

## À l'Institut Rafaël, l'art thérapie contre la maladie

### « La Haine » sur les planches

Le réalisateur du film « La Haine » (1995), Mathieu Kassovitz, a annoncé, dimanche 26 juin, que le film culte serait adapté en spectacle musical d'ici fin 2024 pour une tournée de Zéniths. Il a lancé un appel au casting sur les réseaux sociaux pour les trois rôles principaux, Vinz, Saïd et Hubert.

### L'artiste Claude Lévêque mis en examen

Connu pour ses oeuvres au néon, le plasticien Claude Lévêque a été mis en examen, a-t-on appris du journal Le Monde, ce vendredi 23 juin, pour « viol sur des mineurs ». Une décision qui résulte de deux ans et demi d'enquête, après plusieurs plaintes dont celle de l'artiste Laurent Faulon qui l'accuse de l'avoir agressé enfant.

### Le nouveau visage du Royaume-Uni

Après trois ans et demi de travaux, la National Portrait Gallery de Londres a rouvert ses portes, ce jeudi 22 juin. À l'origine de cette fermeture, un « rééquilibrage » des collections pour que les portraits soient « plus inclusifs et représentatifs du Royaume-Uni » en terme de genre, d'ethnicité, de classe sociale ou de handicap a indiqué la commissaire en chef de musée.



Ayala Elharrar est directrice de la coordination et art thérapeute à l'Institut Rafaël. Après une carrière de ballerine, cette peintre autodidacte s'est formée à l'art thérapie pour accompagner des patients en souffrance, notamment grâce à l'utilisation du photo-langage. Crédits photo : Institut Rafaël

### C'est quoi l'art thérapie ?

**La discipline émerge en France dans les années 1970, sous l'impulsion du psychiatre Jean-Pierre Klein. Une approche thérapeutique moins verbale mais plus active.**

Peu importe ce qu'il crée, l'essentiel reste qu'il le fasse. En art thérapie, on ne cherche pas le beau mais le brut. Durant ces séances, le patient malade ou traumatisé utilise la créativité pour se soigner.

L'art thérapie s'est répandue dans les institutions médicales, à titre de soins complémentaires pour agir sur des problèmes de santé physiques ou mentaux. La discipline émerge en France dans les années 1970 sous l'impulsion de Jean-Pierre Klein, un psychiatre qui préconise une approche thérapeutique plus active.

Lors d'ateliers individuels ou collectifs, le patient utilise la créativité pour stimuler ses facultés

d'expression. Les spécialités sont multiples : chant, danse, dramaturgie, écriture ou encore musique.

La prise en charge de patients, parfois lourdement atteints, nécessite des compétences solides. Or la profession d'art thérapeute n'est, à ce jour, pas réglementée par l'État. « *Le terme d'art thérapeute peut regrouper des titulaires d'un diplôme universitaire comme des personnes formées en un week-end* » déplore Viviane Seron, dramathérapeute.

Pour pallier ces aléas, le syndicat français des arts thérapeutes défend des critères de formation spécifiques pour encadrer la profession et assurer les meilleurs soins possibles aux patients.

Perla Msika

## REPORTAGE

### « Créer pour retrouver un élan de vie »

**L'Institut Rafaël utilise un ensemble coordonné de soins pour accompagner des patients atteints de cancers ou de maladies chroniques. Parmi eux, la danse thérapie permet de renouer avec une meilleure santé physique et mentale au prisme de l'expression corporelle.**



Chaque cycle de danse thérapie comprend six séances, soit une par semaine. Durant ces ateliers, la danse thérapeute propose des exercices imagés, individuels ou collectifs. « *On va chercher autre chose qu'un corps malade* » explique la danse thérapeute Shéhérazade Boyer-Tami. Crédits photo : Institut Rafaël

« *Feel strong* » (Sois forte), « *Be brave with your life* » (Affronte ta vie avec courage) Sur leurs tee-shirts de sport, des formules encourageantes illustrent des motifs de tigres rugissant ou de fleurs en éclosion. Au matin de ce jeudi 22 juin, Marly\* et Sonia\* ont peut-être enfilé la première tenue qui tombait de leur armoire. Leur message sied pourtant au propos de la séance. Comme deux autres patientes, elles participent à l'atelier de danse thérapie de l'Institut Rafaël, à Levallois-Perret (92) Deux heures d'atelier d'expression corporelle pour dépasser les affres de la maladie ou du traumatisme.

