



# Art- Thérapie?

## Qui peut faire une art-thérapie?

L'art-thérapie est pour toute personne qui est confrontée à un problème personnel et, qui est prêt à faire un travail sur elle-même, en se laissant guider par un art-thérapeute et son interface artistique. L'âge du client/patient est sans importance, excepté pour le choix de l'art-thérapeute, si ce dernier s'est spécialisé dans un domaine où l'âge de ses clients/patients joue un rôle (par exemple: art-thérapie pour adolescents souffrant d'un trouble alimentaire).

## Quelle est la durée et le coût d'une art-thérapie?

Il est impossible de généraliser et de prévoir la durée d'une art-thérapie, puisque cela dépend de beaucoup de facteurs: Chaque client/patient est unique et donc différent dans sa situation et avec son problème. De plus, cela dépend du travail sur lui-même qu'il peut et/ou veut investir, puis s'ajoutent les facteurs extérieurs qui influencent la thérapie... Sans oublier qu'il faut d'abord installer une relation de confiance et, de temps en temps, arriver à débloquer une personne avant de pouvoir commencer le vrai travail thérapeutique. La durée d'une séance est également variable: elle peut durer de 30 minutes à 3 heures.

Puisqu'au Luxembourg les honoraires des art-thérapeutes ne sont pas réglementés, les honoraires sont libres et varient selon le diplôme et les frais des thérapeutes. Actuellement, la caisse de maladie ne rembourse pas les séances d'art-thérapie.

## Luttons contre les préjugés:

*«L'art-thérapie ce n'est pas pour moi, car je suis nul(le) en art.»* C'est totalement sans importance, puisque l'art-thérapeute n'est pas là pour juger, ni la qualité de votre production artistique, ni vous en tant que personne. Le but en art-thérapie n'est certainement pas de créer des chefs-d'oeuvre! Il n'est donc absolument pas nécessaire d'avoir des connaissances en art pour pouvoir faire une art-thérapie. Les productions artistiques réalisées en thérapie sont des productions très personnelles qui ne sont pas destinées à être exposées – sauf si cela fait parti de la thérapie en soi ou, après la thérapie, lorsque le client/patient est passé à autre chose et qu'il a envie de montrer ses productions avec ou sans faire le rapport à la thérapie. De plus, un patient a toujours le droit de s'opposer à ce que sa production artistique soit exposée, même en clinique.

*«L'art-thérapie c'est pour les enfants.»* L'art-thérapie est pour toute personne qui est confrontée à un problème personnel et, qui est prête à faire un travail sur elle-même, en se laissant guider par un art-thérapeute et son interface artistique. L'âge du client/patient est sans importance, excepté pour le choix de l'art-thérapeute si ce dernier s'est spécialisé dans un domaine où l'âge de ses clients/patients joue un rôle (par exemple: musicothérapie réceptive par chant pour prématurés en couveuse).

*«Un art-thérapeute est un charlatan.»* Un art-thérapeute diplômé a fait des études en art et en psychothérapie. Le DESS (Diplôme d'Études Supérieures Spécialisées) en art-thérapie de l'université du Luxembourg est un BAC+5 équivalent à un Master II. Malheureusement il y a toujours des personnes qui exercent un métier qu'ils n'ont pas vraiment appris, sans se rendre compte des erreurs fatales qu'ils peuvent alors faire. Pour être sûr d'avoir à faire à un professionnel, demandez à voir les diplômes de votre thérapeute.

*«Les art-thérapeutes font de la concurrence aux psychologues en leur volant leurs clients.»* Les art-thérapeutes ne leur font pas de la concurrence puisqu'ils préfèrent travailler en coordination avec le psychologue (ou psychiatre) traitant de leur client/patient. L'art-thérapie fonctionne très bien en complément.

*«Avec une ordonnance médicale, l'art-thérapie est remboursée par la caisse de maladie.»* Malheureusement, au Luxembourg la caisse de maladie ne rembourse pas encore les séances d'art-thérapie, même pas avec une ordonnance médicale. Peut-être que cela changera un jour... on continue d'espérer!

Pour plus d'informations veuillez consulter le site de l'Association Luxembourgeoise des Art-thérapeutes Diplômées a.s.b.l.: [www.alatd.lu](http://www.alatd.lu)

Cette fiche informative a été réalisée par:

**ANIA's ARTH**  
*Atelier & Boutique*

Ania Polfer: née en 1978 à Luxembourg.  
Diplômes: DESS en Art-thérapie,  
Maîtrise en Arts Plastiques, BAC européen.  
Travaille avec les interfaces artistiques: peinture et dessin  
Séances d'art-thérapie individuelle à Vianden,  
à Luxembourg et à Esch/Alzette.  
Spécialisation certifiée: surdoués en situation d'échec.  
Expérience: employée au CHNP et profession libérale.  
Informations: [www.aniapolfer.lu](http://www.aniapolfer.lu)  
E-mail: [aniasarth@gmail.com](mailto:aniasarth@gmail.com)

## Qu'est-ce que l'art-thérapie?

L'art-thérapie est une psychothérapie alternative basée sur l'expression artistique; elle est souvent complémentaire aux consultations chez un psychologue ou un psychiatre.

