

ATELIER D'EXPRESSION

BELLON yanis, MACIEL théotime, LECOQ célia



Le déroulé

L'atelier d'expression est un **thérapie médiatisée** à part entière qui peut être individuelle ou groupale. Le but est d'utiliser divers matériaux, sans apprentissage technique permettant d'ouvrir la parole et favoriser l'expression.



Médiation expressive (préférée aux activités thérapeutiques)

Le type d'atelier proposé portera principalement sur des expériences créatives, projectives, identitaires et relationnelles. L'activité ne doit pas nécessiter trop d'apprentissage ou de techniques

Exemples : argile, collage, peinture, photos

Plus les matériaux seront variés, plus l'expression créative sera possible ce qui va favoriser le processus de symbolisation

Les productions ne peuvent pas être sorties par le patient ou par le thérapeute. Leur devenir est décidé en fin de thérapie. Si la production sort de ce cadre nous ne sommes plus dans une intention de psychothérapie médiatisée

Le déroulé

Lors de ces médiations, nous allons chercher à travers la création d'objets ex: l'argile à favoriser **l'expression de soi** des patients. C'est à dire que les personnes peuvent exprimer leur émotions, leur sentiments à travers la construction d'objet-miroir, en laissant place à leur imagination, leur inconscient. Ainsi le travail sera de soutenir les **processus intra-psychiques**, tels que la **symbolisation**.



Freud évoque la notion de l'angoisse comme venant d'un conflit intra-psychique notamment entre les exigences du soi et du surmoi c'est à dire entre principe de plaisir et réalité



Le déroulé

Cette construction va permettre aux personnes d'avoir accès à leur inconscient, de le laisser s'exprimer, par conséquent d'avoir une meilleure connaissance de leur fonctionnement psychique (comprendre leur rêve, leur pensée = meilleure connaissance d'eux même, et de leur fonctionnement= **introspection**).



Le déroulé

A travers cette **introspection** les personnes pourront transformer leur expériences vécues (angoisse, traumatisme, souvenir, maladie...) en représentation mentale, et ainsi relancer le processus de **symbolisation** et de l'exprimer dans cette médiation à travers la construction d'objet (collage, argile, dessin, l'écriture, peinture)

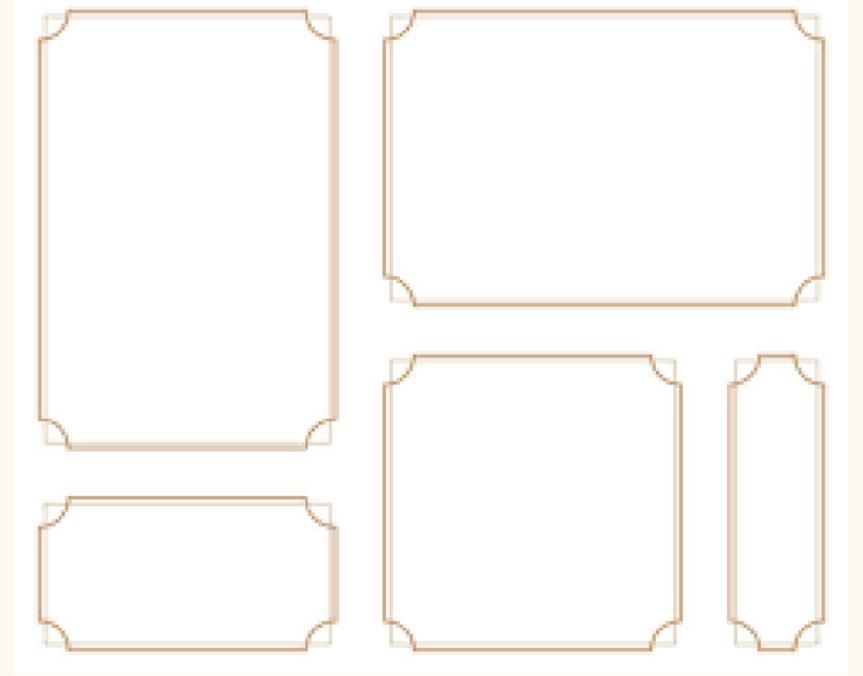


Le déroulé

Tout ce travail va permettre à la personne de pouvoir vivre un changement psychique. Soit simplement de relancer le processus de **symbolisation** (comme pour le réentraîner) soit de permettre une **élaboration psychiques** des éléments psychiques non élaborés (traumas, situations relationnelles toxiques)



Cadre



Doit être proposé dans un espace intermédiaire favorisant la création

La confidentialité est fondamentale ->cadre fermé et protecteur

Présence de notion d'engagement sur ce qu'il se passe en dehors du groupe

Pas de visite extérieurs et un silence relatif est demandé lors de l'activité

Relation thérapeutique



Animation :

Peut être directive pour la découverte de matériaux ou des thèmes larges, mais doit être non directive pendant l'expression personnelle afin que tout le monde puisse s'exprimer. Il est préférable d'avoir une conduite **semi directive**.

