



# OUTILS EN PSYCHOTHERAPIE

# Psychothérapie d'inspiration psychanalytique

Modèle trans-  
disciplinaire psycho-  
dynamique, d'inspiration  
psychanalytique

Institutionnelle,  
individuelle, groupale,  
médiatisée

Psychologues,  
psychothérapeutes, art-  
thérapeutes  
ergothérapeutes

Processus de projection  
et d'introjection

Processus de sublimation  
et de symbolisation

Introspection et  
changement psychique

Psychothérapie

# Les psychothérapies d'inspiration analytiques

- **Psychologues et psychothérapeutes**
- **Thérapie par la parole** pour favoriser l'expression des difficultés (Freud)
- Vision **cathartique** du soin (verbalisation comme effet thérapeutique)
- **Psychothérapies d'inspiration analytiques** ≠ psychanalyse
  - Dispositif de rencontre en face à face
  - Séances moins longues
  - Séances moins fréquentes
  - Interventions plus fréquentes
- Objectif **d'élaborer et assouplir les dynamiques psychiques** inconscientes



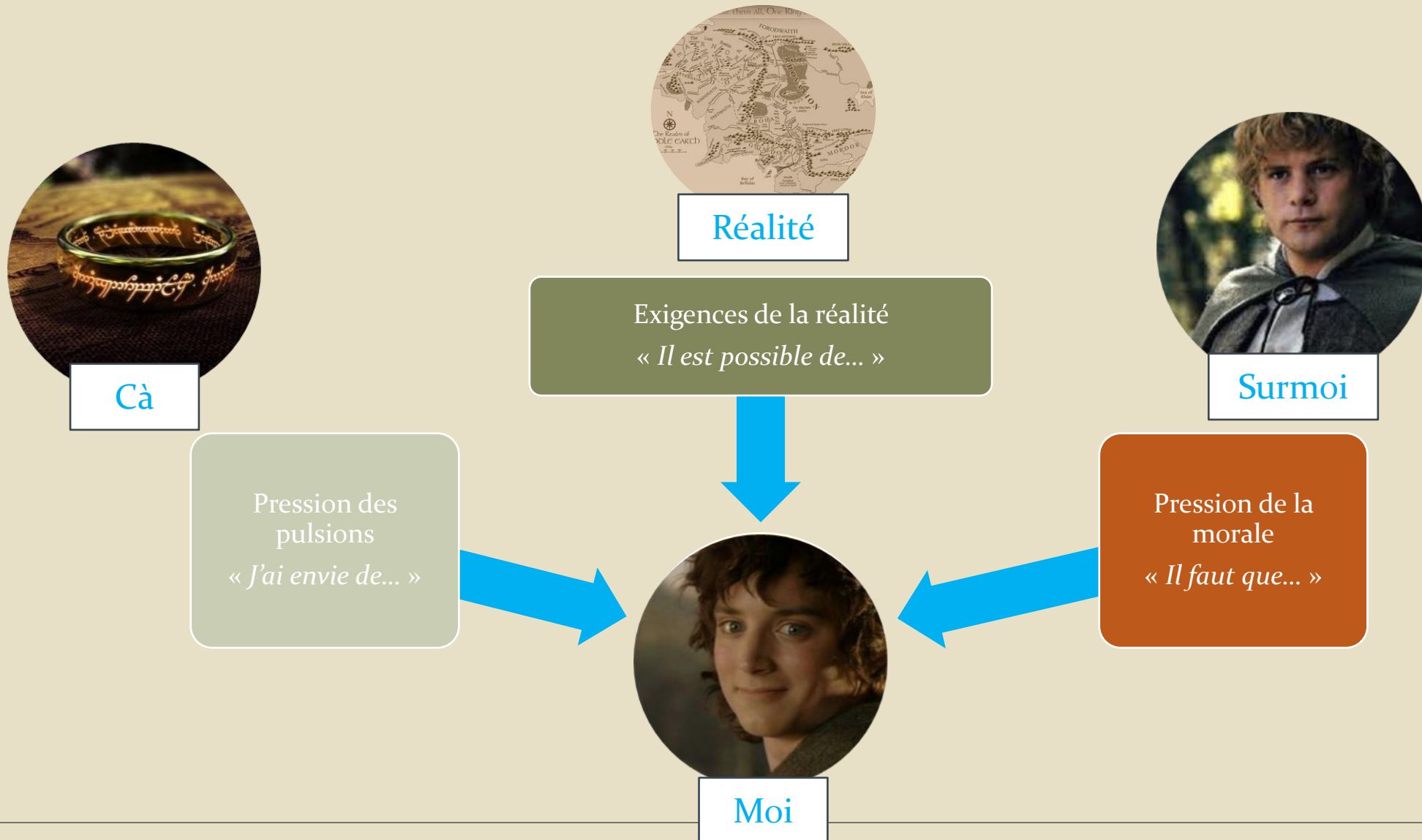
# Pourquoi des dispositifs à médiations?



Objectif **d'élaborer et assouplir les dynamiques psychiques** inconscientes

- **Relance des processus de métabolisation de l'expérience**, pour aider la personne à mettre du sens et faire du lien concernant l'expérience qu'elle ne parvient pas à intégrer. Mais lorsqu'il est trop compliqué de le réaliser par la verbalisation seule Il s'agit de relancer les processus d'association d'une autre façon.
- **Favoriser la symbolisation**, et donc la maturation psychique à travers des dispositifs à médiation créatives et projectives, qui utilisent la tendance spontanée de la psyché à projeter dans l'objet ce qu'elle ne parvient pas à intégrer dans son psychisme et qui vient déclencher de l'angoisse ou 'autres symptômes.
- **On en retrouve une grande variété**, de la musique, la peinture, l'argile, le dessin, les marionnettes, l'écriture, le théâtre ou encore le photolangage.

