

[Val-de-Marne](#)

Elle soigne avec sa caméra : à Créteil, Pascale Diez, publie sa « Vidéothérapie »

La cinéaste vient de présenter son livre à la Librairie du Village dans la commune du Val-de-Marne. Le fruit d'années de travail auprès d'enfants et d'adultes avec qui elle a co-construit des portraits vidéo qui soignent ceux qui y participent.

Par [Sylvain Deleuze](#)

Le 12 février 2024 à 16h19

Abonnés Votre abonnement vous permet d'accéder à cet article.



Créteil (Val-de-Marne), samedi 10 février. Assise à côté d'Olivier Place, gérant de la Librairie du Village, Pascale Diez présente son livre «Vidéo-thérapie». LP/Sylvain Deleuze
RéagirEnregistrer**Partager**

Une cinéaste, mais qui s'est servi de sa caméra comme d'un outil thérapeutique et en a fait un livre. C'est un travail et un parcours peu communs que Pascal Diez vient de présenter dans une librairie de Créteil (Val-de-Marne). Dans « Vidéo-thérapie, l'image animée : un outil thérapeutique », elle permet au lecteur de découvrir une nouvelle forme [d'art-thérapie](#).

Ils étaient une quarantaine à assister à la présentation du livre de Pascale Diez, suivie d'une séance de dédicaces à la Librairie du Village, ce samedi. « Elle est extraordinaire », résume d'une simple phrase Mamou. Cette femme de 35 ans en est sûre, son portrait vidéo réalisé par Pascale Diez l'a aidée à sortir de ses tourments psychologiques. « J'étais assez agressive depuis toujours, mais j'ai enfin pu mettre des mots sur ce que je ressentais », explique la trentenaire.

À la faveur de ce portrait, Mamou se remémore un souvenir douloureux : celui de sa professeure de CE1, raciste, qui lui donnait une mauvaise image d'elle. « Je pensais à toutes les fois où l'on me renvoyait ma couleur de peau en me mettant de côté », raconte-t-elle.

« La caméra faisait bouger les choses »

Mais Pascale Diez va trouver les mots justes. « Elle m'a dit *Je ne te vois pas comme une femme noire mais comme une femme.* » Aujourd'hui, Mamou s'épanouit dans la reprise d'études, pour devenir éducatrice spécialisée, alors qu'elle n'avait pas le bac au

départ. « J'ai aussi compris que pour aider les autres il faut avoir réglé certains soucis personnels. »

Le secret de Pascale Diez ? « Je n'oblige à rien, je propose », résume la photographe de 63 ans, vivant à Alfortville, qui se définit aujourd'hui comme « psychothérapeute vidéaste », après un parcours de vie totalement atypique.

« J'ai commencé comme comédienne avec un objectif : si cela ne marche pas à 25 ans, je change », raconte-t-elle. Après des études d'infirmière, Pascale Diez revient à ses premières amours, le cinéma. Un master en poche, elle s'occupe dans les années 1990 du jeune public au cinéma du Palais de Créteil, où elle découvre l'éducation à l'image. « J'ai dû réaliser une centaine de films, et pour chacun il s'est passé quelque chose de bénéfique. J'ai compris très vite que la caméra faisait bouger les choses. Par exemple, les élèves habituellement turbulents arrivaient enfin à s'exprimer différemment. »

Parallèlement, cette boulimique de travail exerce comme scripte, régisseuse pour [l'émission « Les Enfoirés » des Restos du cœur](#), et trouve même le temps de réaliser un film documentaire, « D'une école à l'autre », en 2012.

Une lettre et tout bascule

Seulement, quelques années plus tôt, une lettre est venue tout chambouler. Un homme lui écrit pour lui dire qu'elle a changé la vie de sa future épouse en la faisant tourner dans un de ses films. « Il m'expliquait qu'elle qui n'avait jamais aimé l'école, s'était mise à l'aimer après ce film, se remémore Pascale Diez, encore émue. La

jeune femme était devenue clerc de notaire et son futur mari voulait lui offrir le film, perdu depuis des années. »

Après des années de travail en groupe, la cinéaste, bouleversée par ce courrier, se tourne vers la famille et les personnes seules. À 47 ans, elle entame une formation de psychothérapeute axée sur l'interaction entre le patient et le praticien, tout en continuant son travail. « Je pensais tout comprendre en un an et finalement cela m'en a pris cinq », s'amuse Pascale Diez, aujourd'hui vice-présidente de la Maison pour tous [Jean Ferrat-Les Bleuets](#) à Créteil.

La photographe se sert aussi de ses mille vies pour monter des portraits fidèles aux désirs de la personne en face. « Cela peut être un plan serré, une animation », détaille-t-elle. Un travail de coconstruction où cinéma et thérapie ne font plus qu'un.

« On vit des moments très forts »

Rétive au départ, Mamou a depuis entamé un travail sur soi avec une autre professionnelle. « Et pourtant, ce n'est vraiment pas ma culture d'aller voir ce qu'il se passe là-haut », rigole la trentenaire en pointant sa tête. Déterminée, elle sait désormais ce qu'elle veut et surtout ne veut plus.

« On vit des moments très forts », résume Pascale qui a eu parfois du mal à retenir ses larmes en évoquant les portraits de réfugiés ou les histoires qui ont amené à tel ou tel portrait. Pas question en tout cas pour la sexagénaire de s'arrêter, à travers ses films ou en orientant ses acteurs-patients vers d'autres professionnels. « Je dois

être sur Terre pour aider les autres », résume cette femme à l'énergie débordante.

« Vidéothérapie, l'image animée : un outil thérapeutique », de Pascale Diez, aux Éditions Maia, 23 euros.