

CRÉATION D'UN ATELIER D'EXPRESSION POUR SE PRÉSENTER

PROPOSÉ PAR MATHILDE, JULIETTE,
MARIE, MAËLLE, ROBIN ET EMMA

JANVIER 2022

SOMMAIRE

Introduction

I) Qu'est-ce que la dépression ?

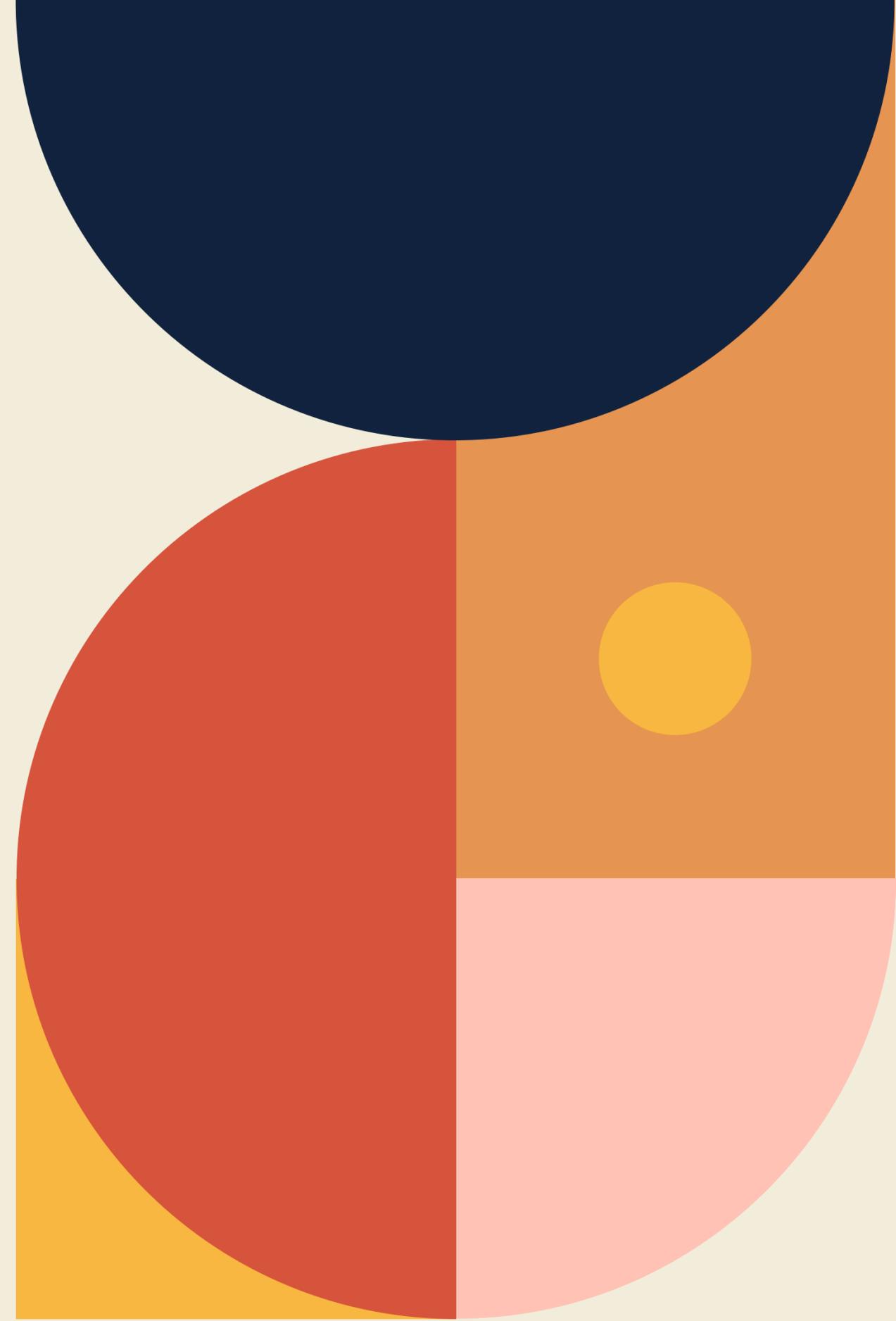
II) Présentation de l'atelier

III) Les modalités

IV) Les moyens thérapeutiques

V) Les objectifs

Conclusion





INTRODUCTION

- Atelier d'expression pour se présenter
- Trois séances
- Patients dépressifs

I. Qu'est-ce que la dépression ?

- Selon l'OMS, première pathologie mentale en terme d'incapacité
- Pathologie psychiatrique la plus fréquente
- 2,5 millions par an en France
- 25% des patients présentant un épisode dépressif ont un arrêt de travail
- 1 personne sur 5 est pris en charge en psychiatrie pour dépression



I. Qu'est-ce que la dépression ?

Pourquoi choisir des patients dépressifs pour l'atelier ?



