THÉRAPIES CORPORELLES

THÉRAPIES MÉDIATISÉES

Mme Launois Muriel Ergothérapeute

Site ergopsy.com

Un fil conducteur

- **René Roussillon**
- psychanalyste, psychologue et professeur émérite de psychologie à l'université Lumière Lyon 2
- Membre de la Société psychanalytique de Paris
- **Manuel des thérapies à médiation** (en collaboration avec Pr A.Brun et Pr B. Chouvier) Dunod (2012)



R. Roussillon parle d'une **matière psychique**, complexe

Cette matière psychique doit **se projeter dans la matière concrète** pour pouvoir être explorée de façon plus aisée

Il développe la notion du **processus de symbolisation**



Un symbole n’est pas un signe





Un symbole a des sens multiples



« Le symbole implique quelque chose de vague, d'inconnu, ou de caché pour nous. »

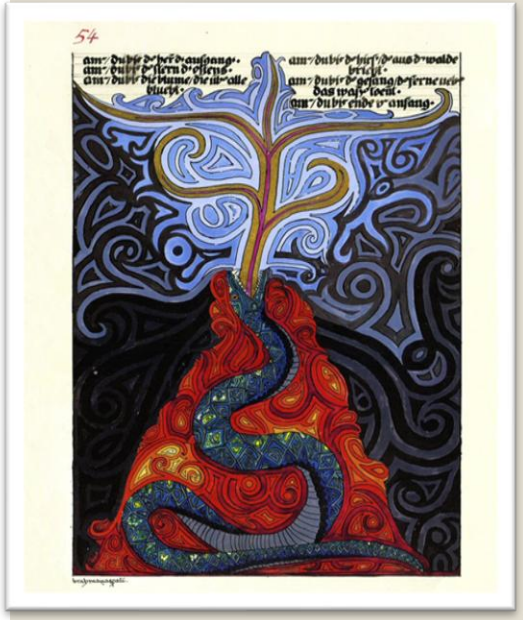
« Ce mot ou cette image, ont un aspect "inconscient" plus vaste, qui n'est jamais défini avec précision, ni pleinement expliqué. Personne d'ailleurs ne peut espérer le faire. »

JUNG

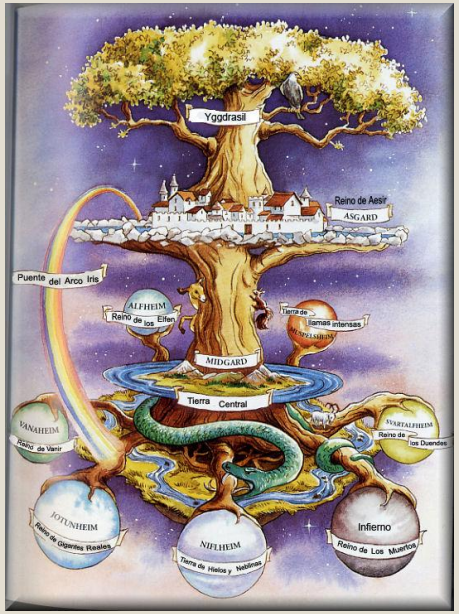



www.aquaportail.com




54




Yggdrasil
Reino de Aesir
ASGARD
Puente del Arco Iris
ALFHEIM
Reino de los Elfen
Tierra de llamas intensas
MIDGARD
Tierra Central
VANAHEIM
Reino de Vanir
VARTALFHEIM
Reino de los Duendes
JOTUNHEIM
Reino de Gigantes Reales
NIFLHEIM
Tierra de Hielos y Neblinas
Infierno
Reino de Los Muertos



Processus de symbolisation

Mécanisme par lequel un individu **transforme des expériences internes** (émotions, désirs, conflits) en représentations mentales ou en symboles (mots, images, rêves, actes).

Ce processus permet de **donner une forme compréhensible** à ce qui est parfois inconscient ou difficile à exprimer



Processus de symbolisation



trace mnésique première

Sensations
mémoire du corps



inconscient

représentation en
choses/formes/images

Main

(préconscient / conscience

représentation en mots

Symbolisation primaire

Formation inconsciente
des images internes

Symbolisation secondaire

Formation consciente
des mots

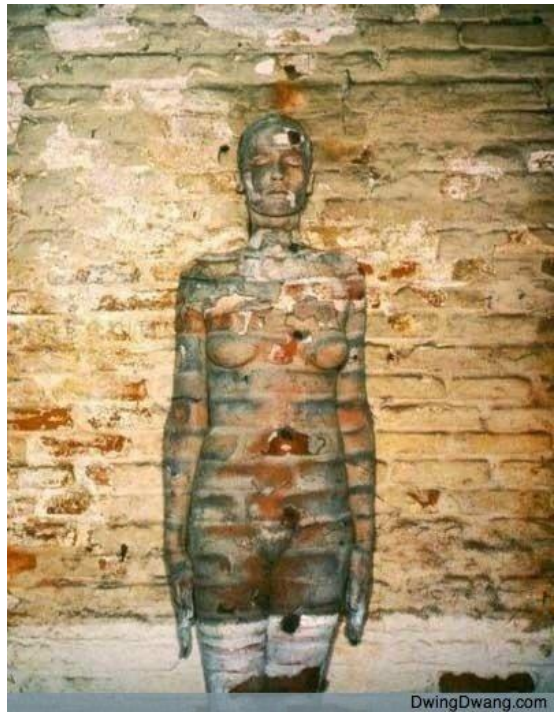
SOLENE



- Une jeune fille de 20 ans
- Etudiante en fac de droit
- Parents divorcés
- Une sœur de 5 ans plus jeune qu'elle

- Diagnostic d'anorexie restrictive, avec inhibition émotionnelle, pauvreté de l'imaginaire
- Poids d'entrée de 38 kg pour 1,76m. Perte de poids de 16,5 kg
- Troubles remontant à l'année après son bac, où elle a du assumer seule son alimentation
- Elle admet qu'elle se trouve maigre, mais garde le sentiment qu'elle aurait pu se débrouiller toute seule

COTÉ CORPS





Site ergopsy.com

Mme Launois Muriel

Processus de symbolisation



Somatique



Illustration de **Shawn Coss**

Elle pleure souvent en raison des difficultés qu'elle rencontre dans la vie quotidienne: *« Je ne peux plus rien faire ».*

Etonnement de découvrir son état qu'elle déniait totalement, en constatant qu'elle doit porter des bas de contention pour sa circulation sanguine. Elle sort du déni de la gravité.

