

Construction d'un dispositif thérapeutique à visée de thérapie médiatisée

Muriel Launois

CONTEXTES

Réhabilitation psycho-sociale

Psychothérapie institutionnelle

Psychothérapie

le travail dans ce type de service, souvent en intra-hospitalier, mais aussi en CMP ou en CATTP, peut proposer un travail orienté vers le changement psychique, par des psychothérapies individuelles (psychologues, psychiatres) groupales et médiatisées (ergothérapeutes, musicothérapeutes, art-thérapeutes). Le changement psychique permettra alors à la personne de retrouver un mieux-être, un équilibre dans sa vie grâce à une modification intra-psychique. Ce travail est transversal, proposé par différents thérapeutes.



Des contextes de soins



Réadaptation ou réhabilitation psycho-sociale

Ce type de travail est centré sur le projet territorial de santé mentale pour les personnes souffrant de troubles psychiques graves et s'inscrivant dans la durée, en situation ou à risque de handicap psychique, en vue de leur rétablissement et de leur inclusion sociale. Le rétablissement ne fait pas référence à une guérison clinique ou à une disparition des symptômes mais à une possibilité de redonner un sens à sa vie à travers des activités et un mode de vie satisfaisant pour la personne. Ce travail est transversal à de nombreux types de thérapeutes.

Contexte de la réhabilitation psycho-sociale

Un contexte de soin qui se développe de façon transversale avec de nombreux thérapeutes, le plus souvent utilisé dans le contexte de la schizophrénie

Objectif principal inter-disciplinaire: le rétablissement dans le projet de vie de la personne

De nombreux outils thérapeutiques inter-disciplinaires

- Outils d'évaluation
- Psycho-éducation et éducation thérapeutique
- Remédiation cognitive (protocoles, outils informatiques)
- Activité artisanales ou créatives, à visée d'apprentissage technique, d'exposition, de plaisir, d'inclusion sociale
- Outils de type jeux, groupes d'échanges et d'expression, mises en situation et qui sont plutôt centrés sur les occupations, les habiletés sociales, la motivation, l'engagement, les besoins, l'adaptation

Contexte de psychothérapie (institutionnelle)

Un contexte de soin, bien ancré dans le milieu intra-hospitalier ou libéral.
Soit dans une version psycho-dynamique ou TCC.

Objectif principal inter-disciplinaire: introspection, élaboration psychique, changement psychique , compréhension de soi (processus intra-psychiques, émotions, comportements)

Types d'outils thérapeutiques inter-disciplinaires

- Psychothérapies individuelles ou TCC
- Psychothérapies de groupe: Groupes de paroles centrés sur l'introspection, la connaissance de soi, l'expression de soi
- Psychothérapies médiatisées proposant diverses médiations expressives, créatives et projectives (photolangages centrés sur l'expression du psychisme et de sa compréhension, playing , dessin, peinture, collage, écriture...)

