



**Clinique  
des Vergers**

# Art-thérapie

Quand les mots ne sont pas suffisants



*"Ce n'est  
qu'en étant  
créatif que l'individu  
découvre le sel".*

**D. Winnicott**

## **Qu'est ce que l'art-thérapie?**

L'art-thérapie est une forme d'expression de soi qui utilise les arts visuels (peinture, collage, argile, etc.) comme moyen de comprendre les sentiments et les pensées dans un environnement sûr et confidentiel. Cela peut être particulièrement utile dans les moments difficiles de nos vie.

## **Art thérapie à la Clinique des Vergers**

Je travaille avec des adultes, des adolescents et des enfants qui peuvent mieux communiquer leurs besoins émotionnels à travers l'art, car pour des raisons pathologiques ou psychologiques cette technique les aide à libérer leurs sentiments, à mieux se connaître et à se sentir soulagés et confiants!

 **Chemin de la Planche, 1 - 1217 Meyrin**

 **022 757 57 57**

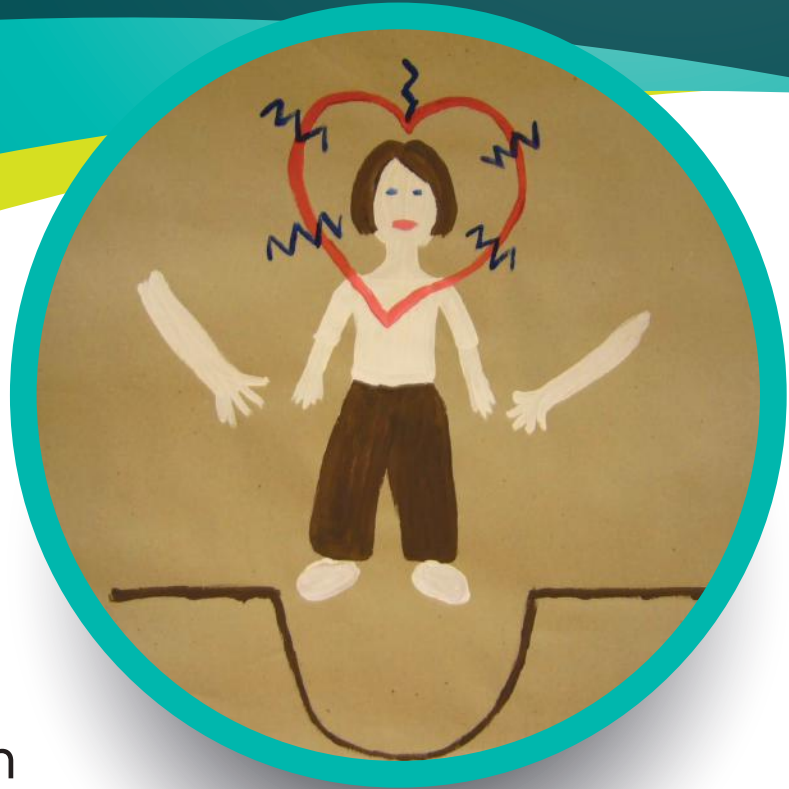
 **reception@cliniquedesvergers.ch**

 **www.cliniquedesvergers.ch**

## CASE STUDY:

### Se retrouver soi-même... un voyage en images.

Emma, 40 ans, est une maman qui travaille à plein temps avec un enfant en bas âge. Elle a commencé des séances d'art thérapie à cause du stress et de la fatigue qu'elle subissait. Son corps était raide et elle avait des troubles du sommeil. Elle était éloignée de son mari et son couple en souffrait.



**Session 5**  
"Un lieu de réflexion  
et de repos ..."

**Session 7**

*"Que se passe-t-il si  
je me fâche?"*

Au début de notre travail, Emma était réservée, triste et faible. Elle avait besoin d'un lieu sûr et calme pour réfléchir et se reposer (session 5).

Pendant quelques séances, elle dessinait sans parler. Elle était pleine de fortes émotions (session 7). Nous avons travaillé avec ses émotions, ses peurs, ses rêves, ses mécanismes de défense, les réactions de son corps et de son esprit, souvent à travers des thèmes donnés.



**Session 8**

*"Un rêve que j'ai rêvé  
plusieurs fois ..."*

**Session 22**

*"Un peu plus près..."*

Nous avons découvert les symboles des images et leurs significations par exemple dans le passé et dans le présent (session 8).

Avec le temps, Emma s'est sentie à l'aise d'exprimer et de partager ses sentiments, elle a appris à mieux se connaître, elle s'est sentie plus confiante et a commencé à apporter de petits changements dans sa vie quotidienne.

Elle s'est rapprochée de son mari et a commencé à profiter de plus en plus de sa vie (session 30).

**Session 30**

*"La femme au vélo"*

*Lorsque le vent souffle dans mes cheveux, je suis capable de parcourir le monde entier en chantant à tue-tête.*





*"Les personnes qui voient un  
art-thérapeute n'ont pas besoin  
d'avoir une expérience antérieure dans  
l'art ou d'être bon dans ce domaine"*

**CONTACT Vicky Tsiaousi**

Maîtrise en art-thérapie.

Licence en éducation des enfants en difficultés.

[vicky.tsiaousi@cliniquedesvergers.ch](mailto:vicky.tsiaousi@cliniquedesvergers.ch)