# Le rôle de conciliateur du Moi



# Projection En thérapie médiatisée

Objets miroir de soi, et s'ils sont source de plaisir, de reconnaissance personnelle et sociale, il y a sublimation et on peut en rester là

Mise en forme  
Représentations  
concrètes  
externalisées

Actions  
Créations  
Matière physique transformée

Projection  
Mise à  
distance  
Expression

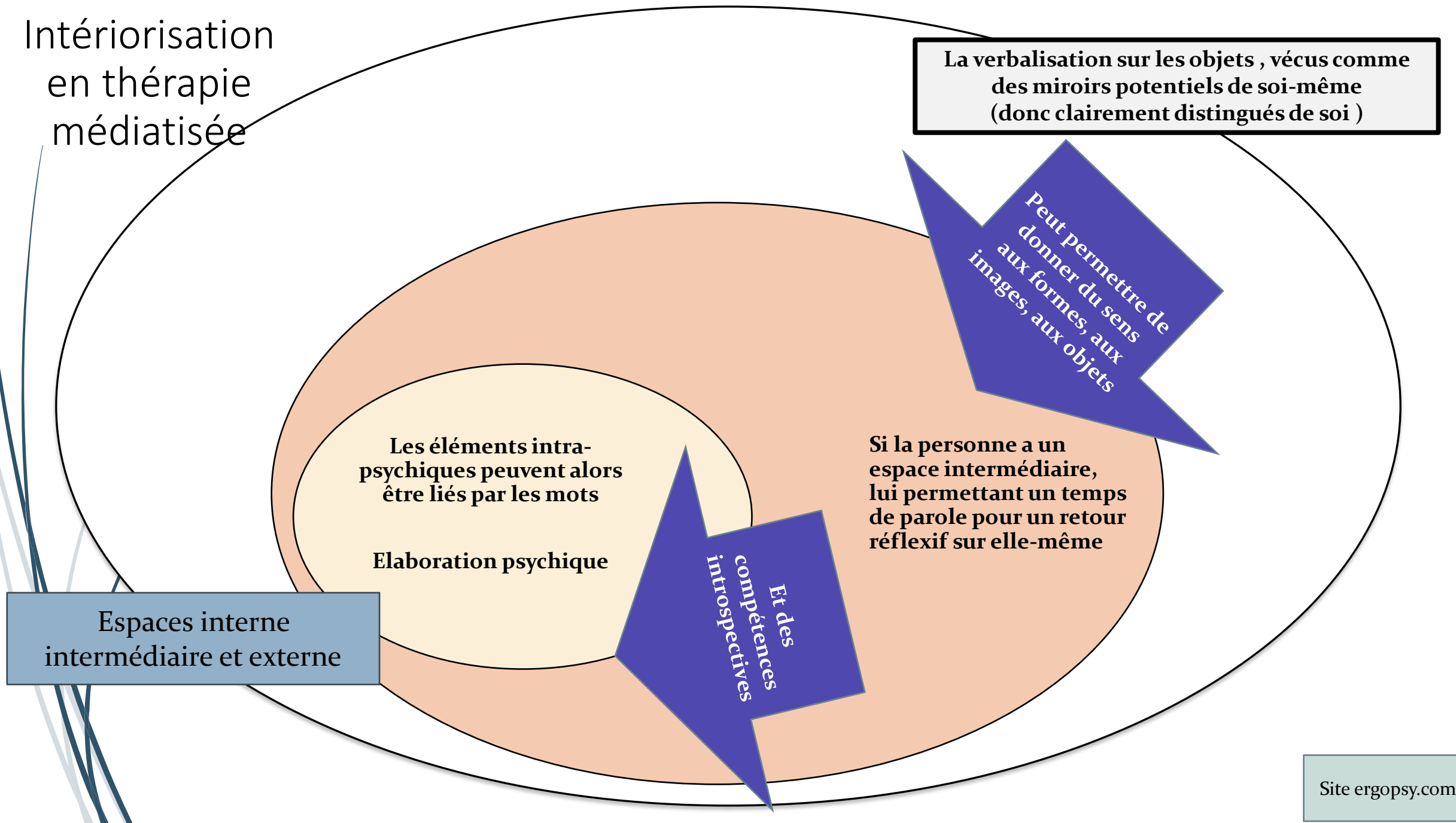
Matière ou énergie  
psychique  
inconsciente

Eléments intra-  
psychiques non liés

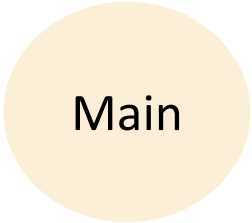
Angoisse

Espaces interne  
intermédiaire et externe

# Intériorisation en thérapie médiatisée



# Processus de symbolisation



trace mnésique première



inconscient



(préconscient / conscience

Sensations  
mémoire du corps



représentation en  
choses/formes/images



représentation en mots

**Symbolisation  
primaire**

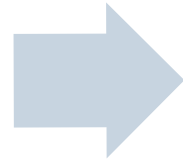
**Symbolisation  
secondaire**

Formation inconsciente  
des images internes

Formation consciente des mots



# Processus de symbolisation En thérapie médiatisée



*« C'est la parfaite représentation  
de mon cerveau en ce moment »*

**Symbolisation  
primaire**

**Symbolisation  
secondaire**

**Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique**

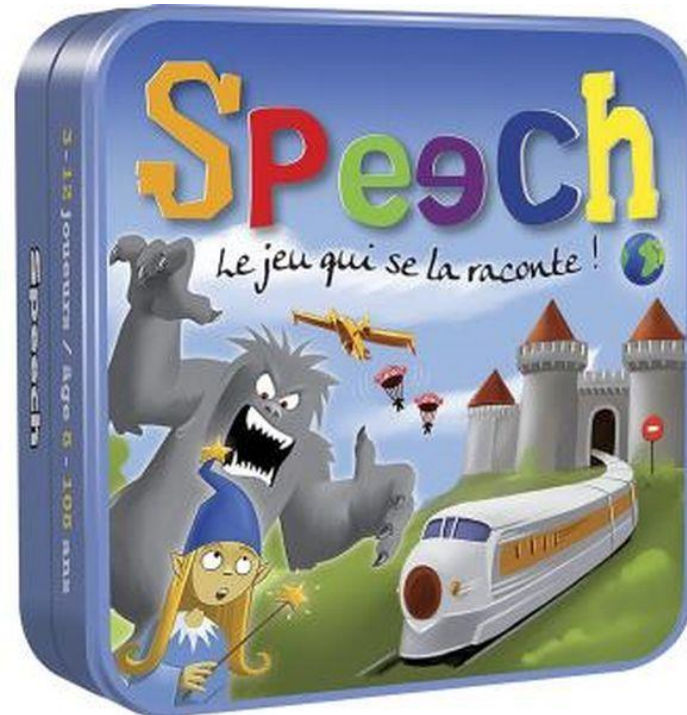
Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

### Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégrés et en  
souffrance :

- Rêves
- **Jeux**
- Médiations
- Psychodrame

## Jeux d'expression



- Jeux du commerce ou co-créés
- Favorise une expression ludique et sécurisée
- Entraînement à parler de soi

Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

### Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégrés et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- **Médiations**
- Psychodrame



Photolangage 



Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

### Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégrés et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- **Médiations**
- Psychodrame

# Photolangage

*La collection et la méthode Photolangage® sont nées, **au milieu des années 1960**, d'une expérience de communication en groupe, enrichie et dynamisée par l'utilisation de photographies comme support des échanges. C'est en approfondissant cette expérience qu'un groupe franco-suisse d'animateurs et de psychosociologues va développer une approche originale du travail de groupe en y intégrant **la photographie comme support de réflexion et de communication**.*

