

## Art-thérapie

L'art-thérapie est une forme de thérapie par les arts visuels. Cette approche utilise **la création artistique comme un moyen d'expression et de communication**. En contexte de soins palliatifs, elle vise à améliorer la qualité de vie, à soulager le stress émotionnel et à aider les patients à s'exprimer lorsque les mots sont insuffisants.

### Comment l'art-thérapie est-elle mise en œuvre dans les soins palliatifs ?

Dans les soins palliatifs, un art-thérapeute guide les patients à travers des activités artistiques adaptées à leurs capacités et besoins. **Ces activités peuvent inclure:**



Le dessin



La peinture



La sculpture



Le collage

L'objectif n'est pas de créer une œuvre d'art, mais plutôt de permettre une expression libre des pensées, émotions et souvenirs, afin de créer un sentiment de calme et de réalisation personnelle.

### Quels bénéfices l'art-thérapie apporte-t-elle aux patients en fin de vie ?

L'art-thérapie permet aux patients de maintenir un sens de l'identité et de l'autonomie, d'apaiser l'anxiété et la dépression, de traiter les questions non résolues, et de communiquer avec leurs familles et l'équipe soignante. Elle aide également à alléger le sentiment d'isolement et à créer un espace pour le souvenir et le deuil.

### L'art-thérapie peut-elle aider les familles et les proches ?

Oui, l'art-thérapie peut aussi être bénéfique pour les familles et les proches des patients en fin de vie. Elle offre un moyen de partager des moments significatifs avec le patient, contribue à amorcer le processus de deuil leur propre processus de deuil, et peut même aboutir à la création d'un héritage ou d'un souvenir durable du patient.

### Existe-t-il des preuves scientifiques appuyant l'art-thérapie en fin de vie ?

Des recherches soutiennent que l'art-thérapie peut améliorer la qualité de vie des patients en fin de vie en réduisant la détresse émotionnelle et en favorisant la communication. Elle est de plus en plus reconnue comme une composante importante des soins palliatifs.

### Références

Potash, J. S., & Ho, A. H. Y. (2018). *Art Therapy in Palliative Care*.

Reynolds, F. (2016). *Art Therapy in End-of-Life Care: Promoting Wellbeing and Communication*.

