

29ÈME SÉMINAIRE ASPPIR · FLEURIE (69) · 06 JUIN 2026

Dyspnée fonctionnelle chez l'adolescent

Quand et comment l'art-thérapie peut accompagner ?

Jane GARDELLI COURT — Art-Thérapeute Psychanalyste · Clinique du Val d'Ouest (69)

Made with GAMMA

Une situation que vous connaissez bien

Un adolescent se présente à votre consultation. Le bilan est complet : EFR normales ou subnormales, test à l'effort négatif, bilan cardiaque sans anomalie. Et pourtant…

Ce symptôme, sans cause organique identifiable, est un **message** — encore sans mots, sans forme. Il appelle une réponse qui dépasse le cadre strictement médical.

Made with GAMMA



INTERVENANTE

Qui suis-je ?

Jane GARDELLI COURT

Art-Thérapeute Psychanalyste

Clinique du Val d'Ouest — Écully (69)

- Maitrise d'arts plastiques,
- Maitrise de psychanalyse
- Diplôme RNCP d'art-thérapeute

J'accompagne des enfants, des adolescents et des adultes en cabinet libéral et en lien avec des dispositifs médicaux comme les HDJ ou ETP

Made with GAMMA

Qu'est-ce que l'art-thérapie ?

Une pratique de soin psychique qui mobilise le processus créatif à des fins thérapeutiques. Le médium artistique — dessin, peinture, modelage — devient un **tiers symbolique** entre le patient et le thérapeute.



Le médium artistique

Support d'expression non-verbale, contournant les résistances du discours conscient.



La relation thérapeutique

Un cadre contenant, sécurisant, structuré par un professionnel formé à la clinique.



La symbolisation

Transformer l'expérience vécue en représentation — donner forme à ce qui résiste aux mots.

Made with GAMMA

Le dispositif art-thérapeutique _ et ce que ce n’est pas ?

C'est un **dispositif clinique structuré**, une thérapie qui exige : séances régulières, cadre défini, objectif thérapeutique co-construit, ajustement thérapeutique continue.

Ce n'est pas un atelier d'arts plastiques
Ce n'est pas une psychothérapie verbale classique

Rien n'est remporté par le patient, ni exposé

Made with GAMMA

PARTIE 1

Ce que la dyspnée fonctionnelle dit — et ce qu'elle ne dit pas encore

Un symptôme réel, un message non formulé

La dyspnée fonctionnelle est un symptôme **réel et invalidant**, ancré dans des mécanismes physiopathologiques précis :

- La boucle anxio-dyspnéique
- L'hyperventilation chronique
- La sensibilisation perceptive
- L'hypervigilance intéroceptive

L'adolescence : une période de transition

Corps en mutation, quête identitaire, pression scolaire et sociale — l'adolescence est un terrain de vulnérabilité où le corps peut devenir le lieu d'expression de ce qui ne peut se dire.

L'entretien préliminaire révèle souvent des indices : contexte de survenue, mots choisis, posture corporelle, qualité du lien familial.

Made with GAMMA

PARTIE 2

Quand orienter en art-thérapie ?

Une indication précise, pas un recours par défaut

L'art-thérapie n'est pas ce que l'on propose « quand il n'y a plus rien à faire ». C'est une indication pertinente lorsque :

- Le symptôme persiste malgré un bilan organique rassurant
- L'adolescent peine à verbaliser son vécu ou ses émotions
- Une composante anxieuse, somatoforme ou relationnelle est identifiable
- Le patient montre une ouverture, même timide, à l'expression créative
- Un refus ou une résistance à une prise en charge psychologique

Made with GAMMA

Quelques contre-indications relatives

Pour être complet et honnête, voici les situations qui requièrent une prudence ou un report de l'orientation :

Décompensation psychique en cours

Une crise aiguë — épisode dépressif sévère, psychose décompensée — nécessite une stabilisation préalable avant toute médiation thérapeutique.

Ou en coordination avec un pédopsychiatre ou psychologue

Refus catégorique de l'enfant

L'adhésion du patient est une condition sine qua non. Imposer un cadre thérapeutique à un adolescent en refus actif compromet d'emblée l'alliance.

Attente exclusive d'un diagnostic organique

Des parents qui vivent l'orientation vers un soin non médical comme un déni de la souffrance de leur enfant — un travail d'accompagnement familial est alors préalable.

