

ATELIER D'EXPRESSION À VISÉE DE PSYCHOTHÉRAPIE MÉDIATISÉE

« Et si on peignait ... »



SOMMAIRE

Introduction

I. Les modalités

II. Les moyens thérapeutiques

III. Les objectifs

Conclusion



I. LES MODALITÉS

PRÉSENTATION CLAIRE ET IDENTIFIÉE DU TYPE D'ATELIER PROPOSÉ DANS SES INTENTIONS GLOBALES

- ❖ Atelier **expressif de peinture**
- ❖ **Extérioriser** ses **idées noires** et ses **plaintes dépressives**
- ❖ Opportunité de réaliser son **élaboration psychique**

Élaboration psychique : « Travail de l'appareil psychique qui consiste à lier des quantités d'énergie pulsionnelle à des représentations et à établir entre elles les représentations des voies associatives ».

I. LES MODALITÉS

CONDITIONS PRATIQUES

- ❖ Temps de **préparation** en amont d'environ **10 minutes**
 - Mise en place du matériel (pinceaux, toiles) et de l'espace de travail (chaises en cercle) ...
- ❖ Salle **fermée** (salle d'ergothérapie « **Ergoroom** »)
- ❖ Se déroule sur **4 séances** de **1h30**, les **mercredis à 10h**

I. LES MODALITÉS

CONDITIONS PRATIQUES

- ❖ 3 séances → divisées en **2 temps**
 - 1^{er} temps : réalisation de sa **peinture**
 - 2^{ème} temps : temps de **dialogue** → **échanger** avec les autres patients = illustrer **verbalement** sa création → **extérioriser** ses sentiments
- ❖ Propositions de consignes, ex : « Exprimez une émotion, négative ou positive » → guider patients sur leur production et ne pas perdre d'intérêt

I. LES MODALITÉS

CONDITIONS PRATIQUES

- ❖ 4^{ème} séance → recevoir le patient en **entretien individuel**
 - Exprimer ses **sentiments** perçus lors de la **réalisation** de ces différentes productions
 - Dire son **ressenti** sur la **pertinence** de l'activité **pour lui**

I. LES MODALITÉS

CONDITIONS PRATIQUES

- ❖ Groupe de **6 patients dépressifs** (des stades différents de leur état dépressif), le même groupe durant les 4 séances
- ❖ Réalisation de **comptes-rendus** à la **fin** de chaque séance → indiquer et expliciter la séance (observations des patients : **ressentis** et **comportements**)

AFFICHE DESCRIPTIVE

Et si on
peignait ...

Tous les **mercredis**
9h-10h30

Groupe de 6

- *Patients dépressifs*
- *Engagement sur la durée*

4 **séances**
hebdomadaires

 **Rendez-vous dans la salle**
" **Ergoroom** " (1er étage)

Encadré par l'ergothérapeute

FICHE À DONNER AUX PATIENTS

ATELIER D'EXPRESSION À VISÉE DE PSYCHOTHÉRAPIE MÉDIATISÉE

« *Et si on peignait ...* »

DANS CET ATELIER **EXPRESSIF** VOUS EXTÉRIORISEZ À TRAVERS LA PEINTURE, VOS **ÉMOTIONS, PENSÉES ET SENTIMENTS**. À L' AIDE DE VOS **PINCEAUX**, VOUS AUREZ L' OPPORTUNITÉ DE RÉALISER VOTRE **ÉLABORATION PSYCHIQUE**.

→ Tous les **mercredis** de **9h à 10h30**

→ Se déroule sur **4 séances**

→ Rendez-vous à la **salle « Ergoroom »** au 1^{er} étage

→ Séances divisées en **2 temps** :

- 1^{er} temps : **expression picturale**
- 2^{ème} temps : **expression de ses sentiments** à travers la réalisation

→ Encadré par un(e) **ergothérapeute**

I. LES MODALITÉS

TYPES D'ENGAGEMENT

- ❖ Sur **prescription** → peut engendrer une fuite de la personne, si l'expression est douloureuse
- ❖ **Participation** pour les 4 séances et leur durée complète
- ❖ Notion d'engagement sur **contrat écrit** (respect des règles, du groupe et du matériel)
- ❖ Activité à titre **gratuit** car comprise dans le soin du patient

I. LES MODALITÉS

TYPES D'ANIMATION

- ❖ **Mono-animation** par l'ergothérapeute
- ❖ Animation semi-directive :
 - Temps d'expression picturale : **non-directive** → expression plus personnelle possible
 - Temps de dialogue : **directive** → pour soutenir, relancer, reformuler, ...