## Qu'est qu'un art-thérapeute?

Un art-thérapeute diplômé a fait des études en art et en psychothérapie. Le DESS (Diplôme d'Études Supérieures Spécialisées) en art-thérapie de l'université de Luxembourg est un BAC+5 équivalent à un Master II. L'art-thérapeute n'est pas un guérisseur. L'art-thérapeute guide et accompagne son client/patient dans son processus de travail sur lui-même.

L'art-thérapeute n'est pas là pour juger son client/patient, ni la qualité de sa production artistique, ni ses qualités et défauts en tant que personne. Il est là pour observer et remarquer, pour pouvoir guider et accompagner. En plus, il est tenu au secret professionnel, il n'a donc le droit de parler de la thérapie que dans son milieu professionnel.

## Comment ça fonctionne?

L'art-thérapie fonctionne par le biais du processus de création et de l'expression personnelle plus ou moins consciente qui surgit dans la création artistique. Le client/patient doit faire un travail sur soi-même. Le rôle de l'art-thérapeute consiste à le guider et à l'accompagner dans son processus de réalisation et de changement. Puisqu'il n'existe pas de recette prête-à-l'emploi dans ce métier, chaque art-thérapeute, comme tout artiste, développe au cours de son expérience son propre style de travail.



# Konscht-Therapie?

## Wat ass Konscht-Therapie?

Konscht-Therapie ass eng alternativ Psychotherapie déi op der Konscht als Medium baséiert. Oft ass se komplementär zu Sitzungen bei engem Psycholog oder Psychiater.

## Wat ass e Konscht-Therapeut?

E Konscht-Therapeut huet e Studium an der Konscht an an der Psychotherapie. Den Diplom vun der Uni Lëtzebuerg, den *DESS (Diplôme d'Études Supérieures Spécialisées) en art-thérapie*, ass e BAC+5 a gläichgestallt mat engem Master II.

E Konscht-Therapeut ass keen Heeler. E Konscht-Therapeut stäipt a begleet säi Klient/Patient bei sengem Verännerungs-Prozess ronderëm säi Problem.

De Konscht-Therapeut ass net do fir säi Klient/Patient ze beuerteelen, weder iwwert seng Konscht-Produktiounen, nach iwwert seng perséinlech Qualitéiten/Feeler. Hien ass do fir z'observéieren an ze bemierken, fir hien kënnen ze leeden an ze begleeden. Ausserdem ass hien un déi professionnel Schweigepflicht gebonnen sou, dass hien sech just an sengem professionellen Ëmfeld darf driwwer austauschen, z.B. während de Supervisiounen.

## Wéi funktionnéiert sou eng Konscht-Therapie?

D'Konscht-Therapie funktionnéiert durch de Kreatiounsprozess an dem perséinlechen Ausdröck den an der Konschkreatioun – méi oder manner bewusst – erauskënnt. De Klient/Patient muss u sech selwer schaffen an de Konscht-Therapeut leed a begleet hien an sengem Verännerungs- a Realisatiouns-Prozess. A vu, dass et an dem Beruff keng fäerdeg Rezepten gëtt, entwéckelt all Konscht-Therapeut – sou wéi och all Kënschtler – säin eegenen Aarbechts-Stil.

## Fir ween ass Konscht-Therapie?

Jiddereen deen e perséinlechen Problem huet a bereet ass do drun ze schaffen, a sech dobäi vun engem Konscht-Therapeut an dem senger Konscht leeden ze lossen, kann eng Konscht-Therapie maachen. Den Alter vun dem Klient/Patient ass egal, ausser beim Raussichen vun dem Konscht-Therapeut, falls deen sech op e Beräich spezialiséiert huet wou den Alter eng Roll spillt (z.B. Konscht-Therapie fir Jugendlecher mat enger Less-Stéierung).