*Le mot Photolangage® est devenu aujourd'hui un mot courant qui recouvre de multiples usages de la photographie dans le travail en groupe et en entretien individuel. Pour bien démarquer la méthode Photolangage® de certaines pratiques abusives ou de manipulation, **le terme a été déposé à l'INPI** (Institut national de la propriété industrielle). Aussi l'utilisation du terme Photolangage® nécessite maintenant une autorisation et ne peut être utilisé dans un titre d'ouvrage ou d'outil pédagogique sans accord avec les ayants droit. (texte issu du [site officiel](#))*

<https://www.ergopsy.com/pub/Photolangageestelle.pdf>

Voir le cours d'Estelle Robin, ergothérapeute, sur son utilisation en ergothérapie

## Un dispositif à médiation avec Dixit

Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

### Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégré et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- **Médiations**
- Psychodrame



- La carte du présent
- La carte du futur désiré
- La carte ressources permettant le passage

# Médiations projectives individuelles

Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

## Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégré et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- **Médiations**
- Psychodrame



- Création libre sans modèles ni apprentissage technique
- Processus de projection et de symbolisation
- Changement psychique par introspection concrète

# Médiations projectives groupales

Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

## Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégrés et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- **Médiations**
- Psychodrame



- Fresque collective
- Silhouettes des personnes
- Notion de place dans un groupe
- Notion d'interactions
- Inconscient groupal

Les psychothérapies  
d'inspiration analytiques

### Outils de travail

Relance des processus de  
métabolisation / symbolisation  
des éléments non intégrés et en  
souffrance :

- Rêves
- Jeux
- Médiations
- **Psychodrame**

## Le psychodrame d'inspiration psychanalytique



- Rejouer des scènes de sa vie avec des pairs qui jouent les rôles que nous leur demandons
- Analyse des vécus, réactions, comportements mis en scène
- Mise en évidence de situations relationnelles non dépassées et élaborées psychiquement, par la parole



# Thérapies cognitivo-comportementales

4 vagues centrées  
cognitions,  
comportements,  
émotions, thérapies  
brèves

Plus des interventions  
pragmatiques qu'un  
véritable modèle  
conceptuel

Psychiatres Psychologues  
d'orientation TCC,  
neuropsychologues,  
thérapeutes formés

Processus  
d'apprentissage, de  
restructuration cognitive

Identifications des  
fausses croyances, des  
distorsions cognitives

Changement de  
comportements visibles

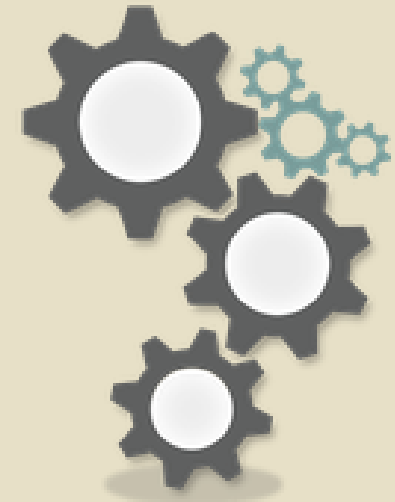
Psychothérapie

# TCC

Les psychothérapies cognitivo-comportementales se sont particulièrement développées après la seconde guerre mondiale en plusieurs vagues: cognitive, comportementale, émotionnelle, thérapies brèves

## 3 caractéristiques

- l'accent mis sur **les causes actuelles** du comportement problème
- **le changement durable** du comportement est évalué, et considéré comme un critère majeur de réussite de la thérapie
- les procédures de traitement sont décrites objectivement et sont donc **reproductibles par d'autres thérapeutes** pour des patients ayant des difficultés similaires



<https://www.aftcc.org/les-therapies-comportementales-et-cognitives>

# Théories de l'apprentissage

**Entre 1920 et 1950:** La première vague est **comportementale**. Cette phase repose essentiellement sur l'analyse expérimentale des comportements et sur leur changement. Les préoccupations scientifiques vont donc surtout se centrer sur **ce qui est observable** et rejeter ce qui reste inobservable (inconscient et introspection). Cette méthodologie vise à tenter d'éliminer ce qui relève de l'intériorité.  
**Behaviorisme:** Exploration des comportements humains à partir de l'apprentissage.

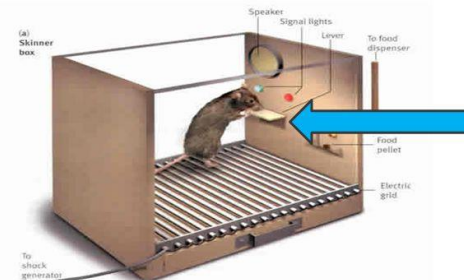
## Conditionnement classique de Pavlov



## Conditionnement répondant de Skinner

### Expérience de Skinner

- Un rat est placé dans une cage (« Boîte de Skinner »).
- Le but est d'apprendre au rat à peser sur le levier pour qu'il puisse s'alimenter par lui-même.

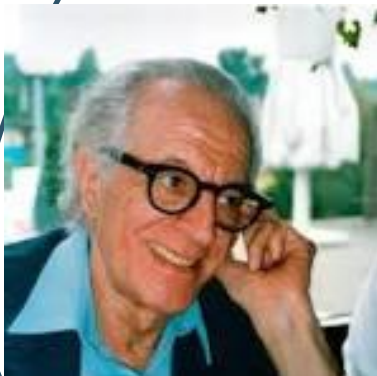


# Théories cognitives

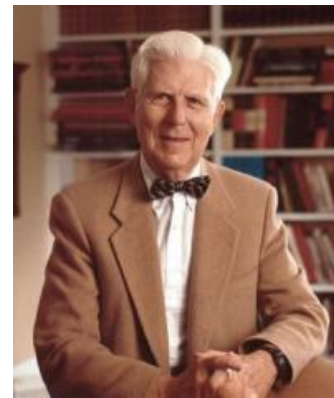
**A partir des années 50:** La deuxième vague est *cognitive*, avec l'arrivée de la cybernétique et de l'informatique. L'esprit est considéré comme un *système de traitement de l'information*.

La psychologie s'intéresse donc aux *fonctions mentales* comme l'attention, la mémoire, la perception, la représentation, la catégorisation, le raisonnement, les structures cognitives. L'étude des pensées et des systèmes de croyances, aboutit à l'idée que les troubles seraient liés principalement à des *croyances irrationnelles et fausses*, à des *pensées automatiques* qu'il faudrait identifier, puis changer ces schémas cognitifs dysfonctionnels.

