Art-thérapie en unité de soins palliatifs à Bligny

par Sabine DEPREZ - Art-thérapeute

Présente depuis 2012 au sein de l'Unité de Soins Palliatifs à l'initiative du Dr VAN DEN BERGHE et de son équipe, l'Art-Thérapie s'inscrit dans la globalité des soins dispensés aux patients. Animées par SABINE DEPREZ, Art-Thérapeute Certifié, les séances d'Art-Thérapie sont hebdomadaires.

En quoi consiste cette méthode de soins ?

C'est une forme de psychothérapie qui utilise la création à des fins thérapeutiques, visant à un mieux-être. L'art thérapie prend les vulnérabilités comme matériaux et cherche moins à dévoiler les signes inconscients des productions qu'à permettre de s'exprimer par le biais de la création. Peinture, collage, écriture, argile sont proposés…
L'art thérapie c'est une relation à trois : patient-production-thérapeute qui souvent s'élargit à cinq si le patient parle de son expérience d'art-thérapie avec les soignants et/ou sa famille. Cela permet parfois de dire des choses que l'on n'aurait pas forcément pu ou su exprimer avec des mots.

A qui est-elle destinée ?

Cette discipline thérapeutique s'adresse à tous les patients de l'Unité. On peut très bien n'avoir aucun talent artistique et faire des séances d'art thérapie. Cette discipline fait appel à l'élan vital présent en chacun, jusqu'au bout de la vie. Créer et visiter sa création, exprimer ses émotions, ses peurs, ses doutes ou ses joies accompagné par l'art thérapeute, aide à poser un autre regard sur soi.

Comment se déroule une séance ?

En art thérapie le début de séance est une rencontre préliminaire entre l'art thérapeute et le patient, elle précède la production en tant que telle. Durant ce premier temps d'écoute, l'art thérapeute sonde les émotions, relève des mots. L'art thérapeute propose alors un temps de création et enfin un temps de parole autour de la production réalisée. La durée de la séance est adaptée au rythme ou à la fatigue de chacun. Une séance dure une heure environ (ou moins si fatigue) et parfois beaucoup plus. Cela dépend du patient et de ce qui advient dans l'ici et maintenant de la séance…

Quels sont les bénéfices de l'art thérapie ?

L'art thérapie contribue à une revalorisation narcissique (meilleure estime de soi..). Elle aide à faire davantage confiance à son intuition et à se reconnecter avec ses émotions profondes. Elle encourage l'élan vital par la sensation d'émerveillement et de découverte. Enfin, elle aide le patient à être pleinement vivant jusqu'au bout, laissant aussi parfois une ultime trace de vie créative à ses proches…Par ailleurs des études qualitatives ont montré que l'art thérapie contribue à diminuer la sensation douloureuse, le sentiment d'isolement et de tristesse. Une étude qualitative et quantitative est en cours à L'USP de Bligny. S.D ■

Les séances sont réalisées grâce au partenariat avec le Fonds pour les soins palliatifs, dans une démarche globale d'accompagnement et sont également soutenues par La fondation APICIL, le Fonds Transmission et Fraternité et le Centre Hospitalier de Bligny. Tout le matériel est fourni, les séances sont gratuites pour les patients.

FONDS POUR LES SOINS PALLIATIFS
FONDATION APICIL reconnue d'utilité publique
FONDS TRANSMISSION ET FRATERNITE

En complément de l'art-thérapie , Bligny propose aussi d'autres formes d'expression artistique : des ateliers théâtre par la Compagnie de la Cité (nos collègues du théâtre de Bligny) qui interviennent notamment dans les unités de soins de suite. Depuis son ouverture l'unité de réhabilitation respiratoire propose, avec la compagnie Arts Scéniques, des ateliers de chant qui permettent aux patients de travailler leur souffle. Citons également un exemple déjà bien ancré à Bligny : les cours de danse en réadaptation cardiaque.

L'art est dans tout, et partout ! ■