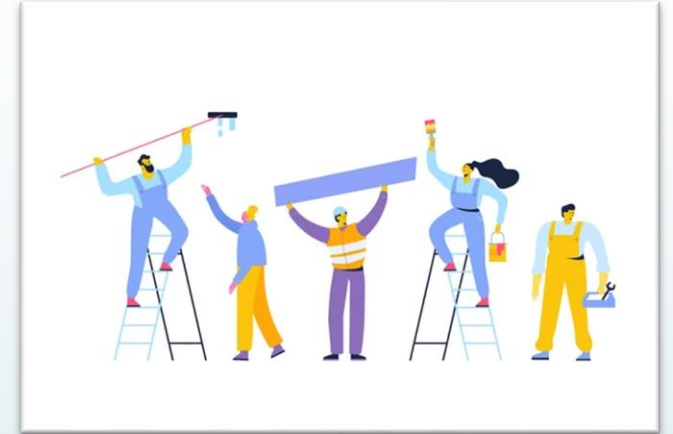


Occupations, activités et médiations en ergothérapie

PLAN

- 1 Quelques précisions
- 2 Comment analyser?
- 3 Outils thérapeutiques
- 4 Destin de l'objet



1 Quelques précisions



- Relation médiatisée
- Occupations humaines
- Activités ou médiations?
- Outils de thérapie

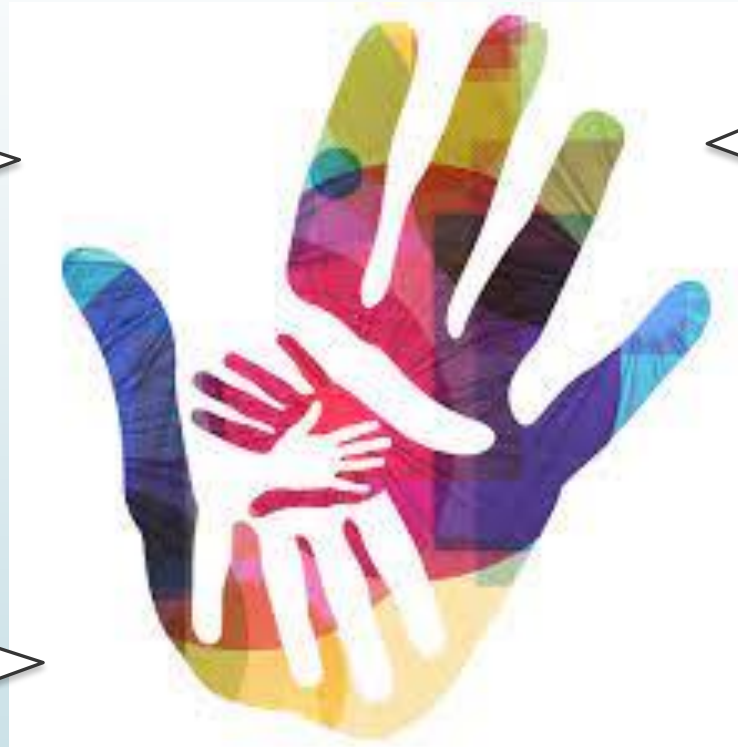
Relation médiatisée

Médiation

- Un entre deux qui sépare ET qui relie
- 3 niveaux: matière, action et objet

Matière

- Offre de la matière par l'ergo
- Intégration de la matière par la personne
- Découvertes sensorielles et gestuelles potentielles



Actions et expériences dans l'espace intermédiaire sécurisée:

Laisser découvrir, apprendre, créer librement, soutenir, accompagner, devenir acteur

Objet intermédiaire:

- Trouvé-crée
- Qui appartient au patient
- Source de plaisir
- Miroir de sens

Occupations humaines

Attention aux mots
occupationnel,
performance,
rendement

Être « occupation centré »
et personne centrée

Activités signifiantes
et significatives

Bien distinguer les
occupations de la
personne et les outils de
l'ergothérapeute



Activités ou médiations?

Une autre vision possible est de distinguer les activités **comme but en soi et comme moyen d'expression**:

- **les activités thérapeutiques** qui sont les activités dont l'objectif est de pratiquer cette activité, de l'apprendre, de s'y entraîner, de réaliser un objet...
- **les médiations expressives, créatives, projectives** qui sont des activités permettant une expression personnelle ou groupale, à visée de sublimation ou de symbolisation

Bien sur certaines activités/médiations peuvent **entrer dans ces deux catégories**, ce qui les différencie alors, c'est la façon dont nous les utilisons et surtout **nos intentions**.



Ne pas confondre occupations et outils

L'outil thérapeutique « cuisine » ne va pas forcément être pertinent pour travailler un désengagement de la personne dans son occupation « se nourrir »



L'outil thérapeutique « argile » peut travailler le désengagement de la personne dans son occupation « s'exprimer », mais ne cherche pas à favoriser l'engagement dans des loisirs créatifs



Outils thérapeutiques

Activités thérapeutiques
comme but en soi



Médiations expressives,
créatives et projectives



Activités plaisir, centrées
bilan ou centrées santé



Objet-miroir, source de
plaisir ou de sens

2 Analyser comment???

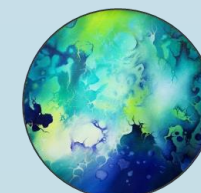


- 7 expériences potentielles
- Processus de symbolisation

Des expériences variées



Expériences significantes :Analyse d'activité/médiation proposée par la mise en lumière de 7 expériences potentielles (sensorielles, gestuelles, cognitives, émotionnelles, identitaires, relationnelles, symbolique). Une façon de trouver des expériences significantes prioritaires. Ces expériences vont permettre à différents processus thérapeutiques de se développer.



Exp Identitaires



Exp Relationnelles



Exp projectives



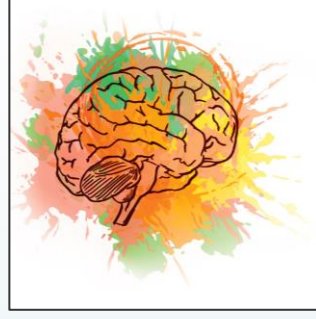
Perceptivo-sensorielles



Gestuelles et motrices



Fonctions exécutives



Expériences signifiantes potentielles

Exp Emotionnelles



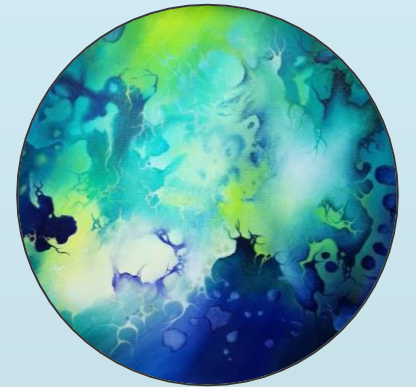
Affectives

Cognitives

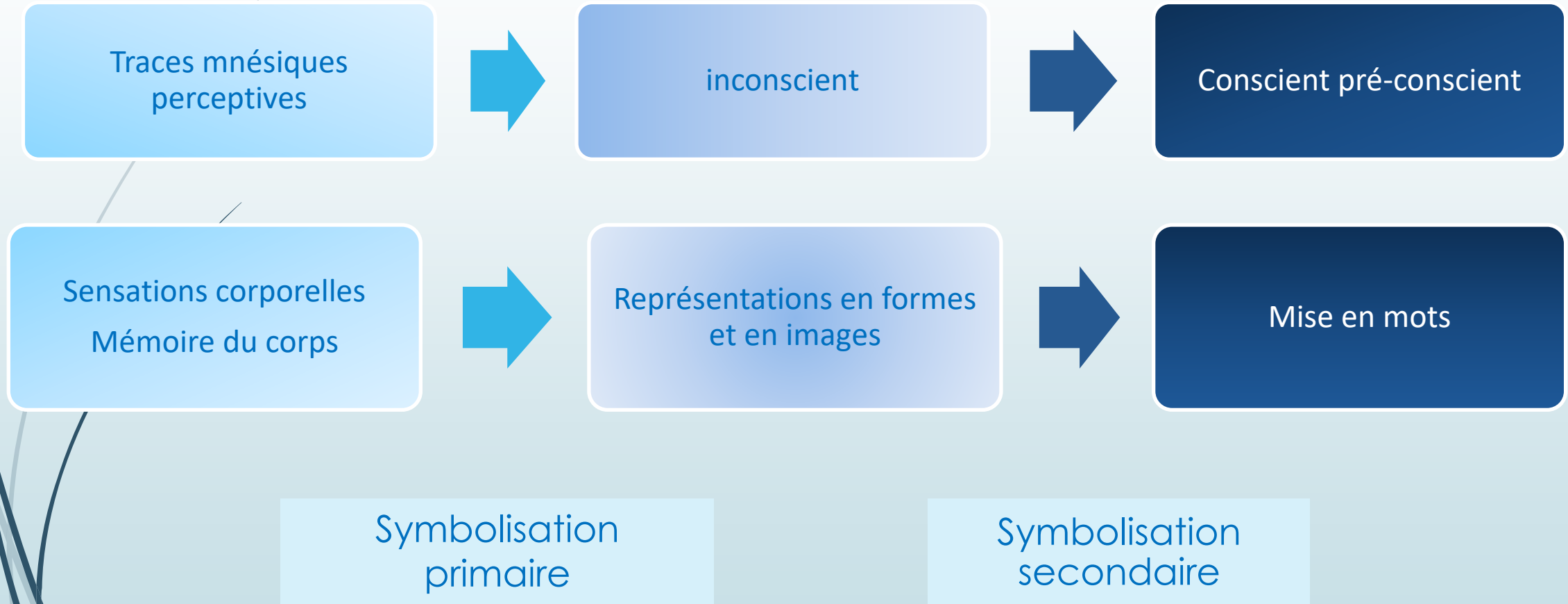
Processus de symbolisation



- **Processus de symbolisation:** Approfondissement d'une des expériences significantes, l'expérience projective. Ce processus va permettre de projeter au dehors de soi des éléments intra-psychiques, puis de mettre des mots dessus. Une introspection devient alors possible.
- **Cette façon d'analyser une médiation,** même si elle peut s'appliquer à toute activité/occupation/médiation, est plus pertinente pour les médiations expressives, corporelles, créatives et projectives, utilisées dans le domaine du soin psychique.