**Albert Ellis:** Psychologue américain, restructuration cognitive pour comprendre et modifier notre interprétation de la réalité



**Beck:** psychologue américain, créateur des colonnes de Beck, pensées automatiques et dialogue interne

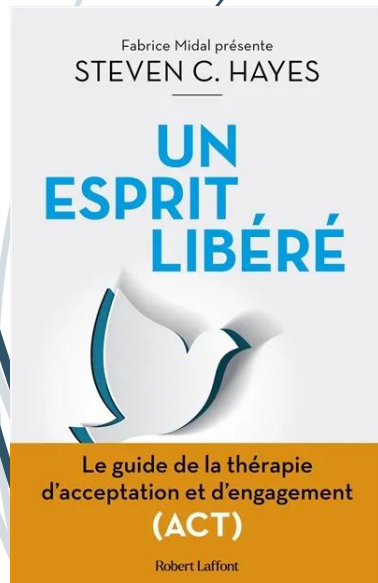


# Les théories des émotions

**dans les années 1990**, la troisième vague, dite *émotionnelle*, débute. Elle accorde une plus grande place à ce qui pouvait auparavant sembler en dehors de la science: l'affectivité, avec les sentiments, les émotions, les motivations.

Une attitude de *conscience et d'acceptation* à la conscientisation des émotions et cognitions et à une attitude d'accueil, c'est à dire une acceptation des idées pénibles *au lieu d'un évitement*. Cette attitude se centre donc sur *l'instant présent*.

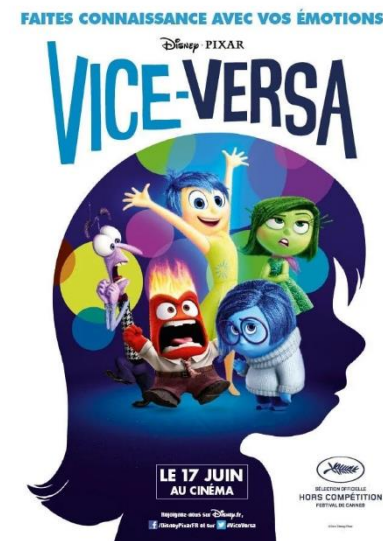
**Hayes:** thérapie par l'acceptation et l'engagement ACT



**Kabat-zinn:** méditation de pleine conscience ou mindfulness



**Eckman:** émotions primaires et secondaires



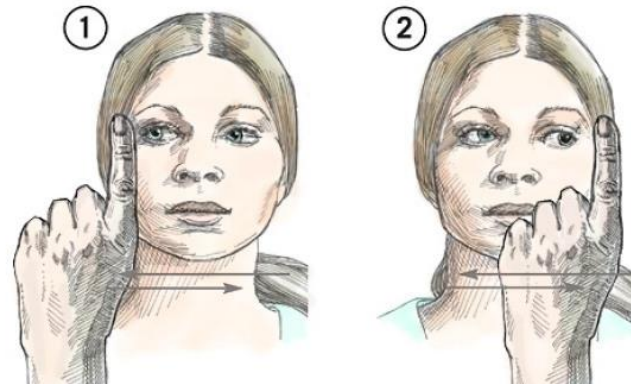
# Les thérapies brèves, dans la lignée des TCC

La thérapie brève est un processus systématique et ciblé qui repose sur l'évaluation, l'engagement du client et **la mise en œuvre rapide de stratégies de changement**. Les prestataires de thérapie brève peuvent apporter des changements importants dans le comportement du client dans un délai relativement court. (8 à 10 séance en moyenne)



Hypnose Ericksonienne

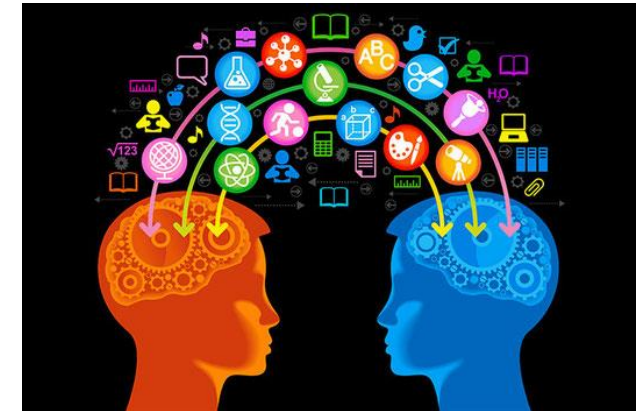
Thérapies narratives



EMDR

Thérapies intégratives

PNL: programmation neuro-linguistique



Thérapies orientées solution TOS

Thérapies corporelles

# TCC



## Interventions très **présentes, directives et structurées**

- cadre thérapeutique à l'apparence plus structurée
- Nombre de séances déterminé à l'avance et indiqué dans un contrat de soin passé entre le patient et le clinicien
- Lors des premières séances, **analyse fonctionnelle** (grille d'analyse, émotions, comportements, cognitions, environnement) visant à comprendre précisément la nature et l'expression des symptômes du patient afin de déterminer la thérapeutique la plus adaptée
- L'approche se veut donc très pragmatique et centrée avant tout sur la **disparition des symptômes du patient**. En pratique, le clinicien sera potentiellement plus directif en intervenant davantage.
  - Méthodes de déconditionnement ou de désensibilisation pour lutter contre les phobies
  - Remplir des questionnaires
  - Effectuer des tâches prédéterminées Réaliser des exercices
  - Effectuer des mesures de son comportement, de ses actions ou de ses pensées entre deux séances

# Les psychothérapies cognitivo- comportementales

## Outils de travail

Identification et disparition des  
symptômes :

- **Exposition**
- Questionnaires
- Prescription de tâche  
(observation ou exercices)

## Types d'exposition

- **L'exposition en imagination** : S'imaginer l'objet ou la situation phobogène. Inconvénient, difficulté de savoir si la personne le fait vraiment ou si elle reste en évitement.
- **L'exposition virtuelle** : Expositions par images vidéos ou casques de VR 3D.
- **L'exposition situationnelle** : S'habituer à des situations anxiogènes : phobie des foules, phobie sociale.
- **Expositions intéroceptives** : S'exposer à des sensations redoutées : sensation d'étouffement, augmentation du rythme cardiaque.
- **Expositions avec prévention de la réponse** : Exposer le patient de façon à l'empêcher à procéder à une réponse ritualisée. Par exemple pour des TOC.
- **Technique de flooding (ou implosion)** : Le sujet est confronté en imagination à la situation anxiogène au niveau maximum d'intensité.
- **L'immersion in vivo** : Un patient ne s'expose jamais s'il croit qu'il risque quelque chose. Donc il faut d'abord travailler ses cognitions en évoquant tous les scénarios catastrophes, les remettre en question pour l'amener à expérimenter le scénario réaliste, rationnel.



