

Qui suis-je ?

Estelle Séré

Diplômée de la Faculté d'Arts Plastiques de Bordeaux III

Certifiée en Art thérapie selon l'Approche Centrée sur la Personne / Formation Skol'Art 33

Vit et travaille à Bordeaux.



Communiquer ma passion pour les Arts Plastiques

En tant que plasticienne, j'ai toujours eu à cœur en parallèle de ma pratique personnelle (à dominante peinture) de partager ma passion pour les Arts plastiques, d'encourager la créativité et l'expression personnelle à travers l'Art.

C'est ce qui motive mes interventions depuis de nombreuses années en milieu éducatif , socioculturel, médical, structures d'accueil petite enfance, Ehpad...

Utiliser la création comme source de transformation

Ma certification en Art Thérapie obtenue en 2023 me permet également aujourd'hui d'accompagner la personne en utilisant **la création à des fins de relations d'aide et de mieux-être.**

Les dispositifs art thérapeutiques que je propose fonctionnent comme une incitation à la rêverie, au *jeu/je*, à la création d'un espace poétique, pour se déposer, ou permettent de passer un moment convivial, de vivre une expérience, de se faire plaisir, de lâcher-prise en utilisant les outils et le langage des arts plastiques

Dans ma boîte à outils : les arts-plastiques (peinture, dessin, collage, modelage, création d'objet, Art Journal, photographie, observation...) et l'écriture (jeux d'écriture).

Mais aussi : un "*panier à rêver*", un "*livre à s'inventer des histoires*", des boîtes surprise, une "*trousse de secours poétique*", un "*compost d'atelier*"...

Selon moi, **l'atelier est avant tout un lieu de vie** - un lieu qui permet d'être porté par la créativité des uns et des autres : un lieu d'expérimentation, d'échange et de transmission, où l'on peut découvrir, apprendre, se perfectionner, créer du lien, faire, défaire, s'amuser, partager, se surprendre, se détendre, observer, s'affirmer, faire émerger des idées... à son rythme, dans un cadre bienveillant.

Quelque soit le médium utilisé, **l'attention est portée sur le processus créatif**, sur la façon dont on va vivre l'expérience et ce qu'elle va engendrer en nous.

Apprendre à se faire confiance, à s'écouter, à sentir ce qui est juste pour Soi, avec pour support de médiation sa production personnelle.