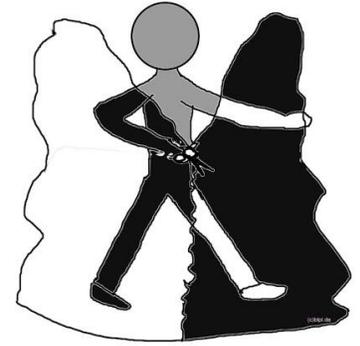


ETAT-LIMITE OU BORDERLINE

RÉSUMÉ OBJECTIFS POTENTIELS



- Identifier les comportements
- Pratiquer et découvrir
- Retrouver des comportements plus « adaptés »

Sous l'angle
cognitivo
comportemental

- sentiment d'existence unifié en acceptant ses facettes positives et négatives
- Faire pour mettre en représentations
Mentaliser, donner du sens

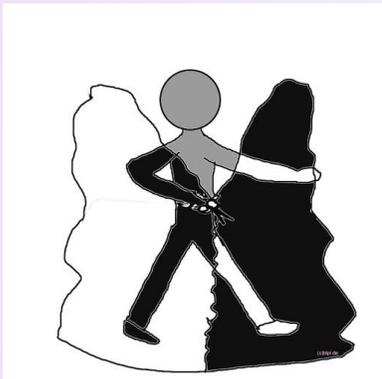
Sous l'angle
Psycho-affectif

- Prendre soin de soi
- Expérimenter
- Intégrer dans la vie quotidienne

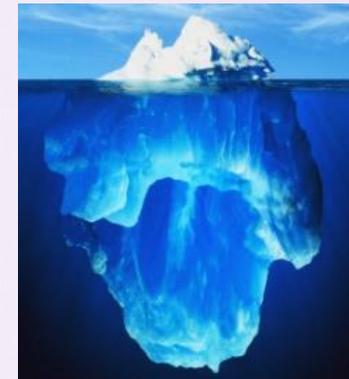
Sous l'angle
De la qualité
de vie

- Intégrer l'autre et sa différence
 - Expérimenter différentes sortes de liens relationnels
- créer des liens sécurés

Sous l'angle
social et groupal



Processus psycho-dynamiques



POUR QUELLE DIFFICULTÉS?

- SENTIMENT IDENTITAIRE FLOU (REFUS INTÉGRATION DES FACETTES DE SOI-MÊME JUGÉES NÉGATIVES, IDÉAL DU MOI DÉMESURÉ)
- ANGOISSE DE VIDE ET D'ABANDON
- PASSAGES À L'ACTE (DIFFICULTÉ DE MENTALISATION ET DÉCHARGE IMMÉDIATE DANS LE CORPS)
- TRAUMATISMES NON EXPRIMÉS, NON ÉLABORÉS

PROCESSUS THERAPEUTIQUES POTENTIELS

- PROCESSUS D'EXPRESSION (EXTERNALISER ET PROJETER DANS LA MATIÈRE)
- PROCESSUS DE CRÉATION (TRANSFORMATION DE LA MATIÈRE PHYSIQUE POUR TRANSFORMER LA MATIÈRE PSYCHIQUE DONC SANS MODÈLES)
- PROCESSUS INTRA-PSYCHIQUES (SYMBOLISATION, INTROSPECTION, ÉLABORATION PSYCHIQUE)

