



ATELIER D'EXPRESSION

Accompagner un groupe de 6 patients dépressifs en
hôpital de jour

Antoine Drapeau
Matheo Le Merle
Camille Le Beller
Flora Laurent
Maéva Chedemail
Maëlle Merot

Sitraka Ramaharivo Kwan Sang

S O M M A I R E

INTRODUCTION

RAPPEL SUR LA DÉPRESSION

MODALITÉS

- type d'atelier
- condition pratique
- type d'engagement
- Type d'animation
- Cadre thérapeutique
- Relation thérapeutique
- Activités thérapeutique ou médiation expressive
- Intérêts thérapeutiques de la situation groupale
- Déroulement des séances

OBJECTIFS

- dimension psychique
- dimension cognitivo-comportementale

CONCLUSION

PAGE DES RESSOURCES

Rappel sur la dépression



je ne sers à
rien

“il est au fond du trou”

“À quoi bon continuer à me battre”

“Tout serait plus simple
si je disparaissais”

“Je suis un poids pour les autres”

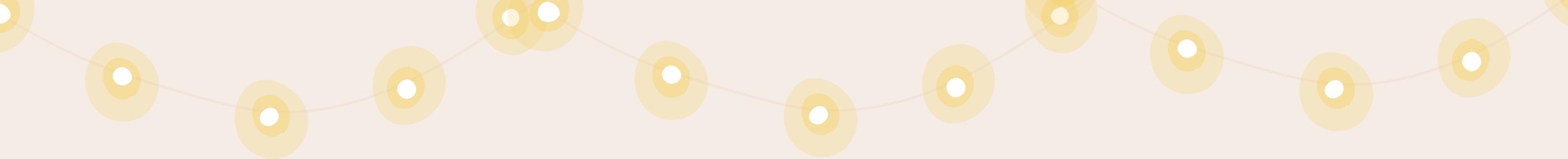
Modalités

Création d'une oeuvre lumineuse avec matériaux artistiques

Superposition de couches sur la source lumineuse, afin de mettre en lumière ou au contraire de cacher certains aspects personnels

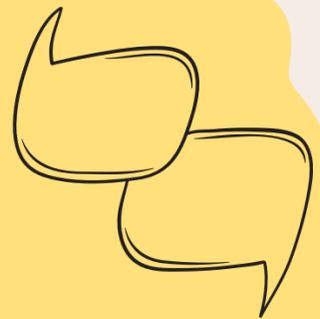
Pas de modèle imposé ou de consignes rigides -> expression concrète

Libre cours à leur imagination

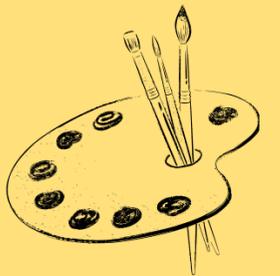


ATELIER “LUMIÈRES INTÉRIEURES”

