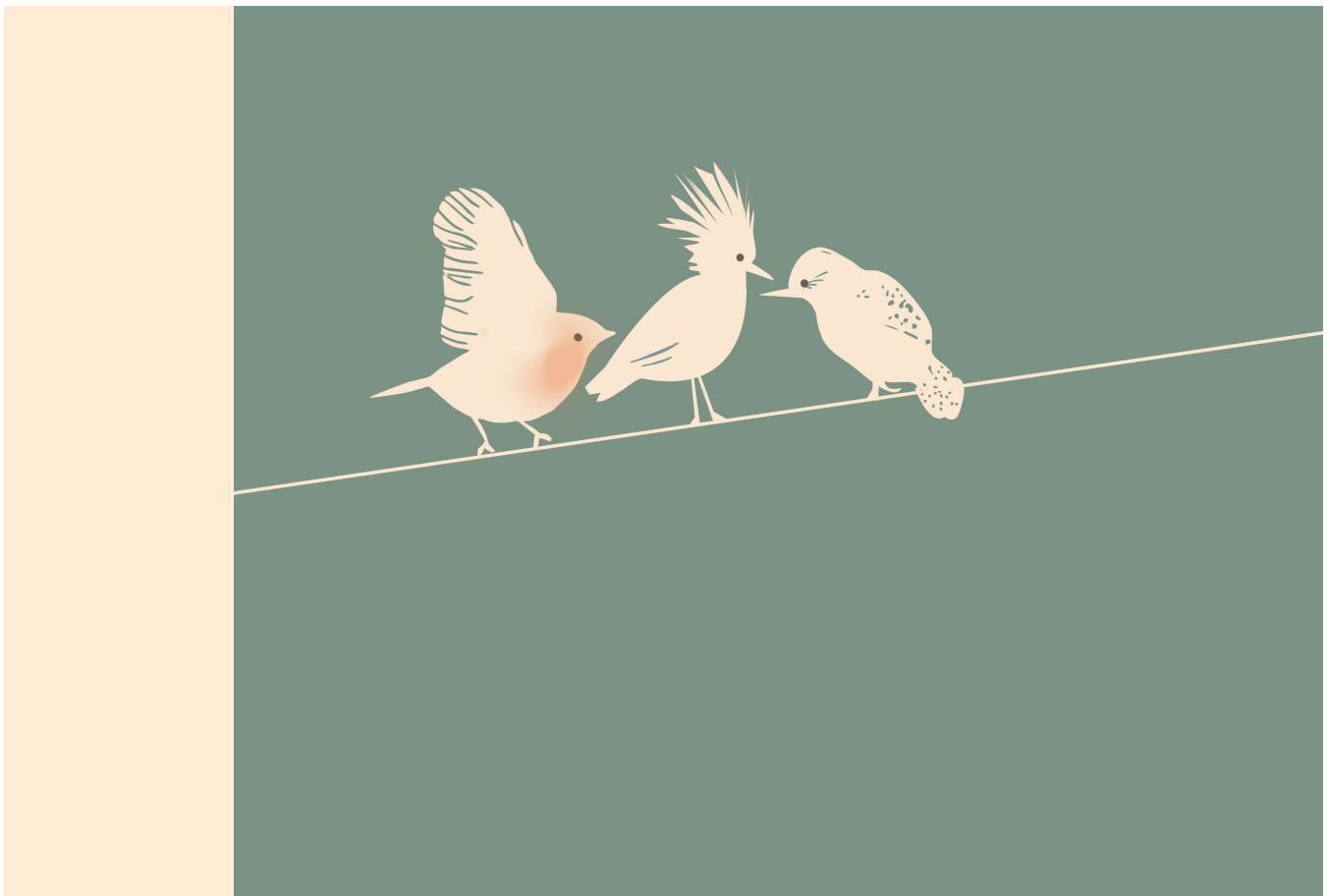


ART-THÉRAPIE



Flore Seydoux, art-thérapeute certifiée PROFAC, évoluant dans le milieu du spectacle comme artiste lyrique, propose à toutes personnes qui en ont le désir un temps d'aération, de voyage psychique qui s'articule dans un cadre poétique et musical, avec des objets proposés pour permettre l'émergence de la créativité propre à chacun.

«C'est une méthode qui respecte en premier lieu la liberté d'expression du sujet et aide à mobiliser les forces positives chez une personne en souffrance.

Elle est conçue pour procurer une forme de soulagement des tensions internes et a un effet particulièrement positif en cas de difficultés personnelles.»

Le travail art-thérapeutique ne s'engage qu'à la suite de plusieurs séances préliminaires, sa pratique est possible sur indication médicale ou liée à une démarche personnelle dans le cadre d'une prise en charge globale de la personne.

N'hésitez pas à me contacter pour de plus amples informations:

Flore Seydoux

93 13 45

floresydoux@gmail.com

www.floresydoux.com

ART-THÉRAPIE

Qu'est ce que l'art-thérapie?

«L'art-thérapie permet, grâce à l'ambiance poétique induite par le matériel de créativité et la présence d'une personne aimant l'Art, de préserver la singularité du sujet, de lui accorder un voyage, une aération positive.»