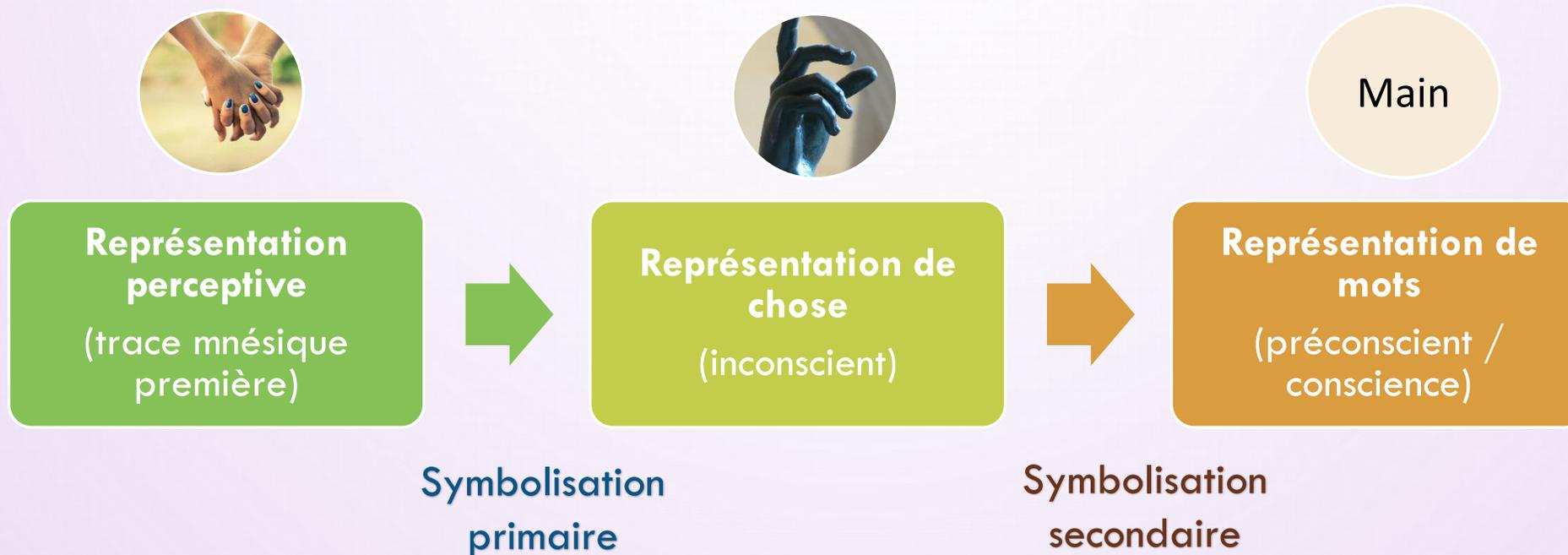
**TOUS LES PROCESSUS
THÉRAPEUTIQUES NE SONT PAS À
DÉVELOPPER POUR UNE MÊME
PERSONNE.**

Moyens

- Présence thérapeutique non intrusive, à bonne distance, sans incitation à faire, non directivité ou propositions « ouvertes »
- Médiations expressives, projectives, créatives, sans modèles, sinon risque de perfectionnisme (jeux d'expression pour favoriser les associations d'idées, ateliers d'écriture, collage, argile...)
- Temps de parole pour faire aboutir la symbolisation

LE PROCESSUS DE SYMBOLISATION

- **MÉTABOLISATION** DE LA MATIÈRE PSYCHIQUE EN **REPRÉSENTATIONS DE PLUS EN PLUS COMPLEXES** :



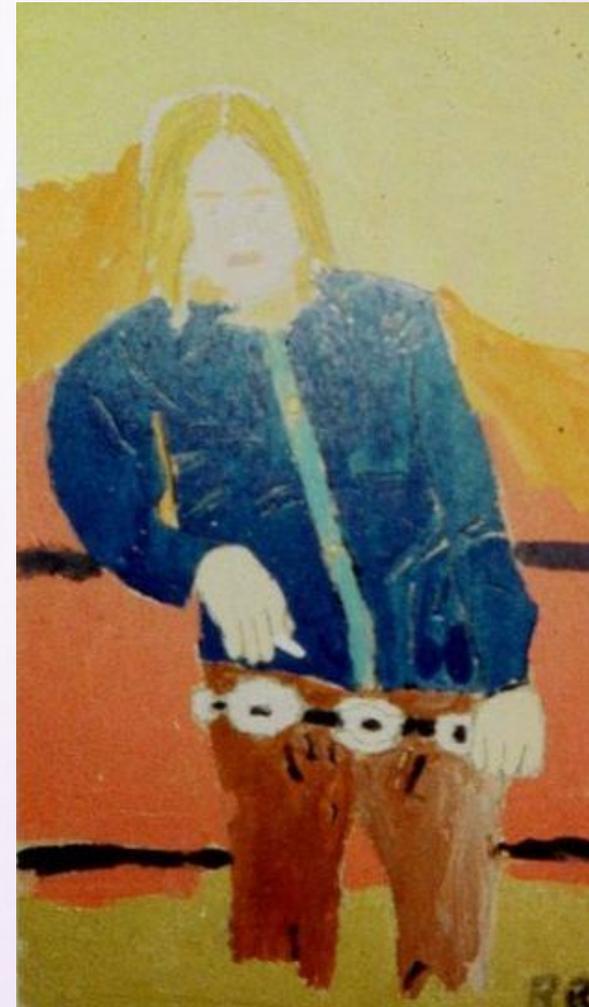
- **APPROPRIATION SUBJECTIVE** DE L'EXPÉRIENCE QUI NÉCESSITE DE SAISIR CE QU'IL SE PASSE EN SOI (**RÉFLEXIVITÉ**)

