

## Le pinceau comme remède

21/05/2016 05:38



*A plume d'abord, au crayon et aujourd'hui au pinceau, Thomas et son art-thérapeute, Christel Letessier-Debrune, dessinent un quotidien plus apaisé.*

A la plume, au crayon, par la note ou le geste, l'art peut se faire thérapie. Rencontre à Tours, autour d'une aquarelle.

Le mur est tapissé de dessins colorés, un mobile flotte à quelques centimètres du plafond, les placards regorgent de palettes, feutres et papier, sur un coin de meuble, une Orientale exposée sur chevalet. Ici, on ne guérit pas, on « reprend confiance ». Ici, c'est un cabinet d'art-thérapie, au centre de Tours.

« L'art-thérapie, c'est utiliser les effets, le pouvoir de l'art et de l'esthétique pour aller vers la bonne santé des gens », ébauche Christel Letessier-Debrune, art-thérapeute à Ballan-Miré, coordinatrice pédagogique à l'École d'art-thérapie de Tours et calligraphe. Cet après-midi-là, dans le cabinet tourangeau qu'elle partage avec un collègue, elle accompagne Thomas, pinceau à la main.

### " Ça m'a désangoissé "

« L'art-thérapie m'a apporté beaucoup, cela m'a permis de faire des choses que je n'aurais pas pu faire avant, témoigne ce quadragénaire qui souffre de handicap social. Ça m'a désangoissé. » Devant lui, un paysage d'hiver, tout en nuances. A petites touches, concentré, il y ajoute une couche de neige, quelques herbes folles. « L'objectif que l'on s'est fixé, avec Thomas, c'est de repasser dans l'activité, explique Christel Letessier-Debrune en aparté. On a choisi l'aquarelle car il apprécie les couleurs, les nuances, et que c'est une matière qui sèche vite, qui supporte mal les pauses, qui oblige à construire un projet par étapes. » Tout cela sur quelques dizaines de centimètres carrés de papier.

Dans la salle d'attente, à côté, un petit garçon de 7 ans affecté par le départ de son père, qui cherche à reprendre confiance en lui. L'art-thérapeute intervient aussi auprès de l'association Oncologie 37, d'enfants souffrant de troubles de l'apprentissage, en maison de retraite, et bientôt auprès de personnes souffrant de troubles alimentaires. « Avec chacun, on détermine ensemble un objectif sur ce qui touche aux troubles de l'expression, de la communication, de la relation à l'autre, explique Christel Letessier-Debrune. Plutôt que d'appuyer sur ce qui ne va pas, on cherche alors à mobiliser les ressources de la personne, ce qui va bien, à les valoriser, en jouant sur des petites choses très subtiles. » Sentir son corps, se concentrer, contempler, jouer, apprendre, se libérer, oublier, achever quelque chose, créer du lien. « La pratique artistique met en jeu non seulement des ressorts psychologiques, mais aussi physiques et physiologiques », explique l'art-thérapeute.

Musique, chant, arts plastiques, théâtre, mime, art floral, sculpture, photographie... Toutes les techniques artistiques ont leur place dans le courant défendu par l'école d'art-thérapie de Tours. Tous les sens aussi. Depuis qu'il suit les séances d'art thérapie, Thomas a fait quelques pas dehors. Et participe à une chorale. Du chant, en groupe. Juste pour le plaisir.

### à savoir

> Unique en son genre, car elle a fait émerger en France un courant distinct de l'utilisation de l'art en psychothérapie, l'école d'art-thérapie de Tours (Afratapem) fête cette année ses quarante ans d'existence. Sur ses trois sites de Tours, Lyon et Lille, elle accueille chaque année une centaine d'étudiants.  
> A l'issue de deux ans de formation alternant enseignement et stage, ainsi que la préparation d'un mémoire, les élèves se voient délivrer un Titre d'art-thérapeute répertorié par l'État au niveau II (depuis 2012). La majorité complète ensuite leur cursus par un DU (diplôme universitaire) proposé par les facultés de médecine des trois villes d'implantation.

> Les prérequis pour suivre une formation à l'Afratapem sont un niveau scolaire bac + 2 ou 3 et une pratique artistique.

**Portes ouvertes de l'école d'art-thérapie de Tours, 3, rue du Dr Calmette, à Saint-Cyr, mardi 24 mai, de 17 h à 19 h, suivie d'une conférence « L'art au service des cinq sens », par Fabrice Chardon, directeur pédagogique de l'Afratapem. <http://art-therapie-tours.net/>**

Mariella Esvant