Neuro-psychologues, psychologues TCC, thérapeutes formés, relaxologues



# Les psychothérapies cognitivo- comportementales

## Outils de travail

Identification et disparition des  
symptômes :

- Exposition
- **Questionnaires**
- Prescription de tâche  
(observation ou exercices)

## Colonnes de Beck

Fiche d'enregistrement quotidien des pensées automatique de Beck

Situation	Emotion(s)	Pensées automatiques	Pensées rationnelles	Résultat
Description de l'événement, la situation, le moment associé à l'émotion désagréable.	Quelles émotions ou sentiments?  Évaluez l'intensité des émotions, de 0 (pas du tout) à 10 (le plus fort imaginable)	Quelle pensée automatique a précédé, accompagné ou suivi l'émotion?  Évaluez le degré de croyance en cette pensée automatique de 0 à 10.	Quelles pensées rationnelles pouvez-vous produire pour répondre à la pensée automatique?  Évaluez le degré de croyance en cette pensée automatique de 0 à 10.	Réévaluez les émotions ressenties et votre degrés de croyance vis-à-vis de la pensée automatique.

# Entretien motivationnel

Les psychothérapies  
cognitivo-  
comportementales

## Outils de travail

Identification et disparition des  
symptômes :

- Exposition
- Questionnaires
- Prescription de tâche  
(observation ou exercices)

## BALANCE DÉCISIONNELLE

JE CONTINUE DE CONSOMMER	
AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>· Ma substance m'aide à relaxer / à dormir</li><li>· La consommation est courante dans mon groupe d'amis, on partage de bons moments</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Je suis plus fatigué le lendemain</li><li>· Le <i>down</i> me rend dépressif</li><li>· La consommation me coûte cher</li><li>· Mes relations avec mes proches sont de plus en plus mauvaises</li></ul>
J'ARRÊTE DE CONSOMMER	
AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>· Je me sens mieux physiquement et psychologiquement</li><li>· J'économise de l'argent</li><li>· Je retrouve le goût de réaliser des projets que j'avais mis de côté</li><li>· Mes relations avec mes proches s'améliorent</li><li>· Je pourrais trouver du soutien dans mon groupe d'amis, qui comprennent ce que je vis</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Je me prive du plaisir des effets de la substance</li><li>· Je devrais peut-être m'éloigner de certains de mes amis</li><li>· La période de sevrage est difficile (insomnies, anxiété, manque...)</li></ul>

Miller & Rollnick proposent **la définition** suivante de l'entretien motivationnel :  
« *Méthode de communication, directive et centrée sur la personne à aider, utilisée pour augmenter la motivation intrinsèque au changement, par l'exploration et la résolution de l'ambivalence.* »

Renforcer **la motivation et l'engagement** de la personne pour atteindre un but.

# Prescriptions de taches

## Les psychothérapies cognitivo- comportementales

### Outils de travail

Identification et disparition des  
symptômes :

- Exposition
- Questionnaires
- **Prescription de tâche**  
(observation ou exercices)

**Exercices de relaxation** : Pratiquer des exercices de respiration profonde, de relaxation musculaire progressive ou de méditation pour gérer le stress et l'anxiété.

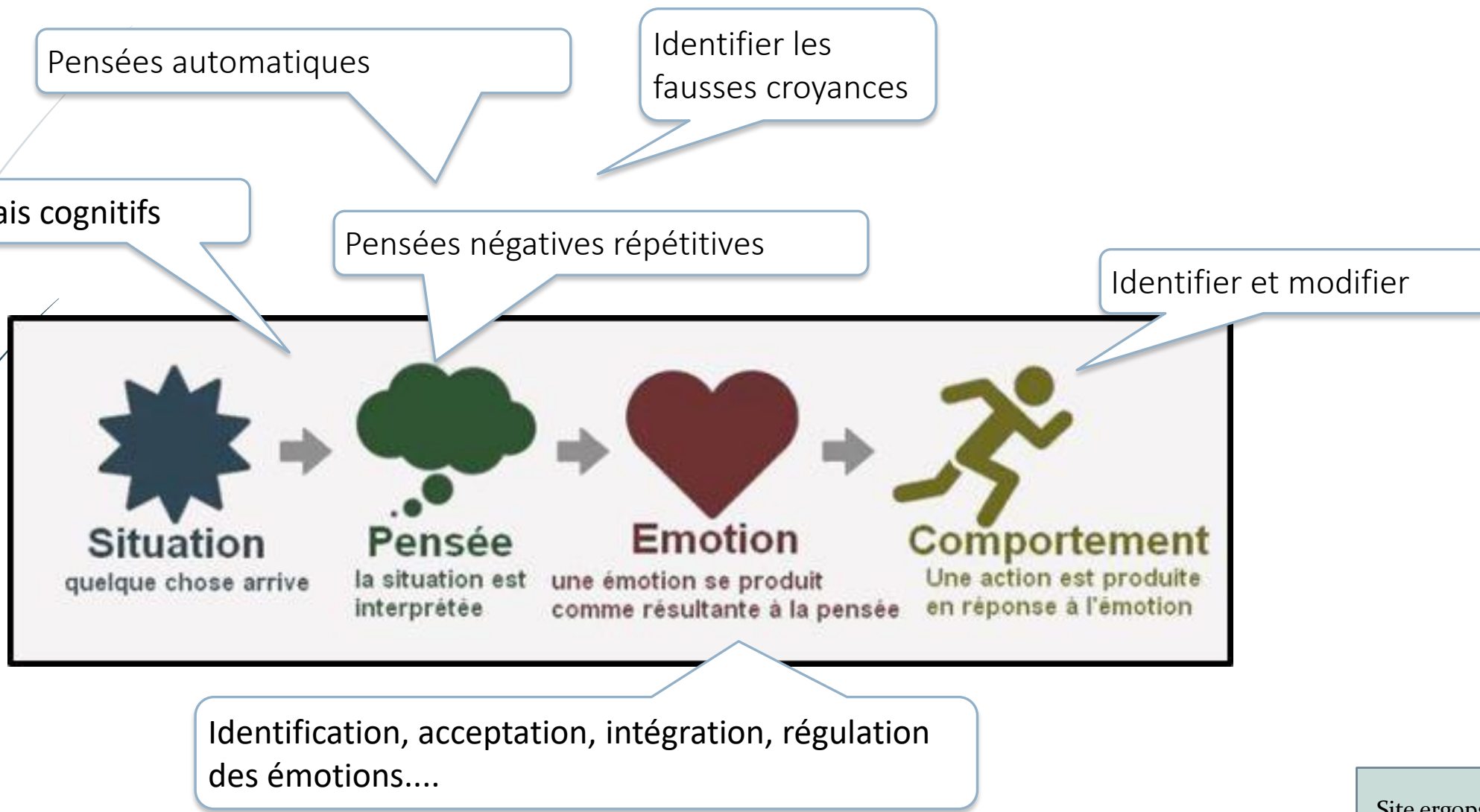
**Journal de gratitude** : Noter chaque jour trois choses pour lesquelles elle est reconnaissante afin de cultiver une attitude plus positive et de renforcer son estime de soi.

