

ART-THÉRAPIE

L'art-thérapie que je pratique s'inspire des apports en psychologie et en psychanalyse car telle est l'orientation de ma formation à Profac en Arles. Je parlerai alors de créativité psychique qui s'élabore au travers de différents mediums : peinture, collage, terre, marionnettes, contes, musique, sons, gestes, mouvements.

Les séances d'art-thérapie, invitent à prendre sa parole en main par la création.

Cet espace d'Expression permet d'exprimer ses tentions, son ressenti, ses questionnements, d'accueillir l'inattendu. Espace poétique offrant des moments d'émerveillement et de surprise.

C'est un temps de mise à distance, de mise en mots, d'ouverture vers un changement.

Un temps de jeu, de je, ouvert à la symbolisation.

Ce n'est pas l'œuvre produite qui est importante, mais tout ce qui s'organise autour.

Je terminerai par un extrait de la réflexion de Freud à propos de Dora :
.....Celui dont les lèvres se taisent bavarde avec le bout des
doigts

Si ces séances favorisent la rencontre avec soi et les autres, elles ne peuvent être considérées comme des séances de psychothérapie.