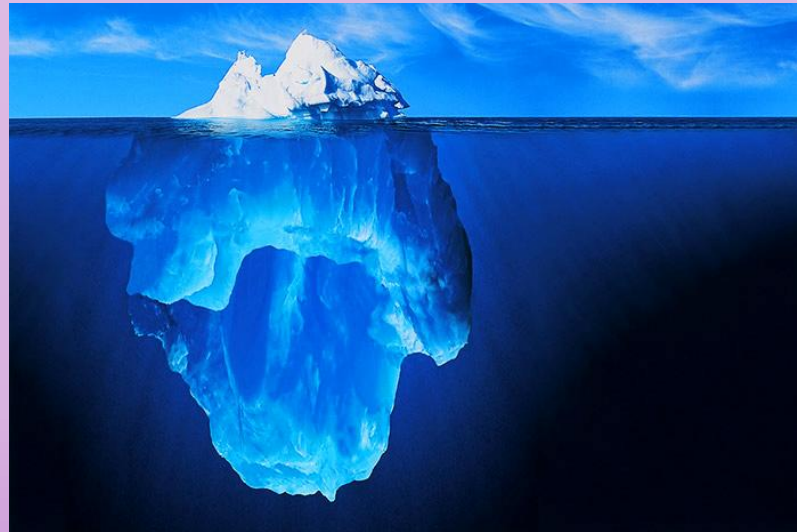




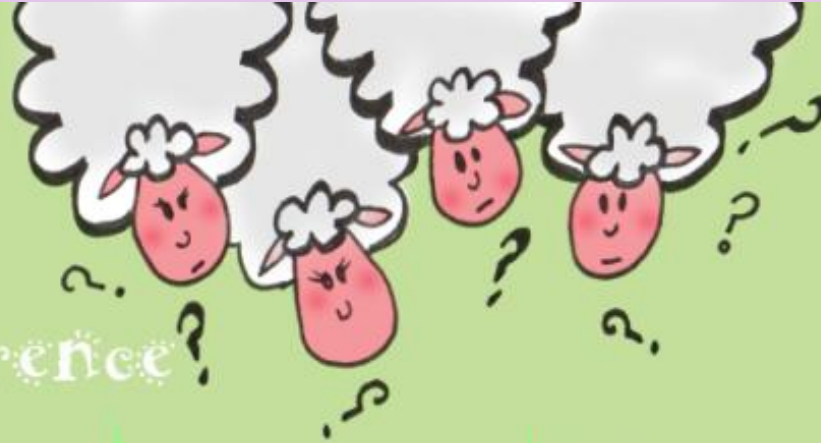
Freud

L'inconscient existe!



Freud a établi le fonctionnement psychique « normal » à partir des troubles psychiques

Différence?



Normalité



Et il a découvert que le fonctionnement du psychisme était universel

Et que la normalité était de pouvoir s'arranger avec ses problèmes psychiques internes