**Activités agréables** : Planifier et réaliser des activités agréables chaque jour pour augmenter son niveau de bien-être et de satisfaction. (La liste des plaisirs).

**Exercices d'affirmation de soi** : S'entraîner à exprimer ses besoins et ses opinions de manière assertive, en commençant par des situations simples. (La pyramide des besoins).

**Lecture de livres ou d'articles sur les schémas précoces inadaptés** : Se familiariser avec la thérapie des schémas et les différents schémas qui pourraient être à l'origine de ses difficultés.

# Plutôt des pratiques que des concepts



# Psychothérapies systémiques

Modèle trans-  
disciplinaire  
systémique

Thérapie de couple,  
familiale, groupale

Psychothérapeutes,  
psychologues,  
thérapeutes formés

Structure familiale,  
processus  
transgénérationnels

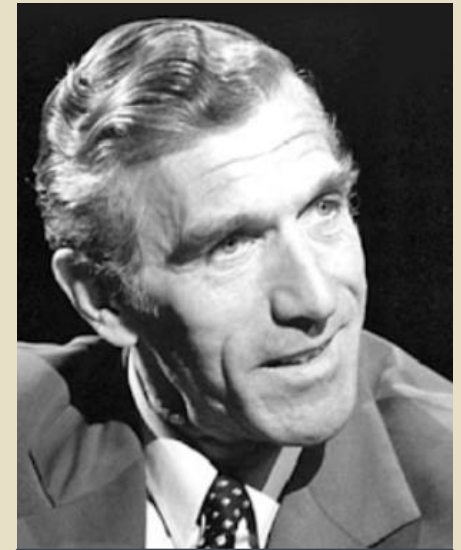
Dynamique de  
groupe, rôles et  
engagement

Espace personnel  
distingué,  
Participation,  
inclusion

Psychothérapie

# Les psychothérapies systémiques

- Application de la **théorie des systèmes** à l'humain pour une théorisation de la communication à utiliser en thérapie (Ecole de Palo Alto)
  - Causalité circulaire
  - Boucles de rétroaction
  - Système complémentaire ou symétrique
- Inscription du symptôme comme **expression du système familial** pour maintenir l'homéostasie
- Exploration des **dynamiques présentes et actuelles** avec souvent un dispositif à deux thérapeutes
- Parfois en association avec les **approches stratégiques et solutionnistes (TOS)** des thérapies brèves



Paul Watzlawick

TOUT EST  
COMMUNICATION

ON NE PEUT PAS  
NE PAS COMMUNIQUER



MÊME LE SILENCE EST  
UNE FORME DE  
COMMUNICATION

## Les psychothérapies stratégiques paradoxales

### Outils de travail

Travail sur le système familial et ses dynamiques internes :

- Prescriptions du symptôme
- Prescriptions paradoxales

## Prescription du symptôme

Elle consiste à **encourager le patient à provoquer volontairement son symptôme**, notamment quand il a l'impression de n'avoir aucune prise sur lui.

Le modèle de Palo Alto repose sur **une logique en deux temps**:

- Repérer la manière dont les personnes tentent de réguler, de solutionner leur problème et **qui ne fonctionne pas**. (exemple: éviter d'aller quelque part par peur d'une crise d'angoisse).
- Leur proposer **un virage à 180°**, c'est-à-dire, faire l'inverse. (Exemple: aller dans le lieu où la personne a peur de déclencher une crise, lui demander de la déclencher et de tenir quelques minutes).

Cette logique rejoint la logique paradoxale de cette phrase de Paul Watzlawick :  
« **Le problème, c'est la solution** »





Ne pensez pas à un ours blanc



# UNE INJONCTION PARADOXALE



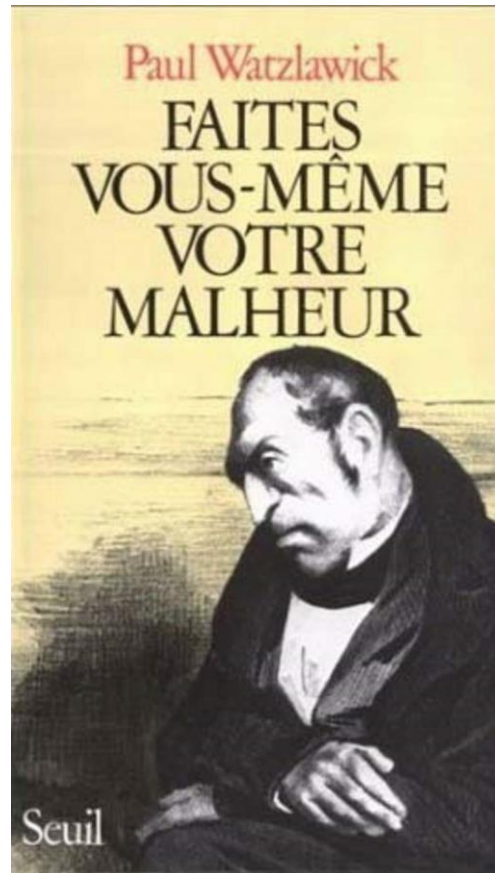
# Prescriptions paradoxales

## Les psychothérapies stratégiques paradoxales

### Outils de travail

Travail sur le système familial et ses dynamiques internes :

- Prescriptions du symptôme
- **Prescriptions paradoxales**



- Un enfant fait **de gigantesques colères** dans les supermarchés, mettant ses parents très mal à l'aise vis-à-vis des autres personnes présentes.
- Que proposeriez-vous?
- Une prescription paradoxale et stratégique consisterait à proposer aux parents de prendre à témoin d'autres personnes pour leur montrer **cette superbe colère** comme ils n'en ont probablement jamais vu....
- Que pensez-vous qu'il se soit passé alors?

