

# Propositions d'ateliers d'art-thérapie

## Contes & spectacles comme chemins de transformation

### Présentation

Artiste, conteuse et praticienne en art-thérapie narrative (méthode AMC: analyse des mythes corporels, créée par Czilla Kemenszei ), je développe depuis plusieurs années des espaces de transmission et de transformation à travers le conte, le mouvement, la création plastique et le langage symbolique. Mon travail s'inscrit au croisement du spectacle vivant, de l'accompagnement sensible et de la médiation culturelle.

Formée au conte, je mène aujourd'hui des projets à destination de publics variés : enfants, adolescents, adultes, familles, personnes âgées ou en situation de vulnérabilité.

Mon approche privilégie l'écoute du rythme intérieur, l'imaginaire comme ressource, et le groupe comme espace de réparation et de mise en mouvement. Elle remplace ou complète l'expression verbale.

Ces propositions peuvent s'inscrire dans des cadres périscolaires, éducatifs, sociaux, médico-sociaux ou culturels.

## Cadre général des séances

- **Format** : séance ponctuelle ou cycle (3 à 8 séances)
- **Durée** : 1h à 3h selon les publics
- **Contenu** :
  - récit conté (ou extrait de spectacle)
  - temps d'échange symbolique et sensible
  - atelier créatif (arts plastiques, mouvement, voix, écriture, marionnette...)
- **Objectifs** :
  - soutenir l'expression émotionnelle
  - favoriser l'équilibre intérieur
  - renforcer l'estime de soi et le lien à l'autre
  - ouvrir des espaces de symbolisation

Les séances se déroulent dans un espace sécurisé, contenant, intime, suffisamment grand pour des moments de mise en mouvement et en espace, en alternance avec des moments de création.

Le matériel est fourni . Les réalisations sont personnelles et ne sont pas destinées à être exposées. Le but n'est pas de produire une œuvre d'art, le processus est aussi (voire plus) important que le résultat.

## Propositions thématiques

(non exhaustives)

### 1. Jean de l'Ours – Grandir entre élan et sagesse

**Public** : enfants / adolescents (périscolaire, maisons des ados), possibilité de groupes intergénérationnels jeunes/seniors

**Thématique** : trouver l'équilibre entre l'énergie de l'élan, de l'aventure et celle de la sagesse, de la structuration, de la transmission.

**Objectifs** : - canaliser l'énergie vitale - soutenir l'autonomie sans rupture - valoriser la transmission entre générations

**Ateliers associés** : - création de talisman - peintures/ maquillage - mise en mouvement / jeux corporels

### 2. Les Souliers rouges – Désir, emprise et liberté

**Public** : adolescents, adultes

**Thématique** : le désir, la perte de maîtrise, les mécanismes d'addiction (écrans, substances, relations, performance...).

**Objectifs** : - mettre en mots les élans compulsifs - distinguer désir vivant et emprise - restaurer le libre arbitre

**Format** : - représentation ou récit conté - atelier d'expression (écriture, danse, collage, arts plastiques) - cercle de parole

### 3. Le Petit Poucet – Se perdre pour mieux revenir

**Public** : tout-petits et jeunes enfants

**Thématique** : la peur de l'abandon, la séparation, le retour au foyer, la ruse comme ressource.

**Objectifs** : - sécuriser les angoisses de séparation - renforcer le sentiment d'appartenance

**Ateliers associés** : - fabrication de marionnettes à doigts - parcours sensoriel - dessin du chemin du retour

#### 4. La Jeune Fille aux mains coupées – Retrouver son intégrité

**Public** : femmes en burn-out, personnes malades (cancer...), adultes en transition

**Thématique** : le sacrifice de soi, les pactes invisibles, la traversée de la perte et la reconstruction.

**Objectifs** : - reconnaître les mécanismes d'auto-effacement - restaurer la dignité et la puissance d'agir - accompagner les processus de guérison symbolique

**Ateliers associés** : arts plastiques- écriture -maquillage- rituels de réparation

#### 5. Neige Blanche et Rose Rouge – Les deux visages du masculin

**Public** : femmes ou filles (adolescentes)

**Thématique** : masculin protecteur / masculin destructeur, introversion / extraversion, relation à l'altérité. Du père au "fiancé"

**Objectifs** : - identifier les polarités internes - développer l'autonomie relationnelle - favoriser la compréhension des rythmes intérieurs

**Ateliers associés** : - peinture en binôme - travail sur les couleurs et les contrastes - mise en récit à deux voix- modelage

#### 6. Les deux compagnons de route: le tailleur et le cordonnier

**Public**: Adultes

**Thématique**: Ce conte de Grimm évoque l'Ombre et sa relation avec la personnalité consciente.

**Objectifs** : comprendre l'action de l'Ombre dans nos vies et apprendre à dialoguer avec cet aspect inconscient de nous même.

**Ateliers associés** : - peinture (mandala) , arts plastiques (fabrication du "mannequin" de notre ombre)

## Tarifs

- **Séance ponctuelle** : 45 euros l'heure
- **Cycle de séances** : devis adapté
- **Frais de déplacement** : selon lieu

Les tarifs peuvent être ajustés selon les structures, partenariats et financements existants.

## Bénéfices pour la structure partenaire

Ces ateliers offrent aux structures accueillantes (écoles, périscolaires, maisons des adolescents, structures sociales, médico-sociales ou culturelles) des bénéfices concrets et observables :

- **Soutien au bien-être émotionnel des publics** : les contes permettent d'aborder des sujets sensibles de manière symbolique et sécurisante.
- **Prévention** : travail autour des émotions, des limites, du désir, des comportements à risque, de l'estime de soi et du rapport à l'autre.
- **Renforcement du lien social** : création d'un espace collectif favorisant l'écoute, la coopération et la solidarité (notamment en intergénérationnel).
- **Valorisation de l'expression créative** : développement de l'imaginaire, de la créativité et de la confiance à travers des supports artistiques variés.
- **Adaptabilité aux projets éducatifs et culturels** : interventions modulables, co-construites avec les équipes, en cohérence avec les objectifs pédagogiques, sociaux ou thérapeutiques.
- **Action culturelle de qualité** : articulation entre art, transmission et accompagnement humain, inscrite dans une démarche professionnelle.

Ces propositions peuvent s'inscrire dans des dispositifs existants (PEAC, projets de prévention, actions culturelles, parcours santé, médiation intergénérationnelle...).

## Conclusion

Ces propositions s'adaptent aux besoins des structures et des publics accueillis.  
Chaque intervention est co-construite dans le respect du cadre, des capacités et du rythme des participants.

En fonction du contexte, il est toujours possible d'imaginer une séance autour du conte qui correspondra le mieux à votre besoin (il y en a beaucoup d'autres)

Je serais ravie d'échanger pour affiner ensemble un projet sur mesure.

Florence Soissong

[flosoissong@gmail.com](mailto:flosoissong@gmail.com)

06 24 92 19 07

*Association : La Fabuleuse Nomade*

[lafabuleusenomade@gmail.com](mailto:lafabuleusenomade@gmail.com)

