

Art-thérapie moderne et douleur



AFRATAPEM
Tél . +33 (0) 2 47 51 86 20
8 Bis rue Daniel Mayer,
37100 Tours
<https://art-therapie-tours.net/>

FABRICE CHARDON

PHD, PSYCHOLOGUE CLINICIEN ET ART-THÉRAPEUTE
DIPLÔMÉ D'UNIVERSITÉ

DIRECTEUR D'ENSEIGNEMENTS ET DE RECHERCHE-
AFRATAPEM, ÉCOLE D'ART-THÉRAPIE DE TOURS

DIRECTEUR PÉDAGOGIQUE DES DIPLÔMES
UNIVERSITAIRES D'ART-THÉRAPIE DE GRENOBLE ET
LILLE

CO-RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE DU DIPLÔME
UNIVERSITAIRE DE THÉRAPIES COMPLÉMENTAIRES
DE GRENOBLE

Sommaire

L'Art

Les mécanismes humains mobilisés
dans l'activité artistique

Impact sanitaire et thérapeutique

L'art-thérapie moderne

L'utilisation de l'Art dans
l'accompagnement art-
thérapeutique de patients souffrant
de douleur chronique



Les conséquences de la douleur chronique

- Quelle que soit la cause de la douleur, avec le temps, elle provoque diverses réactions psychologiques : anxiété, insomnie, fatigue, tension nerveuse, repli sur soi, démoralisation, dépression, baisse de la libido,...
- Ces réactions contribuent à entretenir la douleur.
- Tous les besoins de l'être humain sont impactés : physiologiques, de sécurité, d'appartenance, d'estime de soi, d'accomplissement



*L'Art a des pouvoirs et
des effets sur les
mécanismes de l'être
humains*

L'Art, définition et mécanismes humains sollicités

- L'Art est une activité volontaire humaine orientée vers l'esthétique (R Forestier - « Tout savoir sur l'art-thérapie », Favre éditions, Lausanne, 2000 et rééditions)
- L'activité artistique (pratique et/ou contemplation) sollicite :
 - des mécanismes d'impression et d'expression
 - des mécanismes sensoriels, émotionnels, psycho-affectifs, et cognitifs.
 - des mécanismes moteurs et psychomoteurs.
 - des effets relationnels.

L'Art et la Santé



L'utilisation de l'Art dans le soin



Impact sanitaire de l'activité artistique ≠ Impact thérapeutique

ex : 1) *le pouvoir éducatif de l'Art peut activer le circuit de la récompense par les sensations perçues et les émotions associées*

2) *la gratification ressentie peut faire augmenter le taux de dopamine et diminuer le cortisol*

3) *ce processus peut permettre un bien être affectif*

===== ***IMPACT SANITAIRE***

- *orienté vers une diminution de l'anxiété*
===== ***IMPACT THERAPEUTIQUE***

L'utilisation de l'Art dans le soin

- Atelier d'art
- Atelier d'art adapté
- Atelier d'expression
- Art-thérapie analytique (traditionnelle) « avant et pourquoi »
- Art-thérapie moderne « maintenant et comment »

L'art-thérapie moderne

L'art-thérapie moderne est l'utilisation et l'évaluation des effets de l'esthétique par la pratique artistique dans l'objectif de valoriser les potentialités et la partie saine de la personne en souffrance.

L'art-thérapie moderne s'adresse aux personnes en souffrance et ayant des troubles de l'expression, de la communication, et de la relation.

- Pratique individuelle ou collective.
- Adaptation de la technique aux besoins de la personne.
- Valorisation des parties saines.
- Action sur : les sensations, les émotions, les capacités cognitives, motrices et relationnelles

But : Engager la personne en souffrance sur le plan physique, psychique et social, en potentialisant les pouvoirs et effets de l'art, dans un projet d'amélioration de sa qualité de vie

L'utilisation de l'Art en art-thérapie moderne auprès de personnes souffrant de douleurs chroniques

Comportements	Besoins impactés	Souffrances	Mécanismes humains impactés	Impact possible de l'activité artistique
Douleurs, insomnie, fatigue, perte de l'appétit	Besoin physiologique	Perte de la saveur existentielle	Altération des ressentis corporels / Perte de l'élan corporel /	Mobilisation sensorielle (esthésie) et neurophysiologique
Anxiété / Tension nerveuse / Sentiment d'incapacité	Besoin de sécurité	Anxiété généralisée	Altération du goût de vivre / Dégradation de la confiance en soi / Difficulté à se projeter	Emergence du plaisir et de la détente par l'émotion esthétique
Peur de sortir / Phobie sociale / Agressivité	Besoin d'appartenance	Sentiment d'isolement	Privation relationnelle / implication sociale limitée / manque d'élan pour la relation	Mobilisation de l'engagement au service d'une production partagée
Arrêt maladie prolongé / Baisse du moral / Dépréciation	Besoins d'estime et d'accomplissement	Etat dépressif	Perte de l'envie / Baisse de la confiance en soi / Diminution de la qualité relationnelle	Développement de la fierté par l'expression du style et du choix de la technique

L'art-thérapie moderne...en résumé

L'art-thérapie moderne est une discipline paramédicale :

« Art » donne son originalité à la profession et « **thérapie** » définit le cadre sanitaire.

Sous autorité médicale, elle permet d'orienter et d'évaluer les **pouvoirs et effets de l'Art** dans l'objectif de favoriser **la bonne santé des patients**

L'art-thérapie moderne permet d'accompagner la personne vers une position de sujet pour :

- **devenir acteur de son soin**
- **renforcer son autonomie.**
- **revigorer sa propre considération et son engagement pour améliorer sa qualité de vie.**

Protocole thérapeutique : outils méthodologiques spécifiques / indication médicale au regard d'une souffrance / objectifs et stratégies thérapeutiques / évaluation spécifique.

Sans doute, l'art-thérapie ne guérit pas.... mais elle donne envie de guérir.

Merci

AFRATAPEM
Tél . +33 (0) 2 47 51 86 20
8 Bis rue Daniel Mayer,
37100 Tours
<https://art-therapie-tours.net/>