Expression



Créativité



Liberté

Conditions pratiques

Affiche descriptive de l'atelier

Lumières Intérieures

ATELIER D'ERGOTHÉRAPIE

TOUS les LUNDIS et JEUDIS, À 14H00

2 séances de 1h30 par semaine sur 3 semaines

GROUPE DE 6 PERSONNES

EXPRESSION

CRÉATIVITÉ

LIBERTÉ

**sur prescription médicale*

Fiche à remettre aux patients

Création d'un tableau lumineux

Retranscrire ses ressentis par la lumière

Lumières Intérieures

Travail d'introspection

Un temps d'analyse et d'échange sur vos ressentis

**sur prescription médicale*

Rdv en salle d'ergothérapie, tous les lundis et jeudis à 14h, pendant 3 semaines

Conditions pratiques

Temps de parole

Engendrer une élaboration psychique

Passage d'une introspection concrète à une facette
d'eux-même

TYPE D'ENGAGEMENT

Prescription
médicale

Exploration
introspective

Liberté
créative

Auto-
détermination

Animation
libre

TYPE D'ANIMATION

Co-animation

Dynamique riche et
diversifiée

Expertise
complémentaire

Temps préparation et
réflexion après chaque
séance

Choix d'intervention des
thérapeutes ou retrait

Temps d'analyse des oeuvres
par les thérapeutes

LE CADRE THÉRAPEUTIQUE

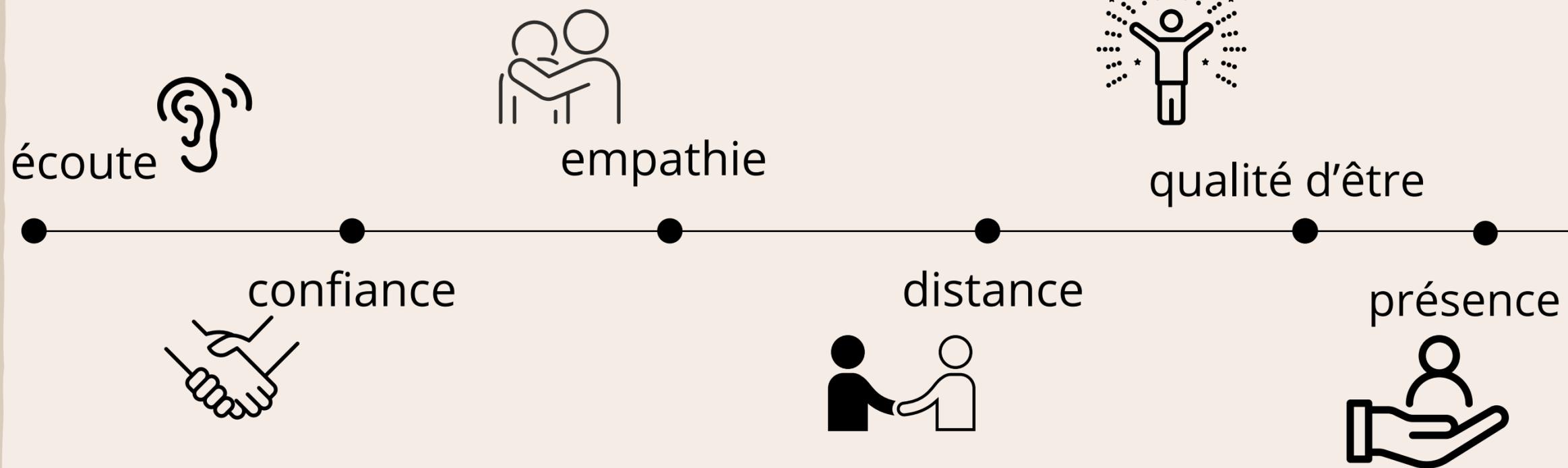
Espace différencié

Cadre fermé, contenant et
confidentiel

Structuration
temporelle de la séance

Règles de
fonctionnement

RELATION THÉRAPEUTIQUE



ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Médiation expressive : centré sur l'expression de soi
plutôt qu'un objectif à atteindre

Outils lumineux attirent curiosité, évitent l'inaction et
permettent une interaction continue

Lumière + Art = moyen de représenter ce qui est
difficile à exprimer

Favorise expression de soi, connaissance de soi et
l'exploration de la dimension créative

Lumière -> éléments symboliques tels que l'espoir, la
transformation

ACTIVITÉ
THÉRAPEUTIQUE
OU MÉDIATION
EXPRESSIVE

Expériences significatives : projectives, créatives, identitaires et relationnelles

Construction sentiment identitaire fiable

Identité personnelle renforcée par le pouvoir d'agir, la représentation

Expérience relationnelle tout en gardant son espace psychique personnel

Transformation de l'énergie psychique en symbolisation

Symbolisation primaire puis secondaire de l'objet

Temps parole -> élaboration psychique et mentalisation

Devenir des productions

INTÉRÊT THÉRAPEUTIQUE DE LA SITUATION GROUPALE



Soutien social et
appartenance
au groupe



Obtention
d'un feed-
back



Soutien
émotionnel



Renforcement de
l'engagement du
patient

DÉROULEMENT DES SÉANCES

Introduction et
exploration de
la lumière

Travailler
l'obscurité
et la lumière

Ajout de
détails et
textures

Exploration
des couleurs
et pensées
intérieures

Finalisation
de l'oeuvre

Présentation
et réflexion
finale



Objectifs



Dimension psychique

LA PROJECTION

Mécanisme inconscient de représentation de soi à travers un élément.

Concrétisation des mouvements pulsionnels, des contenus psychiques, des formes inconscientes personnelles et émotions brutes difficile à exprimer.

Projection inconsciente à travers une activité créative.

Oeuvre finale = expression indirecte de son monde intérieur

1

Dimension psychique

L'INTROJECTION

Intégrer des aspects de l'extérieur dans son propre psychisme.