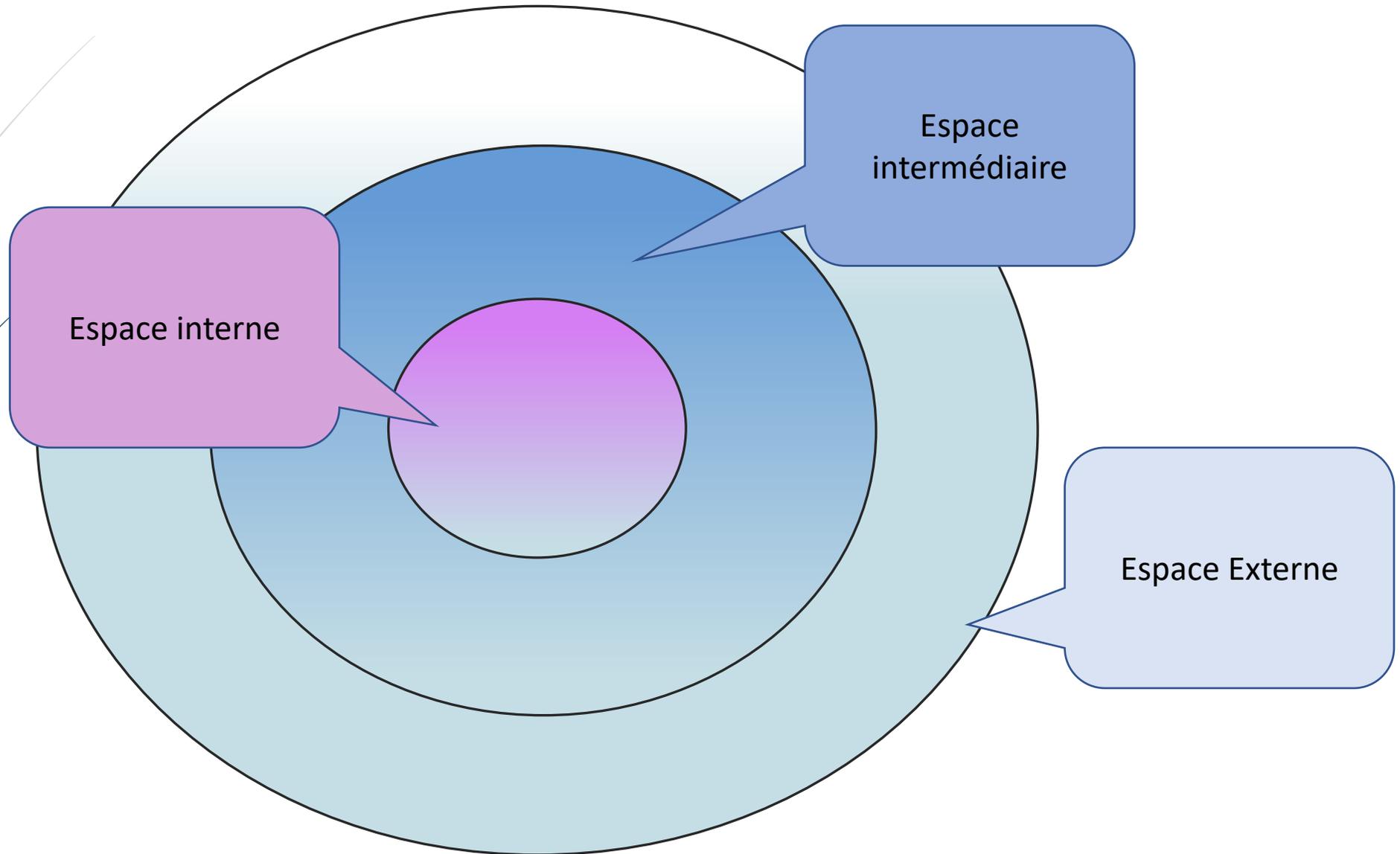
CONCEPTS

Transitionnalité

Psychisme

Mécanismes de défense

Les trois espaces de Winnicott

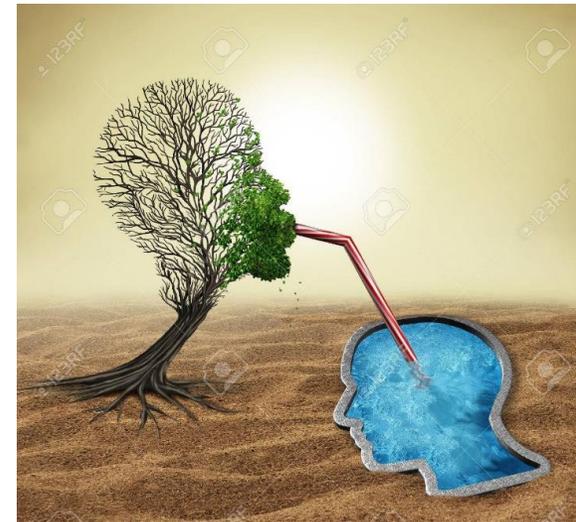


Deux mécanismes de défense

Projection

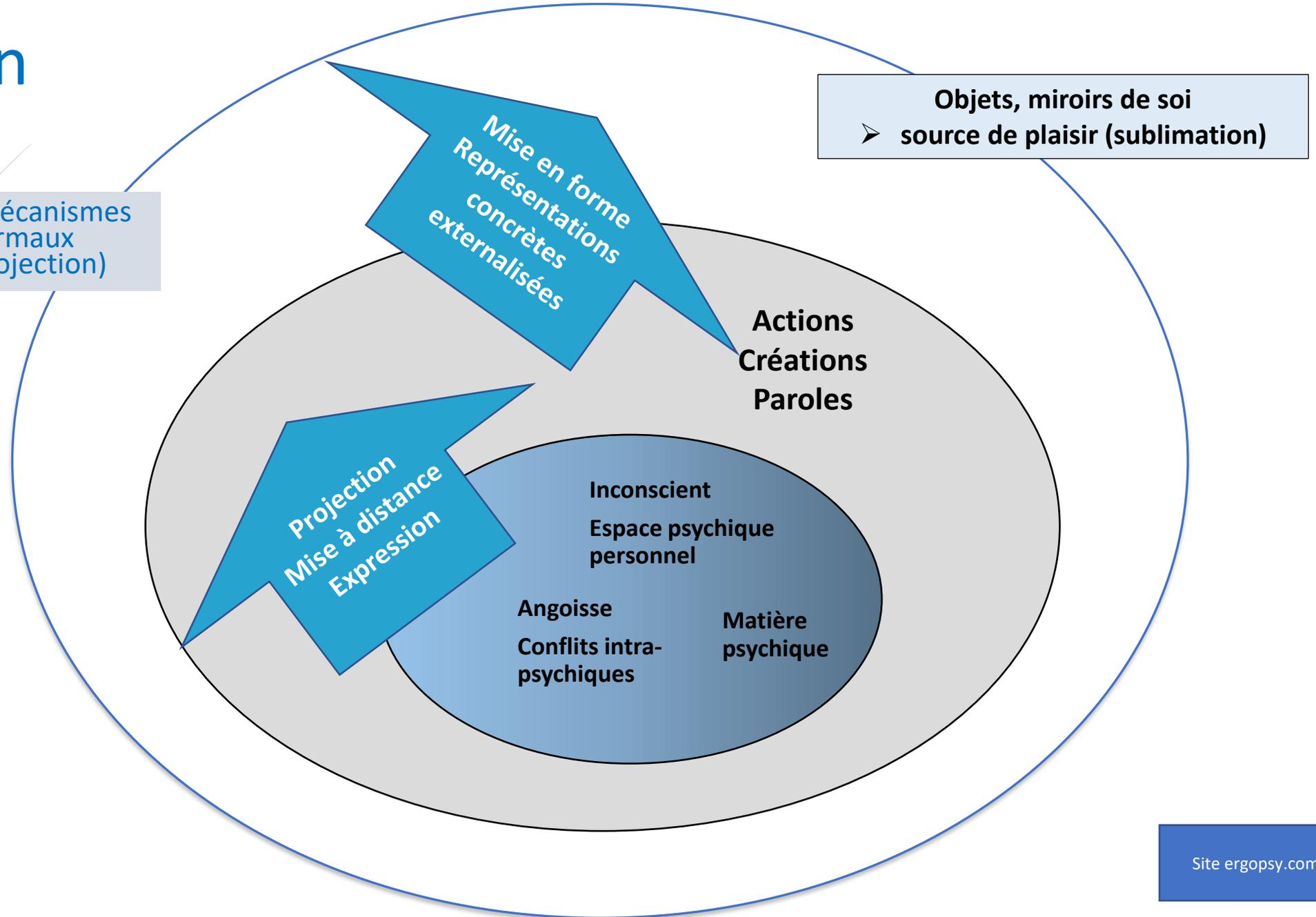


Introjection



Projection

Renouer avec des mécanismes de défenses normaux (projection et introjection)



Introjection

Renouer avec des mécanismes de défenses normaux (projection et introjection)

Objets, miroirs de soi
➤ source de sens (symbolisation)

Expériences, répétées, structurantes, signifiantes

Représentations mentales (formes, images, mots)

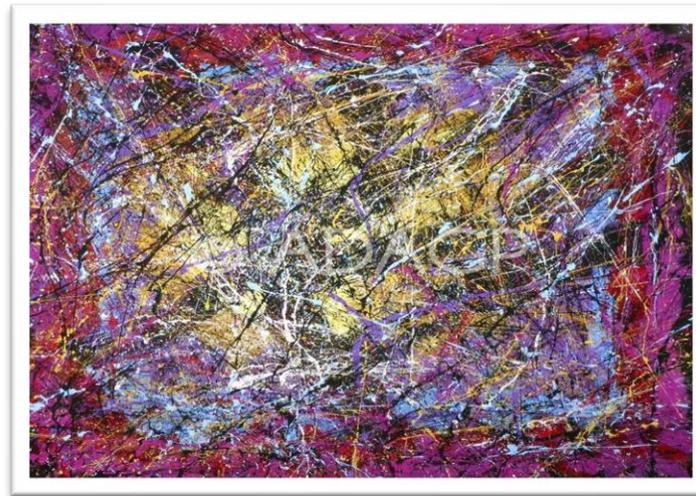
Traces projetées dans la matière

Intériorisation
Introjection

PROCESSUS THERAPEUTIQUES



Création



Symbolisation



Elaboration psychique

Expression médiatisée

Loisirs créatifs
artisanat

Processus autour de
l'apprentissage, du faire,
du sentiment de valeur

Collages images
et mots

Peinture, craies
grasses

Argile
Médium
malléable

Processus de projection, de création, de sublimation,
de symbolisation primaire (première étape de l'élaboration psychique)

Du plus technique

au

plus projectif

CREATION



Loisirs créatifs:
modèles et
apprentissage

Création: liberté, pas
de modèle, playing
de Winnicott

Projection

Signer ses œuvres: entrer
dans le social

Créativité ou
création?

Confidentialité?
Expositions?

Donner à voir à
soi et à l'autre

Processus de sublimation

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



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

Processus de sublimation: voie de transformation de la libido, mécanisme de défense du Moi pour transformer les pulsions du ca

