

# DIXIT

Expression Verbale et symbolique



## But du jeu :

Expériences de connaissance de soi à travers ses propres choix et le regard des autres

## Nombre de participants :

5 à 12 personnes

## Règles :

**LES TROIS CARTES :** Chaque personne choisit 3 cartes :

- Une carte symbolisant l'état dans lequel on se sent
- Une carte symbolisant l'état dans lequel nous voudrions être, nous sentir
- Une carte symbolisant la ressource qui permet de passer de l'une à l'autre

Il est alors possible de travailler de plusieurs façons :

- Soit en individuel en proposant de verbaliser le choix des cartes, avec une insistance particulière sur la carte ressource afin de ne pas laisser la personne entrer dans des explications trop rationnelles. Travail des liens associatifs et découverte de ses ressources potentielles.
- Soit en groupe en demandant aux participants de deviner l'ordre des 3 cartes qui ont été mélangées, permettant ainsi à la personne qui les avait choisies d'entendre d'autres scénarios imaginaires possible donnés par les autres participants. Les projections personnelles sont alors facilitées car elles se font le plus souvent, sur la carte de l'autre....

## Description du jeu :

Jeu de cartes avec des images très métaphoriques, poétiques, ludiques, étranges suivant les différentes extensions.

## Contre indications :

Patients psychotiques en état de dissociation aigue.

Patients ayant un imaginaire pauvre (risque d'échec dans titres imaginaires)

## Expérience significative :

**Expériences sensorielles :** visuelles

**Expériences émotionnelles :** surprise, plaisir, frustration, colère, sentiment d'intrusion, tristesse, déception...

**Expériences identitaires :** Expression et conscience de soi, amorce d'introspection avec un tiers médiateur, conscience de son espace psychique (identifier, protéger, partager)

**Expériences relationnelles :** explorer un espace de parole groupal de façon sécurisée, distinction de soi et autrui, expérimenter différents modes relationnels, (Dépendance, indépendance, inter-dépendance, autonomie, coopération, opposition, identifications, soutien, étayage, distinction, création de liens inter-personnels), expériences de l'inconscient groupal et de l'élaboration psychique collective

**Expériences métaphoriques et symboliques :** expérience des projections des images internes et du sens, métaphore concrète du travail psychique

# VISÉES THÉRAPEUTIQUES

L'utilisation du jeu Dixit de la manière présentée ci-dessus permet :

- De faire ressortir plus facilement les pensées sombres
- D'instaurer un dialogue et une relation de confiance plus facilement
- De développer l'imagination
- De parler de soi de manière inconsciente (lorsque l'on évoque les cartes des autres)
- De libérer la parole, l'imaginaire
- De servir de brise glace pour que les gens apprennent à se connaître
- D'identifier ses ressources
- De créer des relations de groupes
- D'entendre de multiples interprétations, projections, symbolisations, différentes pour chacun sur une thématique, notion.

# LIMITES DE LA VERSION “INVERSÉE”

## Fonctionnement de la méthode “inversée” :

Dans le groupe chaque personne choisi 2 cartes qui selon eux décrivent la personne à leur gauche.

A tour de rôle, les personnes dévoilent les cartes choisies en apportant une explication sur son choix.

Un tour de table peut être fait pour donner la parole aux autres participants et connaitre leur avis sur le choix des cartes.

## Limites :

- Non acceptation du jugement de l'autre
- Manque de connaissance sur la personne
- Pas adéquat à toutes les pathologies
- Création de situation de conflit
- Création de mal-être
- Création d'un climat austère
- Appréhension du jugement