

Art-thérapie moderne et maladies chroniques

Fabrice Chardon, Marion Livoti

Disponible sur internet le :

AFRATAPEM – école d'art-thérapie de Tours, 8 bis, rue Daniel-Mayer, 37100 Tours, France

Correspondance :

Fabrice Chardon, AFRATAPEM – école d'art-thérapie de Tours, 8 bis, rue Daniel-Mayer, 37100 Tours, France.
fabrice.chardon@afratapem.fr

Mots clés

Art-thérapie moderne
Maladie chronique
Soin de support
Partie saine
Qualité de vie

Keywords

Modern art therapy
Chronic illness
Supportive care
Healthy part
Quality of life

■ Résumé

L'art-thérapie en France se décline en différentes obédiences. Le propos est davantage orienté sur l'art-thérapie moderne, courant porté par l'AFRATAPEM, se définissant comme 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, en complémentarité de prises en soins pluridisciplinaires, peut être pertinente pour les personnes souffrant de maladies chroniques, en étant susceptible de s'adapter dans un contexte d'éducation thérapeutique, comme soin de support, ou encore dans une démarche de soins palliatifs.

■ Summary

Modern art therapy and chronic illnesses

Art therapy in France takes various forms. The focus here is more on modern art therapy, a movement supported by AFRATAPEM, which is defined as the evaluation of the effects of aesthetics through artistic practice with the aim of enhancing the potential and the healthy part of the person in distress. Modern art therapy, in complementarity with multidisciplinary care, can be relevant for people suffering from chronic illnesses, as it can be adapted within a therapeutic education context, as supportive care, or even within a palliative care approach.

Il existe des art-thérapies

Il n'existe pas à ce jour une définition de l'art-thérapie en France faisant consensus. Deux grands courants émergent des différentes pratiques et théorisations de la discipline. Une obédience basée sur des fondements psychothérapeutiques considère l'art comme un outil au service de l'accès aux affects et aux

fonctionnements psychiques du patient. Cette art-thérapie est majoritaire en France. Elle construit son protocole sur des fondements théoriques psychanalytiques et/ou psychopédagogiques. En cela, l'art est utilisé comme vecteur entre la psychée et la production artistique, cette dernière pouvant alors être interprétée au regard de sa représentation symbolique et de

l'expression d'une souffrance ou d'un traumatisme. L'accompagnement thérapeutique se construit ainsi sur cette analyse et considère la créativité comme un processus de transformation psychique vers une meilleure santé mentale. Une autre approche, construite sur des fondements phénoménologiques, appelée art-thérapie moderne, considère l'Art comme un processeur thérapeutique : ce dernier terme sous-tend que l'activité artistique orientée par l'art-thérapeute est opérante, en stimulant et agissant naturellement sur différents mécanismes humains biopsychosociaux ciblés en fonction des besoins et capacités du patient, et permettant une meilleure régulation, synergie, compensation de mécanismes impactés, ... Cette obédience prend naissance en Touraine dans les années 1970 et se développe par l'intermédiaire de l'AFRATAPEM, école d'art-thérapie de Tours ; elle se définit comme l'évaluation des effets de l'esthétique par la pratique artistique (action et/ou contemplation) dans l'objectif de valoriser les potentialités et la partie saine de la personne en souffrance [1]. Ses concepts seront définis et explicités plus loin dans ce texte.

Des formations multiples, mais très hétérogènes

À défaut d'une reconnaissance légale et d'un cadre disciplinaire officiel, contrairement à beaucoup d'autres pays européens, l'accès au métier d'art-thérapeute n'est pas réglementé en France, et se traduit par des parcours variés. Il existe à ce jour un nombre exponentiel de formations, sans harmonisation des contenus, durées, et modalités pédagogiques. Ainsi, certaines personnes s'installent en tant qu'art-thérapeutes après deux jours de formation, quand d'autres en font de même après des parcours d'une année et au-delà. Pour autant, certains organismes de formation, notamment fondateurs des différents courants d'art-thérapie au cours du XX^e siècle, bénéficient d'une reconnaissance académique, scientifique et des institutions médicales, après avoir démontré les preuves de leur pertinence. Des écoles telles que PROFAC, l'INECAT, ou certains diplômes universitaires, peuvent être cités parmi ceux-ci, et relèvent d'obédiences psychothérapeutiques.

