singulier et pas seulement comme bénéficiaire – pratique artistique collective ;
- Retrouver du plaisir et de la légèreté.

Art pour l'art vs. art-thérapie : deux approches complémentaires

Critère	Art pour l'art	Art-thérapie
Porte d'entrée	L'art lui-même – part d'une intention de créer	Le soin – part d'une souffrance identifiée
Finalité	Esthétique, collective, porteuse de sens	Soin et guérison
Rôle du praticien	Artiste-facilitateur	Thérapeute
Œuvre	But en soi	Outil au service du processus
Bien-être	Effet secondaire	Objectif principal

Comment ? La co-création : une méthodologie à part entière

La co-création artistique n'est pas une animation de groupe, elle a des bases précises :

- Assurer que les décisions se font par consensus progressif ;
- Pas de leader imposé, l'artiste est facilitateur·rice ;
- Le processus prime sur le résultat ;
- Pas de bonne ou mauvaise réponse ;
- La diversité est une ressource créative.

7 principes fondamentaux de la co-création (Toolkit IYMF) :

1. Confiance mutuelle : construire un climat de confiance ;
2. Non-jugement : liberté totale de création, pas de censure ;
3. Non-compétition : pas de jugement de valeur, d'évaluation ;
4. Solidarité créative : solidarité entre les membres du groupe ;
5. Processus plutôt que résultat ;
6. Prise de risque : sortir de son confort, oser, aller au-delà de soi-même ;
7. Adaptabilité : le groupe s'adapte aux changements, aux imprévus.

3 phases d'un atelier de co-création :

1. Phase initiale : mettre en confiance par des jeux de brise-glaces ; pas de présentations formelles pour ne pas créer de préjugés ; rire et plaisir centraux. Phase essentielle car crée un sentiment de sécurité ;
2. Phase de création : l'artiste donne un premier élan sur un concept de départ ou un vide créatif ; donne des contraintes à la création ;
3. Phase conclusive : rituel de clôture, mettre en mots, partager les émotions pour y mettre du sens.

Pourquoi des artistes — et pas seulement des activités ?

L'intervention d'un·e artiste professionnel·le est essentielle pour :

- Pratique authentique : l'artiste partage sa propre recherche donc les jeunes sont face à quelqu'un·e qui cherche et non qui transmet ;
- Une exigence qui respecte : l'artiste à l'exigence de son art, d'un résultat artistique ;
- Un passeur de culture : inscrit les jeunes dans une culture artistique ;
- Communicateur sans mots : musique, geste et corps transcendent les barrières linguistiques.

Recommandations concrètes pour la mise en œuvre

Quelles pratiques artistiques pour quel objectif ?

- Percussions et danse : crée une cohésion de groupe ;
- Arts visuels et fresque : favorisent l'encrage et la narration ;

- Théâtre et le slam : donnent la voix et permet de travailler les identités multiples ;
- Musique : permet de travailler les ponts culturels ;
- Arts numérique : fait partie de la culture des jeunes.

Conditions de mise en œuvre :

- Travailler avec plusieurs artistes pour varier les pratiques artistiques. En particulier avec les artistes venus d'ailleurs, qui ont eux·elles-mêmes vécu l'exil ;
    - Taille du groupe : 7 à 15 participant·e·s ;
- Stabilité du groupe : éviter les changements fréquents ;
- Espace dédié : un lieu accueillant et sécurisé ;
- Rituels : ouverture et clôture à chaque séance ;
- Rémunération des artistes : garantir qualité et continuité ;
- L'artiste travaille en collaboration avec les animateur·rice·s des jeunes, ils·elles sont toujours présent·e·s.

L'exigence du long terme :

- Confiance : se construit dans la durée ;
- Effets transformateurs : résilience, estime de soi, appartenance, apparaissent après plusieurs mois ;
- Continuité crée l'identité de groupe : références communes, histoire partagée.

L'art affirme que ces jeunes-là sont plus que leur condition. Ils sont des sujets créateurs, leur présence enrichit le monde et ce monde a besoin de ce qu'ils apportent.

Questions – réponses :

- ***Faut-il la présence d'un·e thérapeute lors d'un atelier ? Que faire en cas de dévoilement ?***

Cela dépend du lieu, est-ce un lieu de thérapie, de soin ou non ? Si oui, il s'agit d'art-thérapie. Si non, ce n'est pas nécessaire. L'art peut soulever des émotions très fortes et il faut donc un cadre strict avec des rituels d'entrée et de sortie et des artistes formé·e·s pour accueillir les émotions. C'est le danger des « one shot » qui peuvent aggraver la détresse si les émotions ne sont pas mises en mots après.