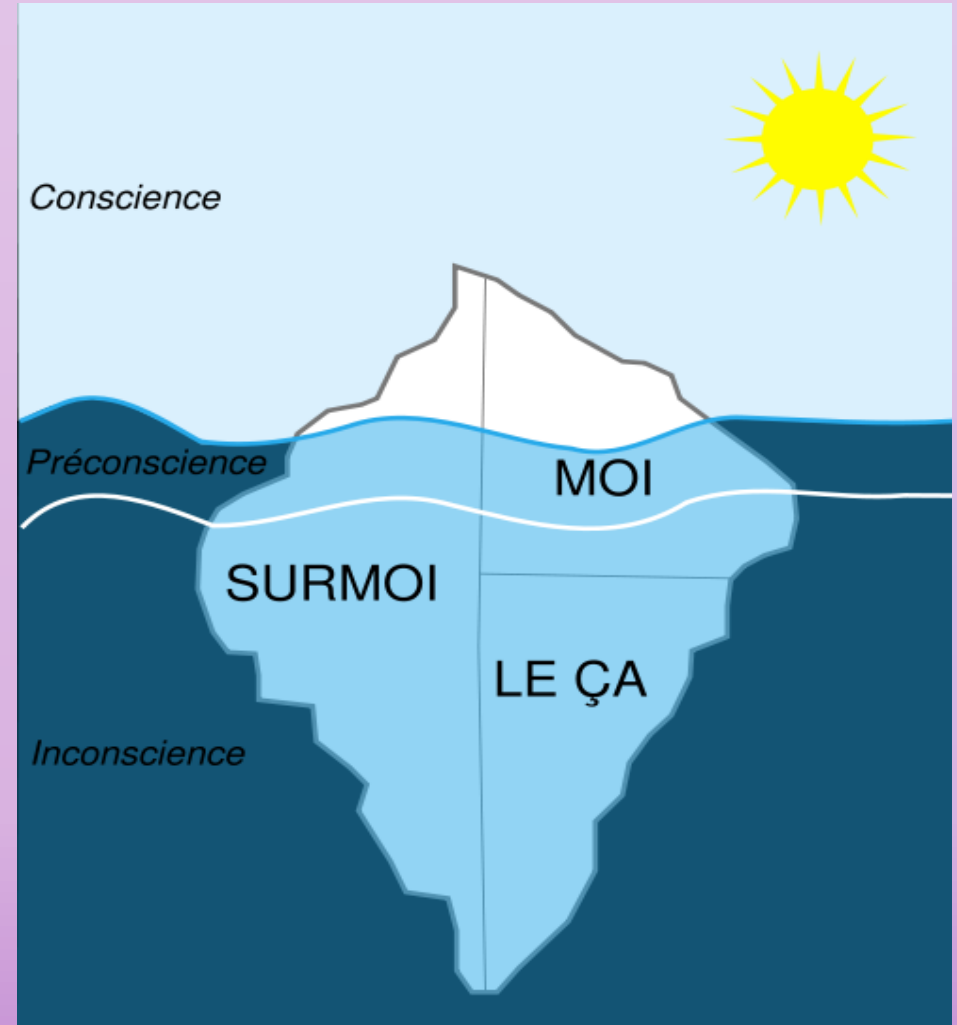
Une carte de dixit sur l'inconscient



Les topiques Freudiennes

Première topique
Conscient
Pré conscient
Inconscient

Deuxième topique
Çà
Moi
Surmoi



L'inconscient

- « *Le moi n'est pas maître dans sa propre maison* »
Freud
- L'inconscient est situé **dans tout le corps**, dans la mémoire corporelles (traces perceptives, sensorielles, motrices et gestuelles)
- **Considéré comme un réservoir** de choses refoulées (Freud) ou de ressources et de capacités (Erickson et hypnose)





Réalité



Surmoi



Ça

Exigences de la
réalité
« *Il est possible
de...* »

Pression des
pulsions
« *J'ai envie
de...* »

Pression de la
morale
« *Il faut que...* »



Moi

Rôle de conciliateur

Pour Freud la structure psychique est comme le cristal de l'être avec ses forces et ses faiblesses

Chaque personne a une structure interne qui ne change pas

Freud a mis en évidence deux structures : psychotique ou névrotique

Il y a un équilibre et une stabilité possible dans chaque structure



Jean Bergeret a mis en évidence ensuite, une **A-structure**, nommé le plus souvent personnalité état-limite ou border line

Certains symptômes sont transversaux, comme l'état dépressif ou les addictions

Lorsqu'il y a une décompensation, les symptômes sont très variables suivant la structure psychique

Il ne s'agit pas de se débarrasser d'un symptôme, car le symptôme peut avoir un sens

Symptôme vu comme tentative d'équilibre psychique



Permettre à la personne de comprendre son fonctionnement psychique intérieur

Pour qu'elle puisse aller vers un changement intra-psychique et conscientiser des conflits intérieurs, grâce à l'introspection

Powerpoint Raphael

Identifier les éléments liés

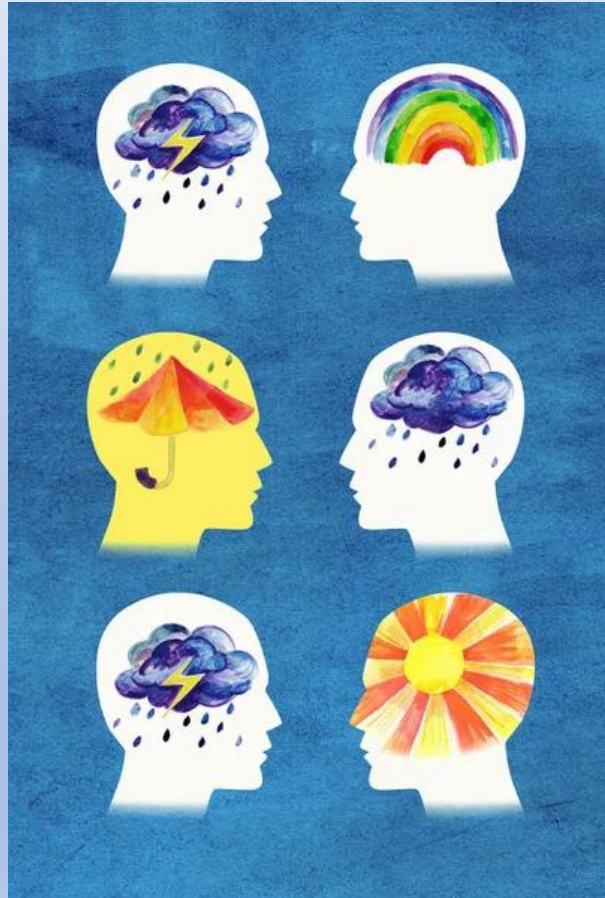
- Ca
- Moi
- Surmoi
- réalité

C'est quoi le psychisme?

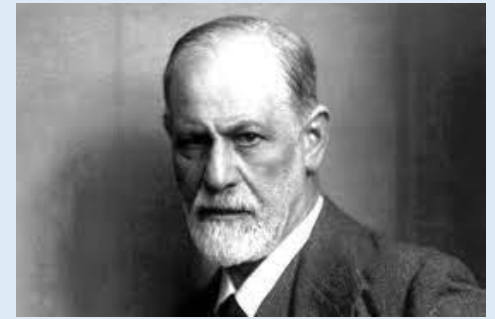


LES CONTENUS INTRA-PSYCHIQUES

Qu'est-ce que les contenus intra-psychiques?