Le courant d'art-thérapie moderne a été développé et est enseigné par l'Association française de recherches et applications des techniques artistiques en pédagogie et médecine (AFRATAPEM). La formation, d'une durée d'un an et demi au minimum, implique des prérequis comprenant des compétences artistiques approfondies, ainsi qu'un niveau scolaire d'un minimum de Bac+2, ou à défaut, une expérience professionnelle d'un minimum de trois ans dans les domaines de l'Art, de l'enseignement, de l'accompagnement à la personne, du soin, ou du social. Une étape sélective permet de s'assurer du potentiel d'élaboration et de savoir-être nécessaires à l'entrée en formation. La formation s'articule ensuite entre des modules en distanciel, présentiel, ainsi que des stages, et permet l'obtention d'une attestation d'art-thérapeute. Les contenus de formation

permettent d'acquérir des connaissances et compétences concernant le fonctionnement de l'être humain (psychologie, physiologie, neurophysiologie...) et les pathologies (psychopathologie, handicap, maladie...), la mise en oeuvre du protocole (dont l'animation de séance, analyse des mécanismes humains mobilisés par les techniques artistiques), les outils stratégiques et évaluatifs propres à l'art-thérapie moderne, la démarche scientifique (objectivité, modélisations, évaluations, analyse de données, transcriptions graphiques...), la relation thérapeutique (déontologie, relation d'aide, démarche métacognitive...) et enfin des apports concernant l'insertion professionnelle. Les facultés de médecine de Grenoble et de Lille ICL, partenaires de l'AFRATAPEM, proposent en complément de la formation initiale, un diplôme universitaire d'art-thérapie moderne, ouvert aux professionnels art-thérapeutes dûment formés, ainsi qu'aux professionnels du soin. Les objectifs dans ce contexte visent à asseoir la démarche scientifique, ainsi qu'appréhender la recherche en art-thérapie moderne. Des articles émanent tous les ans de ces formations universitaires [2]. Ces travaux, s'ils s'avèrent pertinents, peuvent par la suite être prolongés, par l'intermédiaire du Centre d'études supérieures de l'Art en médecine (CESAM), qui relève d'un laboratoire de recherche porté par l'AFRATAPEM, avec le concours de multiples partenaires [3].

L'art-thérapie moderne est une discipline spécifique

L'art-thérapie moderne est une discipline paramédicale. Sous autorité médicale, elle permet d'orienter et d'évaluer les pouvoirs et les effets de l'Art dans l'objectif de favoriser la bonne santé des patients. Elle est indiquée pour les troubles de l'expression, de la communication et de la relation : l'expression sous-tend toute manifestation, attitude ou (ré)action, volontaire ou involontaire, non dirigée vers autrui (exemples : dormir est l'expression d'un besoin de repos ; une attitude passive ou agitée est l'expression d'un éprouvé ou d'une dysrégulation interne à déterminer en fonction du sujet ; un mouvement volontaire ou involontaire peut être également l'expression d'une intention ou d'une problématique neurophysiologique...), la communication concerne la transmission verbale ou non verbale d'un message, et la relation relève de la considération d'autrui et de la qualité des éprouvés en présence de l'autre (agressivité, chaleur, distance, fusion...). Ainsi, nombre de pathologies et souffrances impactent une ou plusieurs de ces dimensions et peuvent être concernées par l'art-thérapie moderne. C'est d'abord le mot Art qui donne son originalité à la discipline, puis le mot thérapie qui définit le cadre sanitaire. L'art-thérapie moderne s'inscrit dans une démarche humaniste intégrative, promue par la médecine de la personne, à la fois biotechnologique, psychosociale, culturelle et pédagogique. En cela, elle souhaite permettre à la personne de développer sa sympathie, c'est-à-dire sa capacité à ressentir le monde qui l'entoure, envisager l'avenir avec optimisme et

permettre l'espoir, tout en renforçant la confiance en soi et la fierté.

