

*Le but de l'Art-thérapie n'est pas de faire des artistes, mais des personnes qui vont bien.*

Richard Forestier<sup>1</sup>

# Art-thérapie

Texte et photos : Carina De Roubaix, art-thérapeute.

L'Art-thérapie offre la possibilité de s'exprimer autrement que par la seule parole. Elle fait appel à tous les « sens » (sic). Elle dépasse les limites d'âge, de capacités physiques et/ou psychiques, d'appartenance sociale, de culture, de langue, de race ...

L'Art-thérapie permet d'exprimer l'inexprimable. De le rendre visible, audible, palpable, goûtable, sensible, ... Elle ne requiert aucune connaissance artistique préalable. Derrière l'expression artistique se trouve la personne et tout ce dont elle est capable, même si extérieurement rien de tout cela ne semble plus « être ».

Tout en « créant », la personne fait appel à ses « ressources » pour aller vers son objectif. Elle se (re)découvre des capacités, de l'estime de soi, de l'amour de soi, de la confiance en soi, du respect de soi, ... La création permet de s'extérioriser, d'entrer en contact avec les autres. Elle est la métaphore, l'intermédiaire, la possibilité de communiquer ... Ce n'est pas l'Art pour l'Art mais l'expression de « l'essence ».



« Je lis seul dans ma chambre. »  
Autoportrait en terre cuite H : 10 cm



Zjeff (10 ans)  
« Je lis à New-York. »  
Composition



Mlle S (27 ans)  
« Sans mots »  
Masque - Acryl

*Les choses de l'esprit qui ne sont pas passées par les sens sont vaines.*

Leonardo Da Vinci<sup>2</sup>

<sup>1</sup> **FORESTIER Richard**, directeur de recherches à l'École d'Art-thérapie de Tours. « Tout savoir sur l'Art-thérapie – Les bases scientifiques d'un métier. L'originalité d'une pratique thérapeutique. Le statut

<sup>2</sup> **DA VINCI Leonardo**, peintre, artiste, scientifique, ingénieur, inventeur, anatomiste, sculpteur, architecte, urbaniste, botaniste, musicien, poète, philosophe, et écrivain, né le 15 avril 1452 à Vinci (Italie) et mort le 2 mai 1519 à Amboise (France).

*La vie imite l'Art bien plus que l'Art n'imite la Vie.*

Oscar Wilde<sup>3</sup>

Il existe d'innombrables similitudes entre la « *Création Artistique* » et la « *Vie* ». Tout ce qui est entrepris, ne réussit pas forcément. Des facteurs, externes et/ou internes, interviennent.

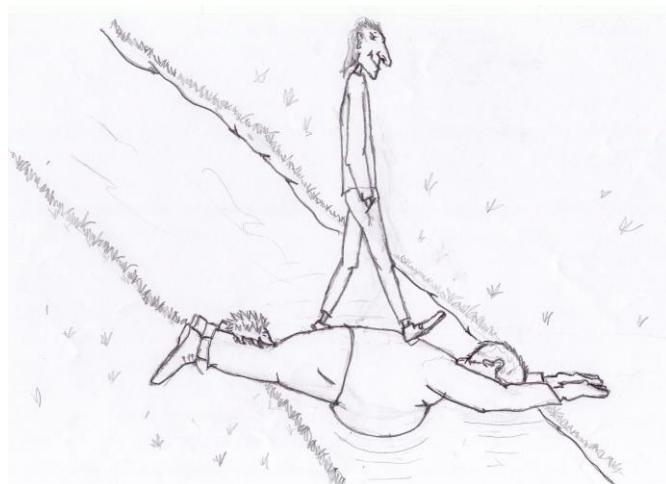
L'Art fait appel à l'imaginaire, l'imagination, la persévérance et l'invention ... à la nécessité d'un regard et d'une attitude créative pour avancer vers le but.

L'« Art » permet de « *prendre de la distance* » tout en allant au plus profond de soi. Il ne s'arrête pas aux limites de la personne, mais aide à les dépasser sans mise en danger de soi-même et/ou des autres. Par l'intermédiaire de l'Art la personne crée son « *mieux-être* ».

L'Art reste, quand la personne s'en va. Il « *est* » au-delà de la Vie.

*Si le quotidien n'a pas évolué du tout, l'art-thérapeute doit se poser des questions, sur sa compétence, son sérieux, voir sur l'intérêt de l'Art-thérapie.*

Richard Forestier



Dessin pour Madame H par Marco (30 ans)  
Illustration de l'histoire « Les trois du balcon »  
Dessin crayon sur papier 21 x 29,5 cm

L'art-thérapeute adapte les outils et médias artistiques aux besoins de la personne, afin qu'elle puisse évoluer, dans les meilleures conditions, vers ses objectifs. Il veille à un équilibre entre « *le beau, le bien et le bon* ».

L'absence de jugement et d'interprétation, offre à la personne une grande liberté. Elle peut découvrir, explorer, approfondir, rater, recommencer, ... et avancer vers la transition de ses capacités dans la « *Vie* » de tous les jours.

[www.alatd.lu](http://www.alatd.lu)

Association Luxembourgeoise des Art-thérapeutes Diplômés

Les art-thérapeutes interviennent en milieu hospitalier dans les services de *néonatalogie*, *pédiatrie*, *psychiatrie*, *rééducation*, *oncologie*, *soins palliatifs*, ... Nous travaillons également dans les centres socio-éducatifs de l'état, les foyers d'accueil pour enfants placés par la justice, en prison, dans les écoles, maisons relais, maisons de soins, maisons de retraite, services de guidance, diverses associations et fondations soutenant des personnes malades ou dans un « *mal-être* » ...

Pourtant notre métier reste sans reconnaissance officielle. Afin de faire évoluer notre profession, les art-thérapeutes diplômés de Luxembourg se sont regroupés. Nous vous sommes reconnaissants de votre soutien.

<sup>3</sup> Oscar Fingal O'Flahertie Wills Wilde, écrivain irlandais, né à Dublin (Irlande) le 16 octobre 1854, décédé à Paris le 30 novembre 1900.