

service professionnel

L'art-thérapie

Que ce soit en maison de retraite, en crèche, en école, en hôpital, en centre spécialisé, ou en entreprise pour le personnel, l'art-thérapie s'ouvre à tout un chacun, de l'enfant à l'adulte et ses apports sont nombreux.

© 2019 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés – art-thérapie ; cabinet libéral ; expression ; institution

L'art-thérapie se développe dans les institutions mais la représentation que chacun peut s'en faire reste bien souvent vague. C'est un métier reconnu par l'État, inscrit au registre national des certifications professionnelles. Quelques organismes de formation sont habilités à délivrer ce certificat professionnel de niveau II, ouvrant à plusieurs orientations théoriques et cliniques. L'art-thérapie est néanmoins une discipline non réglementée, c'est-à-dire que c'est « une activité qui n'est ni commerciale, ni artisanale, ni industrielle, ni agricole, et qui n'est pas non plus une profession libérale "réglementée" (médecin, avocat, architecte, psychologue...). Il s'agit de professionnels indépendants qui exercent une activité intellectuelle liée à une science ou un art. »¹

L'art-thérapie n'est pas une médiation artistique

Pour définir en quoi consiste l'art-thérapie, il est important de la différencier des médiations artistiques. En effet, la médiation artistique se sert d'un médium comme les arts plastiques, le théâtre, la danse ou la musique. Elle a une visée thérapeutique à travers la renarcissation de ceux qui y participent et les divers objectifs éducatifs que l'on donne à ces ateliers de production artistique. L'art-thérapie, quant à elle, n'est pas dans la production. Elle est dans l'éphémère, dans l'instant présent, dégagé de tout savoir-faire technique. C'est un temps suspendu où un univers poétique est proposé au

sujet rencontré. En art-thérapie, c'est donc de séances que l'on parle et non d'ateliers productifs.

Une dimension artistique

C'est l'étymologie latine du mot "art" qui nous indique la nature de la dimension artistique. En effet, ars signifie une "habileté à faire avec".

♦ **Lors d'une séance, divers éléments sont proposés**, ils constituent un dispositif art-thérapeutique qui est un outil de travail élaboré et propre au métier d'art-thérapeute. Ce sont des éléments créatifs ouvrant à une exploration sensorielle et favorisant ainsi un instant éphémère : un temps pour soi, sans jugement ni interprétation. Cela permet de ne pas imposer de consigne, de laisser le sujet libre de s'en saisir comme il le souhaite.

Entre liberté de pensée et exploration de matières, la personne est invitée à se saisir de cet ensemble ouvrant à une certaine créativité qui ne s'apparente plus à la création mais bien à une expression possible, engagée dans un temps thérapeutique, à travers la rêverie, les sens, le jeu, l'inventivité... Des phrases sont prononcées par l'art-thérapeute et ponctuent la séance de propositions d'ouvertures sur de nouveaux univers et horizons, sans être imposées comme des consignes.

♦ **Les éléments créatifs mis à disposition sont assez abstraits** et mettent en jeu l'imagination et la créativité psychique singulière, les associations libres, la projection... Ils permettent une expression libre

par la matière, avec la présence discrète de l'art-thérapeute qui pose un cadre neutre et confidentiel, sans jugement ni interprétation. Entre imaginaire et réel, l'art-thérapie s'appuie sur ce qu'implique une rêverie au cœur des processus psychiques. Elle est une invitation à une rêverie éveillée avant un retour à la réalité hors séance, avec un avant, un pendant et un après. C'est un entre-deux et la séance d'art-thérapie peut être vue comme une « aire transitionnelle », selon les termes de Donald W. Winnicott [1].