Cette pratique de soin est orientée vers la création d'un climat propice aux changements de la personne et vers la réalisation d'un nouvel équilibre, elle agit sur la partie positive de la personne (son potentiel, ses goûts, sa sensibilité). Elle est adaptée aux personnes qui n'arrivent pas à mettre des mots sur leur mal-être, leur souffrance.

L'art-thérapie peut aider à :

- exprimer et mieux gérer ses émotions,
- renforcer l'estime de soi,
- développer son autonomie,
- mieux harmoniser ses relations sociales,
- sortir d'un état dépressif et retrouver du plaisir à vivre,
- mobiliser ses forces psychiques de façon positive,
- devenir actif, acteur de sa vie,
- etc.

Les moyens d'expressions proposés : sont privilégiés un bricolage manuel et/ou musical éphémère dans un cadre poétique ainsi que d'autres techniques, selon les modalités de prise en charge :

- Gestuelle - Musique - Rythme
- Peinture
- Photographie
- Techniques de relaxation thérapeutique.

A qui s'adresse l'art-thérapie?

L'art-thérapie s'adresse à toute personne souhaitant s'engager dans un processus de changement, sur indication médicale ou démarche personnelle.

Aucune expérience artistique n'est nécessaire pour entamer un processus en art-thérapie.

Elle s'adresse :

- aux personnes en recherche d'un lieu d'expression par l'art et la parole,
- aux personnes en souffrance psychique et/ou physique ou simplement dans une démarche de connaissance de soi,
- aux personnes âgées (maladie dégénérative : Alzheimer, parkinson et troubles liés au vieillissement, isolement, ...)
- aux personnes atteintes d'une pathologie cancéreuse (conséquences du cancer et des traitements : douleurs, troubles alimentaires, problèmes sociaux, psychologiques...)
- aux familles (enfants ou adultes), et les aidants familiaux des personnes en soin.

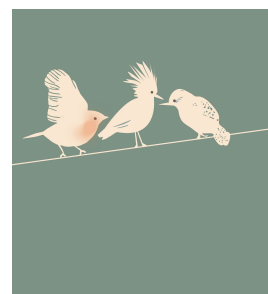
Quel est le rôle de l'art-thérapeute?

Pour que le processus de création artistique soit thérapeutique la mise en place d'un cadre spécifique est nécessaire, l'art-thérapeute en est le garant.

Ce cadre va permettre à la personne en souffrance de se sentir suffisamment en confiance pour exprimer ses ressentis, ses émotions, ses douleurs, ses souvenirs via les différents médias utilisés.

L'art-thérapeute, observe et accompagne les effets inhérents à l'art et au processus créatif, il recueille les informations, les items lui permettant d'évaluer l'état psychologique, physique et relationnel du patient au fil des séances.

L'art-thérapeute travaille sur la globalité de la personne. Aucune interprétation n'est faite de la production créée.



SÉANCES

Le déroulement des séances

Un entretien préalable permet de déterminer les modalités du suivi, le type de prise en charge (accompagnement thérapeutique ou développement personnel) ainsi que les objectifs de soin en lien avec les besoins de la personne.

A l'issue de l'accompagnement thérapeutique, un bilan sera établi par mes soins.

Le déroulement d'une séance d'art-thérapie varie en fonction de l'accompagnement, de la problématique de la personne en soin et du médium utilisé.

Voici les 4 temps proposés :

- Temps de présentation, de préparation,
- Temps de relaxation, stimulation musicale ou olfactive aidant à l'émergence du potentiel créatif,
- Temps de création/expression via les différents matériaux proposés, ceux-ci seront un support de communication, de jeux, ils permettront une mise en scène du processus créatif,
- Temps de parole, de verbalisation des ressentis libres.

Séance individuelle

Comme tout travail thérapeutique, les séances individuelles s'adaptent au plus près des problématiques et attentes de la personne.

Elles sont précédées d'un entretien.

Entretien préalable :

Durée : Entre 45 et 60 minutes

Séance individuelle:

Durée: entre 45 et 60 minutes

Par les temps qui courent, possibilité de séance individuelle en ligne.

Séance en groupe

Le groupe est composé de 7 personnes maximum.

Durée entre 1h et 1h30 (transmissions comprises en institution)

Institutions

Lors d'une prise en charge en institution, l'objectif est défini selon les besoins du patient et en lien avec l'équipe de soin (les médecins, l'institut médico-éducatif, structure d'accueil, de soin, hôpitaux, entreprise commanditaire...).

La durée des séances varie, qu'elles soient en individuel ou en collectif.

Pour des séances en groupe, les participants seront décidés avec le personnel soignant.

Une importance devra être accordée à l'espace réservé aux séances, un espace calme, coupé de l'agitation de l'institution.

Lieux d'intervention

Interventions à domicile possibles.

«L'art-thérapie est une méthode qui consiste à créer les conditions favorables au dépassement des difficultés personnelles par le biais d'une stimulation des capacités créatrices.»