L'Art est une activité humaine, qui implique donc de nombreux mécanismes de l'être humain

L'Art implique et éduque les sensations. Les capteurs sensoriels sont mis à contribution grâce à l'Art et progressivement les perceptions vont s'affiner. La personne percevra plus de nuances dans les sons, évaluera la hauteur, soutiendra le rythme, appréhendera la couleur, la texture, la forme d'un tableau. . . : c'est le pouvoir éducatif de l'Art qui va stimuler des sensations et les émotions associées.

La contemplation ou la pratique d'un Art nécessite une mise en mouvement du corps : le pied bouge ou les mains sont frappées à l'écoute d'une musique. C'est le pouvoir d'entraînement de l'Art. La pratique artistique engage ainsi la motricité.

L'Art peut se pratiquer de manière individuelle mais aussi collective, et permet également de partager des œuvres en public. Il développe ainsi la communication et la relation. C'est l'effet relationnel de l'Art.

La pratique de l'Art permet donc l'implication de l'être humain dans une démarche esthétique mettant en lumière un engagement physique et mental, ainsi que le goût et le style que ce soit par la pratique ou par l'intermédiaire de la contemplation. Utilisé comme processeur thérapeutique, l'Art peut permettre de recouvrer une bonne santé. Ainsi l'art-thérapeute moderne va considérer chez la personne accompagnée, la partie saine, à savoir les mécanismes préservés, parfois non conscientisés et souvent inhibés par les souffrances, afin de favoriser leur expression, mise en valeur, progression dans certains cas, et ainsi mettre à jour et amplifier ce qui va ou fonctionne bien.

L'intention esthétique recherchée va entraîner la volonté de ressentir une gratification sensorielle dans l'objectif pour la personne accompagnée de s'engager en exprimant son goût et son style personnel.

Ces éléments seront source d'une expression adaptée, d'un plaisir esthétique, d'une saveur de l'instant incitant à trouver un plaisir à s'exprimer et un bon goût à l'existence. Nous parlons en art-thérapie moderne de saveur existentielle.

L'art-thérapeute n'est ni un artiste intervenant qui aurait des connaissances thérapeutiques, ni un thérapeute qui aurait quelques connaissances artistiques, mais un professionnel diplômé (certification Répertoire national des certifications professionnelles/diplôme universitaire) qui a été formé pour comprendre les mécanismes humains impliqués dans l'activité artistique et sait orienter l'activité et les effets de l'esthétique vers la santé de la personne en souffrance. Prenant une place originale et complémentaire dans l'équipe de soin, l'art-thérapeute moderne, par indication médicale, va pouvoir ainsi travailler par exemple auprès de personnes âgées démentes, auprès de personnes présentant des troubles psychiques ou mentaux, auprès de personnes migrantes en centre d'accueil d'urgence, auprès d'enfants ou adultes

autistes, auprès de personnes traitées pour un cancer, auprès d'adultes souffrants de troubles neurologiques (AVC, maladie de Parkinson. . .) ou bien encore dans l'accompagnement palliatif de personnes en fin de vie.

L'art-thérapeute moderne devra observer les mécanismes humains impliqués dans la pratique artistique ; le protocole thérapeutique mis en œuvre s'appuiera sur des outils méthodologiques spécifiques mettant en lien une indication médicale au regard d'une souffrance, des objectifs et une stratégie thérapeutique ainsi qu'une évaluation spécifique.

L'art-thérapie moderne ne guérit pas, elle permet d'accompagner la personne vers une position de sujet pour devenir acteur de son soin et renforcer son autonomie. Par la valorisation du ressenti, de l'élan et de la poussée corporels, elle permet de revigorer sa propre considération et son engagement au monde environnant pour améliorer sa qualité de vie.