Du corps déshabité

« Comment je prends soin de moi? Je fais de la course, en pensant à mes cours. »

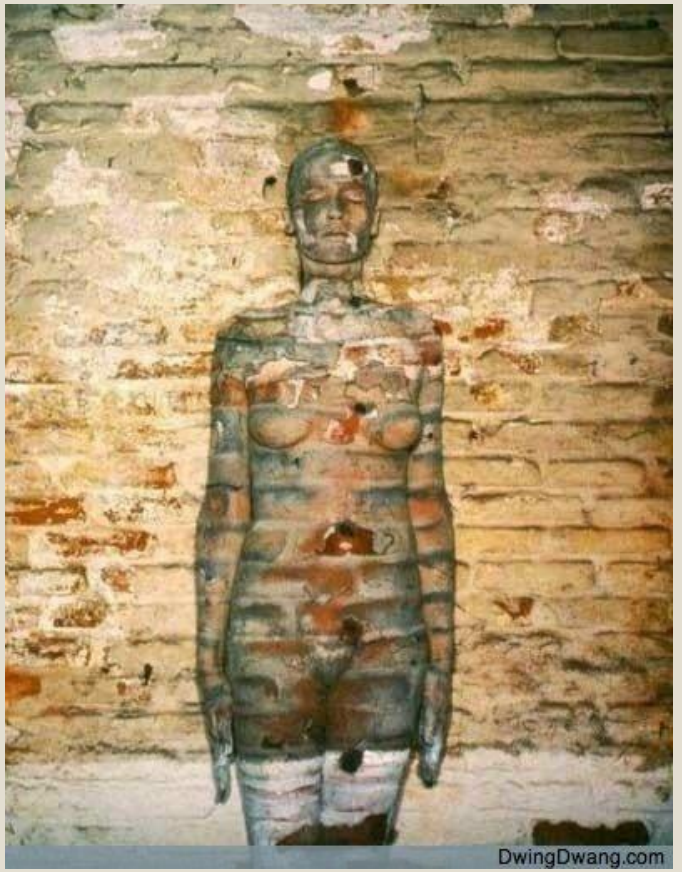
« Comment je prends soin de mon corps? Je me coiffe, je dors, je me douche. Bon c'est vrai que quand je me douche, je plastifie mes cours pour pouvoir les apprendre en même temps. Et il y en a dans les toilettes aussi. »



Pathologie du corps

Expression symbolique d'un refus ou d'un conflit interne : **Le corps devient le lieu où s'exprime** ce qui ne peut être dit avec des mots.

Le corps amaigri peut symboliser **une forme de "disparition"** ou de refus de la féminité ou encore autre chose…

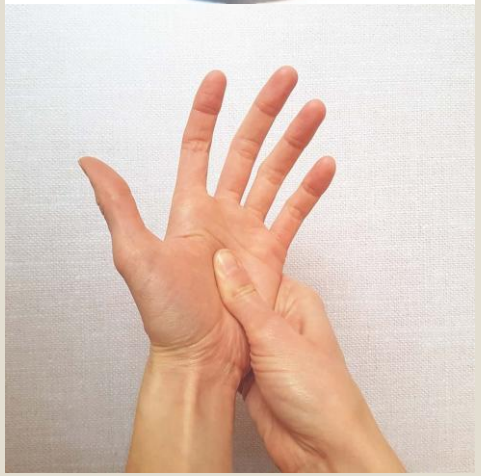


Intéroception

- **Une pratique corporelle d'auto-massages et de relaxation**, basées sur le Moi-Peau de Didier Anzieu. Avec les mains et des objets intermédiaires

- Des théories actuelles font état **d'une intéroception significativement plus faible**





D.Anzieu et le moi-peau



- D.Anzieu développe ce concept, utilisant la peau pour mieux comprendre **les différentes fonctions que peut assurer le Moi.**
- Il s'appuie sur les fonctions de la peau pour en faire **une métaphore** qu'il nomme le Moi-peau
- Il développe **les 8 fonctions** du Moi-peau



Maintenance

Structure interne sentiment unité et solidité

Contenance

Ecorce qui enveloppe le psychisme

Inscription psychique

La réalité s'inscrit d'abord sur la peau dans les sensations

Individuation

Sentiment d'être unique et différencié

Inter-sensorialité
peau qui unifie les organes ensemble

Pare-excitation

Enveloppe de protection contre les excès de stimulations

La peau comme **enveloppe de soutien globale de l'excitation sexuelle**

Maintien d'une **tension énergétique interne** appuyée sur la libido

Une expérience à vivre

- Auto-massage des mains en 10 mn
- Une découverte intéroceptive sur **une zone facilitatrice** car source de perceptions importantes (voir homonculus de Penfield)
- **Une intensification des stimulations** pour permettre une meilleure conscience



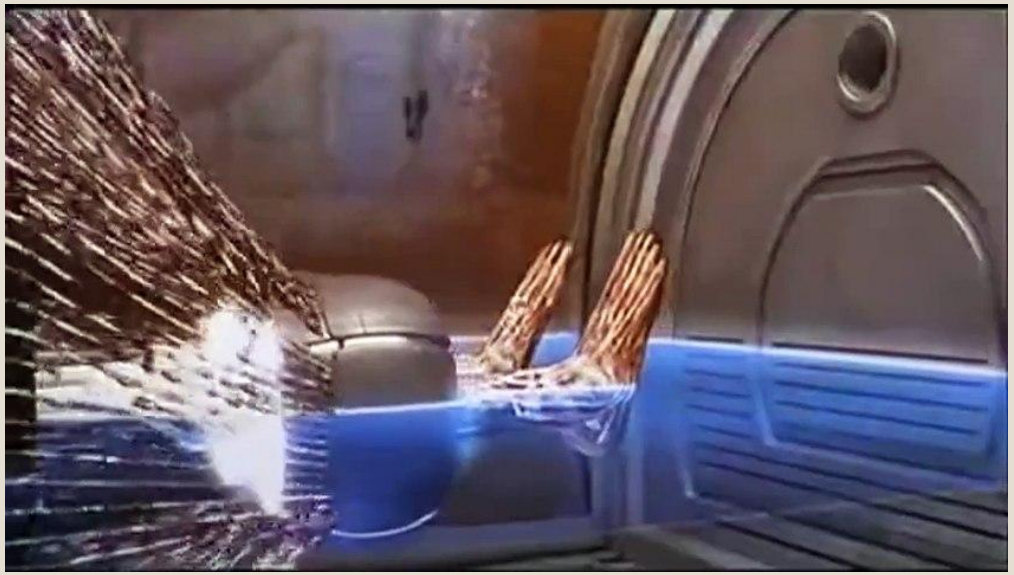
Une « désincarnation » corporelle



« Je préfère être immobile, les massages c'est pas mon truc du tout, je n'aime pas sentir mon corps .»

« Quand je tapote mon mollet, y'a rien qui bouge, comme les autres personnes »

Un voyage en intéroception



« Avant, je ne ressentais que mon estomac, quand il était plein, après le repas. »

« Maintenant, je ressens la peau, les muscles, et aussi les os, encore un peu plus les os que le reste. »

Une intéroception agréable



« C'est agréable de ne rien faire, juste être là et ressentir des sensations »

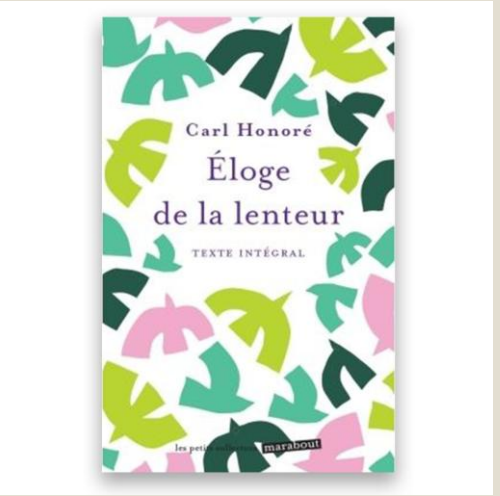
« Pourtant j'aurais cru que ne rien faire ce serait difficile pour moi! »