II. Présentation de l'atelier

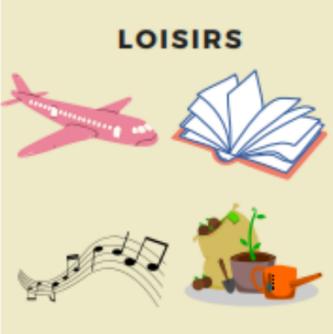
Apprendre à se connaître et à se présenter - Séance 1



ATELIER CARTES

QUELLES SONT VOS ACTIVITÉS DE PRÉDILECTION ?

L'atelier de carte que nous vous proposons a pour but de classer les activités qui vous sont agréables à réaliser selon 3 catégories distinctes. Vous pourrez ainsi coller les activités qui coïncident avec vos centres d'intérêts sur la feuille de votre choix.

LOISIRS	VIE QUOTIDIENNE	PRATIQUES SPORTIVES
		

Une feuille sera également dédiée aux activités que vous aimeriez découvrir dans un futur proche

II. Présentation de l'atelier

Apprendre à se connaître et à se présenter - Séance 1



II. Présentation de l'atelier

Apprendre à se connaître et à se présenter - Séance 2



The screenshot shows a web browser window with the following content:

- Header:** A logo of a colorful mask followed by the text "Atelier Masques".
- Main Text:** "Créez le masque qui vous représente !"
- Instructional Text:** "Grâce aux différents matériaux mis à votre disposition laissez place à votre imagination et réalisez le masque qui vous caractérise."
- Image:** A photograph of two ornate masquerade masks (one blue and white, one red and gold) resting on a bed of colorful confetti.
- Bottom Text:** "Et si on faisait tomber les masques ?"



II. Présentation de l'atelier

Apprendre à se connaître et à se présenter - Séance 3

ALPHAGRAMME

**Atelier simple et ludique
qui va vous permettre de
vous présenter avec
originalité**

A partir des mots de votre choix inscrits à la verticale, associez à chaque lettre un mot, un adjectif, un nom ou un verbe qui correspond à ce que vous percevez de vous.

Et si on se définissait ?

Illustrez ensuite chaque mot choisi en les insérant dans une phrase coïncidant ainsi avec vos propres expériences.

Vous aurez ensuite le choix de nous expliquer si cela a lien avec vos goûts, votre histoire ou votre personnalité.

L OYALE
E NER GÉTIQUE
PR A GMATIQUE
I M AGINATIVE
D I GNITÉ HUMAINE
R ANCUNIÈRE
O SER



III. LES MODALITÉS

1. Les conditions pratiques

Temps de
préparation

Horaires et nombre
de séances

Fiches de
présentation

Nombre de
personnes



III. LES MODALITÉS

2. Type d'engagement

- Prescription et/ou autodétermination
- Contrat moral
- Rupture de contrat ?



3. Type d'animation

- Co-animation
- Semi-directif
- Temps d'échange à la fin de la séance

IV. Les moyens thérapeutiques

1. Fonction du cadre

Cadre fermé

- Sentiment de sécurité
- Porte fermé
- Prescription nécessaire

Cadre structurant:

- Règles + Limites
- Spatialement et temporellement structuré
- Temps d'action/ non actions
- Temps de parole

Espace intermédiaire :

- Dedans / dehors
- Créativité
- Jeu

Contenance :

- Organisation environnementale
- Organisation du temps
- Fonction de protection



IV. Les moyens thérapeutiques

2. Relation thérapeutique

Ecoute

Relation
analysée

Notions de
transfert et de
contre-
transfert

Non
directivité

Psychothérapie
médiatisée

IV. Les moyens thérapeutiques

3. Médiation Expressive

- Médiations créatives et projectives
- Protocole collectif

L'alphagramme :

- Expérience cognitive
- Expérience créative et projective
- Expérience identitaire

Les masques :