Conditions d'exercice et liens avec équipes pluridisciplinaires

L'art-thérapeute est susceptible d'intervenir auprès de tous types de publics en souffrance, les domaines d'intervention potentiels sont ainsi larges, balayant les secteurs sanitaires, médico-sociaux, socio-éducatifs, (ré)-insertion, . . . Les statuts d'exercice sont également variables, l'art-thérapeute étant susceptible d'être salarié au sein de structures, ou prestataire. Nombre d'art-thérapeutes pratiquent également en cabinet libéral.

Quel que soit le contexte d'intervention de l'art-thérapeute, le lien avec les professionnels garants du projet de soin des patients accompagnés reste indispensable, afin de garantir une cohérence des accompagnements proposés, et anticiper d'éventuelles contre-indications. Si, dans un contexte d'intervention en structure, l'équipe pluridisciplinaire est présente de fait et à même de transmettre des indications à l'art-thérapeute, ce dernier, dans le cadre d'une activité en cabinet libéral, a la responsabilité de solliciter les professionnels de soins référents du patient, y compris face aux demandes d'accompagnement spontanées de certains patients. La sollicitation de ces partenaires du soin est réalisée en accord avec le patient, mais conditionne l'accès à la prise en soins en art-thérapie moderne. Ce lien avec les équipes, médecins référents, garants des projets de soin ou d'accompagnement, perdure tout au long d'une prise en soins, favorisant le partage d'informations, d'évaluations, de bilans, toujours dans l'intérêt du patient et en respectant le cadre du secret professionnel partagé.

Art-thérapie et maladie chronique

La maladie chronique est définie par le ministère de la santé

« Une maladie chronique est une maladie de longue durée, évolutive, souvent associée à une invalidité et à la menace de complications graves. Les maladies chroniques comprennent :

- des maladies comme l'insuffisance rénale chronique, les bronchites chroniques, l'asthme, les maladies cardio-vasculaires, le cancer ou le diabète, des maladies lourdement handicapantes, comme la sclérose en plaques ;
- des maladies rares, comme la mucoviscidose, la drépanocytose et les myopathies ;
- des maladies transmissibles persistantes, comme le sida ou l'hépatite C ;
- enfin, des troubles mentaux de longue durée (dépression, schizophrénie...)

Ce sont des pathologies qui vont évoluer plus ou moins rapidement pendant plusieurs mois au minimum, au rythme de complications plus ou moins graves ; elles se traduisent dans nombre de cas par un risque d'invalidité, ou de handicap temporaire ou définitif.

Plus précisément, dans le cadre du Plan national maladies chroniques, elles sont définies par :

- la présence d'une cause organique ou psychologique ;
- une ancienneté de plusieurs mois ;
- le retentissement de la maladie sur la vie quotidienne : limitation fonctionnelle, des activités, de la participation à la vie sociale ; dépendance vis-à-vis d'une thérapeutique, d'une technologie médicale, de l'intervention de professionnels : besoin de soins médicaux ou paramédicaux, d'aide psychologique, d'éducation ou d'adaptation. » [4].

Cette définition souligne particulièrement le fort retentissement de la maladie chronique sur la qualité de vie des personnes concernées, impactant sur le long terme tout autant la santé physique, que psychique et sociale. Cela sous-tend un besoin d'accompagnements pluridisciplinaires, parmi lesquels l'art-thérapie moderne montre son intérêt.