Analyse centrée sur le niveau de symbolisation (Roussillon)



En ergothérapie

Sensations corporelles
Gestes
Mémoire du corps



Représentations en formes
et en images qui sont
projetées et concrétisées



Mise en mots



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

3 Outils thérapeutiques

- **Activités de vie quotidienne**
- **Techniques régressives**
- **Activités artisanales**
- **Jeux thérapeutiques**
 - Jeux cognitifs
 - Jeux d'expression
- **Médiations créatives, projectives**
- **Pratiques corporelles**
- **Médiations autour de l'image du corps**



Activités de vie quotidienne



Occupations humaines

Bien distinguer les occupations de la personne et les outils de l'ergothérapeute

Domaines du MCREO: loisirs, soins personnels, productivité, repos



Remis en question actuellement, car ces catégories correspondent trop à une catégorie socio-professionnelle bien insérée...

Dans les activités de vie quotidienne, ces deux aspects peuvent se recouper

Activités plaisir, santé, entraînement ou bilan



B.M.E. MODULE DES ACTIVITES DE LA VIE QUOTIDIENNE (AVQ) et ACTIVITES INSTRUMENTALES DE LA VIE QUOTIDIENNE (AVIQ) Page 5

Categorielles descriptives		1	2	3	4
DÉPENDANCE MOTEURIE ET SENSIBILISÉE	Manque de temps				
	Présence de gênes avec des membres supérieurs				
	Présence de gênes avec des membres inférieurs				
	Présence d'effort				
	Très fatiguant				
CAPACITÉS COGNITIVES	Exécution des consignes				
	Présence de tâches				
	Exécution dans l'urgence				
	Exécution de tâches				
	Exécution dans l'urgence				
FONCTIONS PARTICULIÈRES	Manque de temps				
	Présence de tâches				
	Exécution dans l'urgence				
	Exécution de tâches				
	Exécution dans l'urgence				

Indice	1	2	3	4
Acte / Compétence / habitude	Acte / Compétence / habitude	Acte / Compétence / habitude	Acte / Compétence / habitude	Acte / Compétence / habitude

B.M.E. MODULE DES FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

		1	2	3	4
FACTEURS SOCIOLOGIQUES	Existence d'un réseau social				
	Existence d'un réseau social				
	Existence d'un réseau social				
FACTEURS PSYCHOLOGIQUES	Existence d'un réseau social				
	Existence d'un réseau social				
	Existence d'un réseau social				

Activités comme plaisir, source d'information sur la santé ou de bilan en situation artificielle ou écologique

- **les activités plaisirs** qui sont les activités dont l'objectif est de se faire plaisir, de retrouver un état de flow, de sentiment de pouvoir prendre soin de soi, le care.
- **les activités centrées santé** qui sont des activités avec une intention de transmettre des informations de type éducation à la santé, de type ETP (si le parcours est validé par l'ARS) avec partages de savoirs afin d'améliorer l'hygiène de vie de la personne
- **Les activités centrées sur une évaluation** qui servent à réaliser des bilans ou **sur un entraînement personnel** pour remettre en situation de capacités et de compétences.

Activités de vie quotidienne

En santé mentale, nous devons aider la personne à mieux vivre son quotidien, tout autant qu'en rééducation fonctionnelle. Mais la notion **d'autonomie psychique** plus que fonctionnelle sera à connaître et à soutenir.

- Il s'agit donc prioritairement **d'aider la personne à s'aider elle-même**, de l'aider à déployer ses ressources, de retrouver son pouvoir d'agir, de soutenir l'auto-détermination
- Si les capacités et les habiletés de la personne sont atteintes, il faut toujours se demander si **l'amélioration clinique suffira ou pas à restaurer** les compétences personnelles de la personne et à relancer son engagement
- Les AVQ font intervenir des **dimensions cognitives**, (mémoire, planification, habitudes, fonctions exécutives), mais aussi des **dimensions d'intimité et d'affectivité** très importante. (histoire personnelle, ancrages dans le passé, comparaison avec le présent) Or il est difficile de gérer à la fois, des situations de grande intimité corporelle et des situations de présence thérapeutique plus distanciée, comme dans les techniques projectives.
- **Ne pas être trop interventionniste**....surtout à domicile. Le projet de vie et la façon de vivre du patient doivent être priorisés et respectés.





Odeurs, goûts,
dégustation



Manipulations: couper,
pétrir,
Mesurer, peser, mélanger...



Planification,
concentration,
organisation

Cuisine

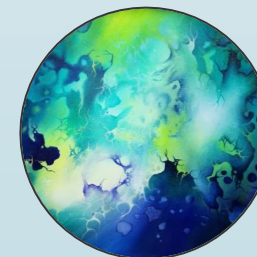


Émotions
liées à
l'histoire
personnelle et
familiale

Se sentir autonome et
capable de se nourrir

Réalisation en groupe,
convivialité, partage

relation oralité
créativité peu
présente





**Toucher, vision,
sonore**



**Principales expériences de
mobilisation du corps**



**Planification,
concentration,
organisation**

**Activité
physique**

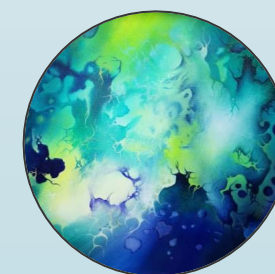


**Souvenirs
personnels
pouvant
déclencher
diverses
émotions**

**Se sentir actif,
capable, dans son
corps, bonne hygiène
de vie**

**Réalisation en Coopération,
opposition, compétition,
collaboration, identification**

**Traces mnésiques
corporelles
Peu de créativité**



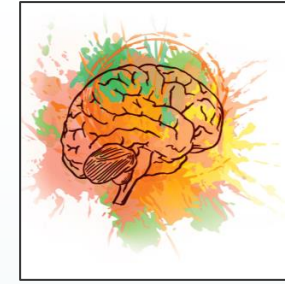
Activité culturelle



Visuelles (film, musée),
sonore (musique)...



Sortir, marcher,
prendre le bus



Planification,
concentration,
organisation

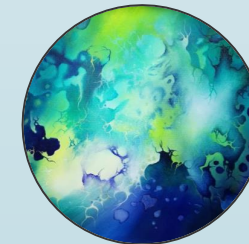


Toutes
expériences
émotionnelles
possibles

Identifications possibles
(films), choix, goûts
personnels

Partager un temps de sortie,
de plaisir, d'expériences, de
stratégies

Pas de création personnelle, mais
découverte potentielle du sens
donné à telle ou telle œuvre



Indications

- Personnes en situation de difficultés dans leur vie quotidienne
- Personnes en état d'incurie
- Personnes ayant perdu leur engagement dans leurs soins personnels (psychose, schizophrénie, dépression chronique) ou dans leurs loisirs
- Personnes nécessitant une éducation à la santé (ateliers du goût ou cocktails sans alcool en addictologie)

Activités de vie quotidienne

- Patients en intra-hospitalier ayant des capacités d'introspection (surtout ce qui concerne les activités d'hygiène corporelle)
- Etat-dépressifs réactionnels, légers ou moyens, induisant un apragmatisme, une aboulie et donc une difficulté liée à la pathologie qui cédera lors de l'amélioration clinique
- Anorexie: se questionner sur le sens de la cuisine et de l'activité physique...

Contre indications

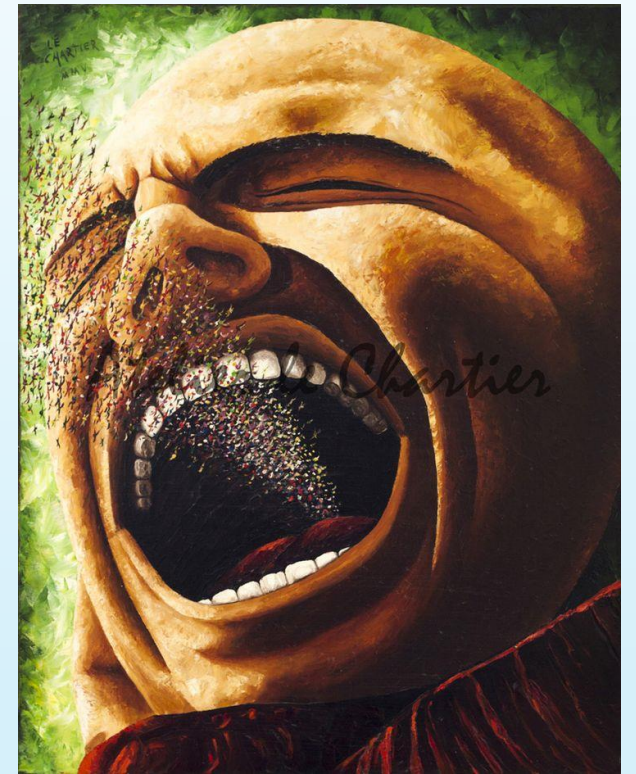
Techniques régressives



Qu'est ce que la régression?

La prise en compte de la notion de régression met en place une frontière entre différents groupes de thérapies :

- Certaines techniques en font un concept théorique et surtout un usage pratique et dont le travail est orienté vers **une forme de « retour » à des stades archaïques** du développement. L'idée principale est de retourner vers la zone dite archaïque, la zone de faille ou un quelque chose se serait mal passé, aurait laissé une cicatrice psychique, pour aller retravailler cette ou ces situations.
- **Des exemples:** les démarches psychanalytiques, la bioénergie, l'analyse primale, le rebirthing...) L'utilisation d'un travail en eau chaude ou en snoezelen, sont susceptibles d'induire de telles régressions et il convient donc de l'avoir vécu soi-même et d'y être formé.



