

# KARMA

Type de jeu	<b>Expression</b> Verbale, Créative et symbolique
But du jeu	Un jeu de passage par <b>différentes étapes métaphoriques</b> (minérale, végétale, animale, humaine et de sagesse) symbolisant une évolution possible de soi-même ou une intégration des différentes facettes de soi-même.
Nb participants	5 à 12 personnes
Contre-indications	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patients psychotiques en dissociations aiguë</li> <li>➤ Personnes n'ayant pas accès à la métaphore, à la dimension symbolique</li> </ul>
Description du jeu	<b>Le plateau de jeu</b> consiste en un tissu sur lequel sont posées, de façon collective, de petites cases rondes soit vierges soit porteuses de la lettre R (comme réincarnation). <b>Les pions</b> sont de petits objets divers et <b>le dé</b> comprend le chiffre zéro, permettant d'expérimenter la légère frustration d'un arrêt sur image. <b>Des cartes de couleurs</b> , rondes, sont placées en cercle au centre du jeu.
Règles et adaptations	<p>A tour de rôle, chacun joue le dé, avance son pion en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre. Lorsque la personne parvient sur une case R, elle pioche une carte de la couleur correspondant à l'étape où elle se trouve et ceci dans <b>l'ordre chronologique d'une évolution imaginaire</b> : Grises pour le minéral, vertes pour le végétal, jaunes pour l'animal, bleues pour l'humain et violettes pour les sages.</p> <p>Lorsque la personne est passée par toutes les étapes et a donc récupéré les 5 cartes rondes de couleur, son pion est placé au centre du jeu, au centre du cercle. Elle continue alors, à son tour, de lancer le dé, et <b>offre son aide à une personne</b> qui « traîne » dans son évolution. Le message est que celui qui est devenu « sage » gagne à aider les autres...</p> <p>Lorsque que tout le monde a accompli son cycle d'évolution et chaque personne a 5 mots en sa possession, il est alors possible de proposer <b>la mise en lien de ces mots</b> par une petite phrase ou une petite histoire, en insistant sur le fait que l'histoire peut avoir un sens logique ou être totalement imaginaire et même farfelue. L'invention de cette phrase/histoire peut se faire également de façon groupale si la personne éprouve des difficultés à le faire.</p>
Autres	<b>Un exemple d'histoire de présentation du jeu</b> : Les bouddhistes croient en la réincarnation et durant un court moment, je vous invite à imaginer que vous êtes devenus bouddhistes. Vous allez donc passer par 5 étapes d'évolution, passant du minéral au végétal, de l'animal à l'humain, pour finir par l'étape de la sagesse. Vous rejoindrez alors le centre de la roue du karma, qui symbolise le passage cyclique par différents états de réincarnation. Lorsque vous serez devenus sages et que vous aurez parcouru votre cycle personnel, vous pourrez alors aider les autres personnes. (Cette histoire ne peut être utilisée telle quelle lorsque des patients psychotiques sont présents...)
Expériences significantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Expériences émotionnelles</b> : dans les jeux d'expression verbale elles peuvent surgir en fonction de l'histoire de la personne : surprise, plaisir, frustration, colère, sentiment d'intrusion, tristesse, déception...en fonction de l'item de la carte tirée au sort</li> <li>➤ <b>Expériences identitaires</b> : Expression et conscience de soi, amorce d'introspection avec un tiers médiateur, conscience de son espace psychique (identifier, protéger, partager)</li> <li>➤ <b>Expériences relationnelles</b> : 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)</li> <li>➤ <b>Expériences créatives, métaphoriques et symboliques</b> : expérience des associations d'idées</li> </ul>