Comment se transforme cette énergie ou matière psychique?



LIER L'ENERGIE PSYCHIQUE LIBRE
POUR EVITER QU'ELLE NE
DEVIENNE DE L'ANGOISSE

Angoisse et mécanismes de défense



Freud évoque l'angoisse, comme une énergie psychique libre et qui doit être liée par des **processus psychiques internes**.

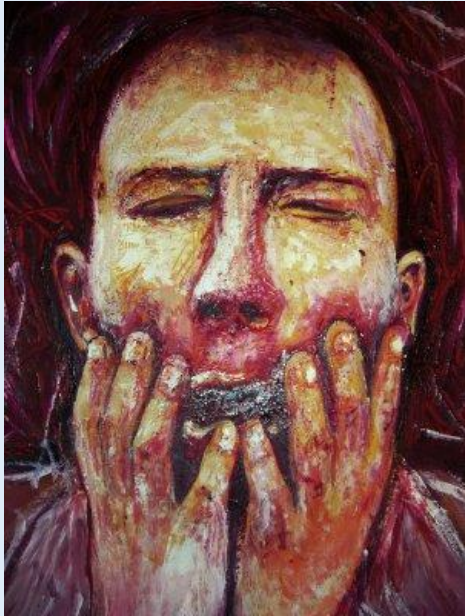


Il développe la notion de **mécanismes de défense** comme mode privilégié de canalisation et de transformation des pulsions par le moi.



Une carte de dixit sur l'angoisse

Le principal symptôme: l'angoisse



L'angoisse est **maturante** si elle ne déborde pas les capacités psychiques de la personne



L'angoisse peut être vue comme une énergie psychique non liée, c'est-à-dire **non représentable**

Une représentation offre déjà une ébauche de transformation

Les différentes angoisses

- Naissance: traumatisme
 - angoisse de dévoration (stade oral)
 - angoisse de persécution (stade oral tardif, paranoïde et schizoïde)
 - angoisse de séparation (8mois)
 - Stade du miroir: angoisse de morcellement
 - angoisse de destruction, effraction, vidage (stade anal)
 - **angoisse de castration (Œdipe)**
 - angoisse existentielle (adolescence)
 - angoisse de mort (age adulte et vieillesse)
- angoisse de morcellement (psychose)
 - angoisse d'abandon ou anaclitique (états-limites)
 - angoisse de castration (névrose)

Freud, Anna Freud,
Mélanie Klein, Lacan, Dolto

Bergeret

Les mécanismes de défense

Fonctionnement normal de la psyché: Les pulsions prennent leur origine dans le Ça, qui est un réservoir de pulsions inconscientes

Si les **mécanismes de défense** sont **débordés**, l'angoisse se déclenche, s'installe, se manifeste

Pulsions de vie (Eros) et pulsion de mort (Thanatos)

les principaux mécanismes sont **le refoulement, la projection, la sublimation**, mais il y en a bien d'autres...

L'énergie pulsionnelle doit **être liée par le Moi** pour ne pas rester dans la décharge, le passage à l'acte ou créer de l'angoisse

Pour lier l'énergie libre, le Moi va utiliser **des mécanismes de défense**



Projection

Processus psychique inconscient consistant à projeter au dehors de soi des éléments psychiques et à les attribuer à des objets ou à des personnes extérieures

Projection normale ou positive: Processus qui se poursuit tout au long de la vie et qui permet de projeter hors de soi des éléments nous appartenant, ce qui peut nous aider à pouvoir mieux comprendre l'autre



Les éléments négatifs projetés semblent alors **revenir du dehors** (délires, hallucinations) dans le cadre de pathologies psychiatrique (psychose, schizophrénie, paranoïa)

Si ces éléments psychiques sont **vécus comme trop destructifs**, ils sont projetés en dehors de soi-même.

Une projection méconnue

« C'est l'homme qui passe au dessus du gouffre, plombé par le hasard qui va le faire chuter »



Un jeune homme schizophrène,
submergé par ses centaines d'oeuvres

*« Le danseur laisse une trace, un signe sur le sol.
Le rapport avec moi?
Peut-être que je devrais danser???»*