Made with GAMMA

PARTIE 3

Ce que l'art-thérapie apporte — mécanismes d'action

Détournement attentionnel actif

Sortir de la focalisation sur le symptôme par l'engagement créatif.

Régulation implicite du souffle

Le geste créatif induit naturellement une respiration plus lente et profonde.

Externalisation du symptôme

Représenter la dyspnée pour la mettre à distance et la penser.

Restauration de l'agentivité

Reprendre une gouvernance sur son corps et sa vie intérieure.

Accès aux émotions préverbales

Atteindre ce qui résiste à la mise en mots, par l'image et le geste.

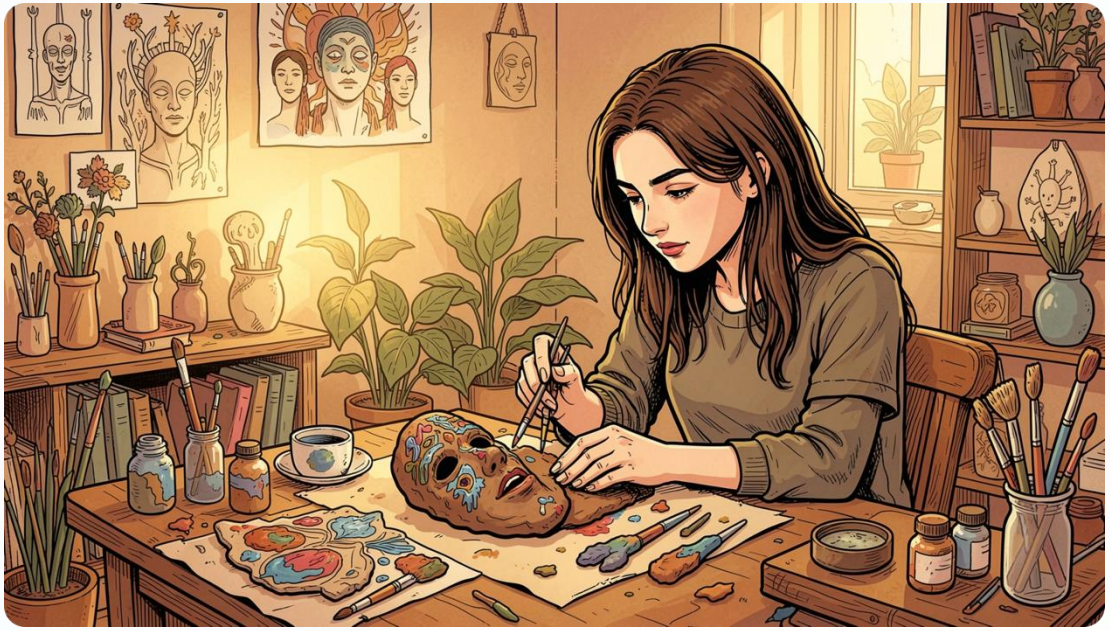
Effet sur le tonus vagal

L'activité créative favorise la récupération d'un équilibre du système nerveux autonome.

Made with GAMMA

PARTIE 4

Fenêtre sur la clinique — Estelle, 17 ans



Présentation

Estelle consulte pour une dyspnée invalidante. Bilan complet normal. Le symptôme a débuté au printemps de sa terminale.

Le processus en art-thérapie

À travers la création d'un **Totem** puis d'un **Masque**, Estelle a progressivement pu :

- Représenter sa dyspnée — « comme un étau »
- Relier le symptôme à une histoire, à des émotions enfouies
- Reprendre pied dans son corps et dans sa vie

Made with GAMMA

PARTIE 5 · CONCLUSION

Ce que ce cas enseigne — et les limites à nommer

Ce qui a opéré

- Un espace déchargé du « côté psy » — favorisant l'adhésion
- L'objet créé (Totem, Masque) comme tiers symbolique
- La symbolisation du symptôme — mettre en sens la dyspnée
- La restauration de l'agentivité — reprendre la gouvernance de sa vie

Les limites à nommer honnêtement

- Littérature spécifique sur l'art-thérapie dans la dyspnée fonctionnelle pédiatrique : inexistante à ce jour
- Profession non réglementée, pas de titre protégé
- Privilégier un professionnel qualifié : diplôme RNCP, licence ou DU reconnu

Made with GAMMA

En conclusion ....

"L'art est une blessure qui devient lumière"

Georges BRAQUE

Merci pour votre attention

Jane GARDELLI COURT — Art-Thérapeute Psychanalyste · Ecully (69)