Proprioception

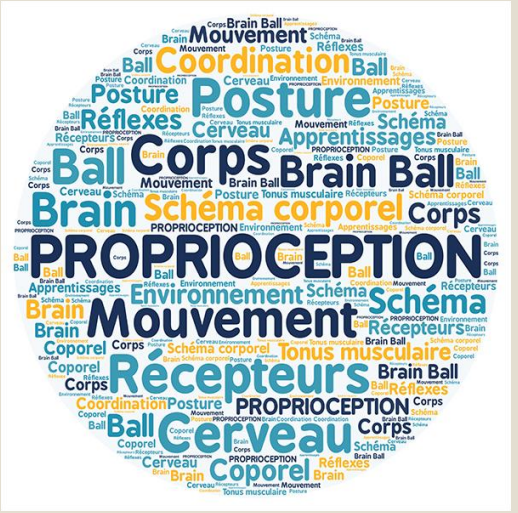
- **Une pratique corporelle basée sur des mouvements lents et doux**, de chaque articulation du corps en plein conscience



- Des théories faisant état **d'une proprioception altérée** pouvant impacter la perception corporelle et la motricité

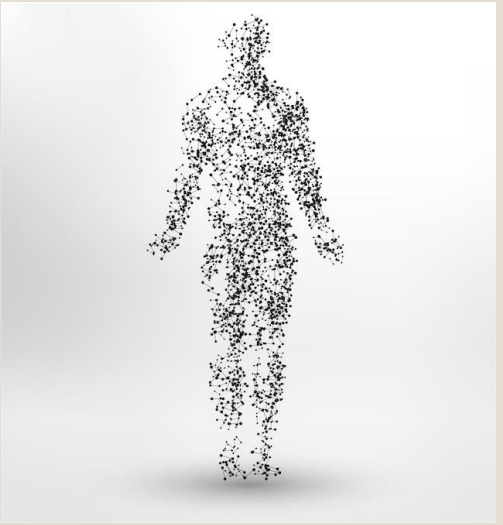


Proprioception

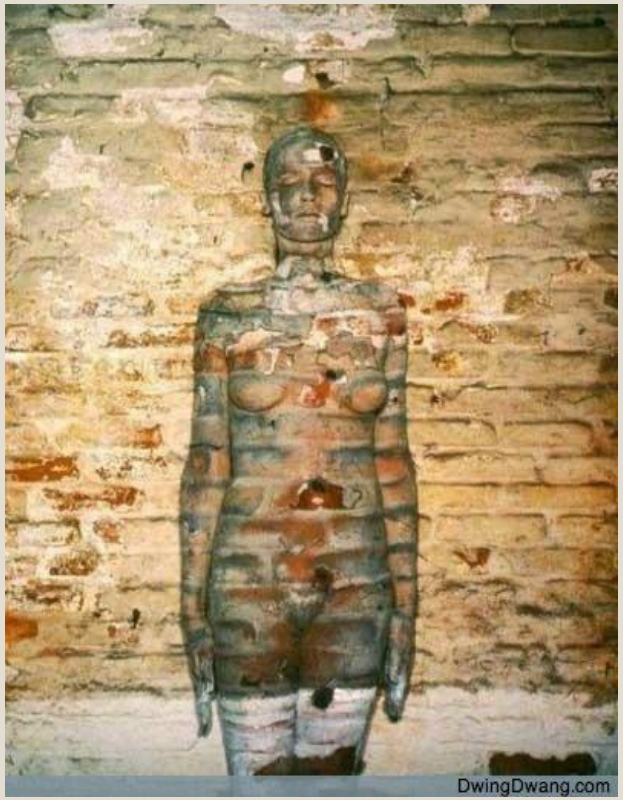


Des études et des recherches actuelles

- **Mathilde Roullot** (bourse de recherche) propose un travail sur les altérations de la sérotonine qui pourrait affecter la perception corporelle et la prise alimentaire
- **Laura Di Lodovico** (Paris) mène une recherche sur le lien entre l'hyperactivité physique et la régulation de l'activité motrice (avec biomarqueurs connectés)
- **Zhengyu Lin** mène une étude, qui pourrait révéler des mécanismes biologiques sous-jacents à la distorsion de l'image corporelle. (protéine CADM1)
- **Pour mieux réguler proprioception et intéroception:** recherches en stimulations transcrânienne en courant continu et en techniques de neuro-feedback



Entre corps et esprit



« Être immobile, au début, ca me permettait d'imaginer que je courrais, comme je faisais avant et que vous m'empêchiez de faire.»

« Les premières séances, ca me permettait de penser, de m'échapper du corps, de ne pas sentir la lourdeur »

Le corps en mouvement

« En fait bouger doucement, c'est difficile. Moi je sens mieux les choses quand je force, quand je crispe les muscles. »





« Vous parlez toujours de ralentir, d'écouter, de s'écouter et de bouger en pleine conscience, je n'ai pas l'habitude, c'est bizarre. »

Un rythme intérieur



« L'expiration c'est le moment un peu difficile »

« Parce que ce n'est pas logique: ça pèse lourd et pourtant on se vide. »



COTÉ IMAGES



Site ergopsy.com

Mme Launois
Muriel3

Processus de symbolisation



trace mnésique première

Sensations
mémoire du corps



inconscient

représentation en
choses/formes/images

Symbolisation primaire

Formation inconsciente des images internes

Activer les images internes
Processus de représentation



Dixit





Dixit et visualisation

Une proposition de visualisation à partir d'une carte de dixit

- Choix d'une carte de façon visible ou face cachée
- Temps de visualisation en transe légère

Dissociation hypnotique proposée en mode VAKOG

- *« Vos yeux voient les couleurs, les jeux d'ombre et de lumière… »*
- *« Vos oreilles entendent des sons, peut-être de la musique ou de la parole… »*
- *« Vos doigts peuvent sentir des matières différentes, découvrir un nouveau toucher… »*
- *« Votre nez peut sentir peut-être des odeurs, votre bouche se souvenir de goûts déjà éprouvés… »*
- *« Votre corps peut ressentir s'il y a du mouvement dans cette image, si ca bouge… »*



Il manque PIT

- Proprioceptif
- Intéroceptif
- Tactile

Trois niveaux d'exploration

- Le vakog + PIT dans **l'exploration sensorielle**

- L'histoire potentielle dans **l'exploration imaginaire:** *« et si vous racontiez une histoire à un enfant ce soir à l'aide de cette carte? »*

- Le message projeté dans **l'exploration symbolique:** *« Et si cette carte était un message qui vous est envoyé par une personne, une figure de sagesse pour vous, que vous dirait cette carte? «*



Des images extérieures



« L'image que j'ai choisie, c'est de la nourriture. Je ne comprends pas pourquoi je ne grossis pas vite, pourtant je mange »

« Quand on l'a explorée en VAKOG, je n'ai pas senti du tout le côté gustatif, c'était impossible. »

Des images intérieures



« Et quand je l'ai revisualisée pendant le temps de relaxation, j'ai retrouvé des souvenirs des repas avec mes parents. »

« J'ai revu l'image qui bougeait, quand elle rame sur son beignet. »

« Mais je n'ai eu aucun message de cette carte, à part la voix de ma mère qui me disait de manger. »

Externaliser les images internes
Processus de projection



Jean Louis Serodes

Quelle image vous faites-vous d'un atelier de créativité libre?