## Wéi laang dauert sou eng Konscht-Therapie a wat kascht dat?

Et ass onméiglech virauszagesinn wéi laang eng Konscht-Therapie dauert, vu dass d'ëscht vun villen verschiddenen Faktoren ofhängt: all Klient/Patient ass anescht, a senger Situatioun a mat sengem Problem. Dann hängt et dovun of, wéivill hien kann a bereet ass u sech ze schaffen, an dann kommen oft och nach extern Faktoren dobäi déi de Problem beaflossen... A net ze vergiessen dass ee fir d'ëischt mol muss eng Vertrauensbasis schaafe, an eventuell verschidden muss Blockaden lass ginn, ier een mat der eigentlecher Therapie ufänken kann. D'Dauer vun enger Séance ass grad sou ënnerschiddlech: dat kann vun 30 Minuten bis zu 3 Stonnen goen. Vu, dass de Loun vun de Konscht-Therapeuten hei zu Lëtzebuerg net geregelt ass, kënnen d'Tariffer ganz ënnerschiddlech sinn, ofhängeg vun dem Konscht-Therapeut sengen Diplomer a sengen Onkäschten (vun dem Konscht-Material).

## Oplklärung zu verschiddenen Viruerteeler:

**«Konscht-Therapie ass näischt fir mech, well ech hu keen Talent fir Konscht»** Dat ass absolut onwichtig, vu, dass de Konscht-Therapeut net do ass fir iwwert d'Qualitéit vun der Konscht-Produktioun ze uerteelen, an och soss säi Klient/Patient net beuerteelt. D'Ziel an der Konscht-Therapie ass ganz sécher net fir super Konschtwierker ze kreéieren! Et ass also guer net néideg irgendwelch Konscht-Kenntnisser ze hunn fir eng Konscht-Therapie kënnen ze maachen. D'Konscht-Produktiounen déi während der Konscht-Therapie entstinn, sinn ganz perséinlech Aarbechten, déi zu engem Prozess gehéieren, a sinn guer net geduecht fir gewisen ze ginn – ausser wann dat sollt zum therapeuteschen Prozess gehéieren, an dann muss nach de Klient/Patient domadder averstaan sinn (an dat gëllt och an der Clinique)!

**«Konscht-Therapie ass eppes fir d'Kanner.»** Konscht-Therapie ass fir jiddereen deen e perséinlechen Problem huet a bereet ass dodrunn ze schaffen, a sech dobäi vun engem Konscht-

Therapeut an dem senger Konscht leeden ze lossen. Den Alter vun dem Klient/Patient spillt keng Roll, ausser beim Raussichen vun dem Konscht-Therapeut, falls deen sech op e Beräich spezialiséiert huet wou den Alter eng Roll spillt (z.B. passiv Musik-Therapie durch Gesang fir Fréigebueren an der Couveuse).

**«E Konscht-Therapeut ass e Scharlatan.»** E richtegen Konscht-Therapeut huet e Studium an der Konscht an an der Psychotherapie. Den Diplom vun der Uni Lëtzebuerg *DESS (Diplôme d'Études Supérieures Spécialisées)* en art-thérapie ass e BAC+5, gläichgestallt mat engem Master II. Leider ginn et och ëmmer Persounen déi e Beruff maachen deen se net geléiert hunn, ouni sech bewusst ze sinn wéi eng schlëmm Feeler se domat maachen kënnen. Fir sécher ze sinn, frot einfach fir d'Diplomer vun dem Therapeut dierfen ze gesinn.

**«Konscht-Therapeuten maachen de Psychologen Konkurrenz a klauen hinnen d'Klienten.»** D'Konscht-Therapeuten maachen de Psychologen sécher keng Konkurrenz, vu, dass d'Konscht-Therapie ganz gutt komplementär zu de Sitzungen beim Psycholog oder Psychiater funktionnéiert, am Beschten souguer mat geigensäitegem professionellem Austausch.

**«Wann een d'Konscht-Therapie vun engem Dokter verschriwwen krut, dann kritt een d'Suen vun der Krankekees rëm.»** Leider ginn d'Konscht-Therapie Séancen hei zu Lëtzebuerg net rembourséiert, och net mat engem Ziedel vun dem Dokter.

Fir méi Informatioun, kuckt w.e.g. de Site vun der Associatioun vun de lëtzebuerger Konscht-Therapeuten: [www.alatd.lu](http://www.alatd.lu)

Dësen informativen Flyer gouf realiséiert vun:

**ANIA's ARTh**  
*Ania Polfer Art & Boutique*

Ania Polfer: 1978 zu Lëtzebuerg gebuer.  
Diplomer: DESS en Art-thérapie,  
Maîtrise en Arts Plastiques, BAC européen.  
Schafft mam Medium Molerei an Zeechnen.  
Individuell Konscht-Therapie Séancen zu Veianen,  
an der Stad Lëtzebuerg an zu Esch/Uelzecht.  
Zertifiziéiert Spezialisatioun: Héichbegabter a Nout.  
Erfahrung: als Employé am CHNP an als liberale Beruff.  
Informatiounen: [www.aniapolfer.lu](http://www.aniapolfer.lu)  
E-mail: [aniasarth@gmail.com](mailto:aniasarth@gmail.com)