



L'Art-thérapie pluriexpressionnelle accompagne chacun sur son chemin d'évolution : meilleure connaissance de soi, dépassement de difficultés d'expression, de communication, relationnelles... Qu'elles soient ponctuelles ou psychopathologiques.

L'Art-thérapie pluriexpressionnelle s'appuie sur un panel non limité de médiations artistiques, choisies en fonction des objectifs et affinités de chacun. L'Art-thérapeute accompagne le processus de création artistique, source de découvertes, de prises de conscience et de transformation.

L'Art-thérapie pluriexpressionnelle amorce un mouvement, d'une création à une autre, vers de nouveaux chemins possibles pour un mieux-être global. Créer, c'est d'une certaine manière se recréer soi-même. C'est (re)-devenir auteur et acteur de sa propre transformation et in fine : de sa vie !



L'Art-thérapeute crée les conditions nécessaires pour favoriser un espace de jeu partagé où va se déployer l'imagination, la créativité et l'expression de chacun. Le temps des séances est un espace de liberté pour mieux se retrouver soi-même, se découvrir et découvrir l'autre au travers des médiations artistiques.

L'Art-thérapeute est garant du cadre qui se veut contenant et sécurisant. Ce qui se déroule et se dit en séance est confidentiel. Je me réfère au Code de déontologie du SFAT (Syndicat Français des Arts-thérapeutes).

Bienveillance, non-jugement, écoute sensible, respect, humanité, sont des valeurs qui me sont chères.

Les médiations artistiques : Une autre façon de s'exprimer, communiquer, être en lien !

Différentes médiations artistiques sont proposées au sein d'une même séance : peinture, pastels, collage, modelage, musique (réceptive et active), mouvements dansés, masque, marionnette, théâtre, clown, land art, écriture, relaxation...

La liste est non exhaustive.

Nul besoin d'avoir des compétences artistiques.