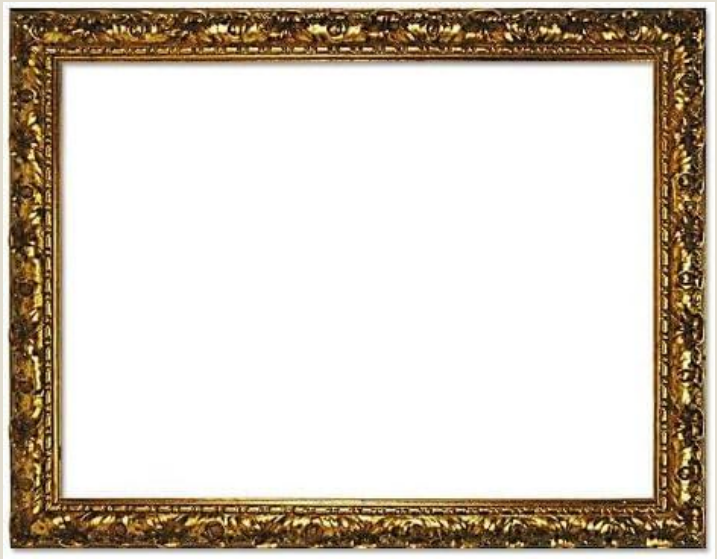








Comment poser un cadre thérapeutique pour des médiations créatives ?



Mme Launois Muriel

Structuration globale

- Un dispositif thérapeutique doit être **pensé à l'avance**, avant la présence de la personne, pendant et après
- Il s'agit de **l'ensemble des règles**, des limites, des repères spatiaux et temporels qui permettent de définir l'ensemble des conditions qui permet d'assurer un travail psychique
- Il est donc fondamental de **pouvoir poser le cadre**, tenir ce cadre, le respecter et le faire respecter, savoir comment gérer les éventuelles transgressions



Créer de la sécurité

- Un cadre **contenant**
  - Stable, prévisible
  - Structuré, organisé, proposant règles de façon claire
  - Cadre fermé durant le temps de la séance

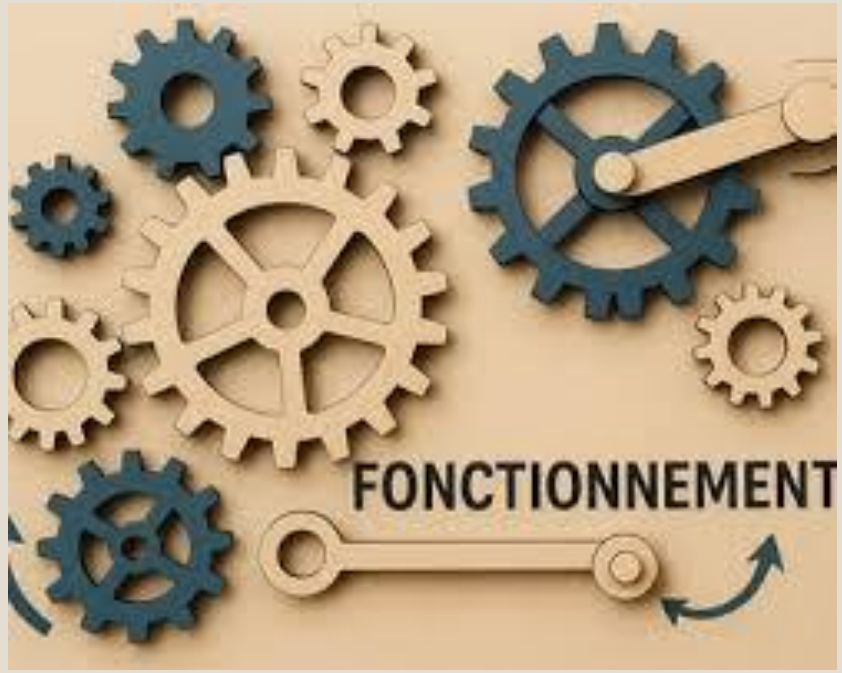
- Un cadre **confidentiel**
  - Règles de confidentialité concernant ce qui se passe dans le groupe
  - Métaphore de l'espace interne, psychique de la personne
  - Réfléchir au fait que l'objet reste ou pas, dans l'atelier



Définir les limites

- **Règles de fonctionnement**
  - Horaires, rythmes des séances
  - Temporalité dans la séance: action et verbalisation
  - Non directivité, pas de consignes

- **Ethique être thérapeute**
  - Pas de position haute
  - Thérapeute comme médium malléable
  - Accueillir la parole sans interpréter

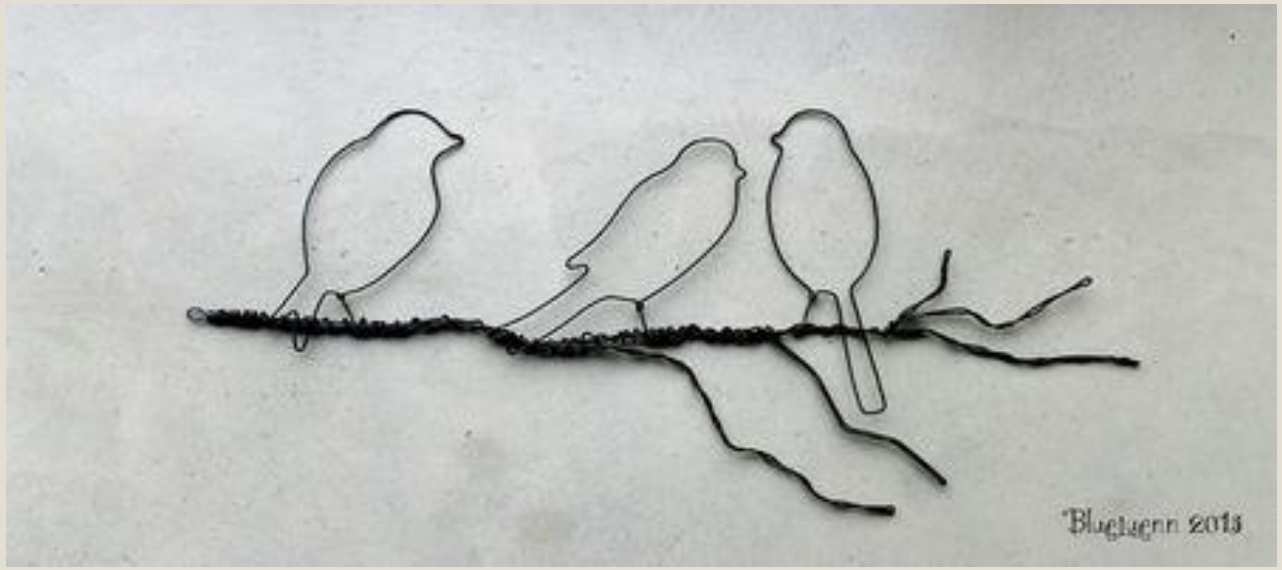


Couleurs et Matières

- **Un groupe semi-fermé,** en fonction des durées d'hospitalisations , de 6 à 8 personnes
- **Une animation non-directive**
- **Une durée d'1h30,** deux fois par semaine: 1 heure de temps de création et 30 mn de temps de parole
- **Les créations**
  - En argile, collage, peinture ou dessin au choix
  - Sans règles, ni gomme, ni modèle, ni consigne
  - Support de projection, de mise en forme puis en mots
  - Objets qui restent dans l'atelier durant le temps d'hospitalisation
  - Temps individuel de relecture des créations en fin de séjour
  - Décision du destin des objets créés



Des représentations





« J'aime bien ce qui est léger, ce qui est aérien »

Du corps idéalisé

« Ca représente la femme, la belle femme. Enfin, plutôt ce qu'on attend de la femme»

« En fait, je ne sais pas très bien.»