D'expérience, l'artistique est particulièrement adapté à tous les publics vulnérables, notamment au public avec handicap.

- ***Comment entrer en contact avec des artistes ?***
    - Les projets MUSE Belgique, mais il faut que l'école accepte de participer financièrement ;
    - Théâtre de Liège - Scène aux citoyen·ne·s : coopération gratuite avec les écoles, ateliers théâtre d'un an ;
    - Ekla - Art à l'école : projets de deux ans avec des artistes varié·e·s.

Table ronde participative

- ***Qui êtes-vous et quelles sont vos pratiques artistiques ?***

Julie Pirotte, Chargée de projets pour la participation des jeunes et familles Réseau REALISM, Réseau en santé mentale pour enfants, adolescent·e·s et familles sur le territoire de la Province de Liège, afin qu'ils·elles deviennent acteur·rice·s de leur environnement et de la société.

Sara Ben Mehrnia, Chargée de projet chez REALISM pour le pôle traumatisme, assuétudes, médico-légal et MENA. Fait aussi une thèse de doctorat en psychologie sur l'apport de la danse dans la reconstruction post-traumatique chez les 18-25 ans.

Laure Virzi, Art-Thérapeute AMC, Psychothérapeute ACT et travaille chez Savoir-Être asbl, clinique de santé mentale pour patient·e·s demandeur·euse·s d'asile.

Laure Combeaud, travaille au centre de jeunes de La Baraka. La Baraka comprend une maison de jeunes, un centre d'expression et de créativité, une école de devoirs et des cours de FLE. Elle coordonne un projet de formation en orientation des 18-25 ans « 300 heures chrono ».

Catherine, Animatrice au CEC La Baraka qui organise des ateliers et des projets socio-artistiques. Vidéaste et photographe mais a des collègues qui animent d'autres formats artistiques.

Dina Sensi, Chercheuse à l'IRFAM, Institut de Recherche Formation et Action sur les Migrations. Elle réalise depuis plus de 30 ans des projets art et interculturalité, cohésion sociale, lutte contre les discriminations. Cela grâce à une collaboration avec Fondation Internationale Yehudi Menuhin et ses projets MUSE, partout en Europe, qui visent à l'intégration d'artistes dans le projet d'écoles.

- ***Quels sont vos objectifs ? Pourquoi en êtes-vous arrivées à utiliser la pratique artistique ? Et à partir de quel point de vue ou objectif travaillez-vous ?***

Catherine, explique que ses objectifs principaux sont de stimuler la créativité et de favoriser les rencontres ainsi que la mixité interculturelle et intergénérationnelle. Le CEC travaille avec des publics très variés, allant des enfants aux seniors, et cherche à développer une expression culturelle et artistique individuelle et collective. Son approche s'inscrit dans une volonté d'émancipation et d'expression citoyenne, souvent matérialisée par des productions publiques comme des spectacles, des projections ou des expositions. Le fait de devoir présenter un résultat devant un public a évidemment un impact sur la pratique.

Laure Combeaud précise qu'à la Baraka on construit des projets artistiques de manière transversale avec différents publics, notamment des groupes en FLE ou en formations. Alors les objectifs visent aussi à favoriser la connaissance de soi, à sortir les participant·e·s de leur zone de confort et à leur faire découvrir de nouvelles pratiques artistiques. Son point de vue s'articule autour des besoins liés à l'intégration sociale et à l'expression individuelle, en rendant les participant·e·s acteur·rice·s de leur propre parcours.

Laure Virzi explique que ses objectifs sont centrés sur la santé mentale des patient·es, souvent des demandeur·euse·s d'asile confronté·e·s à des traumatismes complexes. Elle utilise l'art-thérapie comme un médium intime pour permettre la symbolisation, la mise à distance du trauma et une « défigement » progressif des traumatismes.

Sara distingue clairement la pratique artistique en tant que cours de danse, qui valorise le sentiment de compétence, renforce le lien social et favorise l'expression identitaire, de la danse-thérapie, qui relève davantage du soin. Sa recherche montre que la pratique artistique, en elle-même, peut avoir un impact significatif sans qu'un suivi thérapeutique soit nécessaire. Il faut se méfier d'une tendance actuelle à pathologiser ce qui ne doit pas forcément l'être même si l'aspect thérapeutique reste important selon les besoins individuels.