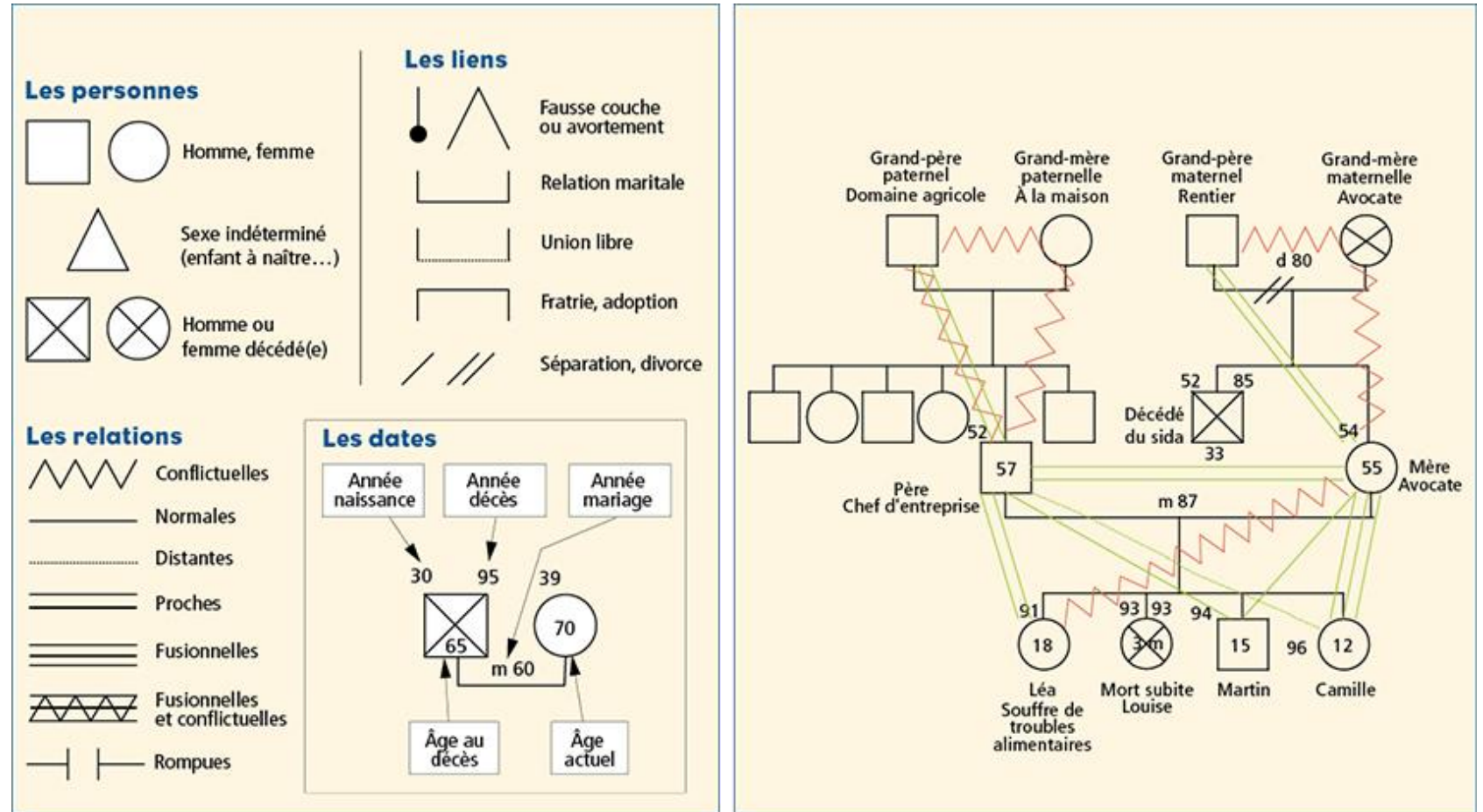
# Le génogramme

## Les psychothérapies systémiques familiales

### Outils de travail

Travail sur le système familial et ses dynamiques internes :

- Représentations symboliques de la famille (blason familial, **génogramme**)
- Psychodrame (Moreno, Schutzenburger)



## Les psychothérapies systémiques

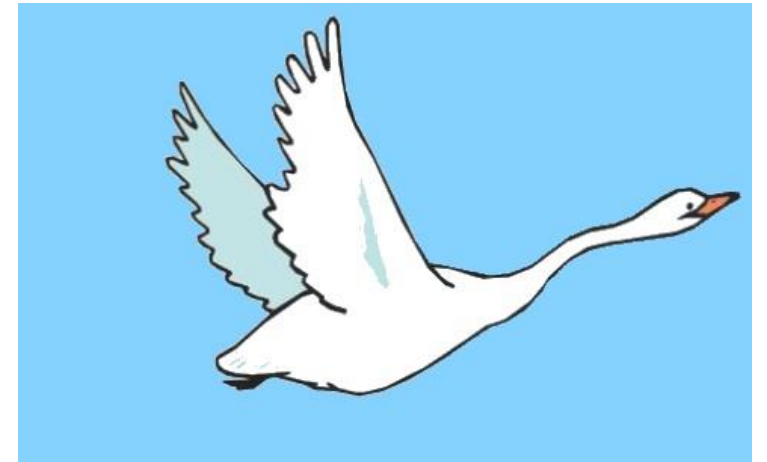
### Outils de travail

Travail sur le système et ses dynamiques internes :

- Questionnement circulaires
- Recadrage
- Prescriptions de tâches

## Le jeu de l'oie systémique

Interroge un parcours individuel, de couples, de familles, des groupes ou d'institutions.



Favorise l'établissement d'un espace intermédiaire de liberté et un dialogue innovant.

Le jeu permet de revenir sur des événements importants à partir d'un plateau, de symboles, de cartes et d'un parcours qui n'est pas sans rappeler le jeu classique de l'oie, avec une case « départ » et une case « arrivée ».

## Les psychothérapies systémiques

### Outils de travail

Travail sur le système et ses dynamiques internes :

- Questionnement circulaires
- Recadrage**
- Prescriptions de tâches

## Le recadrage

la rumination est « *une pensée obsessionnelle impliquant des pensées ou des thèmes excessifs et répétitifs qui interfèrent avec d'autres formes d'activité mentale* ».

Le recadrage est un processus consistant à remplacer les pensées négatives (qui peuvent aggraver des problèmes comme l'anxiété, la dépression et la douleur) par des pensées plus utiles.