Libido: L'énergie s'inscrit dans des réalisations sans rapport apparent avec la sexualité : activités morales, productions artistiques, profession, etc.



Des exemples concrets

- **Ateliers artisanaux** avec apprentissage (plus valorisation que sublimation)
- **Ateliers de créativité** avec ou non intention d'exposer
- Ateliers de peinture, dessin, collages, argile...**sans aucun temps de parole ensuite**

SYMBOLISATION

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique

Parole : Donner du sens, symboliser, élaboration psychique



Projection ET introjection

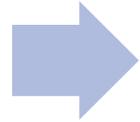
Œuvres: comme support de parole, miroir de soi, nouvel outil de thérapie

Médium malléable de Millner et Roussillon

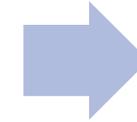
Symbolisation primaire

Symbolisation secondaire

Traces mnésiques
perceptives

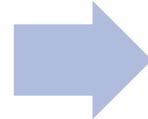


inconscient

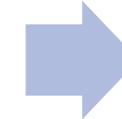


Conscient pré-conscient

Sensations corporelles
Mémoire du corps



Représentations en formes
et en images



Mise en mots



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

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique
(notion de médium malléable chez Roussillon)

Des exemples concrets



- **Ateliers proposant des médiations projectives à visée de psychothérapie**: l'objet devient l'occasion d'un travail sur soi, modifier la matière physique pour transformer la matière psychique (argile, peinture, craies grasses, collage...)
- **Co-création d'un inconscient groupal** dans les groupes de paroles ou dans des créations collectives, avec temps de parole