Une projection d'éléments intra-psychiques identifiée

Une jeune fille
anorexique qui
découvre l'argile
avec plaisir

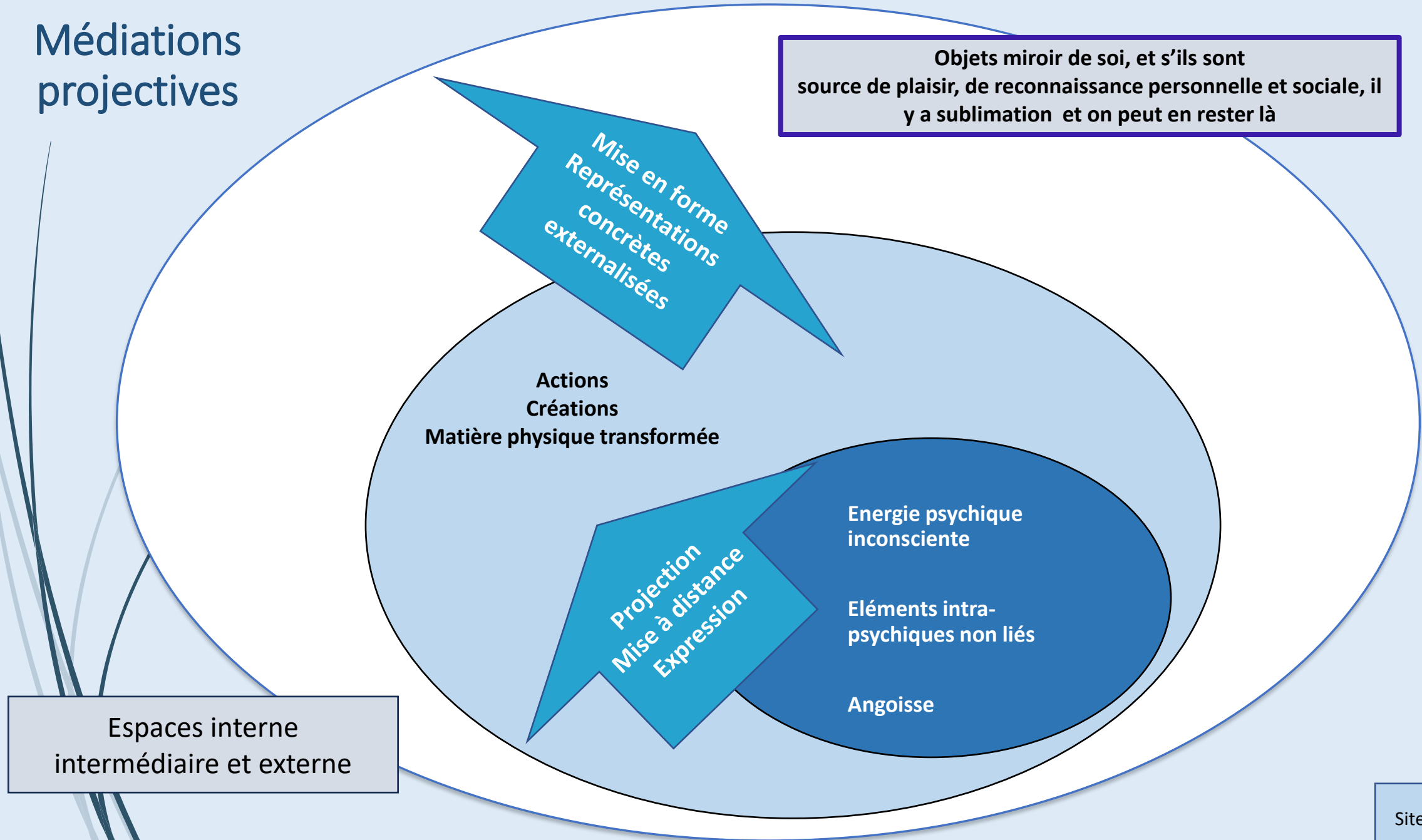


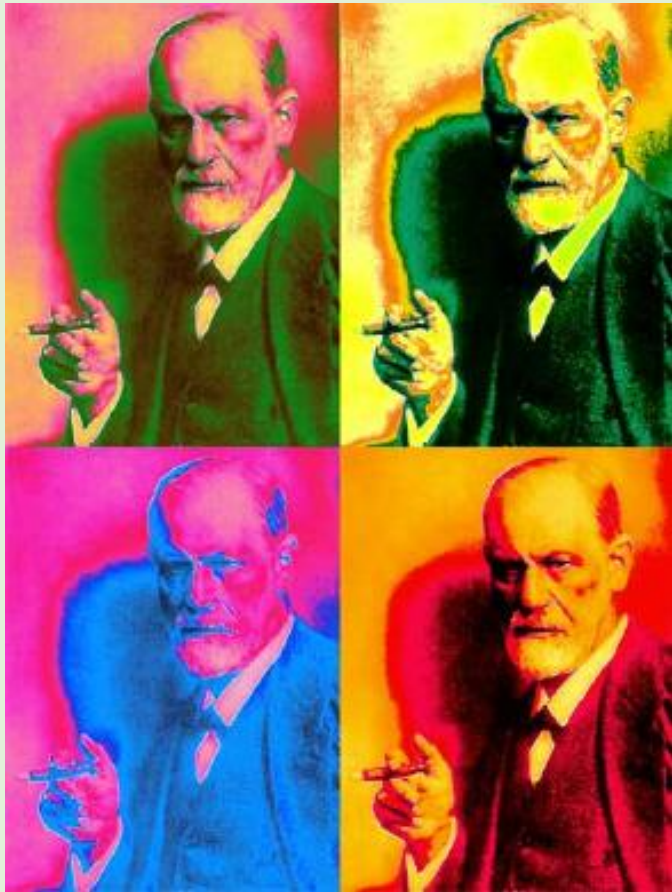
*« Il y a plus de corps,
plus de volume »*