Image du corps

Altération de la perception du poids ou de la forme de son propre corps

Méconnaissance ou déni de la gravité de la maigreur



Trouble de la perception de l'image du corps

Philippe Jamet « Anorexie, boulimie, les paradoxes de l'enfance »

Image du corps



« On s'entend bien avec les autres jeunes filles anorexiques, presque comme des sœurs. On n'est pas en compétition comme les pro-Ana. »

« Dans la fresque elle m'a tendu un miroir , mais dedans ce n'était pas moi, c'est bizarre cette idée.»



COTÉ MOTS



Site ergopsy.com

Mme Launois Muriel

Processus de symbolisation



inconscient

représentation en choses/formes/images

Main

(préconscient / conscience

représentation en mots

Symbolisation secondaire

Formation consciente des mots

Le temps de parole

- Pour permettre à l'atelier d'accéder à une qualité **d'espace de thérapie**, un temps de parole est nécessaire
- Pour une heure de séance, **30 mn** sont pertinentes, pour une parole en groupe
- Mono-animation ou co-animation, durant **tout le temps de la séance**
- **Liberté de parole**, sur l'objet, sur le ressenti, l'histoire personnelle, les activités de la personne…



Mettre des mots



« Aujourd'hui, je n'ai pas envie de montrer ce que j'ai fais et je n'ai même pas envie de parler d'ailleurs.»

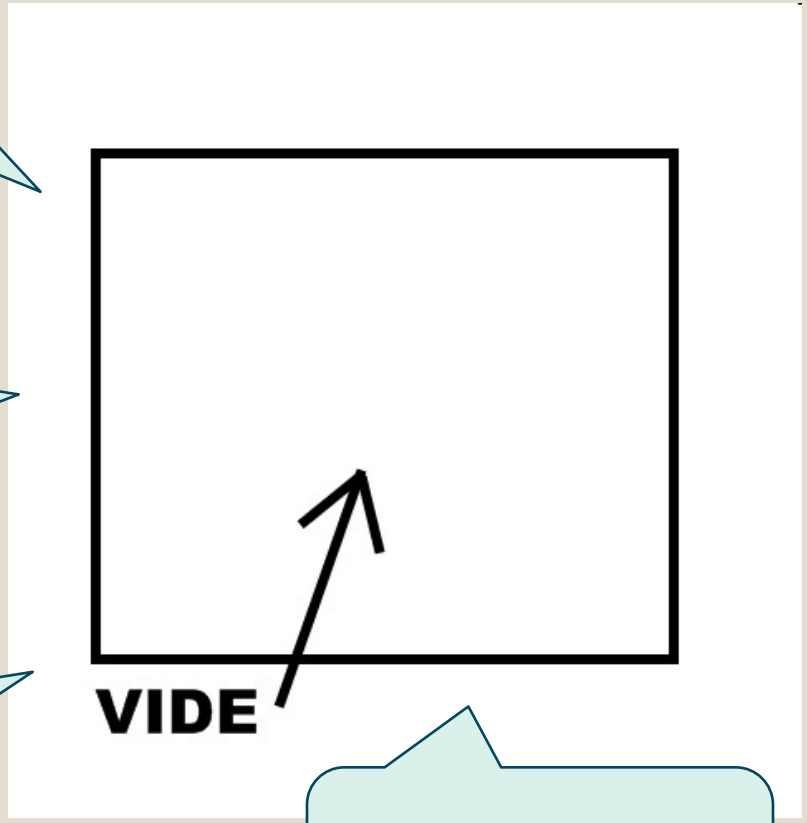
« D'habitude, j'aime bien les temps de parole, mais là, non.»

Donner du sens

A quoi s'agit-il donner du sens?

A son histoire personnelle ?

Aux symptômes?



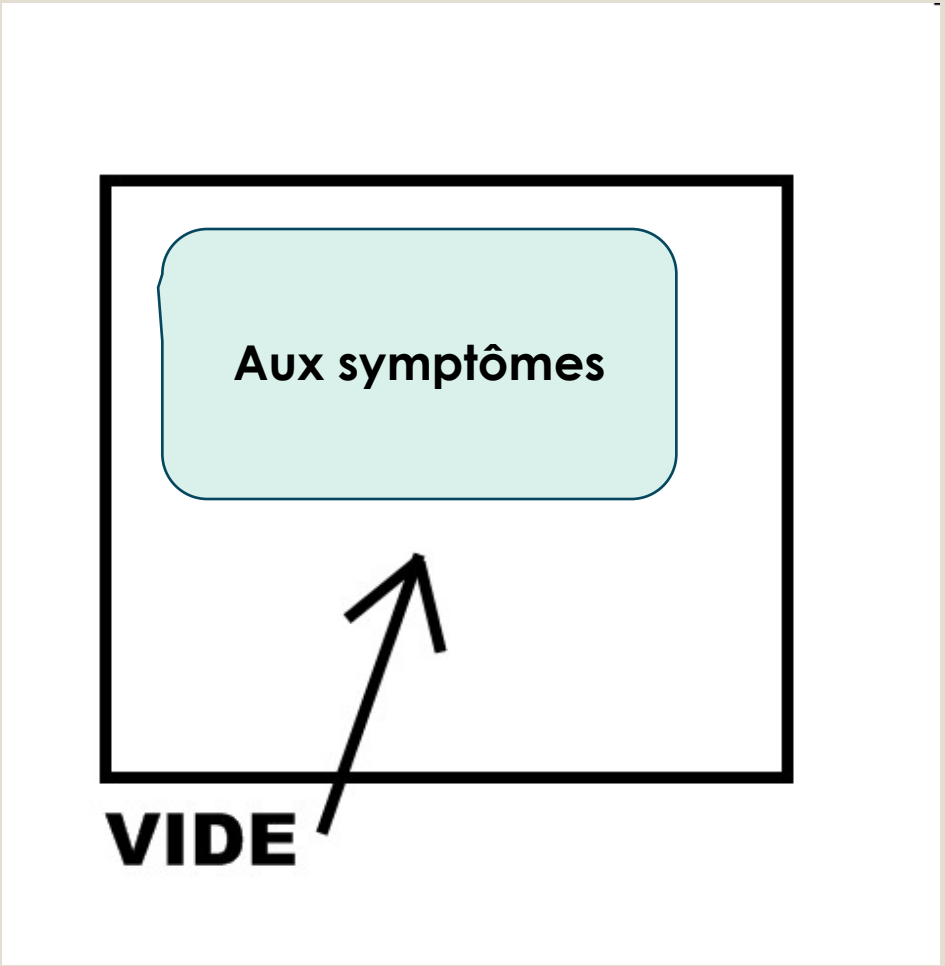
Aux émotions ?

