

Pulsations



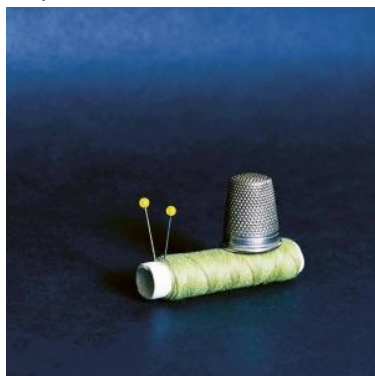
Dossier

JUILLET 2023
TEXTE: ELODIE LAVIGNE
PHOTOS: PULSATIONS

Les bienfaits de l'art-thérapie

L'art-thérapie est proposée dans différents services et unités de l'hôpital (pédiatrie, soins palliatifs, soins intensifs, réadaptation gériatrique, psychogériatrie, etc.). Complémentaire à la médecine, elle mobilise, de manière détournée, le corps dans ses aspects sensoriels, émotionnels et imaginaires afin de lui redonner son élan vital. Comment ? En faisant appel au potentiel créatif de chacun et chacune, déclare Cristina Anzules, art-thérapeute à l'Unité d'éducation thérapeutique du patient : « Nous invitons la personne à se reconnecter à elle-même. Par l'intermédiaire de la matière, qui devient langage, elle peut donner forme à ce qui l'habite à l'intérieur. L'art-

thérapeute est là pour accueillir ce qui émerge de ces expériences.»



Objets détournés, dé escargot,
Pascal Benoît, photographie,
2002



Atelier d'art dans l'unité Colza
de l'Hôpital de psychiatrie, 2019

Faire appel à ses ressources

L'art-thérapie peut aider dans de nombreuses situations cliniques, dont les maladies chroniques, illustre-t-elle : «Les personnes diabétiques, parce qu'elles doivent faire très attention à leur taux de glycémie, sont constamment dans le contrôle. La routine est très forte et les gestes mentalisés. Nous leur donnons la possibilité de créer, de se remettre en mouvement et de partager au-delà de la maladie, en faisant appel à leurs ressources. Ces expériences créatives permettent de faire face aux changements qu'implique la maladie chronique au quotidien.»

L'art est une opportunité d'accéder aux ressources personnelles, de renouer avec soi et avec les autres. L'art-thérapie est ainsi également utilisée dans le cas de troubles du comportement alimentaire et d'obésité pour celles et ceux qui veulent explorer leur univers imaginaire, donner du sens à leur vécu et le transformer.