*« Je n'aurais
jamais fait cela au
début! »*

*« Elle n'est pas encore
debout... un peu comme moi
en fait... »*

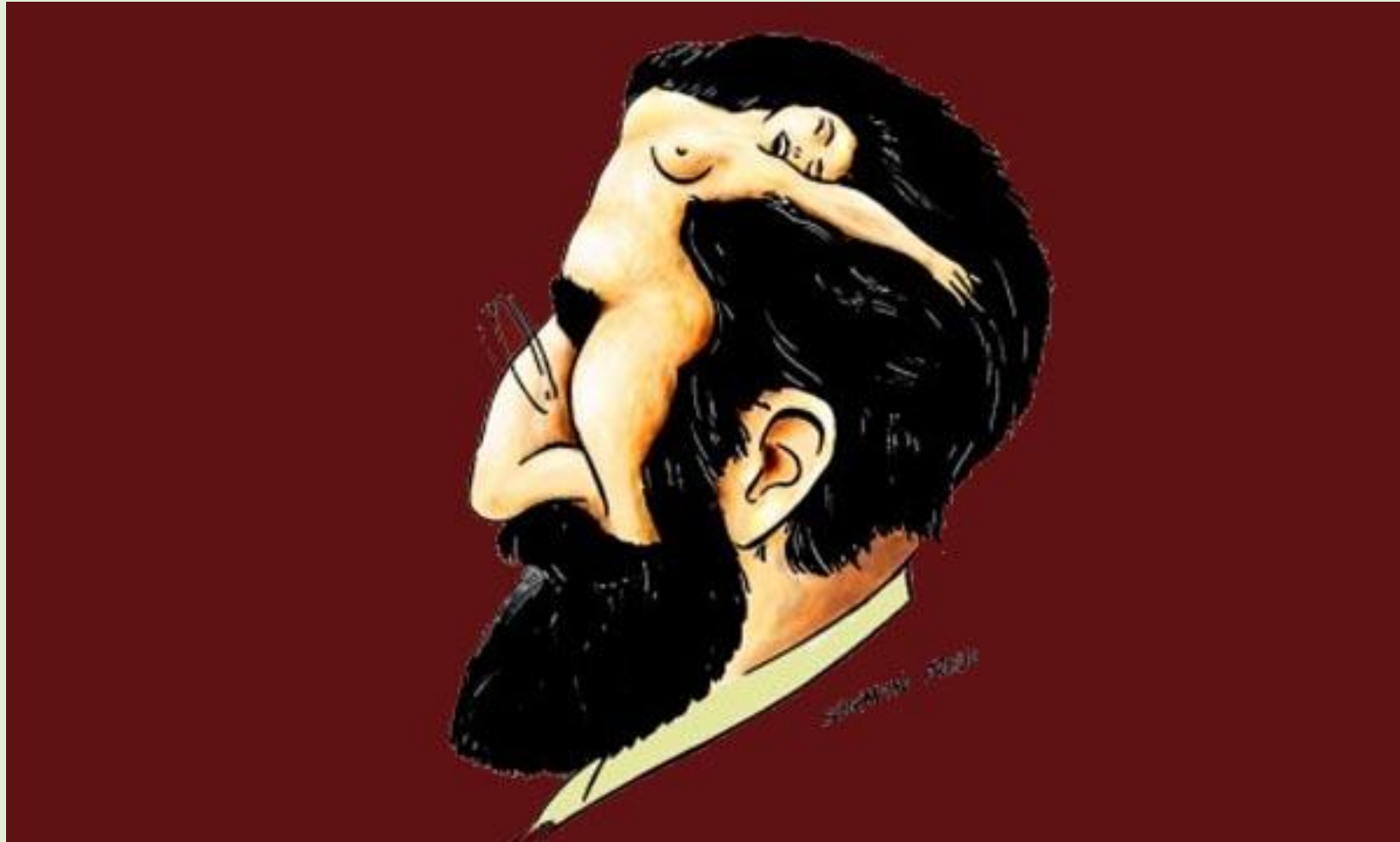
Médiations projectives





Processus de sublimation

A votre avis, quel est
votre moyen de
subliminer?



Sublimation

« Domptage »
de la pulsion

Un des destins
de la pulsion

Travail psychique
qui s'effectue
dans le domaine
de la
représentation



Autre issue
que l'acte

CORPS

IMAGES

Processus de sublimation

La sublimation est le processus par lequel des pulsions sexuelles ou agressives refoulées sont redirigées vers des activités socialement acceptables et productives. Il s'agit d'un processus en partie conscient.

- **Un processus psychique personnel** nécessitant des capacités sublimatoires intrinsèques, une conscience de cette transformation de l'énergie interne et pulsionnelle. C'est ce travail psychique qui est au cœur d'une transformation interne de la pulsion qui trouve une autre voie que l'acte et la décharge
- **Une activité de type culturelle** socialement investie, qui permet à des artistes d'éprouver un sentiment de valeur aux yeux des autres. La valeur sociale de l'œuvre dépend des capacités créatives de la personne. La sublimation peut se déployer aussi dans des activités professionnelles ou sociales.
- **La création** permet à ce processus de se déployer. Elle permet la production de quelque chose de nouveau et d'original. Elle peut se faire par le biais de différents moyens, tels que l'art, la musique, l'écriture, l'architecture ou la cuisine.