La régression temporelle

- **La régression temporelle** définit toutes les formes que peut revêtir le retour, chez l'adulte, de sentiments et d'attitudes infantiles.
- Il existe une **régression temporelle normale** (jeux, se laisser-aller, au chagrin ou à la maladie). Il y a aussi une **régression temporelle pathologique** (retour au stade anal dans la névrose obsessionnelle, régression narcissique dans l'auto-érotisme).
- **L'hypnose à visée régressive**, au sens temporel, propose par exemple de « retourner parler à l'enfant que l'on était » et s'approche de ces méthodes, sans pour autant aller jusqu'à la catharsis.
- **Dans ce domaine, pour l'ergothérapie**, l'utilisation de jeux peut être entendu comme régressif, voir infantile et il convient donc de proposer des jeux et du matériel qui ne soient pas infantilisants.



La régression formelle

- **La régression formelle:** Dans ce domaine, le monde de la rêverie, voire du rêve, prend le pas sur les cadres sociaux . Les effets des désirs et des craintes sont plus interrogés que les éléments de la réalité. La régression formelle rapproche la pensée consciente des représentations issues de l'inconscient.
- Il existe une **régression formelle normale** (rêverie, pensée non dirigée, création artistique) et **pathologique** (psychoses, états toxiques).



- **Dans ce domaine pour l'ergothérapie,** la proposition de techniques créatives, projectives, expressives de façon non directive, prend tout à fait sa place. Médiations toujours dans notre référentiel de pratique.

Activités artisanales

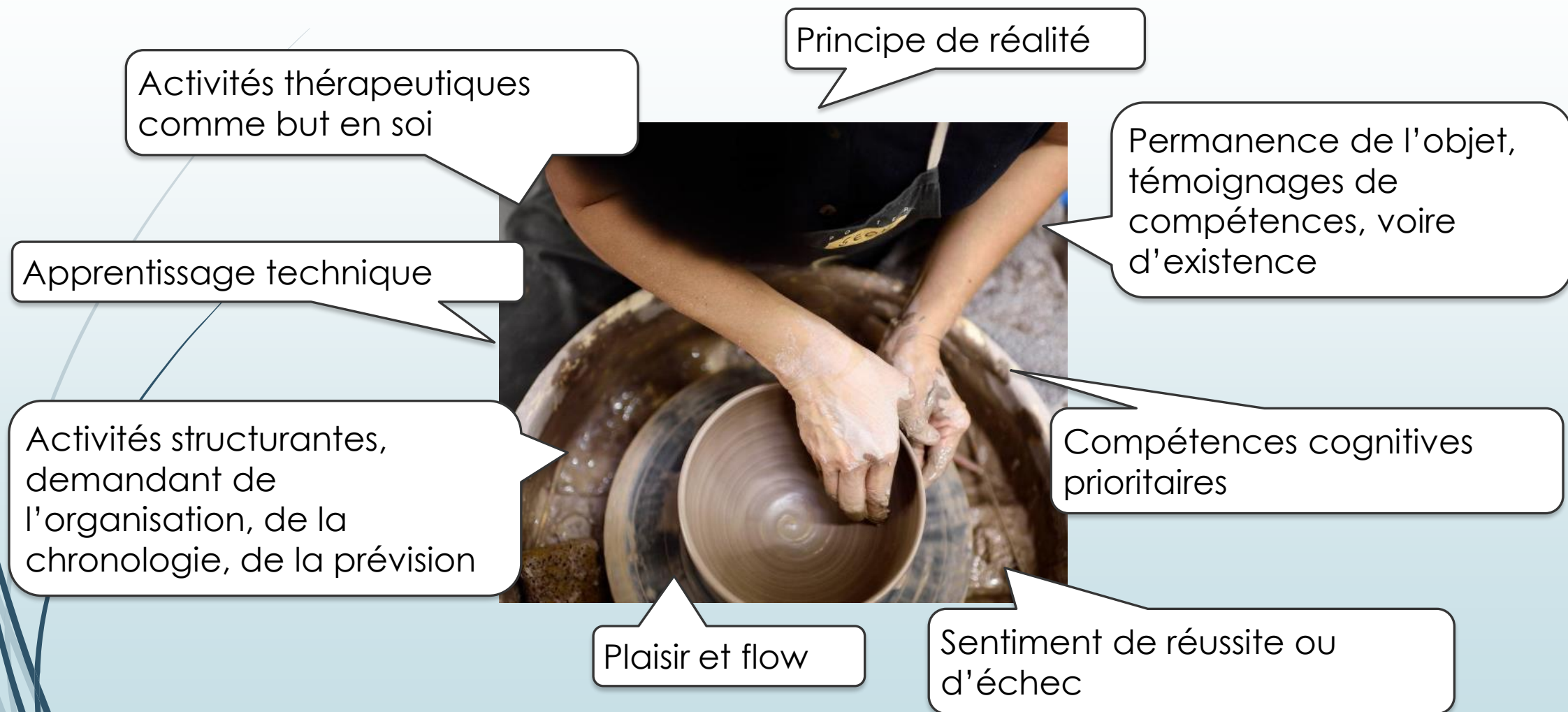


Activités occupationnelle??

- **La science des occupations humaines** venues d'outre-atlantique, appuyées sur des nécessités financières et sur des recherches (preuves probantes). Une lecture possible.
- **les activités dites occupationnelles**, dans un sens péjoratif...attention au vocabulaire encore mal perçu en France et en santé mentale.



Activités organisationnelles, structurantes, cognitives



Activités artisanales: principe de réalité

- Elles sont souvent **très structurées et structurantes** (poterie, sculpture sur bois, sur béton cellulaire, peinture sur soie, plâtre, macramé, tissage, vannerie, etc...)
- L'intégration et l'adaptation aux **contraintes de la réalité** . Le principe de réalité peut y être plus ou moins prégnant.
- La nécessité d'un **apprentissage technique**, parfois long et difficile, limite l'utilisation de ces activités dans le cas de séjours courts. Il convient de tenir compte des effets secondaires de certains médicaments (vue trouble, tremblements, etc...) pour adapter les techniques manuelles.
- Elles font appels à des **expériences cognitives** importantes: à la logique, l'esprit de synthèse, concentration, planification, mémoire, fonctions exécutives...
- Elles sont bien adaptées pour **L'évaluation et la rééducation des fonctions cognitives** (mémoire, praxies, etc.....). Elles contribuent largement, à l'organisation psychique au sens cognitif



Activités artisanales : Sens du geste

- **Selon la qualités de la matière**, des sentiment de fluidité ou de solidité peuvent être vécues. Selon les gestes vécus, la mémoire du corps peut ramener des souvenirs personnelles
- **Les gestes constructifs**: Ils vont plutôt faire appel à une mémoire corporelle et sensorielle positive. Des gestes tels que caresser, lisser, pétrir, faire tenir des choses ensemble ou encore réparer feront appel aux mêmes vécus dans l'histoire de la personne.
- **Les gestes destructifs** :Ils vont plutôt faire appel à des vécus de destruction, de dilution, voir de disparition. Taper, séparer, détruire, jeter à la poubelle, s'affronter à la matière, seront autant de moments pour la personne pour défouler une violence interne et la transformer, ou pour revivre des éléments traumatiques de leur histoire et pouvoir les vivre d'une autre façon, en parler.



Activités artisanales : Plaisir

- **L'existence de modèles** ne permet pas de les utiliser comme médiations expressives, mais peut permettre une réassurance, un appui, un faire « comme », avec un sentiment d'adaptation et de reconnaissance
- **La dimension du plaisir** de réaliser un objet concret qui peut être offert, donné, témoigner des compétences de la personne est importante (notion de Flow)
- **Les notions d'échec ou de réussite** peuvent aussi être très présents, selon les capacités manuelles de la personne. Pour soutenir le sentiment de capacité de la personne, il faut pouvoir proposer différentes activités et niveaux de difficulté.





Toucher de la matière, fluidité



Manipulations: couper, décalquer, dessiner, peindre



Apprentissage technique nécessaire, concentration, organisation

Aquarelle ou soie

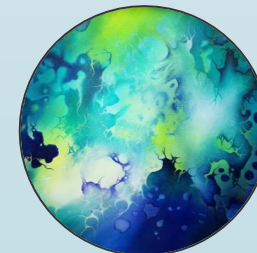


Souvenirs personnels, joie, plaisir, sentiment de valeur

Se sentir actif, capable de... appui sur des modèles

Co-apprentissage, faire ensemble, aide éventuelle

Peu de projection si modèle, plutôt objet témoin des compétences à mettre en représentation en images



Macramé



Toucher de la matière plus ou moins souple, principe de réalité



Manipulations: nouer, faire tenir, rendre plus solide



Apprentissage, concentration, organisation

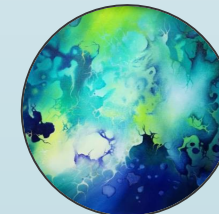


Sentiments de réussite ou d'échec, plaisir, frustration

Se sentir capable de... appui sur de l'apprentissage technique

Co-apprentissage, faire ensemble, aide mutuelle

Peu de projection personnelle, création de liens entre des éléments





Odeurs, toucher de la matière, principe de réalité



Manipulations: couper, pétrir, lisser, taper..



Apprentissage, concentration, organisation

Poterie

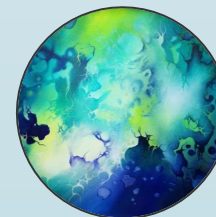


Souvenirs personnels, dégoût, plaisir, colère...