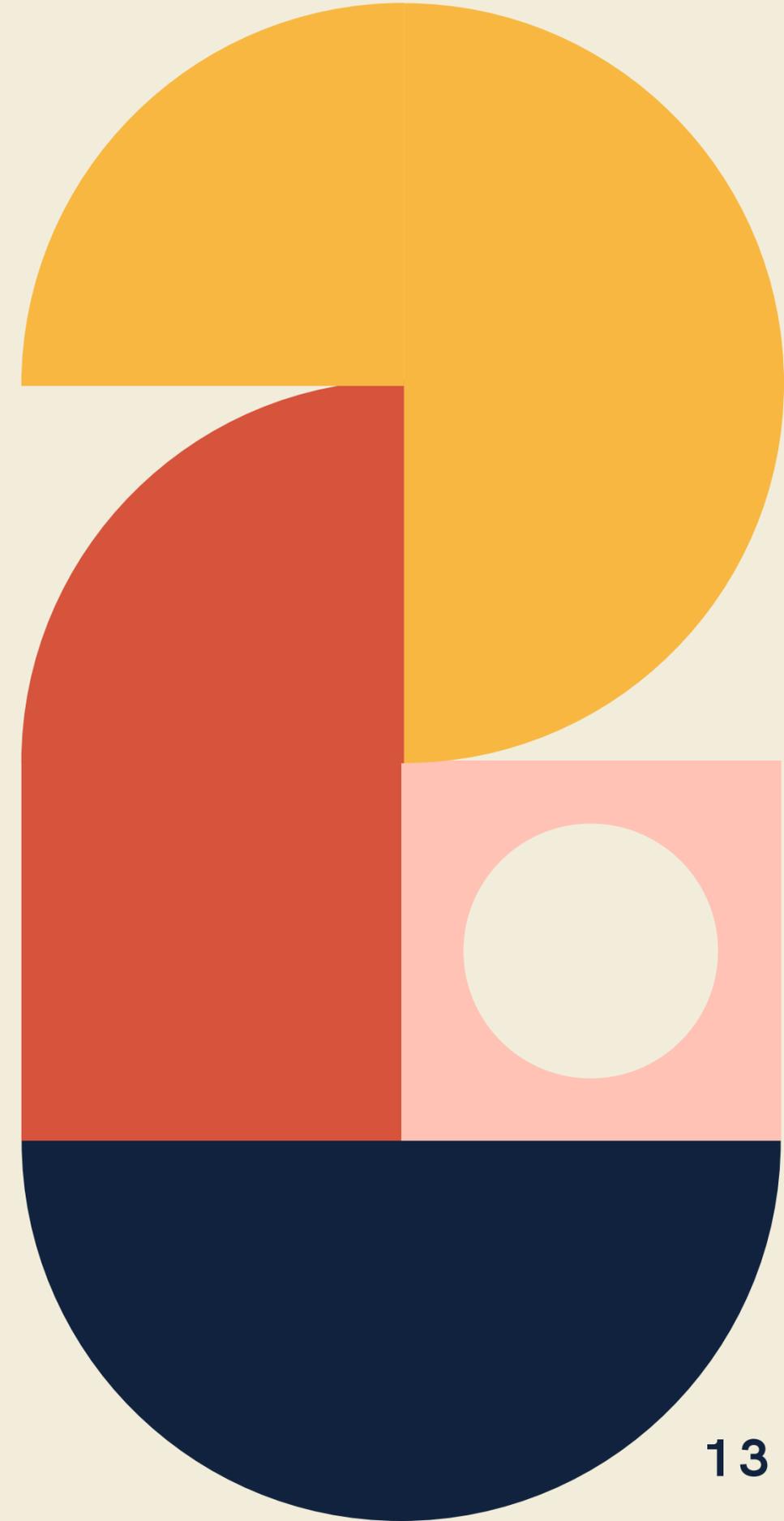
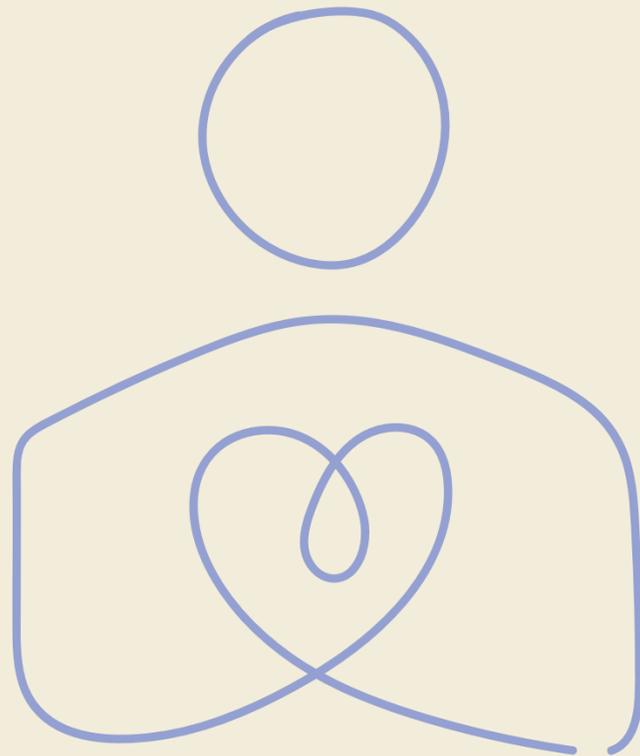
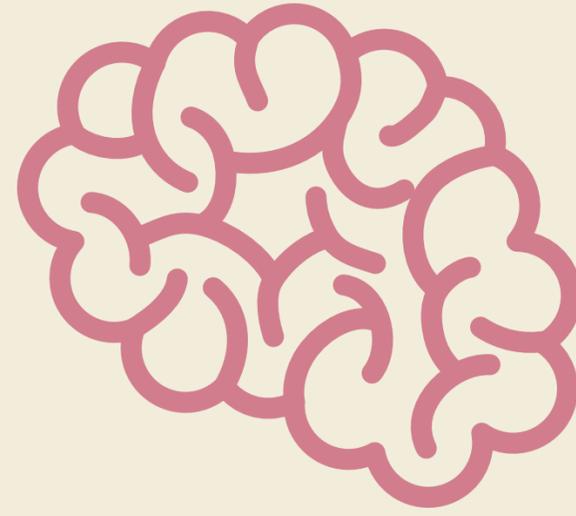
- Expérience relationnelle
- Expérience perceptivo-sensorielle
- Expérience identitaire