Julie met en avant l'objectif de donner la voix à ceux·celles qui n'en ont pas, afin qu'ils·elles deviennent sujets et acteur·rice·s de leur propre récit, et non simplement des objets de traitement. Pour elle, l'art est un moyen d'affirmer que ces personnes sont bien plus que leurs conditions de santé mentale. Son approche repose sur une participation réelle et impactante, qui valorise l'expérience vécue et vise une reconnaissance politique et sociale de leur parole.

- ***Est-ce que vous constatez qu'il y a des spécificités en fonction du type de pratique artistique utilisée ? Et est-ce que vous constatez qu'il y en a certaines qui conviennent mieux à un certain type de public ?***

Sara précise que la danse permet de ramener du corporel là où il y souvent eu une effraction du corps. C'est une réappropriation de l'expérience corporelle qui peut être précieuse notamment quand il y a de la dissociation. Chaque type de danse va amener des effets spécifiques comme le lien fort d'appartenance dans les danses urbaines. La représentation publique à un impact fort sur l'estime de soi.

Laure Virzi explique que l'objectif de l'art-thérapie est de manifester l'inconscient, ce qui est possible à travers l'art. Concernant les médiums, il y a notamment l'argile qui va remettre en mouvement tous les corps et rendre la personne actrice. Le jeu de sable permet aux jeunes de découvrir le jeu, de travailler la matière première mais aussi de symboliser son histoire.

Catherine précise qu'à la Baraka, on utilise beaucoup de médiums et on les mélange. Les personnes peuvent donc choisir ce qui les attire. Concernant la vidéo, la réalisation de courts-métrages, les jeunes sont acteur·rice·s de leur propre film, c'est collectif et chacun·e peut trouver sa place. Pour les sujets, on part des vécus et envies des jeunes. Pour les jeunes migrant·e·s, cela permet de pratiquer le français, de créer des amitiés et de développer sa confiance en soi. Elle anime aussi l'atelier les Amazones, autour d'ateliers de différentes disciplines artistiques pour des femmes atteintes de cancer. Laure Combeaud ajoute qu'il y a un animateur spécialisé en krump, une danse urbaine, qui crée un fort sentiment d'appartenance avec le groupe de jeunes.

Dina précise que tous les arts, quels qu'ils soient, mobilisent le corps, le mouvement, le non-mouvement, la parole, le silence. Cela doit être un point d'attention pour les animateur·rice·s car le corps est une zone sensible et dans les différentes cultures, la manière de vivre son corps peut beaucoup varier. Pour les jeunes, surtout primo-arrivant·e·s, la danse mobilise tout de suite le corps, ce n'est pas forcément accepté dans leur culture d'origine. Il faut savoir quel art proposer en premier. Pour Menuhin, il faut d'abord chanter ensemble car cela permet de créer quelque chose ensemble alors que les corps ne se touchent pas. Les arts plastiques, la photo, le stop motion sont plutôt des arts qui maintiennent une distance, ils sont parfois plus simples d'accès.

- ***(public) Dans ma pratique, les personnes étaient bloquées par le résultat final, le fait qu'il y ait une trace, donc les arts plastiques peuvent aussi être difficiles à aborder.***

C'est la différence entre la pratique collective et individuelle, si on construit ensemble, on n'est plus l'objet du jugement. Laure Virzi insiste sur l'importance des rituels, très présents dans beaucoup de cultures. En tant que psychothérapeute elle va aussi intégrer des rituels d'autres pays pour accompagner la personne.

- ***Comment est-ce qu'on amène les jeunes à intégrer un projet artistique et comment est-ce qu'on les maintient dans un processus à long terme ?***

Julie précise que c'est effectivement une difficulté rencontrée avec tous les publics « non captifs ». Souvent les projets sont réalisés avec des institutions du type écoles ou les jeunes sont captifs mais on peut alors se poser la question de savoir si c'est une participation libre et si cela rencontre les objectifs. Il faut accepter que le groupe fluctue.

- ***(Public) D'après expérience, il faut laisser le temps au lien de confiance de se créer et bien identifier les besoins communs du groupe. Aussi utiliser le collectif au service de l'individuel.***

Laure Virzi ajoute que cela fonctionne quand les personnes ressentent le bienfait. Cela tient aussi au travail des éducateur·rice·s.