Se sentir capable de... appui sur des modèles

Co-apprentissage, faire ensemble

Peu de projection si modèles, mettre en forme et en représentation



Indications

- Personnes ayant besoin de retrouver des compétences à l'aide d'un résultat visible et tangible
- Personnes nécessitant un travail sur les fonctions cognitives, mais de façon agréable et avec un objectif, l'objet, comme trace de leurs compétences
- Personnes appréciant les activités manuelles dans leur vie personnelle
- Nécessité de réaliser un objet concret, permanent et continu (psychose, schizophrénie)

Activités artisanales

- Patients en intra-hospitalier ayant des capacités d'introspection
- Personnes cherchant à s'occuper pour ne pas penser et éviter un travail en psychothérapie
- Personnes en état de confusion
- Personnes dévalorisées, avec risques de sentiment d'échec (mélancolie)

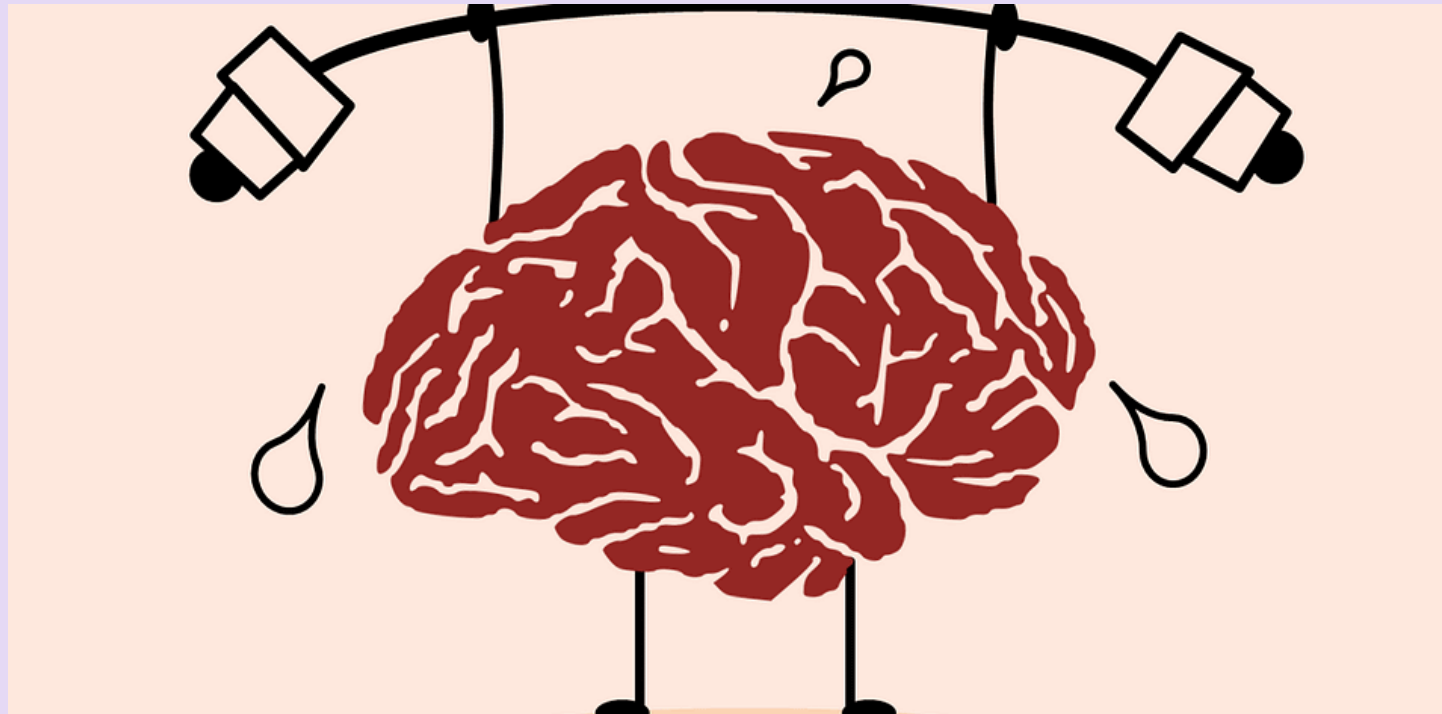
Contre indications

Jeux thérapeutiques



Les jeux, des outils
transversaux pour
différents
contextes de soins

JEUX COGNITIFS



Les jeux de société confrontent aux règles et aux limites, à l'organisation. **Winnicott** (psychiatre anglais, référence de l'espace transitionnel des ergothérapeutes) en parle, les définissant comme **les « GAMES »**, des jeux qui sont justement à même de donner une sensation de règles rassurantes vis-à-vis du chaos et de la liberté du **PLAYING** (acte de jouer de façon personnelle et sans règles préétablies)

- **Ils peuvent se présenter sous la forme de jeux très divers, souvent issus du commerce:**
 - **jeux de reconnaissance** tactiles, sonores ou olfactives, de stimulations sensorielles diverses
 - **jeux plus liés au hasard**, (mettant à mal les sentiments de toute-puissance des personnes psychotiques)
 - **jeux centrés sur les différentes expériences cognitives** (stratégie, mémoire, orientation temporo-spatiale, recherche de mots) type Memory, mot à mot, puzzles, blocus, qwirckle...
- Ces activités ludiques sont utilisables avec **quasiment toutes les populations** avec des adaptations selon les critères de difficulté cognitive, de compréhension, de nouveauté, etc...Elles ne laissent pas de traces, peuvent être plus ou moins rapides à utiliser. Elles sont proches du quotidien des personnes, voire connues et donc transférables facilement dans le quotidien



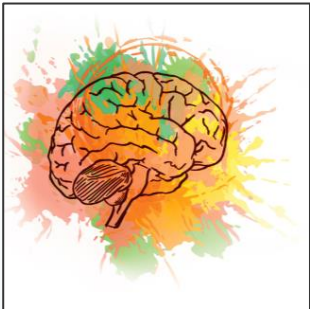
Jeux cognitifs



Essentiellement visuelles, sonores, tactiles



Manipulations diverses, plutôt fines et position assise



Planification, concentration, organisation, mémoire...

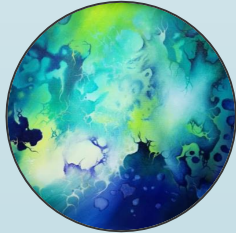


Souvenirs, histoire familiale autour des jeux, enfance,

Se sentir capable, vécu de réussite ou d'échec

Notion de compétition, de comparaison, d'identification, d'opposition...

Assez peu de projections possibles



Indications

- Personnes ayant des troubles cognitifs liés à la pathologie (psychose, schizophrénie, dépression chronique +++, alcoolisme chronique avec dégradation des fonctions cognitives si le jeu est apprécié) avec des jeux simples et adaptés à leur niveau
- Personnes en demande d'entraînement de leurs fonctions cognitives (troubles de la mémoire chez les personnes âgées, difficultés de concentration)

JEUX COGNITIFS

- Patients en intra-hospitalier ayant des capacités d'introspection
- Etat-dépressifs réactionnels, légers ou moyens, induisant un apragmatisme, une aboulie et donc des difficultés liées à la pathologie et qui céderont lors de l'amélioration clinique (pas trop d'intentions rééducatives)
- Personnes ayant des troubles majeurs liés à leur pathologie (mélancolie) et risquant de ressentir un sentiment d'échec

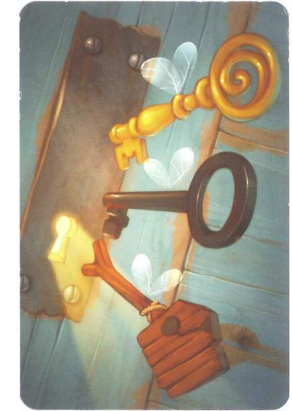
Contre indications

JEUX EXPRESSION



Le jeu est un outil transversal. Il est gratuit, ne laisse pas de trace et permet de jouer à comme si, tout en revenant à la situation antérieure sans "dommages". Ils peuvent se présenter sous la forme de jeux très divers, souvent détournés du commerce ou créés, co-créés. Ils peuvent être utilisés dans différents contextes de soins suivant vos intentions.

- **Jeux identitaires** favorisant la découverte de différentes facettes de soi-même (dixit, karma, totem...) Les jeux d'expression favorisent, parfois, un dévoilement de soi paradoxalement plus aisé, car moins source de résistances que lors d'une thérapie plus "sérieuse". contexte de psychothérapie
- **Jeux centrés sur les émotions** (memory, lien entre images et mots, entre nom d'émotions et situations...) souvent utilisés dans le contexte de TCC
- **jeux coopératifs** (faire découvrir un mot à une personne, imaginer être sur une île déserte et trouver de l'utilité à des objets, créer une histoire en groupe à partir de cartes, faire un squigggle collectif et en faire une histoire...) Ces activités favorisent aussi la création de liens entre les personnes, la découverte du lien social permettant aux patients d'être intégrés dans un groupe pratiquant une activité commune. contexte de psychothérapie ou d'habiletés sociales(réhab)
- **Jeux centrés sur les ressources**, l'autonomie, la prise de parole, les choix à faire entre deux, le fait de dire non, le lien entre un besoin ou un problèmes et des ressources internes ou externes... contexte de réhab



**JOUONS
SUR LES
MOTS**

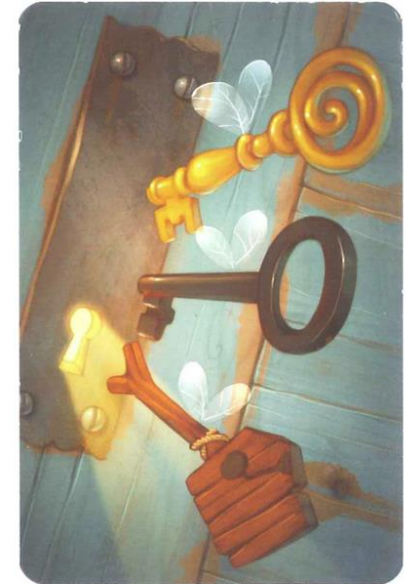


Dixit: contexte de psychothérapie

Un jeu de cartes du commerce, poétique et imaginaire, permettant de très nombreuses utilisations et orientations de jeu. Une utilisation possible pour proposer un **travail d'introspection**, consiste à proposer à une personne de choisir 3 cartes:

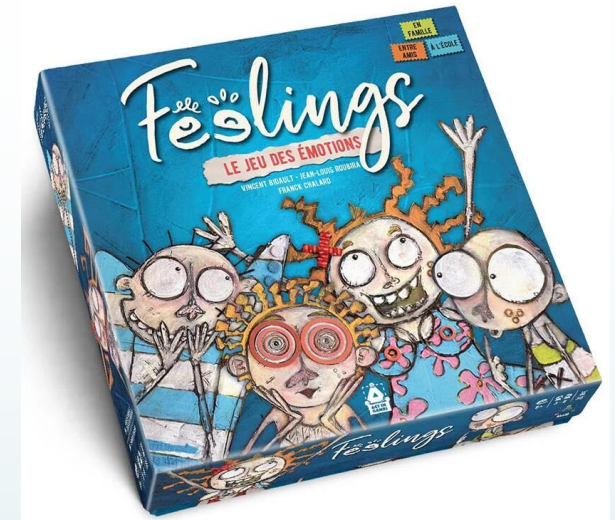
- Une carte symbolisant l'état dans lequel elle se sent, le ressenti du moment
- Une carte symbolisant l'état dans lequel elle souhaiterait être, se sentir, un futur possible, désiré, souhaité, etc...
- Une carte symbolisant la ressource qui permet de passer de l'une à l'autre, une carte permettant une action, un changement possible, une évolution, etc

Il est alors possible de demander aux autres 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, d'autres visions des choses. Cette version est doublement intéressante car elle permet aux personnes qui donnent des idées sur l'ordre potentiel des cartes, de projeter en fait des éléments qui parlent avant tout d'eux-mêmes. Ces projections croisées vont ainsi créer une atmosphère ludique et un partage possible d'éléments inconscients, personnels ou collectifs qui deviennent plus accessibles et peuvent alors s'inscrire dans des histoires partagées



Feelings: contexte de TCC

Un jeu de cartes du commerce, avec un aspect ludique car les **personnages représentant les différentes émotions**, ont un aspect plutôt enfantin. D'autres cartes proposent trois situations, décrites de façon brève (« votre enfant a hacké le site de la Nasa... »).



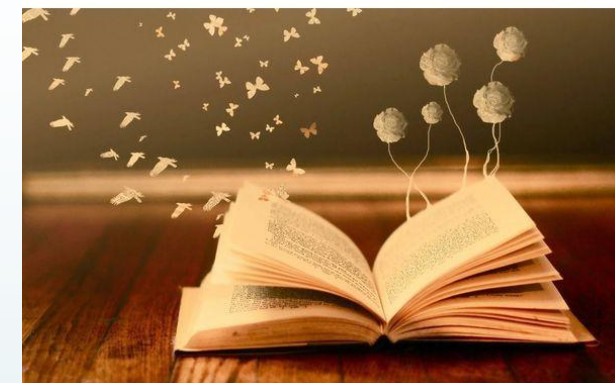
Il est possible de **l'adapter de plusieurs façons** et nous l'utilisons en proposant 6 cartes émotions posées au centre (3 sympas et 3 plus désagréables). Chaque personne pioche alors une carte situation et en choisit une qui lui semble correspondre à l'une de ces 6 émotions. Il lit ensuite la carte à haute voix et les autres personnes devinent de quelle émotion il s'agit.

La plupart du temps il est très facile de deviner la carte et le narcissisme personnel est ainsi facilement soutenu par **les compétences et le narcissisme groupal**. Ce qui se révèle le plus intéressant, c'est qu'au fur et à mesure du jeu, les personnes de plus en plus en confiance, laissent échapper leur propre façon de voir les choses, évoquent des situations personnelles et entendent d'autres points de vue. Il s'agit donc de découvrir comment pouvoir parler de soi en toute sécurité, dans un groupe, de façon ludique et authentique.

Jeu des ressources: contexte de réhab

Un ensemble de cartes-images, centrées sur les ressources personnelles, environnementales, animales, humaines, ont été trouvées sur internet, permettant aux patients "d'avoir les cartes en main". Ces cartes ont été volontairement choisies comme permettant de projeter des ressources à sa façon.

Ainsi il ne s'agissait pas de proposer une photo ou une adresse d'un GEM, mais une carte-image de personnes en discussion pouvant évoquer une association, un groupe de thérapie, un GEM, une rencontre familiale, amicale, ou encore autre chose...selon les besoins, attentes et projections de chacun et chacune.



La question de ce que nous allions mettre au centre de la table s'est alors posée: **problèmes ou besoins?** Le choix est laissé aux patients, dans une intention de valider leur auto-détermination. Chacun choisi ensuite l'une des cartes problèmes ou besoins, pour la poser au centre de la table et la proposer ainsi à la réflexion groupale. Chaque personne pose alors une carte-ressources autour, formant un cercle de ressources.

La consigne est donc: **« que pourriez-vous proposer à une personne qui présente ce problème ou qui a ce besoin? »**

Qu'il s'agisse de besoin ou de problèmes, ce n'est pas la personne qui pose la carte au centre de la table, et c'est tout le groupe qui parle d'abord, tour à tour. **La personne entend ainsi d'autres visions**, d'autres idées. Lorsque les personnes trouvent qu'elles n'ont pas les « bonnes cartes en main », il est important de souligner que les autres personnes sont là et que nous n'avons pas toujours les bonnes cartes en main....

Totem: contexte de psychothérapie, selon les capacités des patients entrer en introspection, sinon habiletés sociales (contexte de réhab)

Le jeu est constitué de cartes animaux et de cartes qualités. Il s'agit de trouver son animal totem et sa qualité, parmi 6400 possibilités de combinaisons. Un joueur se désigne pour être le premier à **construire son Totem**.

Ce jeu va essentiellement permettre de vivre **une expérience coopérative** et une expériences identitaire positive, dans un groupe pouvant être vécu comme sécuritaire et bienveillant.

Chaque participant **reçoit 5 cartes "animal"**. Il choisit alors la photo d'un animal qui lui semble correspondre au joueur désigné. La carte "animal" est porteuse d'une petite phrase, offrant déjà une première vision de soi. Le joueur qui construit son Totem, choisit alors la carte soit qui lui ressemble le plus soit à laquelle il aurait envie de ressembler.

Une fois que le joueur a son animal, **5 cartes "qualités"** sont données à tous les participants. Des mots tels que persévérant, sympathique, empathique, sociable...sont indiqués sur les cartes. Les participants doivent donc choisir l'une de ces 5 cartes et la donner au joueur créant son Totem, qui choisit alors la qualité de son animal. La personne sera donc un renard curieux, un chihuahua polyvalent, un caméléon patient ou un diodon empathique...

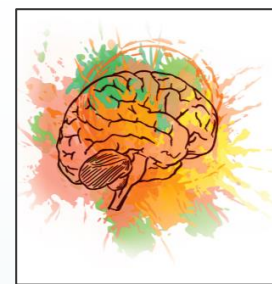




Essentiellement visuelles , sauf jeux de rôles



Manipulations de cartes ou de pions, sauf jeux de rôles



Capacités de compréhension, de mémoire personnelle

Jeux d'expression



Identification, association mots et émotions

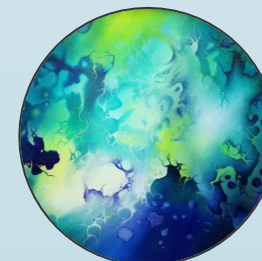
Affirmation de soi, de ses choix, de sa parole, expression et connaissance de soi



Echanges de points de vue, sécurité groupale, narcissisme groupal



Projections personnelles possibles, amorce d'introspection



Indications

- Personnes ayant des difficultés à parler d'elles spontanément, pour soutenir leurs capacités d'expression de façon ludique et sécurisée
- Patients isolés, ayant des difficultés à nouer des liens, à entrer en relation avec les autres personnes

JEUX EXPRESSION

- Patient en état dissociatif aigu, qui ne va pas pouvoir conserver son sentiment d'identité personnelle en groupe et ressentir une angoisse de morcellement, en s'identifiant à tout ce qui est dit ou fait
- Patients déments, confus
- Patients ayant un délire interprétatif, avec le sentiment d'être observé, intrusé, ou que l'on devine ses pensées

Contre indications

Médiations créatives et/ou projectives



PSYCHISME: Tous les processus relevant de l'esprit, de l'intelligence et de l'affectivité constituent la vie psychique

Freud évoque l'énergie psychique, comme une énergie libre et qui doit être liée par des **processus psychiques** tels que:

- Projection
- Sublimation
- Symbolisation



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

Elaboration psychique

L'expression pour (se) transformer

- Playing au sens d'acte créateur
- Expressives : ex-primer, mettre au dehors, projeter , externaliser
- Lien entre dedans et dehors
- Corporelles, picturales, graphiques, écriture, sonore, etc...
- Créatives, projectives, symboliques, métaphoriques
- Favorisent l'introspection



2 voies de transformation de l'énergie psychique

Sublimation

La sublimation est un processus conscient qui peut conduire à des réalisations personnelles et professionnelles significatives. Productions créatives personnelles, plus ou moins reconnues socialement



Symbolisation

Processus de sublimation

Créativité: la créativité peut conduire à la valorisation mais aussi à la sublimation. C'est quoi la différence?