♦ **C'est donc à travers cette étymologie du mot "art"**, dans l'habileté du sujet à faire avec les éléments proposés, que s'ouvre une certaine créativité qui peut amener à une possibilité de « faire mieux avec soi », ouvrant un dénouement de ce qui fait nœud pour le sujet. « L'art-thérapie ne se définit pas comme thérapie par l'art puisqu'elle n'accorde pas à l'art une dimension thérapeutique universelle et ne se fie pas aux effets qui peuvent induire la création artistique. Elle s'ouvrirait davantage à l'étymologie réhabilitant le sujet au cœur du processus dans une habileté à "faire avec" se définissant comme expérience poétique ouverte aux parcelles de créativité psychique singulière. » [2]

Indications et objectifs

♦ **L'art-thérapie peut s'ouvrir à tous dès lors qu'il y a souffrance** et qu'une parole n'arrive plus à se dire. Des entretiens individuels précèdent chaque suivi afin de présenter la discipline, ainsi que pour cerner la demande. Il est

Dounia HABAL
Éducatrice de jeunes
enfants, art-thérapeute

Cabinet D'art et d'ailleurs,
allée des Pommiers,
93190 Livry-Gargan, France

Notes

¹ Voir la définition sur le site de la Banque publique d'investissement : <https://bpifrance-creation.fr/encyclopedie/trouver-protéger-tester-son-idee/verifier-tester-son-idee/liste-professions-liberales>

² Voir le blog de l'art-thérapeute Fabienne Royol, directrice des études du centre de formation d'art-thérapie Profac : www.espacedelunconscient.com/blog/

³ Voir le site www.artherapie.com/

Adresse e-mail :
douniahabal@gmail.com
(D. Habal).

Expériences d'art-thérapeute

♦ **En hôpital psychiatrique.** Travaillant dans le service de psychiatrie adulte à l'hôpital Robert-Ballanger Grand Paris Nord Est, je propose des séances de groupe et individuelles en fonction de chacun. Les groupes sont ouverts et changent au rythme des suivis. Les médecins me donnent leurs indications pour que je puisse ensuite rencontrer les patients en entretien individuel. Il n'y a aucune obligation de participation aux séances. L'espace d'art-thérapie est pensé comme une bulle dans l'institution pour les patients, un endroit pour prendre un temps pour soi, à l'abri de tout jugement afin, comme le dit l'art-thérapeute Jean-Pierre Royol, d'*offrir un espace contenant où le sujet est amené à explorer un bricolage éphémère afin, petit à petit, de renouer avec lui, de poétiser son symptôme : c'est-à-dire qu'ala créativité permet de faire le tri et l'éphémère favorise une trace créative qui fait son chemin en interne*¹. « *L'art-thérapeute est une sorte d'accoucheur de silence neutre libérateur, inducteur privilégié de l'inspiration.* »²

♦ En association enfants-parents

Un samedi par mois, je propose des séances d'art-thérapie dans une association enfants-parents, en groupe avec plusieurs binômes enfants-parents, ou en individuel avec un seul binôme.

Les familles s'inscrivent par avance aux séances, il n'y a pas d'entretien préalable possible. La demande étant plus occupationnelle et ludique que thérapeutique, j'oriente ces temps davantage sur les explorations sensorielles, le jeu et la rêverie.

¹ Royol JP. Du sujet de l'inconscient au parêtre, site stagiaire Profac (payant). www.wmaker.net/actu/psy/Du-sujet-de-l-inconscient-au-parêtre_a2312.html.

² Royol JP. Art-thérapie : Le souffle du neutre. Arles : Éditions Profacom; 2013. p. 53.



L'art-thérapie ne fait pas partie du champ du bien-être, mais de celui du "mieux-être".

Références

[1] Aubourg F. Winnicott et la créativité. *Le Coq-héron* 2003;2(173):21-30.

[2] Geneau B, Royal-Rantsordas F (dir.). Art-thérapie et médiations artistiques. Arles : Éditions Profacom; 2016.