Création non directive en collage

- 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



Expression verbale

Verbalisation libre
durant la séance

Processus de
communication,
Interactions sociales

Groupe d'échanges
centré occupations

Processus autour de
l'apprentissage, du cognitif,
habiletés sociales,
motivation et engagement,
dynamique de groupe

Groupe de paroles centré
intra-psychique

Processus de symbolisation secondaire, d'introspection « concrète »
centrée sur l'objet miroir de soi et source de sens,
Processus d'élaboration psychique

Ateliers d'écriture

De l'échange social et cognitif

à

l'introspection

Elaboration psychique

Pour, aboutir à une élaboration psychique

Il faut mettre en mots

Et passer par une phase réflexive, introspective

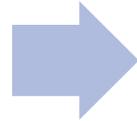
Pour permettre la symbolisation secondaire



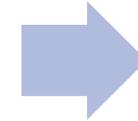
Symbolisation primaire

Symbolisation secondaire

Traces mnésiques
perceptives

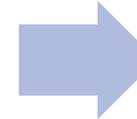


inconscient



Conscient pré-conscient

Sensations corporelles
Mémoire du corps



Représentations en formes
et en images



Mise en mots



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

Permettre une mise en mots, une création de liens signifiants:
Pour permettre l'élaboration psychique

Introspection

Introspection « concrète »

Se réfléchir soi-même, dans la réflexion sur un objet miroir

Conditions: Posséder un espace psychique personnel identifié et en avoir conscience

Des effets: Effets de sens, insight (sorte d'Euréka), compréhension mais aussi changements



Nécessité de **médiations créatives Et projectives**, médiums malléables, (émergence des formes à partir de l'informe)

Des étapes:

- Centration sur l'espace psychique
- Décentration (projection du contenu de l'espace psychique)
- Re-centration: acte réflexif pour analyser



Des exemples concrets

- **Jeux d'expression** photolangage, cartes permettant les associations d'idées, les associations entre images et mots
- **Temps de paroles** après la séance, centrés sur l'objet et/ou le ressenti, l'histoire personnelle, les contenus psychiques
- **Ateliers d'écriture**, avec ou sans consignes

Différents type de paroles

Descriptive « c'est de l'argile qui a été émaillée en brun et jaune »

Imaginaire « on dirait un personnage qui a une idée en tête, c'est jaune sur sa tête »

Introspective « il est tout raide et coincé celui-là, c'est tout à fait comme moi »



Mettre en mots

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, comme miroir de soi et source de sens sur un plan psychique (pas sur un plan de capacités ou de sentiment de valeur)