Rôle de l'ergothérapeute :

Garant du cadre, des limites et des règles. Présence non intrusive, maintien de la neutralité et de l'empathie. Savoir alterner entre proximité et distance.

CO-Animation possible :

Nécessite une bonne distinction des rôles et des temps de reprise après les séances. L'ergothérapeute anime le temps de parole et il est présent pendant le temps de création.

POUR QUI

Première intention: Dépression, névroses, anorexie, alcoolisme (si capacités d'introspection), état-limite

Seconde intention: Personnes âgées, psychose en phase plutôt chronique

Contre indications: Personnes psychotiques en phase aiguë ou personnes n'ayant pas accès à la dimension métaphorique et d'introspection.

-->Les processus de restauration narcissique ou de sublimation ne doivent pas être visés, du moins dans l'intention première.

Le Groupe



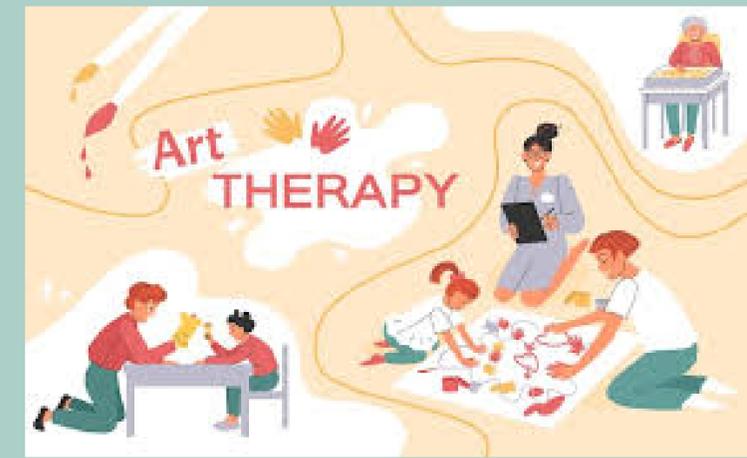
Permet :

- Le renforcement du lien social
- Stimulation de la créativité collectif
- Soutien émotionnel
- Développement personnel
- Dynamique positif
- Sentiment d'appartenance au groupe

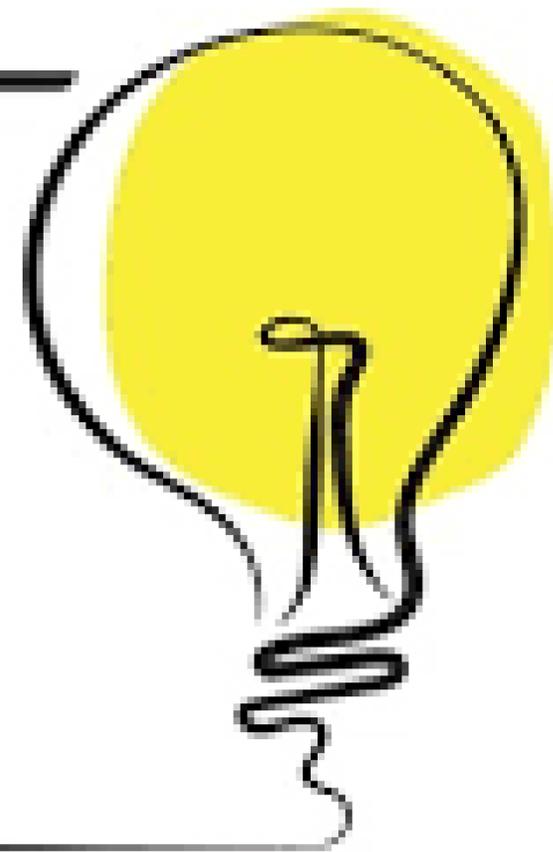
Le groupe peut également générer des phénomènes comme **l'illusion groupale**, où les membres se sentent parfois en sécurité dans un idéal collectif, mais risquent de perdre leur individualité.

Rôle de l'ergo:

- Favoriser une reconstruction identitaire (devenir soi-même, être singulier, subjectivité)
- Permettre une expression médiatisée (faire pour se connaître, s'exprimer de façon verbale et non verbale)
- Elaboration psychique grâce à une introspection concrète (objets miroirs réflexifs)



Conclusion





Merci !

Avez-vous des questions ?