Le parcours d'une personne atteinte de maladie chronique n'est pas linéaire, et est susceptible de générer des souffrances diverses et évolutives. Les objectifs en art-thérapie moderne peuvent être adaptés à ces différentes étapes, des suites de l'annonce de la pathologie chronique, jusqu'à la phase palliative dans certaines situations. Si l'art-thérapie n'a ni la vocation ni le pouvoir de guérison, ce type de prise en soins peut cependant favoriser pour la personne malade, l'idée de prendre soin d'elle afin de recouvrer une bonne qualité de vie malgré la pathologie. Lors de l'annonce de la pathologie, mais également lorsque celle-ci est évolutive ou dégénérative, les souffrances exprimées peuvent s'apparenter à de multiples deuils, impliquant le renoncement à une existence en bonne santé, aux activités quotidiennes devenues difficiles d'accès, à l'emploi précédemment exercé, ... ainsi que l'acceptation et la reconstruction vers un nouveau mode de vie. Dans ces contextes, l'art-thérapie moderne, en orientant les pouvoirs de l'Art, peut apporter un soutien psychoaffectif en favorisant des éprouvés de plaisir et de gratifications, nourrissant ainsi l'élan vital et l'engagement. En effet, le pouvoir éducatif de l'Art, couplé à une démarche créative, peuvent être orientés par le professionnel art-

thérapeute vers des objectifs d'autorégulation, soutenant ainsi les capacités adaptatives du patient. La valorisation de la partie saine peut mettre en lumière les capacités préservées malgré la pathologie, renforcer l'estime de soi, la confiance en soi et le sentiment de maîtrise, soutenir l'appropriation des stratégies ou démarches adaptatives et réadaptatives, par le biais d'activités artistiques précisément ajustées. De ce fait, l'art-thérapie moderne peut être incluse dans des protocoles d'éducation thérapeutique [5,6].

Au quotidien, la maladie chronique peut induire différentes souffrances, physiques (douleurs, fatigue...), psychiques (sentiment de subir, d'être objet de la pathologie et ses symptômes, traitements...), et sociales (difficultés de communication, isolement, sentiment d'être hors-normes, éloignement des proches du fait d'hospitalisations ou d'institutionnalisation). L'activité artistique, orientée à bon escient par l'art-thérapeute, peut limiter les symptômes en stimulant le circuit de la récompense, et favoriser ainsi des effets antalgiques, apaisants ou neuropsychostimulants. D'autre part, l'implication dans un projet artistique porteur de sens, peut remobiliser le sentiment d'être sujet acteur de ses choix, renforçant ainsi l'autonomie et l'indépendance tout en limitant la charge mentale inhérente aux traitements. Enfin, via l'utilisation des effets relationnels de l'Art, l'art-thérapeute peut soutenir l'engagement social du patient, avec ses proches ou aidants. En institution, l'effet relationnel de l'Art peut également être orienté afin de favoriser la relation entre les patients au travers d'une pratique valorisante, ce qui déplace la focale d'un sentiment d'appartenance qui ne serait plus lié qu'à la pathologie commune. À tous ces égards, l'art-thérapie se révèle pertinente en tant que soin de support [7].

Enfin, dans certaines situations, la maladie chronique dégénérative peut conduire jusqu'à la fin de vie. L'art-thérapie moderne s'inscrit dans les démarches palliatives [8], avec également dans ce contexte des leviers inhérents à la limitation des symptômes, mais également en soutenant l'engagement et le lien avec les proches, par le biais de l'Art et de ses effets relationnels, vers des objectifs de qualité relationnelle dans ces derniers moments partagés. L'objet d'Art, susceptible d'exprimer le style et la personnalité de son auteur, peut également être vecteur d'une transmission dans ce contexte.

Réalité actuelle « sur le terrain »

À ce jour, nombre d'art-thérapeutes sont impliqués dans la prise en soins de maladies chroniques, telles que :

- des maladies neurodégénératives (Alzheimer, scléroses en plaques...) avec des objectifs tels que le soutien des capacités préservées, la limitation des symptômes, le soutien psychoaffectif et social en phase palliative ;
- le diabète avec des objectifs autour de la limitation de la charge mentale ;