### Pour une santé intégrative

Dans ce centre spécialisé dans la santé intégrative, l'art thérapie participe d'une approche globale et coordonnée au service du patient. Certaines souffrent du cancer ou de maladies chroniques. D'autres sont guéris mais rencontrent des difficultés à reprendre le cours de leur vie.

En parallèle du suivi médical, l'Institut Rafaël offre des accompagnements complémentaires, comme la sophrologie ou la naturopathie, davantage centrés sur les besoins l'individu que sur la maladie. En art thérapie, plusieurs ateliers, individuels ou collectifs, sont mis à disposition : le chant, les arts graphiques, l'écriture, la dramaturgie et donc, la danse.

Les six séances de danse-thérapie sont collectives, à raison d'une par

semaine. Chaque patient, souvent des femmes, y participe avec une intention spécifique. Marly\* souhaite retrouver une sérénité, Sarah, renouer avec sa féminité. Seule Sonia\* garde cette intimité pour elle. Certains silences disent les maux.

Pour immerger les patientes dans un cadre apaisant, Shéhérazade Boyer-Tami, danse thérapeute sollicite un monde imagé dans lequel le jeu s'impose. « *Il n'y a pas de cours ou de chorégraphie à suivre. Tout repose sur le mouvement, la libre expression corporelle* » explique-t-elle.

Guidées par ses indications, les danseuses se rêvent en feuilles poussées par le vent, en pinceau de la couleur de leur choix. Elles se croisent, parfois, ou se passent les mouvements au rythme de sonorités diverses. Puis la thérapeute sort les bulles. Par binôme, l'une souffle et l'autre danse, à tour de rôles. Elles doivent trouver, au fil de la musique, des mouvements pour éviter ou attraper les bulles. L'exercice est gracieux, réjouissant.

### « Ne plus voir mon corps comme un adversaire »

Les traitements médicaux impliquent souvent une dégradation de l'image de soi, des émotions et de la confiance. Colline, 39 ans, en a fait les frais. Atteinte d'une maladie rénale, elle a longtemps vécu dans le déni de sa pathologie. Mais la naissance de son fils, il y a deux ans, a tout bouleversé. Une « *claque émotionnelle* » qui pousse

son médecin à l'orienter vers l'Institut Rafaël.

Entre autres soins, elle est redirigée vers la danse-thérapie pour « *ne plus considérer le corps comme un adversaire* ». À l'issue de ce cycle, elle dit se sentir plus apaisée, plus dynamique et compte même peut-être prendre des cours de *chair danse* (danse de la chaise), une discipline « *provocante* » et sensuelle. « *Avec Shéhérazade, la danse intervenait par touches, comme du pointillisme. Aujourd'hui, j'ai besoin d'un bon coup de peinture, quelque chose de plus tonique !* » plaisante cette photographe.

« *L'enjeu n'est pas de poursuivre la danse après le cycle mais de créer pour retrouver un élan de vie, quel qu'il soit* » poursuit Shéhérazade Boyer-Tami. Pour mesurer cela, l'Institut Rafaël met en place une auto évaluation, selon plusieurs critères, au fil du cycle. Ainsi 86 % des patients en danse-thérapie disent constater une baisse de la colère. 68 % décrivent une meilleure image de soi.

Des chiffres pris en compte sur le plan médical grâce à l'échelle HADS (échelle d'évaluation de l'anxiété et de la dépression). « *Ce sont des paramètres scientifiques validés*, explique le docteur Nathaniel Scher, oncologue-chercheur à l'Institut Rafaël. *Coordonné avec d'autres soins, on constate que l'art thérapie permet d'améliorer la qualité de vie, l'adhésion au traitement et dans le cas de patients guéris, l'acceptation de leur traumatisme.* »

\*Les prénoms ont été modifiés  
Perla Msika