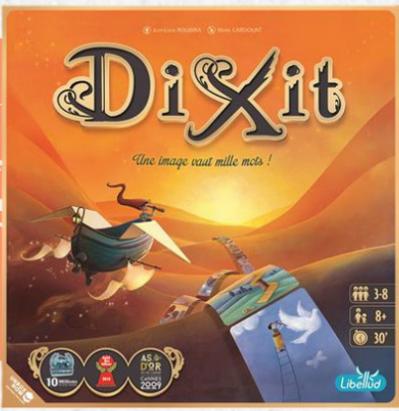


# En quoi le jeu "dixit" est un support à la symbolique pour le patient ? Et en quoi il permet de libérer la parole ?

## Le jeu "Dixit"



### C'est quoi ?

Un jeu de cartes du commerce, d'aspect poétique et imaginaire, permettant des orientations de jeu développant l'imaginaire et l'introspection.

### Les objectifs

- Moyen d'écriture personnelle ou groupale, à partir d'une image ou de plusieurs,
- Support de visualisation en relaxation,
- Média pour parler de soi,
- Favoriser l'expression identitaire,
- Améliorer la conscience de soi,
- Faciliter une projection par la dimension symbolique des cartes.
- Connaissance de soi à travers ses propres choix et le regard des autres



### Les règles

5 à 12 participants possible (idéalement pas plus de 8).

#### 2 étapes possibles :

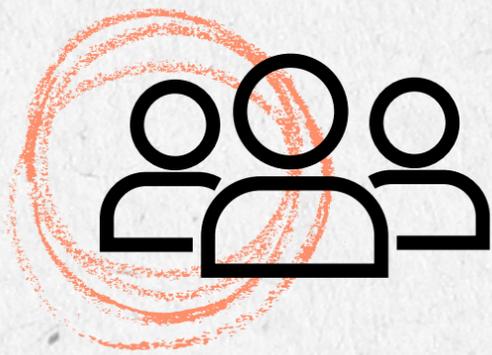
- choix des cartes
- expression associative

#### Choisir 3 cartes :

- Une symbolisant l'état du moment, comment la personne se sent.
- Une symbolisant l'état dans lequel elle souhaiterait être, un futur possible ou désiré.
- Une symbolisant la ressource permettant le passage de l'une à l'autre, une action, une évolution.

#### Expression associative :

- Verbaliser le choix des cartes
- Exprimer le sens qu'on met dans sa carte



### Pour qui ?

S'adresse à tout le monde.

A éviter pour les personnes en état de dissociation aigue, et celles ayant un imaginaire pauvre (risque de mise en échec).

### Le vécu

#### Expériences (habiletés) :

- Sensorielles : visuelles
- Émotionnelles : surprise, plaisir, frustration, colère, sentiment d'intrusion, tristesse, déception...
- Identitaires : expression et conscience de soi, amorce d'introspection avec un tiers médiateur, conscientiser ou identifier et/ou partager son espace psychique...
- Relationnelles : espace de parole groupal, sentiment de sécurité, distinction de soi et autrui, différents modes relationnels, autonomie, coopération, opposition, identifications, soutien, distinction, l'inconscient groupal
- Symboliques : projections des images internes et du sens, métaphore concrète du travail psychique...

# Le symbolisme (selon R. Roussillon)

## Mécanisme de projection et d'introjection

Concept basé sur la théorie de la sublimation de Freud, le symbolisme lui s'attache à décrire le travail de la psyché comme étant la transformation nécessaire du ressenti en une représentation mentale imagée (projection) plutôt que la transformation de l'énergie intérieure en activité. La deuxième formation verbale permet l'introjection. C'est le passage de l'affect confus à un discours via des supports externes.