Interactions avec matériaux agit comme une médiation enrichissant son monde intérieur à travers des découvertes sensorielles, relationnelles et psychiques

1

Dimension psychique

TRAVAIL SUR LE SENTIMENT IDENTITAIRE

Explorer et exprimer son moi profond spontanément

Favorise compréhension de soi

Organisation de ses expériences, récit de son histoire

Contribution à une identité cohérente



Dimension cognitivo- comportementale

Amélioration des capacités adaptatives

Stimulation de l'apprentissage pratique et créatif

Amélioration des capacités cognitives : attention soutenue et concentration

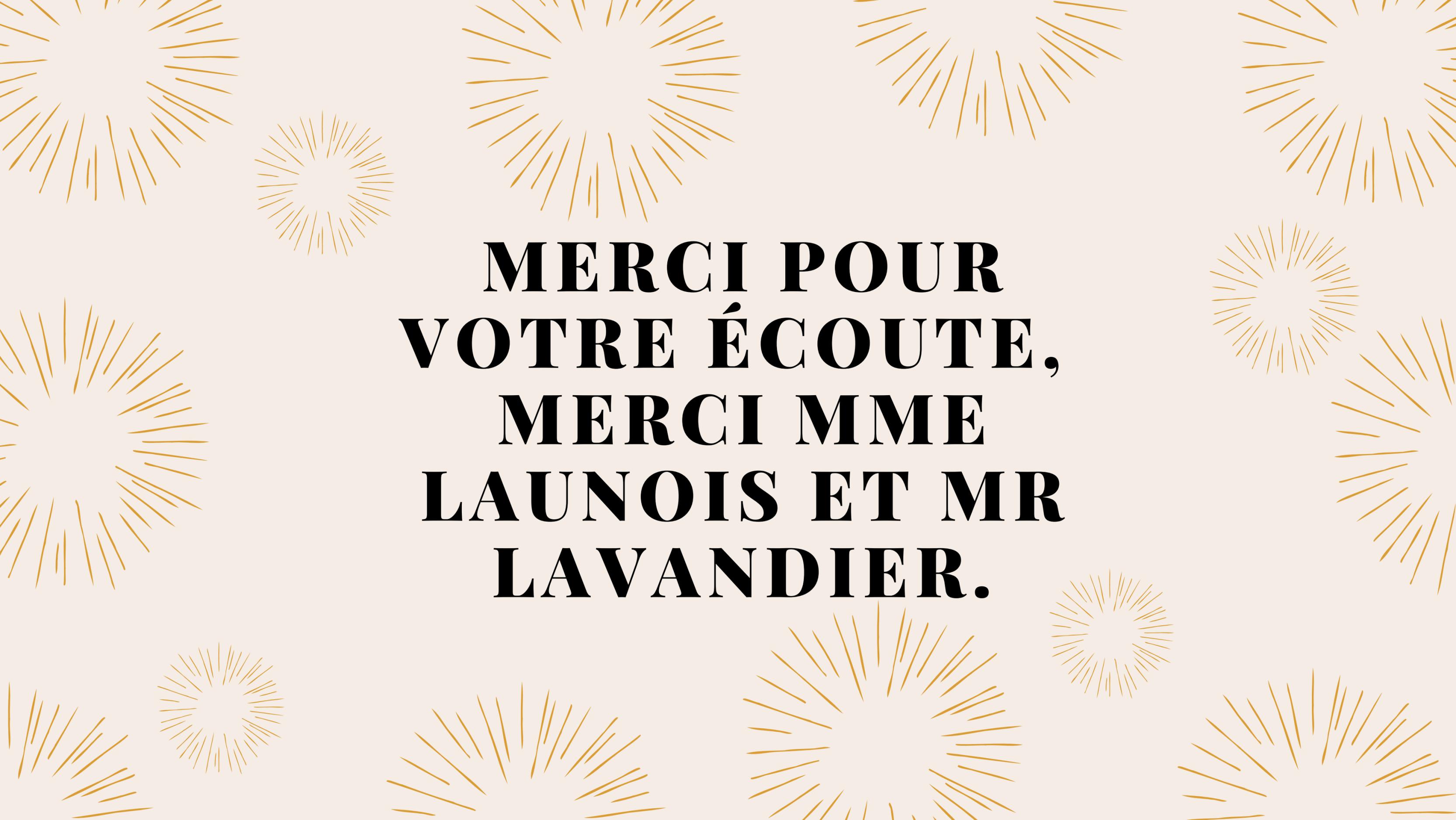
Acquisition nouvelles compétences



Conclusion

PAGE DE RÉFÉRENCES

<https://www.ergopsy.com/index.html>



**MERCI POUR
VOTRE ÉCOUTE,
MERCI MME
LAUNOIS ET MR
LAVANDIER.**