Aux interrelations familiales?

Aux conflits intra-psychiques ?

Aux objets créés ?

Donner du sens



L'impensé

« Les anorexiques ne peuvent pas concevoir la mort, puisqu'elles sont déjà mortes à leur corps » Kestemberg



La jeune fille anorexique est, toute entière le désir de mort incarné

Leur corps est à la frontière de la vie et de la mort

Désir de mort non dit puisque qu'il est présenté

Fantasme d'immortalité

Maîtrise de l'instinct de conservation, le plus primordial



Défi permanent à la vie, au monde, aux autres

Fantasme mégalomaniaque de contrôle vie et mort

Un atelier cuisine?

Question sur un blog

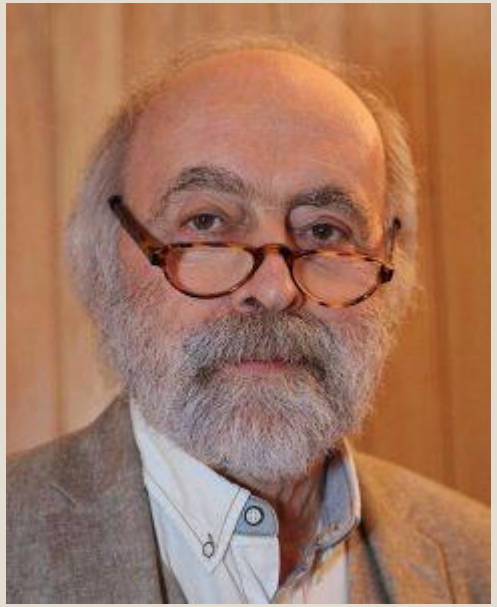
« Je suis passionnée de cuisine, mais ce que je goûte, je le recrache.
Cette "passion" a-t-elle une chance de ***me redonner l'envie de manger, voire du plaisir,*** *de me "réconcilier" avec la nourriture?*



La réponse donnée

« La cuisine est une façon de la toucher, la sentir, et te donne ***le sentiment exaltant d'une maitrise*** *parfaite de tes pulsions. Non, ce n'est pas un bon signe. »*

L'insensé de l'anorexie, la mal nommée.
Pr Gérard Ostermann
Hors-Série Revue Hypnose et Thérapies Brèves N°17



Au lieu du terme « anorexie », qui prête à confusion, il aurait mieux valu peut-être parler de **restriction nutritionnelle volontaire**

Un paradoxe humain fou : se priver jusqu'à se détruire pour exister

Les contraintes du corps social : un corps inscrit dans le « trop »

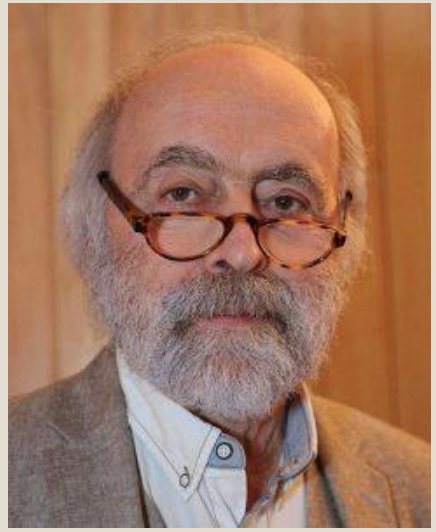
Les contraintes du corps social : un corps inscrit dans « l'image »

Les contraintes auto-infligées au corps : le vécu d'un corps en trop

Les contraintes psychologiques : s'incarner en « pur esprit »

« Les patientes ressentent le plaisir de maigrir plutôt que la peur de grossir »

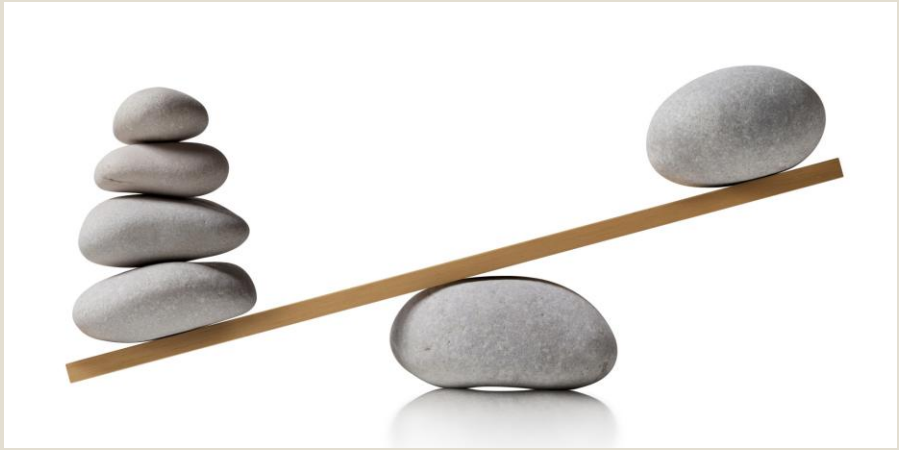
Gérard OSTERMAN



« Autorisez-vous une chose, vous pourrez décider de vous en passer ; refusez-la vous, elle deviendra irrésistible. »