Déclaration de liens d'intérêts
L'auteur déclare avoir été formée au centre de formation d'art-thérapie Profac.

possible que l'art-thérapie ne corresponde pas à la demande, c'est pour cela que l'entretien est nécessaire, d'autant plus qu'il permet un temps de rencontre préalable. L'art-thérapie trouve donc sa place dans l'accompagnement d'un deuil, d'une transition, en prévention... et vise à soulager certaines angoisses et conflits en favorisant une expression éphémère.

♦ **Il est important de préciser qu'il ne s'agit pas d'une médecine** et que l'art-thérapie ne peut se substituer à aucun traitement

ou suivi psychologique ou psychiatrique. Elle peut amener à un soulagement de tensions, à relancer du désir, à parvenir à mettre des mots sur une situation, mais elle n'est pas une solution miracle. L'art-thérapie ne fait pas partie du champ du bien-être, mais de celui du "mieux-être", et ouvre une possibilité de faire mieux avec soi : « *Lorsque les mots s'absentent ou échouent devant un événement qui fait comme une rupture de sens, l'art-thérapie ouvre une page pour les dire autrement laissant le mot à la page et ouvrant au silence entendu. Pas de jugement, pas d'interprétation, pour être en mesure de se réapproprier ce qui fait souffrance et l'apaiser autrement.* »²

Mise en œuvre en institution

En institution, elle peut se présenter sous forme de séances de groupe, se limitant à un petit nombre de sujets pour préserver une certaine intimité dans l'expression singulière de chacun. Chaque suivi de groupe est bien sûr précédé par des entretiens individuels.

L'art-thérapie peut également être mise en œuvre sous forme de séance individuelle, en fonction de la problématique singulière. Cela se décide durant l'entretien ainsi qu'en travail d'équipe institutionnelle.

Que ce soit en groupe ou en individuel, l'indication médicale du médecin de l'institution est nécessaire. La durée du suivi s'établit en fonction de chacun et ne peut être prévue à l'avance. Le financement du suivi est quant à lui assuré par l'institution.

L'art-thérapie en cabinet libéral

♦ **En cabinet libéral, l'art-thérapie est proposée en séances de groupe** ou individuelles, précédée d'entretiens individuels. L'indication ou la prescription d'un médecin est également demandée, d'autant plus que certaines mutuelles peuvent prendre en charge une partie des

séances, qui sont ici à financer par le sujet en demande. Pour les mineurs, l'accord des parents est indispensable. Ici aussi la durée d'un suivi ne peut être prévue à l'avance.

♦ **L'art-thérapeute peut exercer en tant que salarié**, autoentrepreneur libéral, en déplacement pour des prestations dans des institutions, associations, entreprises, en cabinet individuel ou encore dans un projet de cabinet partagé avec d'autres professionnels complémentaires. Un temps partiel en tant que salarié peut compléter une activité libérale, une journée par semaine, une journée par mois, une demi-journée, un temps... Ce qui est proposé se travaille alors en fonction de la demande et des besoins de l'institution faisant appel à l'art-thérapeute libéral, en accord avec l'éthique professionnelle construite par chaque art-thérapeute.

Conclusion

Ainsi, l'art-thérapie propose un art venu d'ailleurs qui fait appel aux sens et à l'inventivité singulière de chacun. Entre explorations et découvertes sensorielles, elle s'ouvre à tous, sans consigne ni production, mais permet du jeu et du rêve, l'ensemble engagé dans un champ thérapeutique et éthique. Pour Jean-Pierre Royol, psychologue clinicien, l'art-thérapeute « *est défini comme un véritable professionnel spécialisé qui met sa sensibilité artistique et ses connaissances acquises, non pas au service d'un enseignement artistique, mais de l'expression de personnes présentant des difficultés psychologiques, physiques ou sociales. Il travaille avec rigueur à partir de dispositifs art-thérapeutiques enseignés au sein de notre institut par des formateurs compétents : tous sont art-thérapeutes certifiés par l'État et/ou psychologues cliniciens, chercheurs spécialisés dans le champ de la psychopathologie de l'expression.* »³