Processus de sublimation

Libido: L'énergie s'inscrit dans des réalisations sans rapport apparent avec la sexualité : activités morales, productions artistiques, profession, etc.



Processus de sublimation: voie de transformation de la libido , mécanisme de défense du Moi pour transformer les pulsions du ca

Processus efficace s'il y a un sentiment de valeur à nos propres yeux ou dans le regard des autres

Une sublimation réussie

un “mâle alpha” destructeur,
homophobe, violent et
humiliant avec chacune de ses
compagnes...



Une sublimation ratée

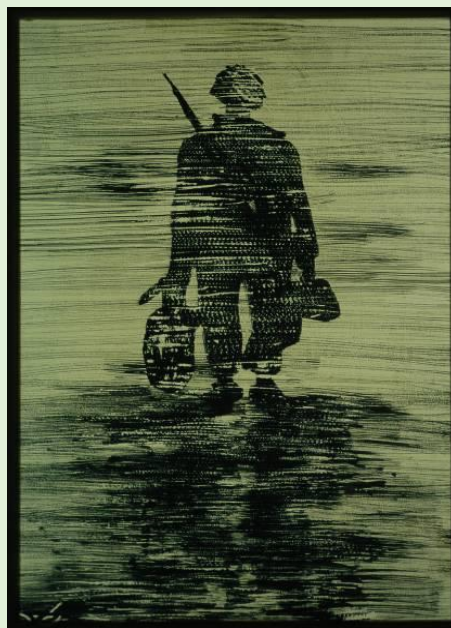
Artiste raté et vagabond

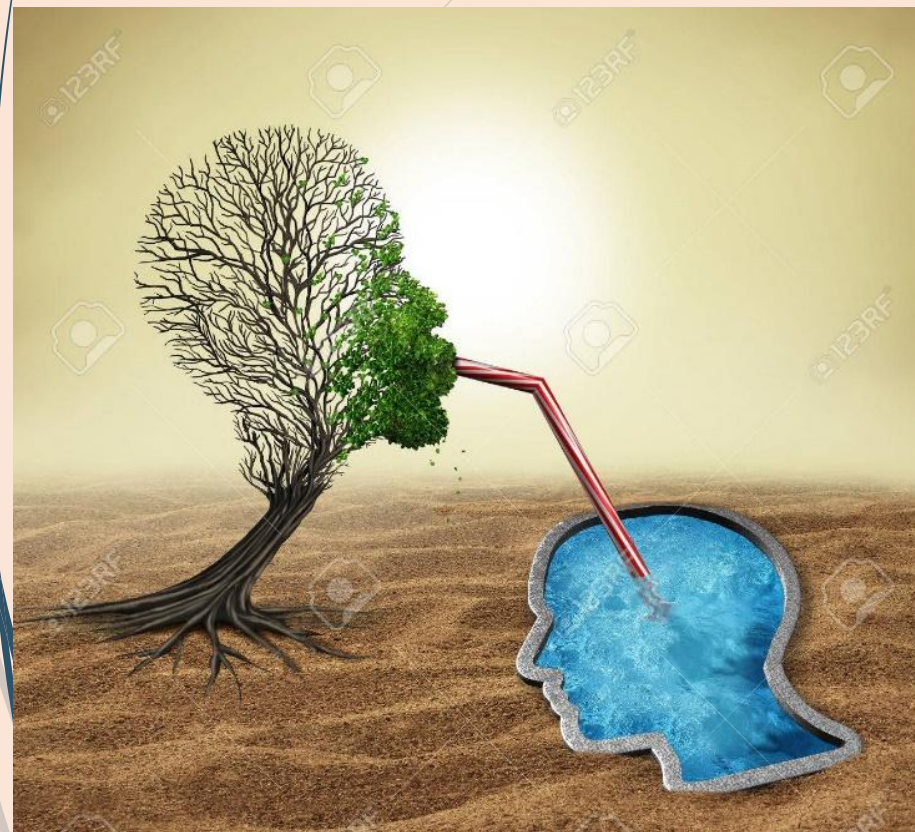
Un jeune homme impatient de se lancer dans l'art, interrompt une scolarité des plus médiocres. Il échoue deux fois à l'examen d'entrée à l'École des Beaux-Arts. Il pratique de petits boulots, découvre la misère. Clochard aigri, sans joie et sans relation féminine connue, il rumine sa haine de la bourgeoisie.





Une exposition permettant d'intégrer un atelier de créativité extérieur à l'hôpital





RELANCER , SOUTENIR, FAIRE
DECOUVRIR LE PROCESSUS
DE SYMBOLISATION

Qu'est ce qu'un symbole?

Un arbre possède des racines, des ancrages plus ou moins solides.

Il porte des fruits mais aussi des cicatrices, des nœuds...



Symboliser, c'est la possibilité d'utiliser et de comprendre les symboles, des représentations

Comment serait votre arbre intérieur?

