

# Jeux d'expression de soi

---

Atelier : **Dixit**

# Les règles du Dixit

Chaque joueur choisi 6 cartes

Un joueur choisit une carte, dit une phrase/un mot en rapport avec celle-ci puis la pose face cachée

Tous les autres joueurs choisissent une carte dans leurs mains qu'ils trouvent en rapport avec la phrase/le mot donné(e)

Toutes les cartes sont posées faces cachées puis mélangées

Les cartes sont ensuite retournées

Chaque personne vote en essayant de deviner la carte choisie initialement par le premier joueur

Comptage de point en fonction du nombre de bonnes réponses

# Création d'un atelier à l'aide du Dixit

Atelier groupal

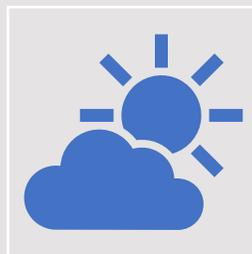
De 2 à 6 patients, 2  
thérapeutes

Contre indication de  
prise en soin de patient :  
les patients psychotiques

# Modalités



**3 séances de 1h30**



**Temps de préparation :  
5 minutes**



**Notes dans le dossier :**

Comportement du patient (avant, pendant, après)  
Interactions  
Respect des règles  
Ressenti(s) du patient (après la séance)

# Engagement

- Sur prescription et bien-être du patient
- Contrat moral (1<sup>ère</sup> séance)
- Si rupture du contrat : entretien pour comprendre sa réaction
- Engagement sur toute la durée de l'atelier



# Moyens thérapeutiques

Cadre contentant → patient peut s'exprimer, mais guidé

Confidentialité nécessaire → instauration de confiance et de sécurité

Atelier = espace intermédiaire (espace transitionnel) séparant patient de l'hôpital, permettant de s'exprimer + librement (objet transitionnel)

Dans l'atelier autour d'une table

La relation thérapeutique est de soutien, d'écoute et psychotérapie médiatisée

L'activité est une médiation expressive, les patients y trouvent des expériences significatives à travers les souvenirs des cartes du jeu, le sens symbolique

# Objectifs

Affirmation de soi

Mise en confiance

Respect de l'autre et son avis

Acceptation de l'image renvoyée

Renouer des liens avec l'autre

Respect de l'autre

# ○ Séance 1 : Présentations

Présentation avec questionnements

Par thème de questions → pas trop intimes (animaux préférés, loisirs, famille...)

Permet de poser des règles (cadre structurant )

Après avoir posé la question, choisir l'image en fonction de celle-ci

Carte permettant une expression autre que le verbal pur

Permet une mise en confiance, une sécurité interne



## ○ Séance 2 :

# Lieu de sûreté

Temps de réflexion pour se représenter un lieu de sûreté (imaginaire ou connu)

Permet de renforcer une sécurité interne → appuie cette confiance construite et favorise l'expression verbale

Passage dans un cadre de transitionnalité → permettant l'évasion des patients (espace intermédiaire)

Choisir les 3 cartes correspondant le mieux au lieu sécuritaire

Débat avec les autres patients : chacun doit décrire le lieu des autres rien qu'avec les cartes → permet de voir les visions de chacun et impact d'expression

○ **Séance 3 :**

**Choix de  
ressources  
personnelles**

Dernière séance

Chaque joueur  
choisit des cartes  
plus intimes pour les  
patients

Chaque carte choisie  
est une ressource sur  
laquelle le patient  
peut s'appuyer

Expriment chacun à  
leur tour la ressource  
sur laquelle ils  
peuvent s'appuyer et  
comment

Permet une  
affirmation de soi, et  
de finir l'atelier sur  
une note positive, de  
trouver un tremplin

# Fiche d'atelier

## Le Dixit

Le Dixit est un jeu de carte ludique appelant à l'imaginaire de chacun.

**Ici**, l'imaginaire permettra de s'exprimer.

### Modalités :

- ✓ 3 séances d'1h30
- ✓ 3 à 6 personnes + 2 thérapeutes
- ✓ Respect de l'activité des participants et du thérapeute



### Moyens thérapeutiques :

- ✓ Activité d'expression en groupe
- ✓ Vous vous exprimerez au travers les images qui seront sur les cartes
- ✓ L'ergothérapeute vous accompagnera
- ✓ Tout ce qui se dira lors des séances sera confidentiel

### Objectifs :

- ✓ Rencontrer des gens
- ✓ Partager un moment de vie
- ✓ Apprendre à se connaître
- ✓ Savoir écouter
- ✓ Vous libérer
- ✓ Avoir confiance en soi