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

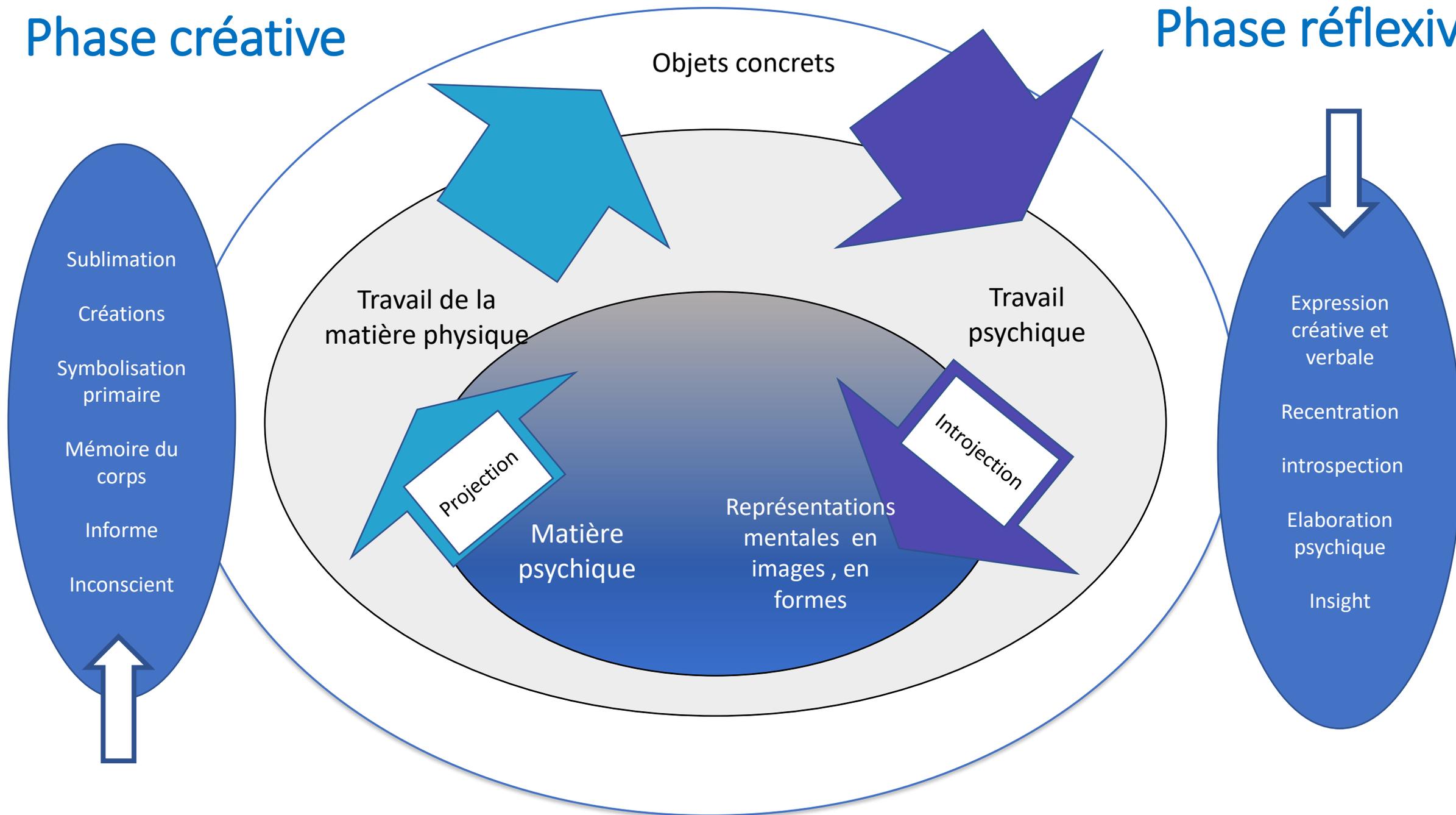
Squiggle collectif en craies grasses



*« 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 naufrage... »*

Phase créative

Phase réflexive



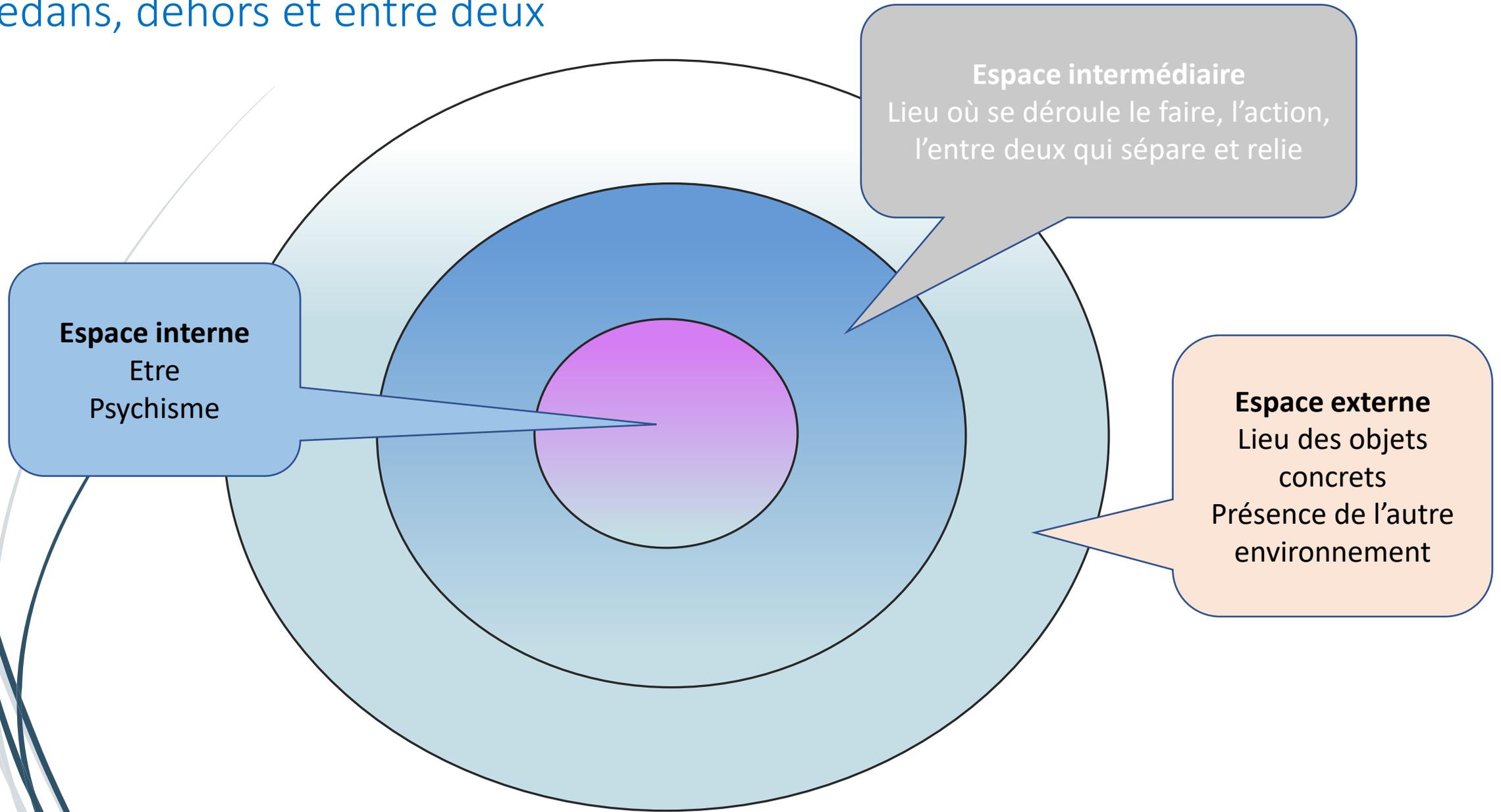
MOYENS THERAPEUTIQUES

CADRE

RELATION

GROUPE

Dedans, dehors et entre deux



Pour permettre une thérapie médiatisée

- **Cadre** : confidentiel et contenant, métaphore de l'espace personnel, espace transitionnel
- **Modalités**: groupe (inconscient groupal, dynamique de groupe), individuel
- **Relation**: analysée, écoute, non directivité, notion de transfert et contre-transfert (Freud), médium malléable, capacité à faire du lien, à soutenir le changement intra-psychique
- **Outils thérapeutiques**: Médiations expressives, créatives, projectives à visée de psychothérapie (créer, peindre, coller, dessiner, écrire...), jeux d'expressions (sans compétition) de type squiggle et playing
- **Temps de parole**: pour favoriser la phase réflexive, la symbolisation secondaire, l'élaboration psychique
- **Indications**: Névroses, dépressions psychogène, TCA, addictions , dimension métaphorique plus difficilement accessible aux personnes psychotiques



Une existence

➤ **Nom donné:** ateliers, groupes, espace, activités, médiations, nom poétique ou symbolique...



➤ **Un lieu pour l'atelier:** Isolé, central, expatrié, intégré, protégé, fermé ? Peut-il réellement jouer le rôle d'espace intermédiaire? Y'a t'il des sas de passage? Des filtres? Des frontières?

- Disposition spatiale à préparer à penser, à mettre en place