Valorisation: Dès qu'il y a sentiment de réussite et de valeur, dimension esthétique, **sentiment de la personne**



Processus de sublimation: voie de transformation des pulsions internes, qui se transforment en production artistique personnelle, **transformation psychique consciente ou inconsciente**

Notion d'accomplissement personnel

Notion de regard de l'autre

Une sublimation réussie

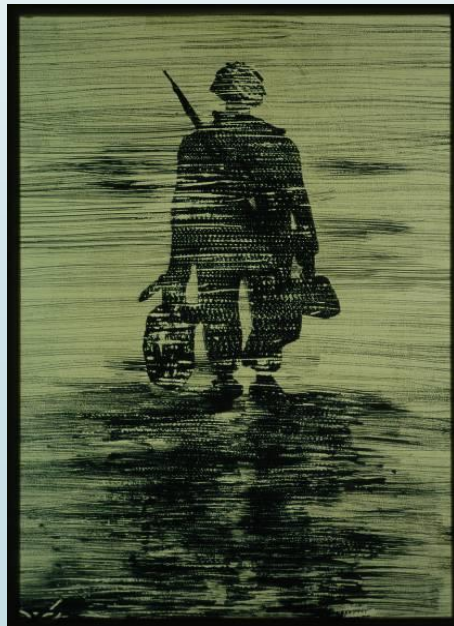


Une sublimation ratée





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



2 voies de transformation de l'énergie psychique

Sublimation

Symbolisation

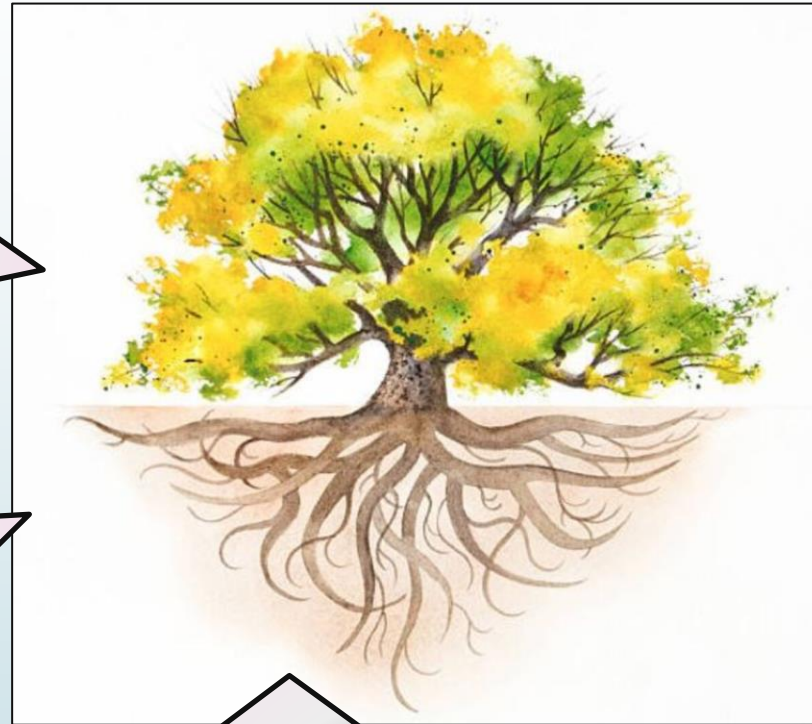
La symbolisation est un processus inconscient qui peut aider les gens à comprendre leurs expériences et à les intégrer dans leur conscience, en leur donnant du sens.



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...

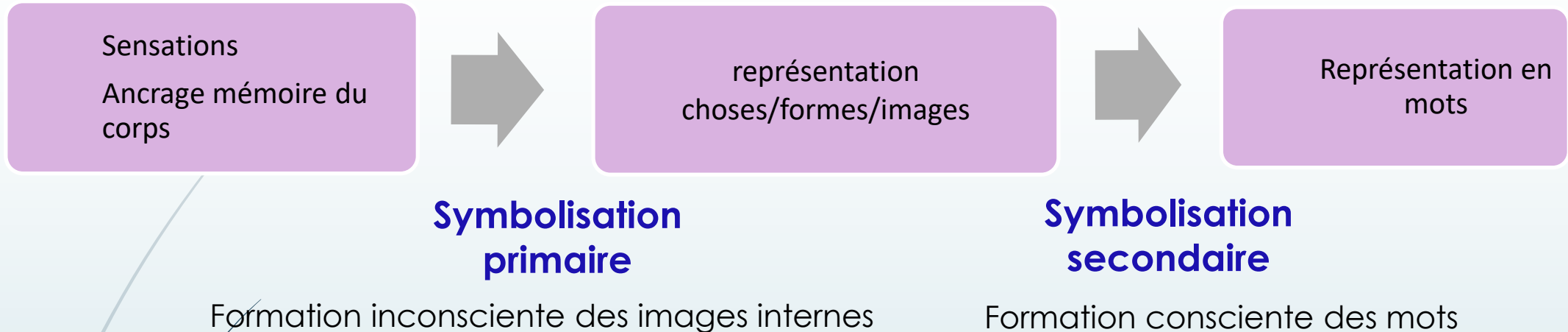


Symboliser, c'est la possibilité d'utiliser et de comprendre les symboles, des représentations

Comment serait votre arbre intérieur?

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

Processus de symbolisation



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

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique

Une projection personnelle identifiée

Une jeune fille
anorexique qui
découvre l'argile
avec plaisir



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

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

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

Une symbolisation impossible

« 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 des centaines d'œuvres qui s'entassent dans son appartement

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



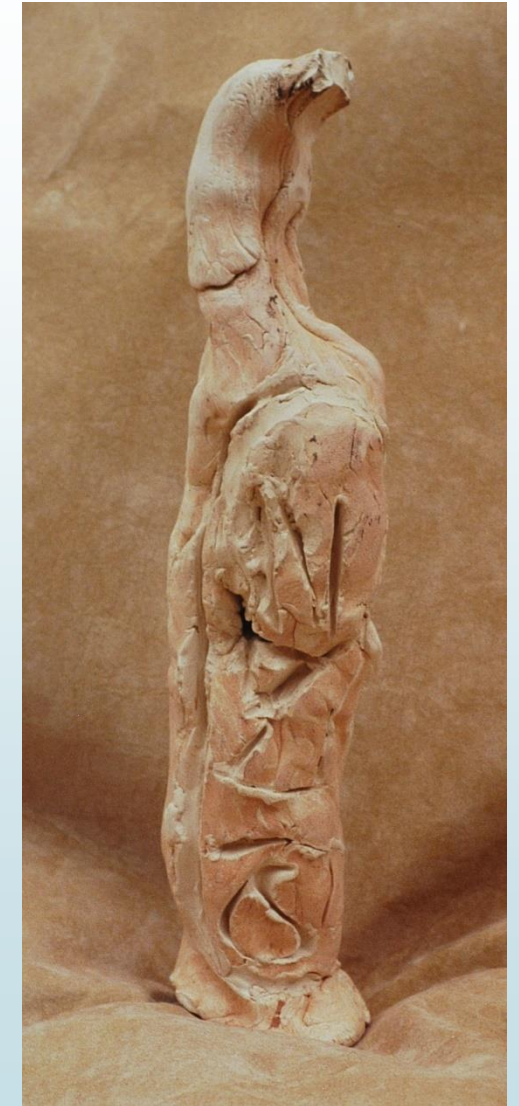
Argile, médium malléable

Pour René Roussillon, pour **proposer une thérapie**, il faut que le médium et le thérapeute soient malléables.

Selon lui, **le médium malléable doit:**

- Avoir une disponibilité inconditionnelle.
- Être prévisible et constant.
- Être transformable et adaptable.
- Être sensible et réceptif.
- Suffisamment non destructible. Ce dernier point est important car l'environnement doit pouvoir survivre aux attaques.

Plus le médium est malléable, informe, plus la projection **d'éléments inconscients** peuvent se faire facilement



Création non directive en collages

- 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, potentiellement symbolique et signifiant
- **Projection et introjection**: Des liens entre dedans et dehors