Giorgio NARDONE



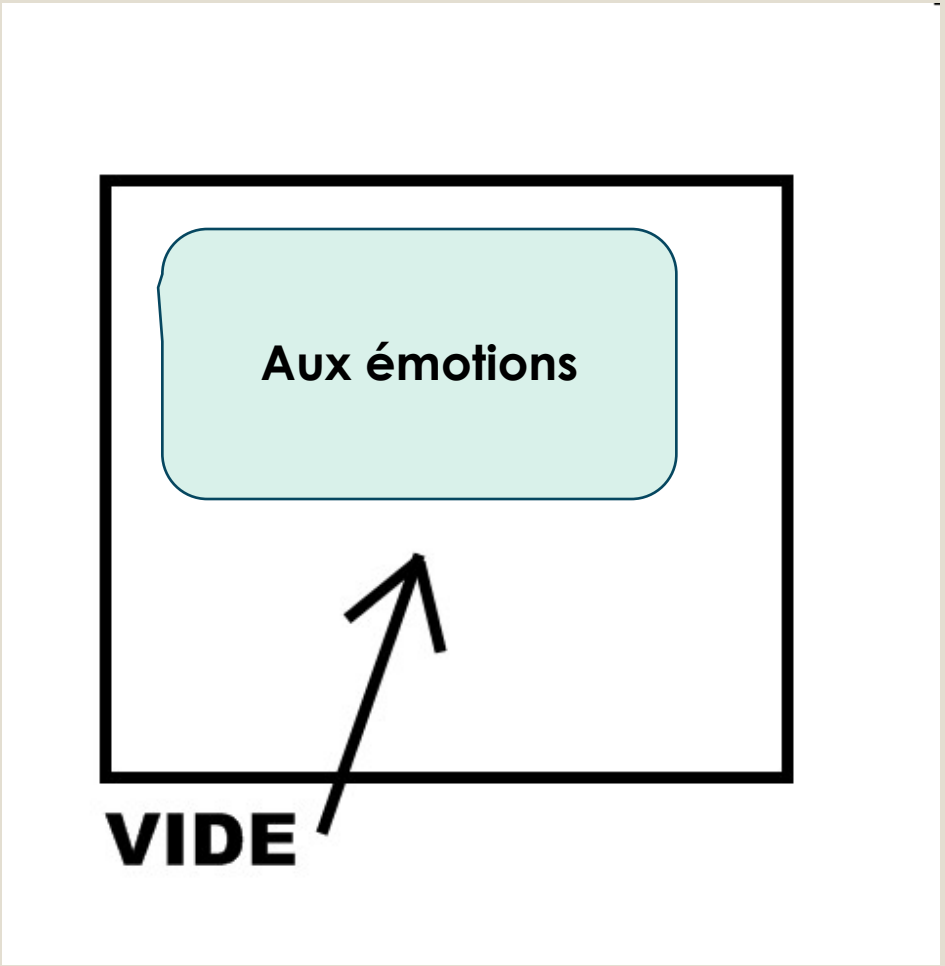


« L'anorexie mentale est certainement ce qui, dans la clinique, permet d'avoir l'aperçu le plus direct de ce que l'on appelle ***l'attachement d'un sujet à son symptôme****.*

L'époque contemporaine est tentée de nier cette dimension, pourtant fondamentale eu égard à toute tentative de traitement du symptôme. ***Si l'on peut avoir l'idée que le patient veut se débarrasser de son symptôme, on constatera que, dans l'anorexie mentale, il n'en est rien*** *et que cette réalité est immédiatement palpable. »*

Dewambrechies-La Sagna, Carole. « L'anorexie vraie de la jeune fille », *La Cause freudienne*, vol. 63, no. 2, 2006, pp. 57-70.

Donner du sens



Du côté des émotions

Le fonctionnement émotionnel des patientes anorexiques témoignerait

- **D'une inhibition des affects négatifs** (Pierre Humbert, Bader et coll., 2002)
- **D'un évitement des communications émotionnelles négatives** (Geller, Cockell, Goldner, 2000 ; Dalgleish, Tchanturia et coll., 2003)
- **D'un évitement des situations interpersonnelles conflictuelles (**Latzer, Gaber, 1998 ; Lattimore, Wagner, Gowers, 2000 ; Casper, Troiani, 2001).



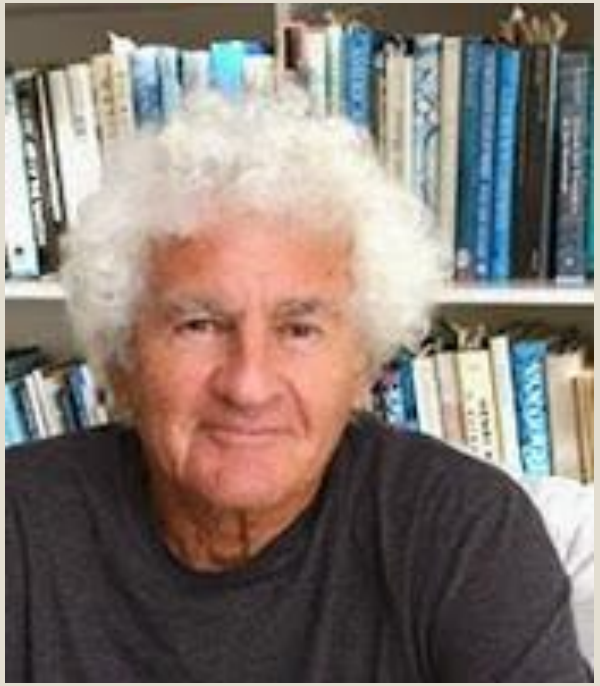
Une alexithymie



La mise en place du processus alexithymique dans l'anorexie mentale **permettrait de bloquer les émotions négatives** (Eizaguirre, Saenz De Cabezon et coll., 2004 ; Corcos, Guilbaud et coll., 2000).

Il semble que les troubles émotionnels, observés dans l'anorexie mentale, ne se limitent pas au seul déficit de l'expression, mais englobent l'ensemble **du processus de traitement de l'information émotionnelle.**

La thérapie par le cri



Dans les années 1970, un psychologue nommé Arthur Janov a écrit un premier ouvrage sur la thérapie primaire du cri . **« Le cri primal ».**

L'idée est de pouvoir lâcher prise et « régresser » à l'état infantile pour **ressentir les sentiments** qu'on n'a pas pu exprimer à l'époque

La meilleure technique selon Janov est de **crier**

En thérapie pour Solène



Sa psychiatre lui a proposé de crier en séance

En prévenant les secrétaires…

Le photolangage







Choisir des photos sur la thématique du plaisir

Le photolangage







Choisir des photos sur la thématique de la colère

Le photolangage







Choisir des photos sur la thématique de la honte

Le photolangage







Et si c'était une émotion?