- Un lieu d'accueil: séparé et spécifique si possible
- Un lieu permettant la détente ou l'activité
- Un lieu fermé, permettant contenance et confidentialité
- Disposition spatiale à préparer, à penser, à mettre en place

Des mots

➤ « **Traces** » de l'**ergothérapie** dans le service, avec des panneaux d'indication, des fiches explicatives, des plannings affichés, etc...

➤ **Le planning:**

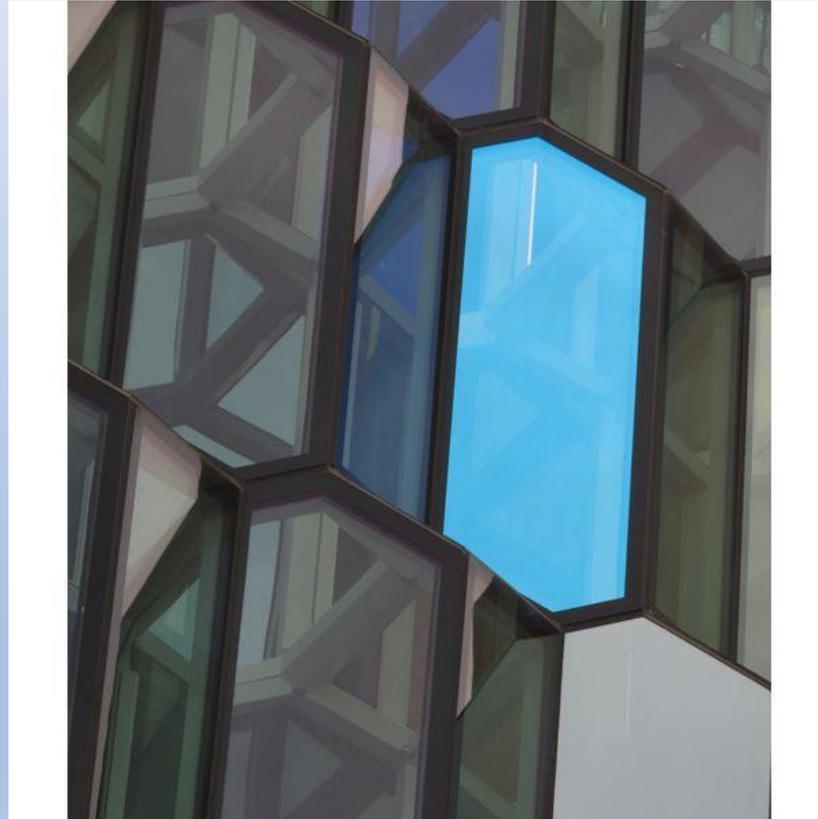
- Il doit être prévisible, stable, continu
- Comment est-il communiqué aux personnes?

➤ **Fiche descriptive** des ateliers, à donner aux personnes en thérapie

- Mentalisation possible de l'atelier
- Perception de l'intention, consciente et inconsciente de l'ergothérapeute



Moyen thérapeutique : Le cadre



Cadre thérapeutique

Critères pour mettre en place un cadre thérapeutique

- Connaitre les trois fonctions d'un cadre
- Comprendre les liens entre ces 3 fonctions
- Savoir poser et maintenir un cadre

Des fonctions

- Espace structurant
- Espace intermédiaire
- Métaphore de l'espace personnel

Des modalités concrètes

- Cadre spatial et temporel
- Types d'animation
- Thérapies individuelles ou groupales



Cadre structurant : symbolique

Existence d'un tiers symbolique: la Loi

Tout le monde est soumis à la Loi

La Loi: « *c'est là qu'il y a de l'interdit, sans quoi tu serais fou, tu ne pourrais pas parler.* » Freud

Les 3 tabous: meurtre, inceste, cannibalisme

Frein à la toute-puissance

Dans un atelier: Règles, limites, clairement transmises

En thérapie: savoir comment sont gérées les transgressions?