Laure Combeaud explique que la participation est un « combat quotidien » dans un centre de jeunes. C'est évidemment le travail des animateur·rice·s qui développent un lien de confiance avec les jeunes et qui arrivent à les intéresser à un projet. L'avantage, c'est qu'il y a différents services à la Baraka et que les jeunes passent souvent de l'un à l'autre, les portes d'entrées peuvent être variées. C'est important aussi de faire les activités avec eux·elles et de montrer qu'on sort aussi de sa zone de confort. Il faut accepter que le groupe ne soit pas stable mais que les jeunes peuvent aussi revenir plus tard, dans un autre projet. La structure reste un lien.

Catherine précise que les projets sont adaptés en fonction de la motivation et de la disponibilité des jeunes, partir de leurs envies. Par exemple, en vidéo, l'étape écriture/scénario intéresse moins les jeunes mais elle est nécessaire donc elle est adaptée. Il faut tenir compte de leurs envies, besoin et des exigences de leurs vie, c'est normal de s'adapter. Aussi, une personne n'est pas obligée de participer à toutes les séances pour avoir participé au projet, la porte reste toujours ouverte.

Dina porte l'attention sur le fait que la participation ne doit pas être uniquement de la responsabilité du.de la jeune, cela doit aussi être assuré par le cadre institutionnel, de l'école, de la société.

Sara rappelle que ce sont des jeunes en développement, et le fait de choisir de venir ou non, c'est prendre ses responsabilités et être agent de sa vie. C'est donc important de garder la porte ouverte. La liberté de participation aide les jeunes à grandir.

Julie ajoute que c'est comme le consentement, un jour oui et un jour non. Elle ajoute que, pour elle, il faut offrir l'espace mais ne pas rendre obligatoire. Dans le collectif, il y a aussi une responsabilité, une importance par rapport au groupe. Si on est absent·e le jour de la représentation, on met le groupe en difficulté. De plus, la mise en danger, sortir de sa zone de confort, crée des liens forts avec le groupe.

Laure Vrizi précise que l'art amène à l'autonomie, il faut poser des choix. C'est une forme de mise en autonomie, particulièrement importante pour les jeunes MeNA, qui doivent se débrouiller à 18 ans ?

- ***Pourquoi est-ce que les pratiques artistiques sont particulièrement adaptées aux jeunes MeNA/en exil ?***

Laure Virzi explique que l'art-thérapie, en s'éloignant des approches narratives classiques, permet une mise à distance du trauma grâce au symbole. Le premier objectif est de réguler le sommeil, qui est généralement très perturbé chez ces jeunes et de leur offrir un moyen de transformer ce qui est bloqué en eux·elles, leur redonnant un sentiment de pouvoir et de sens. Elle utilise des contes et mythes pour inscrire leur vécu personnel dans une histoire universelle, ce qui contribue à briser l'isolement lié au trauma. Elle insiste particulièrement sur l'importance d'une relation thérapeutique stable et sécurisante avec l'animateur·rice ou le·la psychologue, souvent indispensable pour ces jeunes en situation de grande vulnérabilité. Une œuvre artistique peut aussi susciter l'envie de s'engager dans un processus de parole ou de création.

Julie souligne que l'art représente un espace de parole pour ceux·celles qui n'en ont pas, particulièrement pour les jeunes en exil, une population souvent invisibilisée. L'art permet de révéler leur richesse intérieure, en leur offrant un moyen d'expression qui dépasse les barrières linguistiques et culturelles.

Charlotte ajoute que ces jeunes sont souvent sollicité·e·s pour raconter leur histoire dans le cadre des procédures d'asile, ce qui peut être éprouvant. L'art leur offre la possibilité de se

raconter autrement, sans jugement ni objectif de résultat immédiat. Cela leur permet de préserver leur intégrité et leur dignité, tout en exprimant leur vécu de manière plus libre et symbolique.

Laure Virzi explique que l'art permet de remettre du sens sur un vécu mais également, à travers la matière, de transformer la souffrance corporelle, notamment chez les jeunes femmes victimes d'excisions. Ces matériaux deviennent des outils pour externaliser et apaiser la douleur, tout en favorisant une transformation et une réparation symbolique.

- ***Est-ce qu'il faut présenter les objectifs thérapeutiques d'un atelier artistique ? Quel équilibre entre transparence et liberté, entre un cadre clair et l'espace nécessaire pour que les participants découvrent eux-mêmes les bénéfices de l'activité ?***

Laure Virzi explique que les projets donnent des balises et un cadre aux participant·e·s. L'objectif thérapeutique n'est pas imposé d'emblée : il émerge progressivement, une fois que la cohésion du groupe s'installe. Elle insiste sur la liberté de participation et sur le fait que l'objectif n'est pas de produire un résultat précis, mais de créer un inconscient collectif porteur de sens.