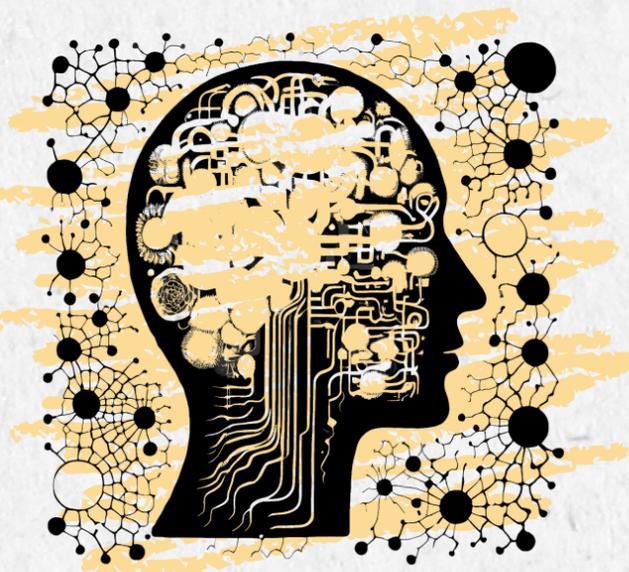
## Corps ressenti



Il peut s'agir d'émotions primitives encore peu structurées, de souvenirs inconscients sans interprétation rationnelle, des expériences refoulées (traumatismes) ou des pensées confuses inaccessibles directement. Ce peut être une sensation, une mémoire du corps non conscientisée ni exprimée.

## symbolisation primaire

C'est le processus inconscient qui permet grâce à des éléments extérieurs (médias) de nous représenter mentalement les images internes, abstraites au départ. C'est la projection.



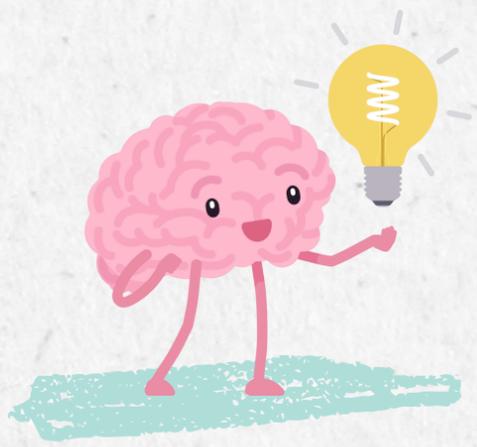
## Symbolisation secondaire

Il s'agit de la deuxième phase de transformation du processus de symbolisme. La représentation imagée obtenue inconsciemment va passer à la conscience en la verbalisant. C'est l'introjection

# Le Dixit, à vocation thérapeutique ?

## Dixit comme outil de projection

En choisissant une carte parmi 84 (quantité de base), le patient peut projeter un ressenti inexprimé en y retrouvant inconsciemment des éléments de son monde interne. Exemple : une carte montrant une personne solitaire pourrait évoquer chez un patient une peur de l'abandon qu'il projette sur l'image sans en avoir conscience.



## Dixit comme outil d'introspection

**En relation duelle**, le média permet d'établir une distance avec le thérapeute et de proposer au patient un travail d'introspection en lui permettant de verbaliser le choix des cartes, avec une insistance particulière sur la carte ressource.

L'introjection sur l'état présent, et futur n'est pas primordiale. C'est celle sur la carte ressource qui va être essentielle de faire conscientiser et développer. Il est possible d'écrire à partir de cette carte, d'imaginer une histoire, de la dessiner.

**En groupe** en demandant aux participants de deviner l'ordre des 3 cartes qui ont été mélangées, leur permettant ainsi de confronter leurs cadres de référence et s'ouvrir à d'autres visions, interprétations.



DIXIT = SYMBOLISME

## Vocation thérapeutique ?

Le jeu répond donc bien aux deux étapes primaire et secondaire du symbolisme, permettant la libération de la parole. Puisque c'est la verbalisation qui permet de donner du sens, d'atteindre la conscience et la compréhension de soi, alors l'aspect thérapeutique est démontré.