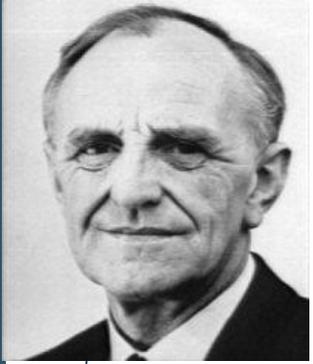
Cadre structurant: organisationnel

Cadre spatial: espace organisé, espaces de rangements personnel, ambiance (sonore, lumineuse, couleurs...)



Cadre temporel: horaires, scansions (temps d'ouverture et de fermeture de l'atelier)

Temps organisationnels de séance: d'action, de non action, de parole



Espace intermédiaire

Héritier de l'espace transitionnel de Winnicott

Espace qui sépare **ET** relie le dedans et le dehors

Espace de jeu entre dedans et dehors

Espace intérieur et extérieur de:

- La personne
- L'atelier
- L'hôpital

Notions de passage dedans-dehors (matériau, objets, limites, sas, frontières)

Espace créatif, pour pouvoir agir, créer, apprendre, jouer, faire

Activités, médiations, jeux, occupations

Métaphore de l'espace personnel

Permettre l'intégration en soi de cette **sécurité extérieure** (espace physique solide, fiable, sécurisée) pour en faire une **sécurité intérieure** (espace psychique personnel et sécurisé)

Distinction, espace personnel et espace groupal



Confidentialité: protection des œuvres, pas de regard extérieur, porte fermée, pas d'oreilles extérieures pendant le temps de parole

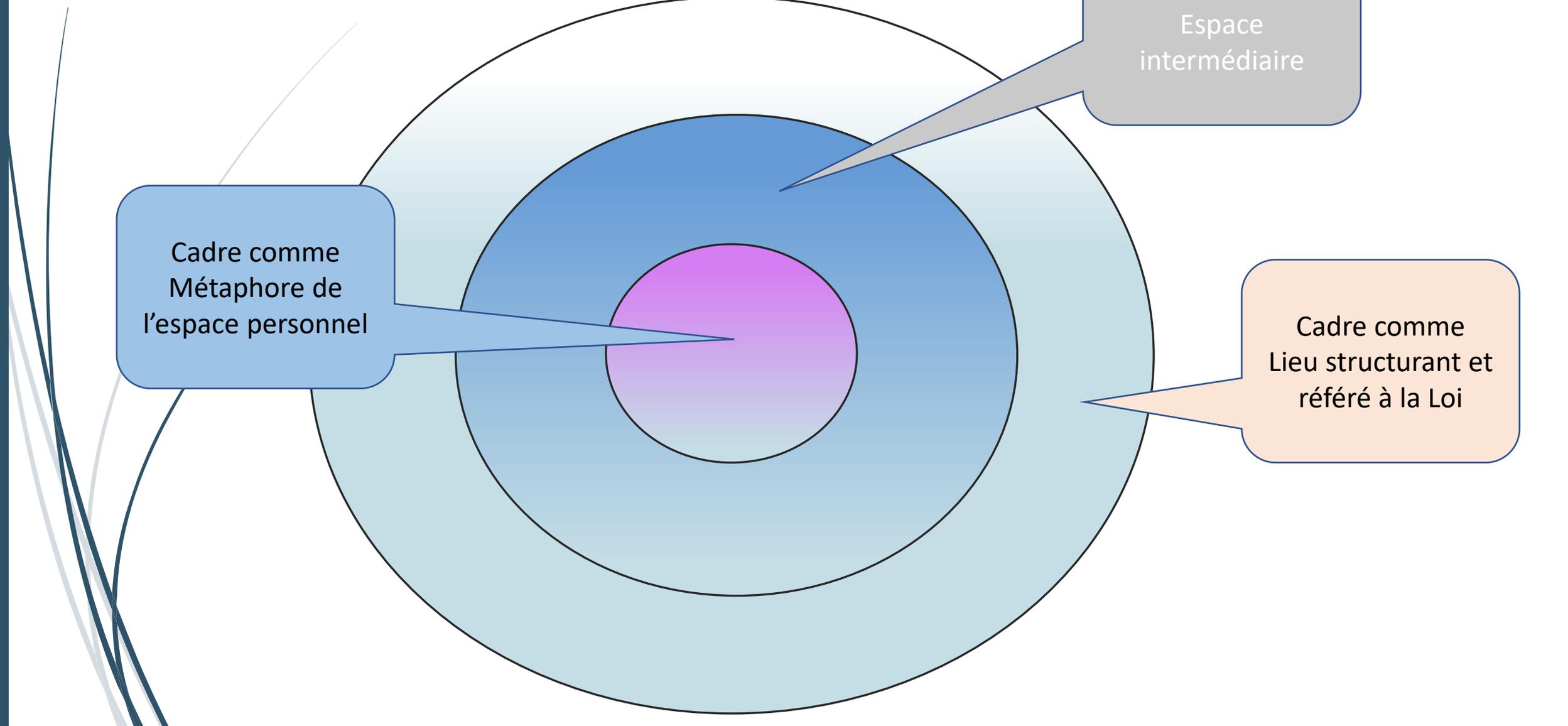
Contenance, comme référence au Moi-Peau (principalement psychose)

Métaphore de l'espace personnel

Quelques questions à se poser

- La porte est-elle ouverte ou fermée?
- Y a-t'il un souci de confidentialité et de protection?
- Comment est assurée concrètement la contenance?
- Les ateliers sont-ils différenciés ou permettent-ils une organisation spatiale variable
- Y'a-t-il des espaces spécifiques au temps de parole et aux temps de création?
- Y'a-t-il des espaces personnels de rangement?