...autant de métaphores potentielles de soi-même, de son histoire

Matière psychique et symbolisation



R. Roussillon parle d'une **matière psychique**, complexe, qui doit se projeter dans la matière concrète pour pouvoir être explorée de façon plus aisée



R. Roussillon développe les notions de **symbolisation primaire** et **secondaire**

Quelques définitions

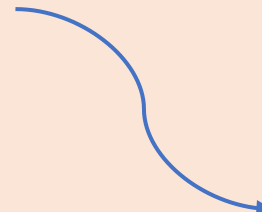
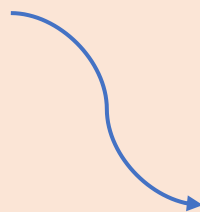


Processus de symbolisation

La symbolisation est le processus par lequel des idées, des émotions ou des expériences inconscientes sont représentées par des symboles. Il s'agit d'un processus inconscient.

- **Les symboles** peuvent être des mots, des images, des objets ou des actions. Ils sont souvent utilisés dans les rêves, les fantasmes et les œuvres d'art.
- La symbolisation peut aider les gens à comprendre leurs expériences inconscientes et à **les intégrer dans leur conscience.**
- La symbolisation est un **processus inconscient** qui peut aider les gens à comprendre leurs expériences inconscientes et à les intégrer dans leur conscience. Lorsque les gens symbolisent, ils ne sont pas conscients de la signification inconsciente de leurs symboles.

Processus de symbolisation



CORPS

IMAGES

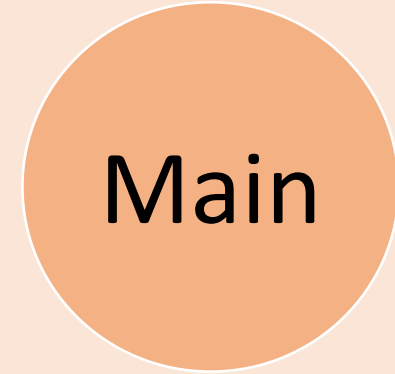
MOTS

Exploration d'une carte de dixit en transe légère

Vécu
sensoriel

Imaginaire

Symbolique



trace mnésique première

inconscient

préconscient / conscience

Sensations
mémoire du corps

représentation en
choses/formes/images

représentation en mots

**Symbolisation
primaire**

**Symbolisation
secondaire**

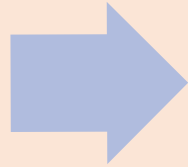
Formation inconsciente
des images internes

Formation consciente des mots

En thérapie médiatisée



**Symbolisation
primaire**



**Symbolisation
secondaire**



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

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique
fondamental pour **relancer le processus de symbolisation**

Le trouble psychique, comme échec de la symbolisation

Le travail de la psyché se fait uniquement à l'aide de **représentations...**

...qui nécessitent d'être **transformées et métabolisées** pour atteindre la conscience



Il est possible de considérer le trouble psychique comme un **échec de la transformation** de la matière psychique

Il s'agit donc de **contenus intra-psychiques** qui n'ont pas encore pu prendre forme, prendre sens pour la personne et qui font souffrance pour elle. (éléments refoulés, traumatismes...)

Expérience en Argile

Powerpoint Argile comme
médium malléable

La terre comme archétype

Une compétence dans notre référentiel: proposer des médiations projectives à visée de psychothérapie

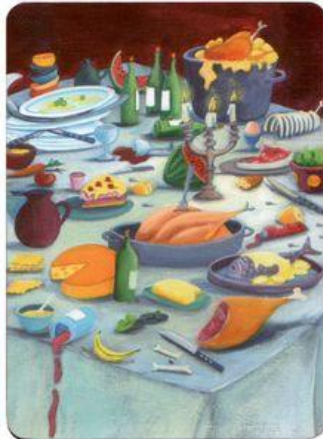
Une compétence dans notre référentiel: permettre l'expression des conflits intrapsychiques et pouvoir les recueillir

Et pour faire cela, il est nécessaire de proposer une **Thérapie Médiatisée**, avec des outils d'expression, de création et des médiations projectives

Une ligne de partage entre ergo et psycho

MAIS nous ne sommes pas psychothérapeutes car il s'agit d'un titre protégé et il faut être psychologue. Nous pouvons donc **co-animer** avec des psychologues

Ou nous donner les moyens de travailler ainsi, en situation de soin psychique précoce et en parlant de **THERAPIE MEDIATISEE**



Choix de trois cartes de Dixit

- * Carte du présent
- * Carte Ressources
- * Carte du futur

Introspection

- Un outil pluri-disciplinaire
- Une compétence personnelle
- Un intérêt pour soi et son fonctionnement intra-psychique
- Une centration sur soi-décentration-recentration



Powerpoint de Claude

Identifier les éléments liés à la projection, la sublimation, la symbolisation, l'introspection

(A répartir dans les groupes)

Elaboration psychique

« Le travail d'élaboration consiste à intégrer les excitations dans le psychisme et à établir entre elles des connexions associatives.

Il s'agit d'un *travail spontané* du psychisme ou réalisé au cours d'un *travail thérapeutique* ».