Les cartes :

- Expérience gestuelle
- Expérience émotionnelle

VI. LES OBJECTIFS

- Le soin psychique
- Dimension psycho-affective
- Le but de l'intervention ergothérapique



VI. LES OBJECTIFS

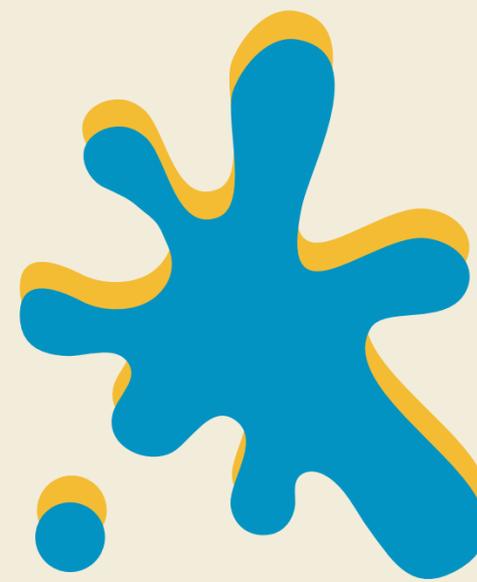
1. L'atelier cartes

- Travailler sur l'estime de soi, l'affirmation de soi et le sentiment de valeur
- Echanger avec les autres
- Retrouver des ressources personnelles
- Moyen d'expression
- Introduction à l'introspection



VI. LES OBJECTIFS

2. L'atelier masques



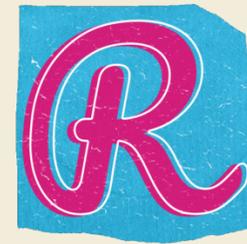
- Exprimer à travers un objet ce qui le représente
- Prendre conscience de soi
- Développer une dimension créative et imaginaire
- Plaisir de faire, de jouer et de créer



VI. LES OBJECTIFS

3. L'alphagramme

- Améliorer la conscience de soi
- Enrichir la connaissance de soi
- Favoriser l'expression de ses sentiments
- Reconstruire son narcissisme personnel
- Valoriser l'expression de soi



Les différences entre les trois ateliers

- Redécouverte des sensations
- Liberté d'expression
- Centres d'intérêts
- Imagination
- Inventivité

CONCLUSION

- Les expériences identitaires, créatives et projectives vont alors permettre l'élaboration psychique et favoriser la symbolisation pour donner du sens aux créations du patient
- Les ateliers vont permettre aux patients d'éprouver un sentiment d'existence, dans des niveaux de plus en plus élaborés du sentiment de soi
- Expression médiatisée
- Expérience projective
- Sentiment d'existence
- Fonctions et destin de l'objet



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