Cadre comme
Métaphore de
l'espace personnel

Cadre comme
Espace
intermédiaire

Cadre comme
Lieu structurant et
référé à la Loi

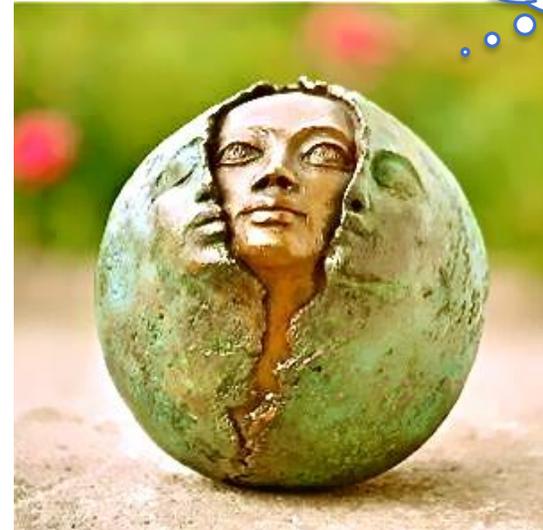
Moyen thérapeutique: La relation thérapeutique



Quelles sont les attentes de la personne?

guérir

Changer



Besoins

Désirs

Demandes

Engagement

Motivations

Chez les humanistes

- Ecouter
- Empathie et considération positive inconditionnelle (Rogers)
- Attitudes (Porter)

« **Thérapeute suffisamment bon** »: holding, handling et jeu chez Winnicott

Relation analysée: penser et réfléchir la relation, notion de transfert et contre-transfert chez Freud

Thérapeute comme médium malléable chez Roussillon: sensible adaptable, suffisamment résistant

Thérapies brèves:
position haute, position basse

Relation médiatisée

Spécificité ?

- Ergothérapeute
- Art-thérapeute
- Psychologues

Nécessité d'un **tiers médiateur**

- Médiation qui sépare, externalise, métaphore concrète
- Médiation qui relie, donne du sens, crée du lien entre DD et DH

Thérapeute proche d'un **médium malléable**

- Disponible
- Sensible, adaptable
- Suffisamment « résistant »



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-créé
- Qui appartient au patient
- Source de plaisir
- Miroir de sens

Posture thérapeutique en tant qu'ergothérapeute

Garant du cadre: le poser, connaître et utiliser ses fonctions, la maintenir

Connaitre ses outils thérapeutiques: activités, bilans, médiations, jeux

Type d'animation: directive, non directive, semi-directive



Savoir être: juste présence, mettre en confiance, permanence du lien, savoir accueillir une personne

Distinction: non intrusion dans l'espace psychique d'autrui, respect, bonne distance, pas d'interprétation, pas d'interventionnisme

Moyen thérapeutique: Le groupe



Animation groupale

➤ Type d'animation

- **Non directivité** : respect du non faire, du silence, de la lenteur, du rythme du patient
- **Mixte** : Alternance de temps directifs et non directifs, directif dans la forme ou le fond

➤ Co-animation

- ✓ **Co-construire le dispositif thérapeutique** = s'expliquer mutuellement ce qu'on attend de la séance.
- ✓ **Deux professions différentes** = deux regards, deux possibilités de soigner
- ✓ **Deux personnes** = une dans l'action, l'autre dans l'observation.
- ✓ **post-groupe**: échanges nécessaires après la séance pour analyser ce qui s'est passé dans le groupe et pour chacun des participants



Les intérêts du groupe

Narcissisme groupal

Création d'un
inconscient groupal

Sentiment de
fusion océanique

Etre ou faire
ensemble , co-créeer

Sentiment de
sécurité

Temps de
parole

Identification à
autrui



Les risques des interactions groupales

Sentiment de
perte d'identité
personnelle

Boucs
émissaires

Sentiment de
morcellement

Attention
aux
confusions
de rôles

Manque de sécurité
(regard de l'autre,
jugements...)



Sentiment
de
persécution

Leaders et
suiveurs

Visualisez une table ronde pour le temps de parole...

Le rôle de l'ergothérapeute c'est???



C'est...présence, observation, animation

Être entre dedans et dehors du groupe:

- Vivre dans le groupe
- Être garant de son bon fonctionnement



Regarder qui interagit avec qui et de quelle manière en analysant soit:

- La dynamique de groupe visible
- Les éléments d'inconscient groupal

Soutenir et animer le temps de parole

- Veiller à la parole de chacun et chacune
- Favoriser une écoute mutuelle respectueuse
- Reformuler ou souligner un propos
- Garantir la confidentialité

La relation individuelle

Tout ne peut être dit
en groupe: intimité,
confidentialité

Il y a des
normes
sociales.

La relation individuelle est
intéressante car elle va
permettre de se centrer sur
la personne.