# Psychologie humaniste et existentielle

Modèle trans-  
disciplinaire  
humaniste

Relation d'aide  
Empathie et  
reformulation

Tout thérapeute  
contextes de soins  
variés

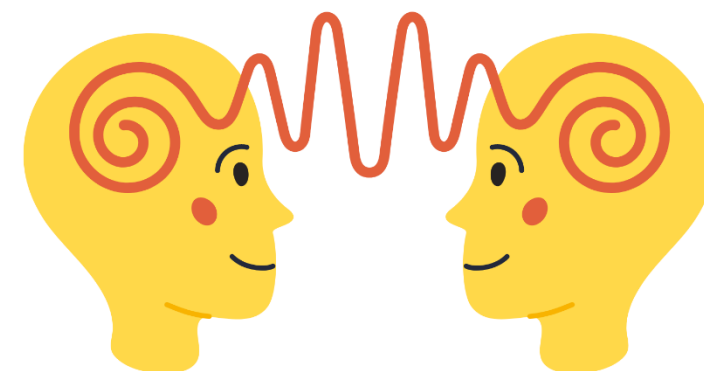
Rapport à  
l'expérience  
Capacités d'auto-  
détermination

Motivation  
Besoins  
valeurs

Sens  
Equilibre psychique,  
somatique et  
spirituel

Psychothérapie

# Empathie: quelle image?





# Les psychothérapies humanistes

- Approche **centrée sur la personne** (Carl Rogers)
  - Ecoute centrée sur l'empathie
  - Acceptation inconditionnelle et non jugement
  - Authenticité
  - Interventions non directives
- Conception de l'être humain avec un **potentiel à développer**
- Accompagnement dans le **développement de l'autonomie** et des prises de décisions



## Les psychothérapies humanistes

### Outils de travail

Soutient de l'auto-détermination, des ressources, des potentiels de la personne

-Ecoute active

-Non directivité

-**Reformulation**

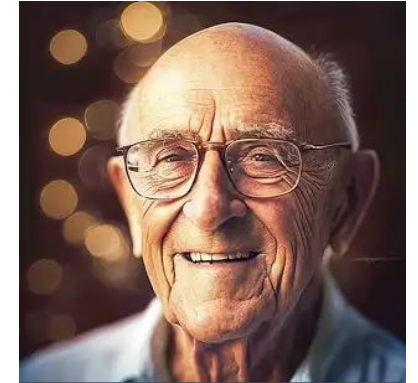
-Attitudes de porter

## La reformulation

Cela consiste à **répéter à la personne ce qu'elle vient de nous dire**, sous une forme légèrement différente ou interrogative.

Cela peut paraître artificiel, mais permet de **ne pas prendre position**, de ne pas interpréter subjectivement, de ne pas être intrusif, et de ne pas entraîner la personne sur un autre sujet qui nous intéresse.

Et surtout, cela montre à la personne **qu'on l'écoute et que l'on a compris**.



Carl Rogers

# Types de reformulations

## ECHO

J'entends  
que vous  
vous sentez  
fatigué

En ce moment,  
c'est difficile, je  
me sens fatigué

Vous voulez  
dire que c'est  
difficile pour  
vous?

## REFLET

Je ne pense pas  
que je vais  
pouvoir y arriver

## CLARIFICATION

Si je tente de  
résumer, vous avez  
l'impression que  
vous ne pourrez  
pas réussir ?

Vous voulez dire  
qu'il s'agit d'une  
tâche impossible  
à accomplir ?

## RESUME



# Un mini test à faire pour savoir quel genre de thérapeute vous êtes...



<https://www.ergopsy.com/attitudes-selon-porter-i64.html>



## Les psychothérapies humanistes

### Outils de travail

Soutient de l'auto-détermination, des ressources, des potentiels de la personne

-Ecoute active

-Non directivité

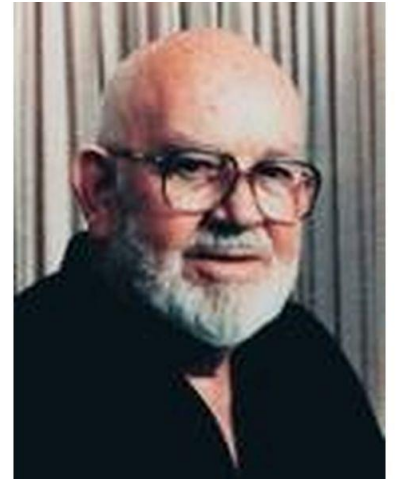
-Reformulation

-**Attitudes de porter**

## Attitudes de Porter

### Les 6 attitudes d'écoute

- La solution
- L'évaluation
- Le soutien
- L'interprétation
- L'investigation
- La compréhension



Elias Porter

Avantages  
Inconvénients?

# Un modèle en ergothérapie inspiré des humanistes



<https://prezi.com/mwzssy-gvzyp/modele-de-la-relation-intentionnelle/>

# Modèle de la relation intentionnelle de Taylor

« Le modèle de la relation intentionnelle (MRI) a été conçu en 2008 par Renée R. Taylor et permet de **conceptualiser la relation thérapeutique en ergothérapie**. Plus précisément, ce modèle vise à expliquer comment cette relation peut faciliter ou entraver l'engagement occupationnel des personnes auprès desquelles les ergothérapeutes interviennent (Taylor, 2008). »

« Selon le MRI, l'ergothérapeute est responsable de s'efforcer à établir et à maintenir la relation thérapeutique (Taylor, 2008). Pour ce faire, il doit notamment utiliser des interventions s'appuyant sur différents modes thérapeutiques selon les besoins de chaque personne. Ces derniers sont des façons spécifiques d'interagir avec la personne et **le MRI en identifie six**.

Taylor mentionne que ces modes ont autant de potentiel les uns que les autres de **favoriser la relation thérapeutique**. En revanche, la façon dont l'ergothérapeute utilise un mode thérapeutique peut avoir un effet négatif sur l'attitude ou les émotions de la personne à l'égard de cet intervenant. Par exemple, Taylor indique que cela peut survenir si un mode thérapeutique ne concorde pas avec la personnalité ou avec les besoins immédiats de la personne. »

# Une grille d'analyse possible issue du MRI

Mode thérapeutique	Définition
Plaidoyer	S'assurer que les personnes ont les ressources matérielles et interpersonnelles nécessaires à leur participation occupationnelle. Défendre et respecter les droits de la personne en négociant en ou agissant comme un médiateur auprès de personnes externes.
Collaborer	Permettre à la personne de participer pleinement à la thérapie et de façon égale à l'ergothérapeute en lui donnant la liberté de faire des choix de façon autonome.
Être empathique	S'efforcer de comprendre les pensées, les émotions et les comportements de la personne sans aucun jugement. Écouter attentivement la personne, regarder ce qu'elle communique, et adapter l'intervention selon les besoins de celle-ci.
Encourager	Susciter de l'espoir chez la personne à l'égard de la thérapie et souligner ses comportements souhaitables via le renforcement positif. Conserver une attitude de positivisme et de confiance.
Enseigner	Porter attention à la structure des activités thérapeutiques et être transparent avec la personne concernant le déroulement de chaque rencontre. Fournir des informations claires et donner une rétroaction de la performance de la personne.
Résoudre un problème	Être orienté vers les résultats. Aborder les difficultés en faisant des choix, en facilitant la mise en action, en posant des questions stratégiques et en raisonnant avec la personne.