- ***(Public) faut-il tout expliquer ou suffit-il que les participants perçoivent les bénéfices de l'expérience ?***

Laure Virzi précise que dans l'art-thérapie, la méthode repose sur des rituels conçus pour mobiliser l'inconscient, et que la prise de conscience se construit ensuite, à des rythmes différents. Le champ thérapeutique est souvent déjà installé de manière subtile dans les ateliers artistiques en art-thérapie.

Laure Combeaud explique que son organisation n'a pas d'étiquette thérapeutique. Les ateliers sont présentés comme des activités socioculturelles et de connaissance de soi. Les jeunes sont prévenu·e·s qu'ils·elles vont devoir sortir de leur zone de confort mais elle préfère laisser un peu de flou pour que les participant·e·s découvrent par eux·elles-mêmes les bénéfices de l'expérience.

Catherine donne des objectifs : des ateliers hebdomadaires artistiques avec des projets thématiques, proposés aux jeunes qui choisissent librement d'y participer. Ils et elles doivent savoir dans quoi ils et elles s'engagent. Il n'y a pas d'objectif thérapeutique concret même si on observe les bénéfices.

Pour Sara tout ne doit pas être thérapeutique, l'art est avant tout un moyen d'expression, de création de lien et de dépassement de soi, déjà ressourçant en soi. Elle rappelle que chaque être humain possède des ressources internes pour aller chercher ce dont il a besoin. Elle précise que dans des activités interculturelles, nous devons aussi questionner notre culture.

Pour Julie, si on n'est pas dans l'art pour l'art alors on est dans une position ascendante. Ce à quoi Laure Virzi répond que dans un travail de groupe, l'objectif n'est pas thérapeutique, mais artistique et créatif. L'accompagnement se fait avec les participant·e·s, en partageant émotions et parcours, sans position ascendante.

Dina résume sa pratique en disant qu'elle s'adapte en fonction des retours et des besoins du public, sans méthode rigide. L'essentiel est de rester flexible et à l'écoute.

- ***Comment introduire les pratiques artistiques dans l'accompagnement des jeunes ?***

Dina insiste sur l'importance de trouver des financements pour concrétiser des projets artistiques.

Catherine travaille beaucoup en partenariat avec d'autres associations (Librimages, Instant Production, etc.) aussi pour le partage du matériel. Elle peut également intervenir auprès d'autres structures.

Formations disponibles :

- Art et interculturalité du CRIPEL ;
- Art-thérapie : formations dispensées par la Province ou l'institut Athanor. L'asbl Savoir-Être organise également des intervisions et accueille des intervenant·e·s externes tous les deux mois ;
- Danse-thérapie : une nouvelle formation d'un an est ouverte à l'HELMO, destinée aux professionnel·le·s de la santé, du soin ou aux danseur·euse·s ;
- Théâtre : ressources disponibles via des structures comme le Théâtre de Liège ou des compagnies comme Acteur de L'ombre, mais nécessitant souvent des subsides pour rémunérer les artistes ;
- Julie Pirotte propose son accompagnement pour mettre en place des projets participatifs dans les institutions.

Conclusions

L'objectif poursuivit dans la mise en place d'ateliers artistiques va marquer la limite entre l'art pour l'art et l'art-thérapie. Au niveau des besoins spécifiques des jeunes MeNA/en exil, l'art amène un moyen de s'exprimer, ramène de l'agentivité, du lien entre l'avant et l'après. Cela permet aussi de créer du lien, du collectif et de ramener le plaisir et la légèreté.

C'est un travail sur le long terme, ce que les pouvoirs subsidiants ne consentent pas souvent, pour permettre la création de lien. Il est également important d'assurer un cadre qui sécurise les participant·e·s.

L'objectif ultime est de permettre aux jeunes de devenir des adultes autonomes et résilients, capables de construire un monde plus juste. Pour y parvenir, il faut leur offrir des espaces où ils·elles peuvent exprimer leur agentivité, recréer du lien et se réapproprier leur histoire.

Les défis des jeunes (en exil ou non) dépassent souvent le cadre d'une seule discipline. Les collaborations entre secteurs (social, artistique, éducatif, santé) sont indispensables pour offrir des réponses globales.

À Liège, nous avons la chance d'avoir un écosystème riche — profitons-en pour innover, partager et créer ensemble.