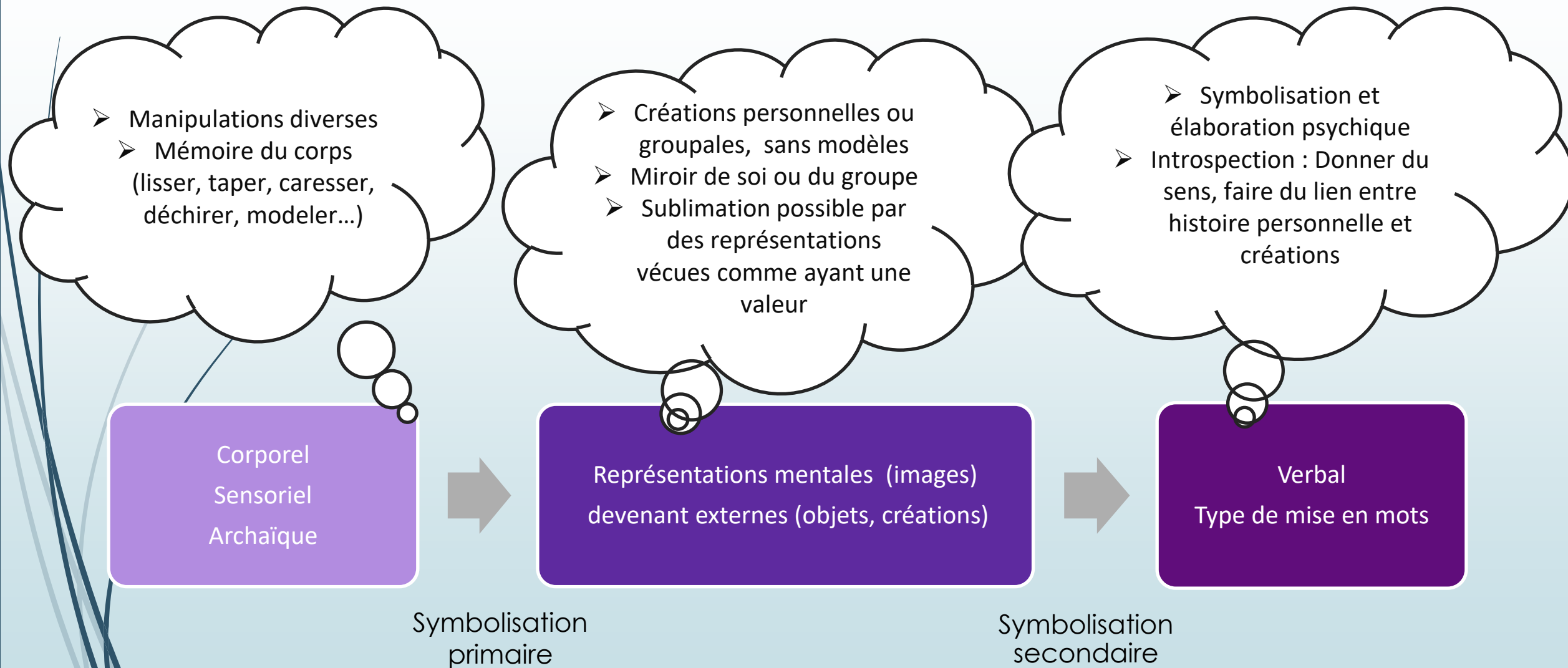


Squiggles collectifs en craies grasses

« Le titre c'est un monde merveilleux.
Mais non, tu as mis merveille, il manque 2 lettres.
Ah oui, j'ai oublié, mais c'est pareil. Il y a un bateau.
Oui, mais on dirait qu'il coule. Ou alors ça monte dans l'autre
sens.
On aurait dû le mettre dans l'autre sens, comme ça, ça
coulait plus.
Non, ça coule, comme nous. Le Titanic, c'est nous.
Y'a qu'à donner un coup de pied dans le fond et hop, ça
remonte.
On pollue tout et on rejette dans la mer. C'est vraiment le
naufnage... »



Médiations créatives et projectives



La parole, nécessaire pour l'élaboration psychique

Durant le temps de création

- Parler pendant la séance risque de disperser l'attention des personnes
- Une parole souvent plutôt sociale
- Difficile de l'empêcher parfois



Temps de parole en fin de séance

- Centré sur le ressenti de la séance
- Centré sur l'objet
- Ne pas amener l'objet d'une personne pour le montrer à d'autres thérapeutes

Temps d'écriture après un temps créatif de collage, d'argile, de peinture, etc...

- Mettre un titre
- Imaginer une histoire
- Ecrire à partir d'une consigne
- Temps qui peut déboucher sur un temps de parole

Un petit jeu: différents type de paroles

- **C'est:** Descriptive, explicative, centrée sur la réalité
« c'est de l'argile qui a été émaillée en brun et jaune »
- **Cela me fait penser à:** Associative, imaginaire, c'est comme si , comme une histoire
« on dirait un personnage qui a une idée en tête, c'est jaune sur sa tête »
- **Cela pourrait vouloir dire:** Introspective, en lien avec l'histoire de la personne
« il est tout raide et coincé celui-là, c'est tout à fait comme moi »



Pratiques corporelles



Corps réel et imaginaire

Ce sont des activités sensorielles et souvent transversales avec d'autres thérapeutes.

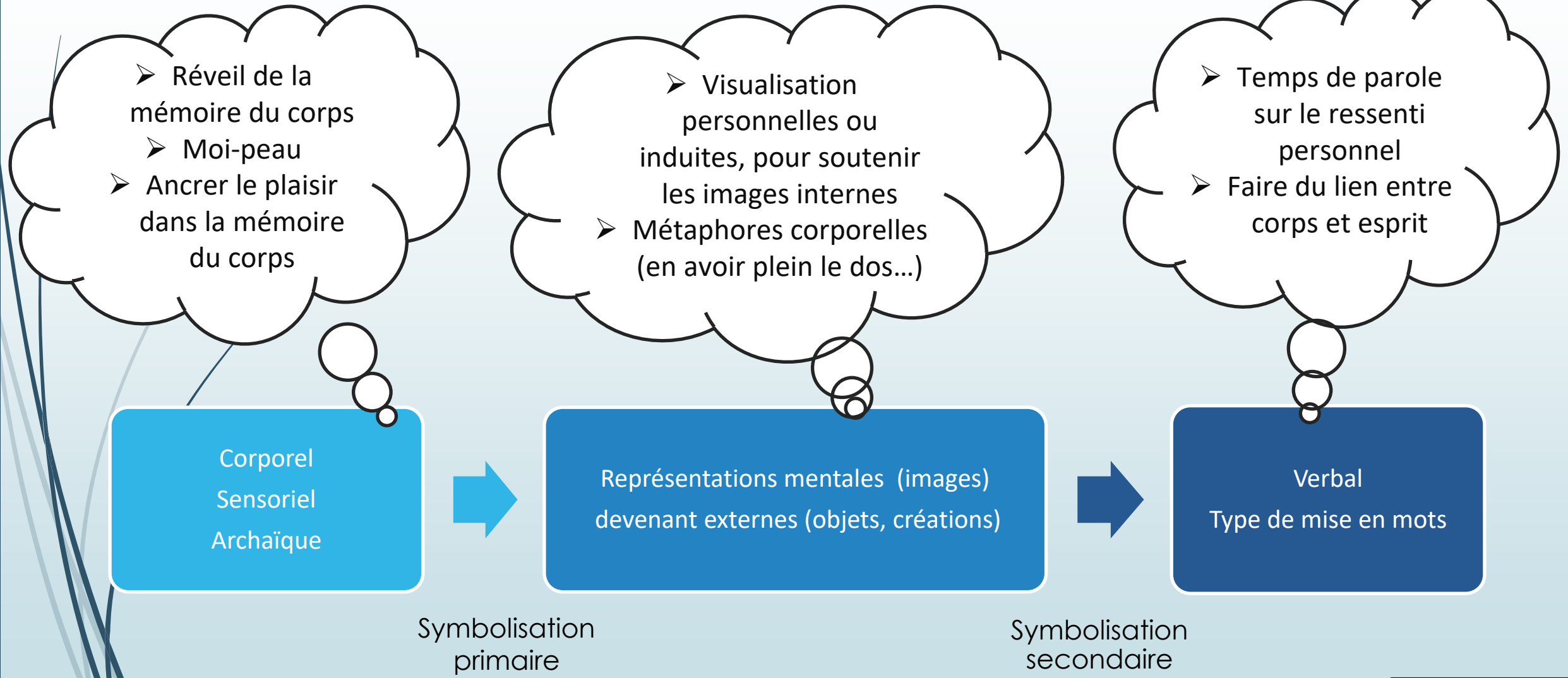
- **Il faut distinguer** thérapies psycho-corporelles (psychomotriciens, psychologues, kinésithérapeutes, ergothérapeutes formés) et techniques d'apprentissage de bien-être (APA, kinésithérapeutes, ergothérapeutes) de type exercices de respiration, brain gym, exercices simples, facilement proposés pour soutenir les auto-soins
- **De nombreuses techniques existent**
 - Relaxation, sophrologie, détente corporelle...
 - Méditation de pleine conscience, méditations diverses...
 - Techniques de respiration, diverses, intégrées à certaines pratiques...
 - Gym douce, pilate, tai chi chuan, gi gong, feldenkrais, eutonie...

Leur dimension de sensorialité en font des activités de choix pour

- Le travail « régressif » (enveloppes du corps)
- Le travail sur les traces mnésiques perceptives
- L'intention d'ancrage dans un corps sensible, incarné et vivant



Corps et symbolisation



Indications

- Personnes ayant besoin de retrouver des compétences pour prendre soin d'elles
- Personnes dépressives et dévalorisées, pour les aider à se donner l'autorisation de se faire du bien
- Apprentissage de techniques simples et reproductibles

Techniques corporelles

- Patients trop dissociés, en période aiguë
- Démences
- Personnes en état maniaque (excitation psychique)
- Délires hypochondriaques, dysmorphophobie, angoisses de morcellement (nécessite d'un véritable travail psycho-corporel et souvent en individuel)

Contre indications

Image du corps

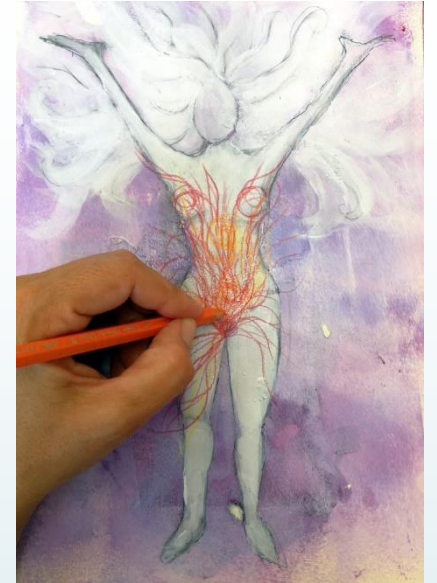
Distinction à faire entre schéma corporel et image du corps

Schéma corporel: un automatisme physique qui nous permet d'agir au quotidien et qui est donc lié surtout au mouvement

- Connaissance cognitive des différentes parties du corps
- Conscience du corps en mouvement ou à l'état statique
- Permet la mise en place des limites du corps
- Permet le ressenti de la globalité corporelle

Image du corps: L'image mentale que nous nous faisons de notre corps est façonnée par nos perceptions, nos émotions, nos souvenirs.