Elaboration psychique de l'émotion



Vivre le cri dans le corps

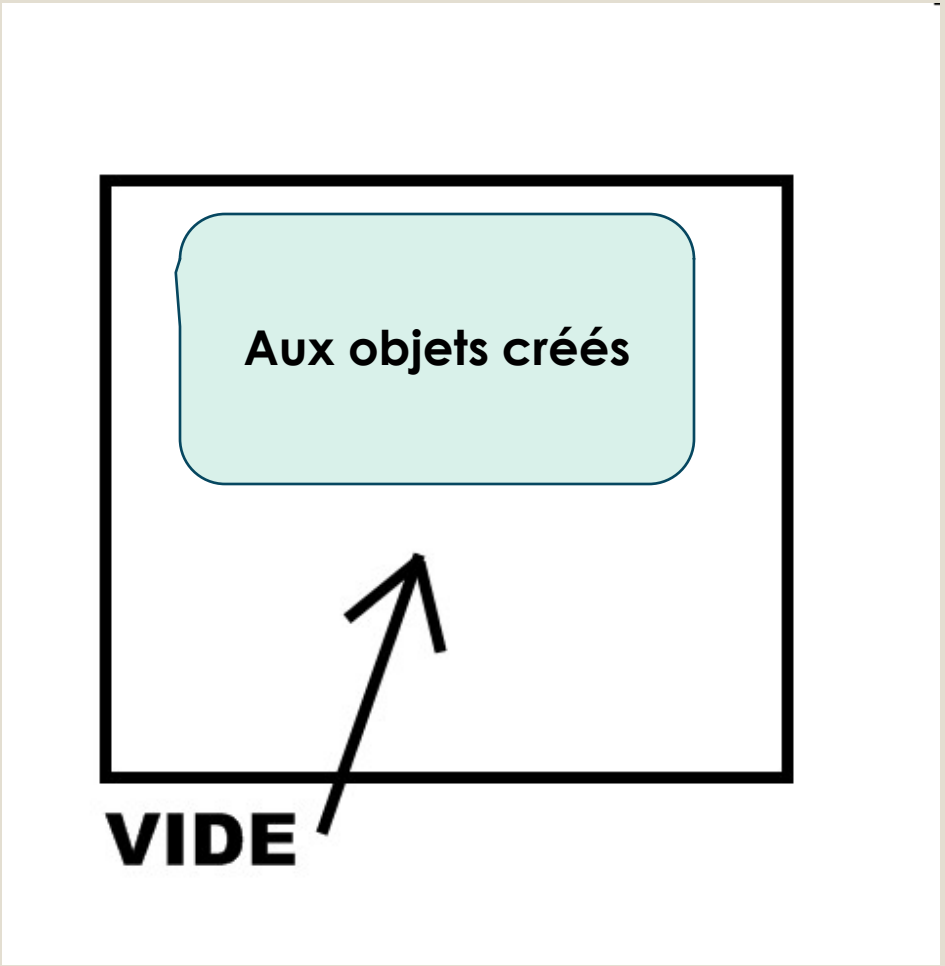


Donner une forme à la colère



Donner du sens à la colère

Donner du sens

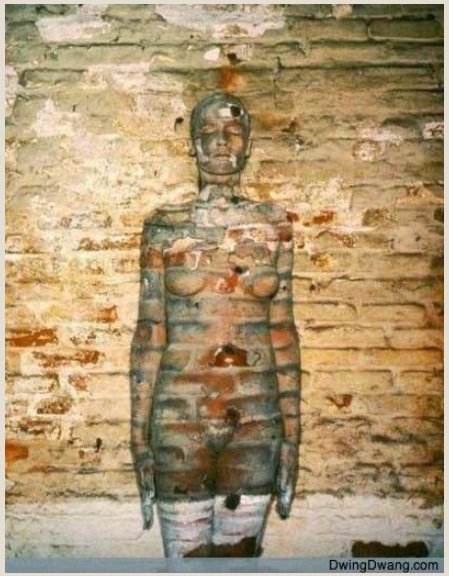


En thérapie médiatisée



- **Un soutien** au processus de symbolisation, processus psychique
- Comme **une découverte, un entrainement, un réentrainement** de ce processus, de cette compétence qui a pu se figer
- Pour permettre de **« digérer » psychiquement** les éléments internes qui font souffrance,

En thérapie médiatisée
une forme d'introspection « concrète »

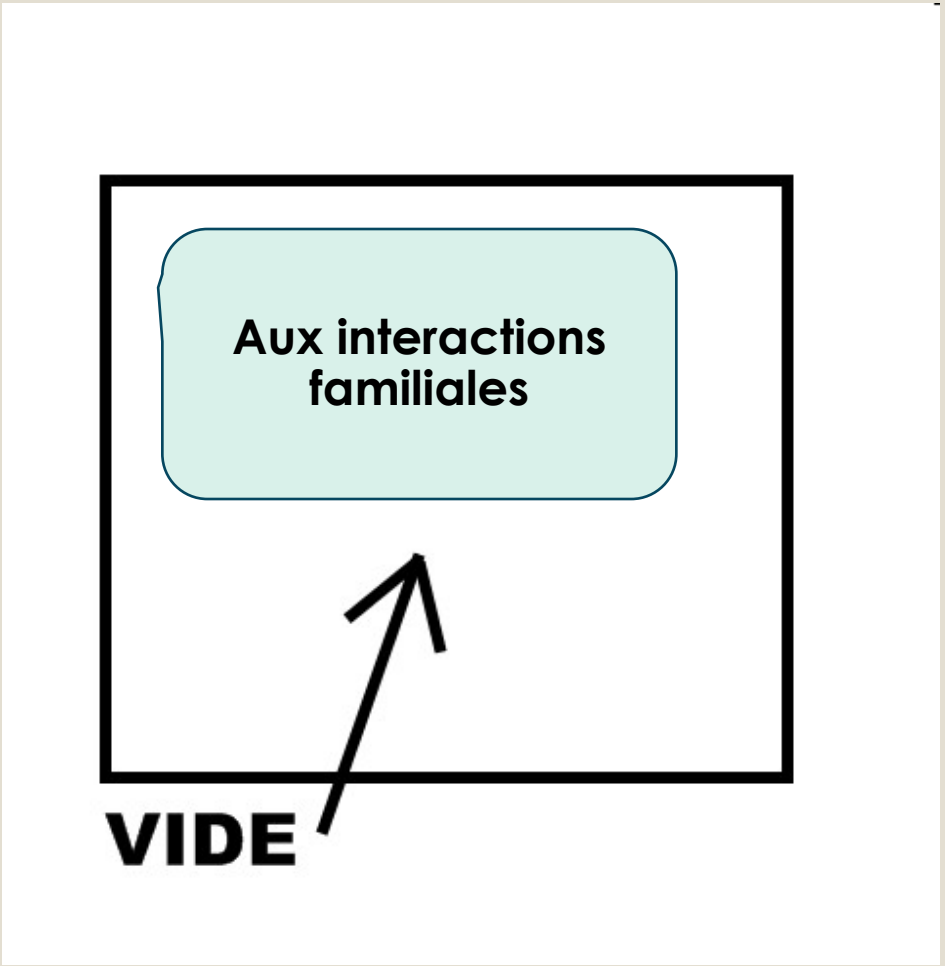




« Il y a plus de corps, plus de volume. Je n'aurais jamais fait cela au début.

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

Donner du sens



En psychothérapie



.

« Au fil de sa thérapie, elle pourra évoquer les conflits intra-familiaux. »

.

« Constat qu'elle a voulu sans cesse faire plaisir à ses parents et qu'en fait il y avait des conflits non exprimés. »

La dyade

Mère et fille sont dans des **rôles immuables** sur un plan fantasmatique

Côté mère: *« N'est anorexique que l'enfant qui n'a pas, dans sa première enfance, été* ***investie par sa mère comme future femme****»*. Sa fille doit rester l'enfant



Côté fille: Accepter la féminité, c'est ressembler à la mère et **lui « voler » sa place**, qu'elle seule peut occuper dans l'esprit de la jeune fille.

Puberté et féminité

l'anorexie est une incapacité à accepter et à intégrer les **transformations de la puberté** autant qu'à assumer sa féminité



Refus de la féminité, de la promesse de maternité, d'un corps de femme

Il lui faut désinvestir son corps enfantin de la libido narcissique pour **investir un corps d'adulte**, considéré comme lui appartenant.

Refus de manger, refus de la mère: **meurtre symbolique** de la mère imaginaire, mais confondue avec soi, donc destruction de soi-même

Mère et fille



« Solène exprime une colère envers sa mère qui n'est pas d'accord avec son projet d'être infirmière. «

« Elle souligne que sa mère la trouve trop fragile pour cela. »

« Elle indique que comme elle avait de grandes capacités intellectuelles, les études ont été très valorisées par sa mère et son entourage, avec de fortes attentes de réussite. »

La triade

Le père devrait être **celui qui sépare**



Œdipe es-tu là?

Père et fille



« Solène reproche à son père d'être totalement absent. »

« En fin de thérapie, elle évoque le fait qu'elle souhaiterait finalement vivre chez son père, pour retrouver des relations père-fille. »

Merci de votre attention

Mme Launois Muriel