I. LES MODALITÉS

TYPES D'ANIMATION

- ❖ Profession ergothérapeute **centrée** sur :
 - L'occupation : patient vient de lui-même → patient est **intéressé** et le **motive**
 - La personne : donner **libre choix** au patient d'exprimer ce qu'il ressent

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

- ❖ Cadre **fermé**
- ❖ Espace structurant du cadre
 - Établissement de **règles** → définir **limites/droits**
 - Pas de **jugement, écoute** primordiale, **respect** de chacun
 - = **Espace symbolique du cadre**

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

❖ Espace structuré

- Salle d'ergothérapie
- Porté **fermée** → pas de dérangement/interruption
- Patients regroupés en cercle au centre de la pièce → interactions/écoute
- Installation des patients non définie → s'installent où ils souhaitent

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

❖ **Organisation** des séances :

- **Installation** du matériel (pinceaux, toiles, peintures) en amont
- **Accueil** du groupe dans la salle
- **Présentation** de la **consigne** « Peignez ce que vous ressentez ... »
- **Temps d'expression pictural** sur une toile de peinture : utilisation de pinceaux, de différentes couleurs, ...
- **Temps de discussion** : expression verbale de la production réalisée
- **Fin** de la séance (rangement du matériel et de la salle)

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

❖ Espace intermédiaire

- Peinture = espace de **jeu** entre **dedans/dehors**
- Peinture utilisée comme une **introspection** = faire lien entre ce qu'ils ressentent, **émotions/sentiment** et un objet **réel/concret**

Introspection: Possibilité de découvrir son espace psychique personnel, essayer de comprendre comment fonctionne son psyché (rêves, fantasmes, pensées, ...)

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

❖ Espace d'expression

- **Matérialiser** ce qu'ils ressentent **intérieurement**
- S'exprimer d'une **autre façon**
- Utilisation **couleurs, formes, dessins** → aider le patient à **retranscrire** ses **sentiments/émotions/ressentis**

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LE CADRE

❖ Métaphore de l'espace personnel

- Patients → **espace de sécurité**
- Aucun **jugement, parole** de chacun **libre**
- Ergothérapeute garde la **confidentialité** → se sentir dans un **cadre protecteur** et favorise **confiance** et donc **l'expression**

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LA RELATION THÉRAPEUTIQUE

❖ **Non directive**

- Patients réalisent peinture **sans intervention** → **libres** dans leur création, choix **seuls** des couleurs, manière de la déposer sur la toile

❖ Temps d'expression

- **Ergothérapeute** peut apporter **si besoin** une **directive** → aider à s'exprimer, interroger patient détails peinture ou reformuler ce qu'il exprime

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

LA RELATION THÉRAPEUTIQUE

- ❖ Relation : **écoute**, **confiance** et **non-jugement**
 - S'ajoute aussi **soutien** du **thérapeute** et des autres **patients**
- ❖ Ergothérapeute **disponible** patients → **sensible** et **adaptable**
 - **Fixe** règles et les fait respecter = séance **agréable**
 - **Supervise** séance et **accompagne** patients au niveau de l'expression
- ❖ Relation thérapeutique se construit autour **distance thérapeutique**
 - Distance thérapeutique = **distance physique** patient/thérapeute, **distance psychique** suffisante

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Activité comme objectif ou médiation comme moyen d'expression ?

- ❖ **Médiation projective**
- ❖ Peinture → réalisation **non directive** = pas de **modèle** et aucun **apprentissage** de technique
- ❖ **Observer** liens entre réalisation et images internes du patient
- ❖ **Témoigner** contenu intrapsychique personnel = symbolique et signifiant

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Activité comme objectif ou médiation comme moyen d'expression ?

- ❖ **Projection et d'introjection** → liens entre le **dedans** (psychique) et **dehors** (réalisation)
- ❖ Utilisation **médiation comme moyen d'expression**

Introjection : Mécanisme de défense qui nous permet de nous constituer, en intégrant dans notre psychisme des éléments venus de l'extérieur. Cette introjection permettra donc un effet de retour, dans le psychisme de ce qui a été préalablement projeté.

