



Centre Médical
Innovation et Mémoire

Sarah Benin

Ariane Crovisier - Art-Thérapie et Modelage

Art-thérapeute, psychologue et sculptrice de formation, je propose des séances d'art-thérapie en individuel et en groupe avec la médiation modelage.

J'ai travaillé pendant plus de 8 ans comme psychologue clinicienne au Centre Hospitalier Isarien dans l'Oise (hôpital de jour et centre médico-psychologique) et animé des ateliers d'art-thérapie avec le modelage auprès de publics très différents. J'ai également exercé quelques années en cabinet libéral comme psychologue d'orientation psychanalytique.

• L'art-thérapie, qu'est-ce que c'est?

L'art thérapie est avant tout une relation, une thérapie douce qui s'appuie sur le non-verbal. Cette démarche de soins est une occasion de sortir des échanges purement médicaux, de recréer du lien avec le monde extérieur et l'entourage, en évitant le repli sur soi grâce à un nouveau mode de communication. Plus que l'objet produit, l'acte de créer devient fondamentalement thérapeutique. L'art-thérapie met en œuvre un processus qui permet de tenir la maladie à distance et d'oublier son emprise, pendant un temps plus ou moins long, dans le cadre d'un dispositif ajusté.

• Comment et pourquoi pratiquer le modelage?

La régularité des séances, au moins une fois par semaine, leur durée et les rituels d'installation, de rangement, etc. réinstaurent une temporalité. L'essentiel de l'atelier d'art-thérapie consiste à "créer de l'empreinte, tracer des bouts de chemins, contenir les fragments du récit singulier" (I. Ferré, art-thérapeute). À la fin de l'atelier, le patient a fait quelque chose de concret, il a sa création.

Cette thérapie se déroule en groupe de 4 personnes maximum, seul ou avec l'aidant et s'adresse aux personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée aux stades léger à modéré, et aux membres de la famille (conjoint, enfant, petit-enfant et/ou tout autre aidant) qui peuvent également participer afin de renforcer les liens avec la personne.

Cette thérapie est efficace pour ralentir les effets de la maladie, bien qu'elle ne permette pas de la guérir.

La médiation du modelage permet de renouer un lien de plaisir avec ses émotions, d'être au plus proche du sensoriel, du corps, du toucher et de retravailler le schéma corporel à travers la médiation de la terre, matière malléable et humide, facilitant l'émergence de matériaux inconscients.

La terre n'a pas en soi de pouvoir thérapeutique, mais possède des spécificités. **Le médiateur peut venir comme facilitateur à l'expression. Il peut être utilisé comme un langage.**

Les sensations corporelles engendrées par le contact avec l'argile aident le patient à se sentir exister, à établir une sensation de continuité et d'unité corporelles, temporelles, à créer une permanence qui lui fait défaut. Le modelage rend possible une régression au temps de l'enfance où le toucher était primordial pour découvrir et vérifier l'existence des choses.

• **Quel est le rôle de l'art-thérapeute ?**

Je propose un lieu d'écoute rassurant, encourageant et stimulant qui permet à l'empathie de se développer librement, de partager ses émotions avec d'autres, de « lâcher prise » et de limiter l'agressivité. Je favorise la libération de la créativité de manière ludique en installant une atmosphère de calme, de détente et de concentration, en soutenant le patient pour aller plus loin, pour avancer le plus possible dans son chemin de créativité intérieure, pour retrouver cette expression authentique de lui-même. Je donne les outils pour que la personne se réimplique dans quelque chose. **Aucun résultat esthétique n'est attendu, mais plutôt un plaisir gratuit.**

Je suis attentive à repérer les modes de rencontre avec la terre, leur répétition, leur évolution. Si l'objet peut paraître inachevé ou manquer d'esthétisme, il y a tout de même de la production d'objet. L'essentiel est de passer de l'intérieur à la main, puis une forme émerge, faisant trace. Quelque chose circule de l'intérieur vers l'extérieur, et va se faire différemment selon chacun, avec plus ou moins d'empêchements, d'attentes, de désir, de concentration. Je suis présente pour accompagner ce processus de création, le faciliter, l'aider à émerger, à se poursuivre, à se construire. Ce cheminement pourra alors devenir un appui dans la vie du patient.

• **Quels sont les bénéfices attendus de l'art-thérapie ?**

Cette expression de soi redonne une certaine fierté, un engagement dans une vision personnelle, une estime de soi à la personne malade qui découvre ou redécouvre des aptitudes dont elle ne se pensait pas ou plus capable.

La création artistique accompagnée favorise une amélioration de l'humeur et du comportement avec une réduction des symptômes dépressifs, de l'anxiété, de l'agitation, du syndrome crépusculaire, de la solitude, de l'utilisation des psychotropes et du stress psychologique des aidants familiaux. Elle permet de stimuler les zones du cerveau impliquées dans la mémoire à long terme et la reconnaissance spatiale, en mobilisant des processus cognitifs, émotionnels, physiques et sociaux. En cultivant la résilience émotionnelle, et en promouvant l'introspection, **l'art-thérapie améliore les compétences sociales, et permet de réduire et résoudre les conflits et la détresse psychologique,** en amenant une transformation positive de soi-même.