

Claire DRIOT  
Art-Thérapeute  
06 73 31 44 66  
[cdriot-art-therapie.wixsite.com/monsie](http://cdriot-art-therapie.wixsite.com/monsie)

région lyonnaise et Drôme nord  
cdriot.art-therapie@laposte.net  
affiliée F.F.A.T.

## ACCOMPAGNEMENTS en ART-THERAPIE

---

### Qu'est ce que l'art-thérapie?

L'art-thérapie s'adresse aux personnes souhaitant se servir de l'expression créative aussi bien pour **mieux se connaître** que pour **trouver du soutien lors de difficultés de vie passagères ou pérennes**.

Il s'agit d'une **méthode de soin et d'accompagnement de la personne par le biais de l'expression créative**. Cette pratique se situe à la rencontre de l'expression artistique (dont on utilise les processus créatifs) et de la psychologie. L'utilisation des matériaux d'expression dans ce cadre permet à la personne de se relier à ses émotions et sentiments profonds et de mettre en forme ce qui lui est difficilement exprimable par la parole. Ce travail agit sur les plans **psychique, corporel et relationnel**. L'art-thérapeute, par sa posture sécurisante et en ajustement continu, soutient la personne dans son cheminement, tout en respectant son rythme et ses capacités. C'est ce qui va aider la personne à opérer des transformations au niveau de ses difficultés et apaiser ce qui est trop inconfortable pour elle (troubles importants notamment).

Cette démarche est **accessible à tous**; il n'est pas nécessaire de se sentir créatif ou d'avoir une pratique artistique pour bénéficier des bienfaits de l'art-thérapie.

### Quels matériaux d'expression?

Les outils d'expression que je propose sont principalement ceux issus des **arts-plastiques** (dessin, peinture, craies grasses, collage...), le **modelage** (argile, pâte à modeler) et ceux venant du **textile** (tissus, techniques et accessoires textiles).

Tous les matériaux d'expression sont utilisés en séances pour **donner place à l'intériorité de chacun**.



## Accompagnements en art-thérapie, dans quels cas?

L'art-thérapie peut se pratiquer comme une activité de « **mieux-être** », pour renouer avec son intériorité et trouver un plaisir équilibrant à travers la création. Cette démarche peut aussi se pratiquer en tant que **soin** et dans ce cas-là s'adresse à **toute personne en souffrance et en situation de fragilité**, indépendamment de l'âge (enfants, jeunes, adultes, personnes âgées).

### Des exemples de CAS:

- Maladies physiques, mentales
- Vieillesse (dont maladie d'Alzheimer)
- Handicap avec ou sans déficiences mentales
- Dépendances
- Traumatisme
- Stress, surmenage, burn out
- Anxiété
- Phobies
- Troubles d'apprentissages
- Exclusion sociale
- Deuil, tristesse, déprime, dépression...

I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I  
I

### Des exemples d'APPORTS:

- se détendre sur le plan psychologique et corporel
- se relier à ses émotions et sentiments profonds
- améliorer la confiance en soi, revaloriser l'estime de soi
- se réinventer, se révéler, se construire différemment
- aider à (re)trouver du plaisir au contact des matériaux
- se réapproprier son corps avec ses capacités actuelles
- apaiser angoisses et stress
- déposer ses souffrances et les transformer
- éviter le repli sur soi
- faciliter le relationnel
- réduire les troubles causés par une maladie, un mal-être..

## L'art-thérapie pour les publics autistes:

Mes accompagnements débutent par un travail d'observation sur des plans multiples, Il s'agit là de s'ouvrir à ce que la personne émet (gestes, sons, paroles, déplacements, actes...) pour sentir par quels biais l'aborder et envisager une rencontre. De cette étape se met en place une orientation de suivi, pour aider le patient à avancer dans son cheminement, tout en tenant compte en parallèle des demandes et observations des familles, école, institution. En découle les choix des outils d'expression créative proposés, pour répondre au plus près aux besoins de chaque patient. Le travail via les matériaux est le parallèle d'un cheminement plus intérieur, dans lequel le **patient est amené à être co-acteur de ses avancées**. Les séances nécessitent un investissement sur la longueur et demandent une régularité pour obtenir des résultats.

Les apports pour le patient vont se situer à ces niveaux là:

- trouver de la détente sur le plan psychologique et corporel ou les stimuler si nécessaire
- gagner en sécurité intérieure, en confiance en soi et en estime de soi
- améliorer sa conscience corporelle

- amélioration sa subjectivité
- réduire les comportements de mise en danger
- développer de l'autonomie et de la créativité
- développer de nouvelles compétences
- élargir ses champs d'actions

L'art-thérapie est complémentaire aux autres prises en charge. Elle n'a pas de visée éducative mais permettant au patient de **gagner en confiance, en connaissance de soi, en apaisement et en épanouissement**, ce travail se répercute positivement sur les avancées de la personne dans les autres domaines de prise en charge. Cela permet de soutenir la personne dans sa singularité tout en lui permettant de se transformer en profondeur et d'avancer dans ses évolutions.

### **Tarifs des séances:**

Les séances peuvent se dérouler en petit groupe ou en individuel (en fonction des personnes et de leurs besoins):

**en cabinet:** au 195 rue Pierre Charignon à Génissieux /au C.T.T. 1 rue Lafontaine à Villeurbanne  
**en institution**

**ou dans certains cas au domicile de la famille** (dans un périmètre max de 30 min de Romans)

### **Séance individuelle de 45 min/ 1h**

en cabinet: **45€**

à domicile, via CESU: **25 € net** (+charges/ frais de déplacements et matériel de base)  
**déductions ou remboursements d'impôts possibles**

---

### **Séance en groupe, de 1h30**

au cabinet: environ **40€** (selon le nombre de participants)