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Expérience signifiante possible

- ❖ Plusieurs expériences à divers niveaux :
- ❖ Niveau perceptivo-sensoriel
 - Expérience visuelle et tactile
- ❖ Niveau gestuel et motrice
 - Manipulation (pinceaux, rouleaux, éponges, pochoirs) et gestes intro ou extravertis

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Expérience signifiante possible

- ❖ Niveau des fonctions exécutives
 - Patient → se concentrer et faire des choix
- ❖ Niveau de l'expérience identitaire
 - Parler de lui et permet de mieux se connaître
- ❖ Niveau de l'expérience relationnelle
 - Partage d'expression pendant temps de parole

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Expérience signifiante possible

❖ Niveau de l'expérience projective

- Patient → faire choix des techniques, représentations de façon consciente et inconsciente
- Patient → fait projection personnelle

❖ Niveau de l'expérience émotionnelle

- Patient → dans le partage des émotions

II. LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

ACTIVITÉ THÉRAPEUTIQUE OU MÉDIATION EXPRESSIVE

Expérience signifiante possible

- ❖ **Médiation projective** = moyen d'expression → permet patient d'exprimer besoins et vécu intrapsychique
 - **Outil thérapeutique** : prend sens avec thérapeute → pose questions pour aider à s'exprimer
 - **Soin personnel** : patient continu seul → ce stade = prendre soin de soi en se donnant des temps d'expression personnelle

III. LES OBJECTIFS

❖ **Objectifs** basés sur :

- Dimension **psycho-affective**

III. LES OBJECTIFS

❖ Dimension psycho-affective

- Reconstruction identitaire par un travail intrapsychique centré conscience de soi et connaissance de soi → pouvoir s'accepter soi-même
- Expression médiatisée → aider personnes à retrouver capacités créatives et ressources personnelles / préparer à l'introspection et permettre l'élaboration psychique

III. LES OBJECTIFS

- ❖ Établissements de plusieurs objectifs centrés sur le soin psychique de la personne
- ❖ Se réaliseront au cours des 4 séances sur une durée de 4 semaines

III. LES OBJECTIFS

OBJECTIFS PRIMAIRES

- ❖ Favoriser l'expression médiatisée et l'expression de l'inconscient
- ❖ Laisser se déployer le playing libre du patient
- ❖ Permettre au patient de se découvrir lui-même et de prendre conscience de son être profond
- ❖ Permettre au sujet de se révéler et de s'ouvrir

III. LES OBJECTIFS

OBJECTIFS SECONDAIRES

- ❖ Améliorer ses relations sociales grâce à l'échange avec les autres patients
- ❖ Travailler sur l'estime de soi, l'affirmation de soi et le sentiment de valeur
- ❖ Renforcer le sentiment d'existence pour redevenir actif et acteur de sa propre vie

CONCLUSION

- ❖ Atelier → centré sur la **libre expression** des participants
- ❖ But : expression des **ressentis intrapsychiques** des patients et permettre la **socialisation** et le **développement** des compétences **relationnelles**
- ❖ Permettre aux patients d'éprouver un **sentiment d'existence**, de **revalorisation** et de **motivation** au fur et à mesure des séances
- ❖ **Relation thérapeutique** → facteur primordial pour la réussite de cet atelier
- ❖ *Meilleure expression médiatisée → ajouter d'autres activités : création de marionnettes et d'un spectacle avec celles-ci*

BIBLIOGRAPHIE

BIBLIOGRAPHIE SELON LES NORMES DE L'APA

Launois, M. (2015). *Cours S3 et S4*. Ergopsy. <http://www.ergopsy.com/cours-ife-alencon-cours-s3-et-s4-c193-311.html>

Launois, M. (2015). *Élaboration psychique*. Ergopsy. <http://www.ergopsy.com/elaboration-psychique-a562.html>

Launois, M. (2015). *Créer un atelier d'expression*. Ergopsy. <http://www.ergopsy.com/creer-un-atelier-d-expression-a1066.html>

Launois, M. (2015). *Projection et introjection*. Ergopsy. <http://www.ergopsy.com/projection-et-introjection-a745.html>

Launois, M. (2015). *Une introspection concrète*. Ergopsy. <http://www.ergopsy.com/une-introspection-concrete-a467.html>

*Merci de votre écoute,
avez-vous des questions ?*

