

# EXCURSION CELESTE

Type de jeu	<b>Compétences et ressources</b> <b>Partage de stratégies</b>
But du jeu	Discussion autour des problèmes et des ressources possibles, sans forcément les mettre en regard
Nb participants	4 à 6 personnes (temps de discussion nécessaire)
Contre-indications	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patients en état maniaque</li> <li>➤ Patients en dissociations psychique aigue</li> <li>➤ Personnes en incapacité d'échanges verbaux en groupe (type mélancolie)</li> </ul>
Description du jeu	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Un plateau de jeu</i> présentant des cases brunes (difficulté), des cases jaunes (ressources) et des cases étoiles (cartes bonus)</li> <li>➤ <i>Dé et pions</i> pour avancer</li> <li>➤ <i>Des cartes difficultés/problèmes (16 cartes astéroïdes) et des cartes ressources (33 cartes étoiles)</i>, proposant des mots sur ces deux thèmes.</li> <li>➤ <i>50 cartes bonus</i></li> <li>➤ <i>Des fiches ressources</i> à remplir par les patients s'ils le souhaitent</li> <li>➤ <i>Une vignette</i> « Un obstacle peut se transformer en ressource », une planète Ressources et une planète obstacles</li> </ul>
Règles et adaptations	<p>Les personnes déplacent leurs pions sur la piste en 8. Lorsque le pion arrive sur une case jaune (ressources) ou sur une case brune (difficultés), la carte correspondante est piochée.</p> <p>La discussion commence par la personne qui tire la carte et il est ensuite possible de faire participer le groupe. Il n'y a pas de situation précise décrite, afin de <b>favoriser une expression personnelle des patients sur chacun des sujets</b> : se sent-il concerné ou pas par ce problème ? A-t-il la ressource nommée ou pas ?</p> <p>La carte bonus proposent des situations légères, incongrues, humoristiques pour permettre des pauses dans les discussions.</p>
Expériences significantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Expériences cognitives</b> : conscience de soi en termes de comportements, ressources, compétences, qualité</li> <li>➤ <b>Expériences émotionnelles</b> : toutes émotions possibles</li> <li>➤ <b>Expériences identitaires</b> : expression de soi centrée sur problèmes ET ressources, difficultés et capacités, validation de soi et sentiment de valeur possible (totem)</li> <li>➤ <b>Expériences relationnelles</b> : coopération, considération positive, échanges de savoir et d'expérience</li> <li>➤ <b>Expériences projectives</b> : Si capacités personnelles, amorce d'introspection</li> </ul>