- C'est l'idée, en perpétuel remaniement, que chacun se fait de son corps. Elle traduit ce que nous percevons à chaque moment et dans la relation aux autres, des qualités de notre corps.
- L'image du corps est liée à notre histoire personnelle (affective, psychologique, physiologique etc...).
- Le déploiement de l'image inconsciente du corps peut se faire avec différentes médiations: argile, dessin de silhouette, jeux de sable; marionnettes...



Des pratiques possibles

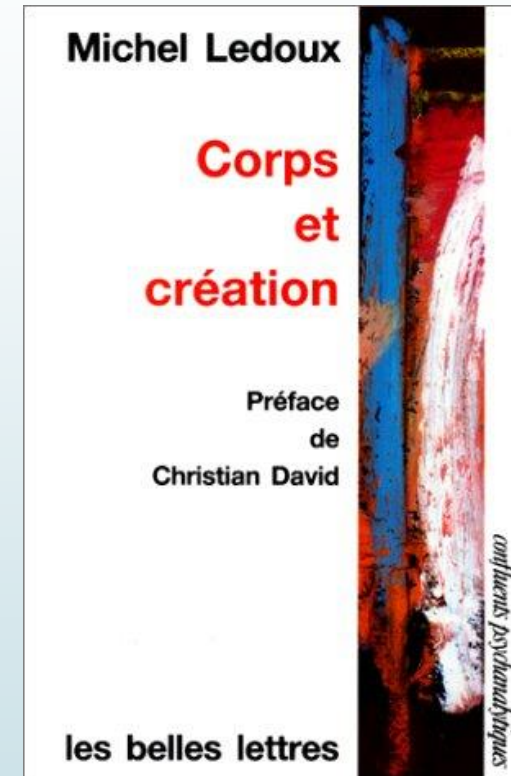
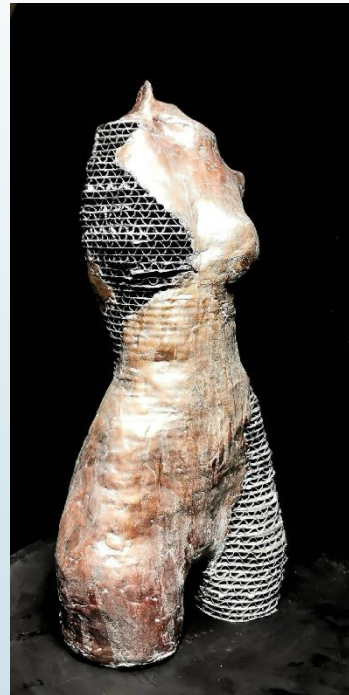


Image du corps et symbolisation

Mise en jeu du corps,
pour dessiner la
silhouette, sculpter le
sable ou l'argile, utiliser
une marionnette

Corporel
Sensoriel
Archaïque

Symbolisation
primaire

- Mise en forme du sable
ou de l'argile
- Silhouette du corps
concrète par le dessin
des limites et la peinture
- Mise en forme de la
marionnette

Représentations mentales (images)
devenant externes (objets, créations)

Symbolisation
secondaire

Temps de parole à
visée introspective
Centré sur le sens de
l'objet, créé en lien
avec le vécu du corps

Verbal
Type de mise en mots

Indications

- Personnes ayant besoin de travailler autour du corps et de son image, mais sans intention de prouver quoi que ce soit en termes de dimension (anorexie, TCA, addictions)
- Personnes ayant des capacités introspectives et pouvant faire un lien symbolique avec leurs corps, leurs ressentis, leurs histoires

Silhouette du corps

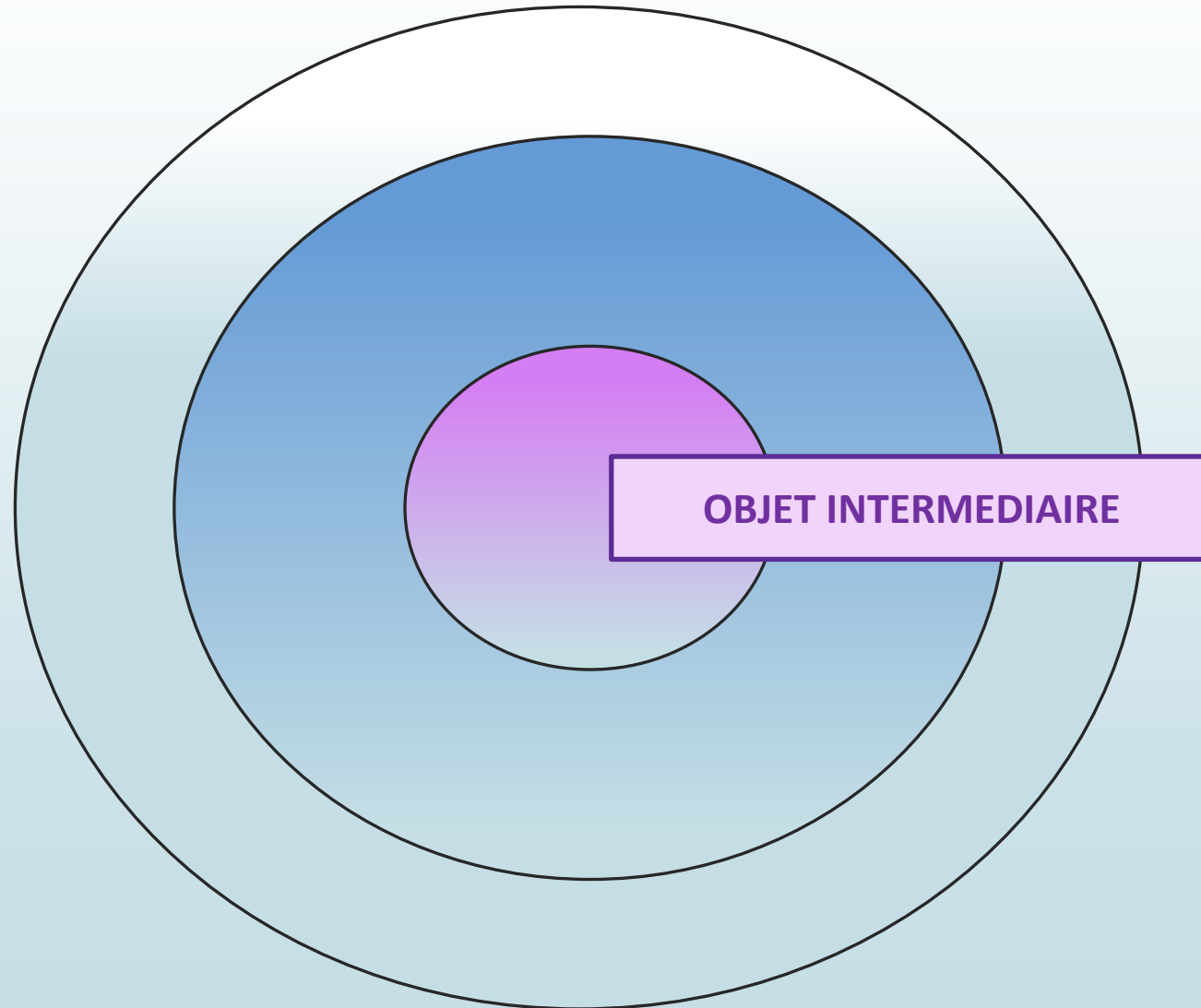
- Patients trop dissociés, en période aigue
- Démences
- Personnes en état maniaque (excitation psychique)
- Délires hypochondriaques, dysmorphophobie, angoisses de morcellement, avec difficulté à pouvoir se reconnaître dans une silhouette en 2D

Contre indications

4 Et l'objet dans tout ça?



Notre spécificité est qu'il y a un objet
mais quels sont ses fonctions, son destin?



Fonction de réparation

Objet à offrir



Cadeau pour réparer une relation

Objets utilitaires et sentiment d'utilité personnelle



Témoignage des capacités de la personne



Objets à réparer ou personne à réparer?

Mauvais objets???

Objet délaissé,
inachevé,
abandonné



Objet vécu
comme porteur de
mauvaises parties
de soi-même

Se poser la question des
objets laissés à l'atelier et
le dire au patient en
début de thérapie

Objet qui restent dans l'ateliers
jusqu'à la fin de la thérapie
pour travailler sur ces facettes

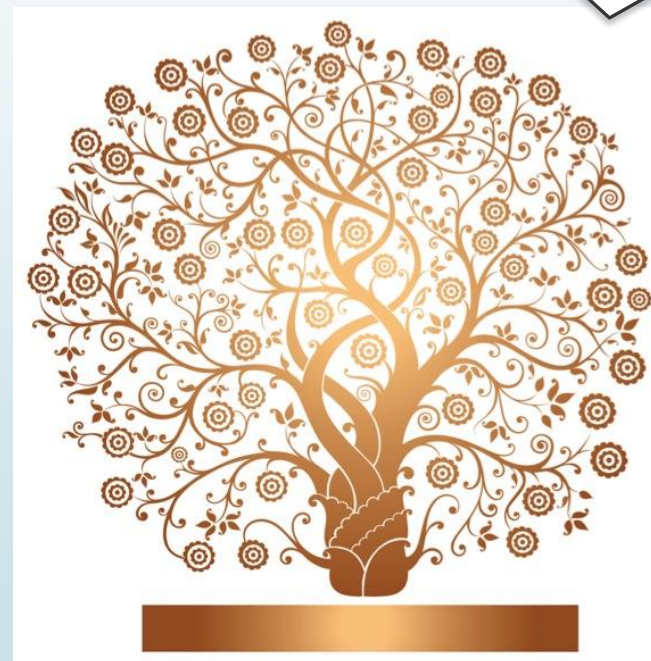
Bons objets

Objet idéalisés, ancrés dans une recherche esthétique



Objet d'exposition pour donner une bonne image de soi

Objet vécu comme porteur d'une image de soi-même positive



Objets porteurs de sens

Objets porteurs de sens



Objets support de paroles

Objets miroirs de soi, sources d'expériences symboliques