Les points essentiels

- L'art-thérapie moderne considère l'Art comme un processeur thérapeutique. Elle se définit comme 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 est une discipline paramédicale. Sous autorité médicale, elle permet d'orienter et d'évaluer les pouvoirs et les effets de l'Art dans l'objectif de favoriser la bonne santé des patients. Elle est indiquée pour les troubles de l'expression, de la communication et de la relation.
- L'art-thérapie moderne s'inscrit dans une démarche humaniste intégrative, promue par la médecine de la personne, à la fois biotechnologique, psychosociale, culturelle et pédagogique. En cela elle souhaite permettre à la personne de développer sa capacité à ressentir le monde qui l'entoure, envisager l'avenir avec optimisme et permettre l'espoir, renforcer la confiance en soi et la fierté.
- Utilisé comme processeur thérapeutique, l'Art peut permettre de recouvrer une bonne santé. Ainsi l'art-thérapeute moderne va mettre à jour et amplifier et ce qui va ou fonctionne bien
- L'art-thérapeute n'est ni un artiste intervenant qui aurait des connaissances thérapeutiques, ni un thérapeute qui aurait quelques connaissances artistiques, mais un professionnel diplômé formé pour comprendre les mécanismes humains impliqués dans l'activité artistique et sachant orienter l'activité et les effets de l'esthétique vers la santé de la personne en souffrance.
- L'art-thérapie moderne peut s'intégrer dans le parcours d'une personne atteinte de maladie chronique, depuis l'annonce jusqu'à la phase palliative dans certaines situations. Elle peut favoriser l'idée de prendre soin de soi afin de recouvrer une bonne qualité de vie malgré la pathologie.

- l'oncologie, avec des objectifs concernant la limitation des symptômes, le maintien de l'élan vital et de la capacité de projection ;
- les maladies rares ou génétiques telles que la mucoviscidose : renforcer l'estime, la confiance en soi, la motivation. . .

Conclusion

L'art-thérapie moderne ne guérit pas, mais elle donne l'envie de guérir et permet d'accompagner la personne vers une position de sujet pour devenir acteur de son soin et renforcer son autonomie. Par la valorisation du ressenti, de l'élan et de la poussée corporels, elle permet de revigorer sa propre considération et son engagement au monde environnant pour améliorer sa qualité de vie.

Déclaration de liens d'intérêts : les auteurs déclarent leur lien d'intérêt avec l'AFRATAPEM, école d'art-thérapie de Tours.

Références

- [1] Chardon F. Art-thérapie : pratiques cliniques, évaluations et recherches. Tours: Éditions PUFR; 2018.
- [2] AFRATAPEM. Bibliographie, Mémoires, Articles scientifiques de fin d'études. Consulté le 17/10/2025 : <https://art-therapie-tours.net/bibliographie-et-memoires/>.
- [3] AFRATAPEM. CESAM – Labo de recherche, séminaires et masterclasses. Consulté le 17/10/2025 : <https://art-therapie-tours.net/cesam/>.
- [4] AP-HP. Centre Université Paris Cité. Plate-forme d'expertise maladies rares. Qu'est-ce qu'une maladie chronique ? Consulté le 17/10/2025 : <https://maladiesrares-necker.aphp.fr/quest-quune-maladie-chronique/>.
- [5] Chardon F. Art-thérapie : pratiques cliniques, évaluations et recherches. In: Samson L, Vermersch-Leiber H, editors. Convergence et complémentarité entre l'art-thérapie et l'éducation thérapeutique du patient. Tours: Éditions PUFR; 2018 [p. 117].
- [6] Chardon F. Art-thérapie : pratiques cliniques, évaluations et recherches. In: Clement E, David V, editors. Intégration de l'art-thérapie au programme de l'amélioration de la qualité et au parcours d'éducation thérapeutique chez les adolescents atteints de mucoviscidose. Tours: Éditions PUFR; 2018 [p. 177].
- [7] Chardon F. Art-thérapie : pratiques cliniques, évaluations et recherches. In: Laronneur E, Colombat P, editors. L'utilisation de l'art-thérapie dans les soins de support en oncologie. Tours: Éditions PUFR; 2018 [p. 131].
- [8] Chardon F. Art-thérapie : pratiques cliniques, évaluations et recherches. In: Nau-Narozniak A, Devalois B, editors. Évaluation et recherche de l'art-thérapie en unité de soins palliatifs. Regards croisés art-thérapeute/médecins. Tours: Éditions PUFR; 2018 [p. 81].