

## Qu'est ce que l'Art-thérapie?

L'art-thérapie est un moyen original et adapté pour répondre aux besoins des personnes souffrantes ou diminuées ayant des troubles de l'expression, de la relation et de la communication.

Un moyen original car nous utilisons des outils tels que les arts plastiques et le théâtre dans un cadre thérapeutique, et un moyen adapté car nous sollicitons et valorisons ce qui fonctionne bien chez la personne.

Dans l'acte artistique qui sollicite l'imagination, la personne met en forme des sensations, des émotions, des sentiments. Dans la relation de confiance que l'art-thérapeute met en place au fil des séances, celui-ci conduit la personne à découvrir ses potentialités, à se motiver afin d'élaborer un projet. L'art-thérapeute identifie les difficultés et met en place des stratégies afin de résoudre les problèmes rencontrés. Grâce aux réussites dans les actions menées au cours des séances et aux relations humaines valorisantes, la personne consolide la confiance en soi et renforce l'estime de soi. La personne trouve alors une nouvelle valeur de soi malgré ses difficultés.

### Les indications

En général, le projet de soin est déterminé par le médecin. C'est lui qui évalue l'intérêt de l'activité thérapeutique auprès des patients. A partir des indications du médecin ou de l'équipe pluridisciplinaire, qui va repérer chez les patients des difficultés d'expression, de relation, de communication (perte d'intérêt, perte de plaisir, repli sur soi,

baisse de l'estime de soi, comportement agressif, perturbé...), l'art-thérapeute va établir un protocole de prise en charge (objectifs thérapeutiques, moyens artistiques pour les atteindre).

### Les objectifs thérapeutiques et les moyens artistiques

Les objectifs sont adaptés au profil de chaque patient, ils sont fixés en collaboration avec l'équipe soignante. Les séances peuvent être individuelles ou en petit groupe selon les objectifs thérapeutiques.

Les moyens artistiques sont pluriels : arts-plastiques, théâtre, danse... Ils sont adaptés selon le patient et en fonction de son intérêt.

### Les méthodes d'évaluation

Nous élaborons une fiche d'observation qui est propre à chaque patient. Elle relate son implication dans l'activité artistique, son implication relationnelle, son état physique et émotionnel ainsi que son auto-évaluation. Cette fiche est remplie à chaque séance, la comparaison des fiches d'une séance à l'autre permet d'effectuer une évaluation des effets de la prise en charge en art-thérapie. Notons que l'impact des séances doit être perçu à l'extérieur de l'atelier.

Pour conclure, nous dirons que l'art-thérapie a pour but premier d'améliorer la qualité de vie du patient malgré les difficultés.

*« Le bonheur n'est pas au bout du chemin, le bonheur c'est le chemin » Lao-Tseu, philosophe chinois*