L'outil est l'introspection,
l'élaboration psychique est le résultat

Introspection à partir d'un objet créé

La verbalisation sur les objets , vécus comme des miroirs potentiels de soi-même (donc clairement distingués de soi)

Peut permettre de donner du sens aux formes, aux images, aux objets

Les éléments intra-psychiques projetés peuvent alors être liés par les mots et devenir conscients

Et si elle a des compétences introspectives

Si la personne peut s'approprier l'expérience, faire un retour réflexif sur elle-même

Espaces interne intermédiaire et externe

Powerpoint de Sabine

Identifier les éléments liés à la projection, la sublimation, la symbolisation, l'introspection

(A répartir dans les groupes)

Introspection « concrète »

- Création **sans modèle**, ni apprentissage technique
- Expérience et conscience possible **d'un lien** entre un objet créé, extérieur et des images internes
- Témoignages d'un **contenu intrapsychique** personnel projeté, potentiellement symbolique et signifiant

Elaboration psychique

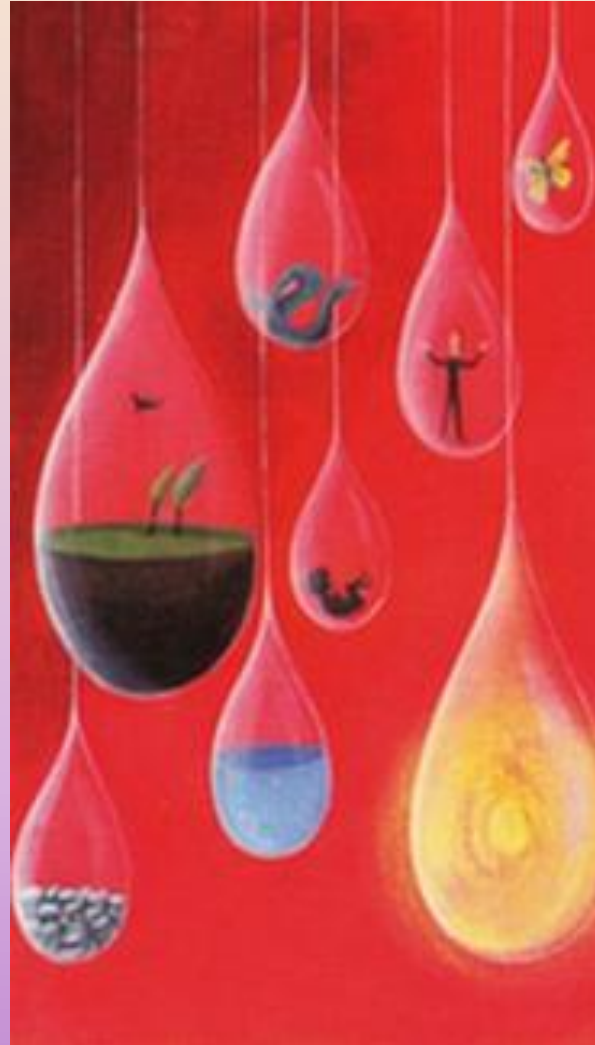
« Ce collage, maintenant que je le vois, ca raconte comment mon corps est abimé. La bouche verte, c'est comme quand c'est dégoûtant, mais en même temps, on voit la femme derrière, c'est séduisant aussi, et attirant. C'est comme l'alcool, attirant, et mauvais.... »



Projection

Une patiente choisit une carte avant une séance de relaxation pour le temps de méditation

Elle y projette des histoires pour expliquer l'origine de sa tristesse, parlant d'enfermement et de perte des belles choses qui étaient en elle, à cause dit-elle de personnes extérieures



Elaboration Prise de conscience

En fin de séance de relaxation, après un travail sur la conscience de soi et sur l'importance de prendre soin de soi

Elle constate, en évoquant cette fois, le personnage dont on ne voit que les pieds, qu'elle a contribué à son état et qu'elle en est aussi responsable

Un petit jeu: différents types de paroles

- **C'est:** Descriptive, explicative, centrée sur la réalité
- **Cela me fait penser à:**
Associative, imaginaire,
c'est comme si , comme une histoire
- **Cela pourrait vouloir dire:**
Introspective, en lien avec l'histoire de la
personne



Powerpoint de Sophie

Identifier les éléments liés à la projection, la sublimation, la symbolisation, l'introspection

(A répartir dans les groupes)

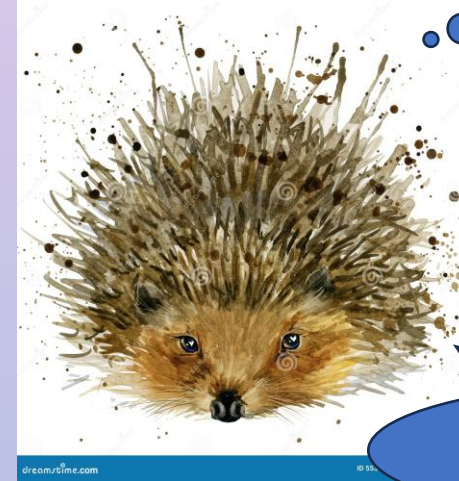
En résumé

Energie ou
matière
psychique non
liée

Qui se projette dans une
représentation externalisée,
concrète

Qui se projette dans
un objet esthétique

Sublimation



Symbolisation

Qui s'y frotte...s'y
pique

Qui donne
du sens

Si je suis honnête, je
suis un peu piquant et
sur la défensive, parce
que j'ai peur





Powerpoint de techniques de
groupe

Puzzle collectif symbolique de
la semaine