SAMUEL

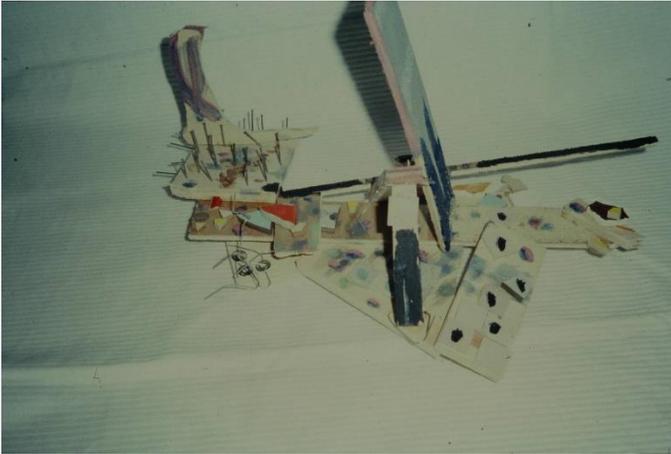
- 32 ANS, SERVEUR, BONNE INTÉGRATION PROFESSIONNELLE, SPORTIF
- NOMBREUSES RUPTURES ET SÉPARATION D'UNE 3^{ÈME} COMPAGNE
- BESOINS AFFECTIFS IMPORTANTS
- ETAT DÉPRESSIF RÉACTIONNEL, TENTATIVE DE SUICIDE, SENTIMENTS DE DÉPERSONNALISATION

THÉRAPIES

- PSYCHOTHÉRAPIE VERBALE
- ATELIER D'EXPRESSION NON DIRECTIF (MATÉRIAUX DIVERS, CRAIES GRASSES PEINTURE, COLLAGES, ÉCRITURE)



FONCTION DE SYMBOLISATION



➤ VÉCUS CORPORELS

- BESOIN DE FAIRE TENIR QUELQUE CHOSE, DE DONNER CORPS
- PULSION REVÉCUE DANS LE FAIT DE CLOUER, DE FAIRE DU BRUIT
- ATTENTE D'UN REGARD POSITIF SUR CE QU'IL FAIT
- DÉCEPTION QUE SON IDÉAL ESTHÉTIQUE NE SOIT PAS ATTEINT

➤ REPRÉSENTATION EN IMAGES: LE SERPENT

- « IL EST TOUJOURS LÀ » DANS DES RÊVES
- EXTERNALISATION D'UNE IMAGE INTERNE QUI PERSISTE
- EN PEINTURE, MOSAÏQUE, PYROGRAVURE...
- SYMBOLE DU SERPENT: RECHERCHE DE SON SENS À LUI
- DISTINCTION ENTRE SYMBOLE ET FONCTION DE SYMBOLISATION





CA AURAIT PU EN RESTER LÀ...

➤ SUBLIMATION

- DERNIÈRE CRÉATION SUR LA THÉMATIQUE RÉCURRENTÉ DU SERPENT EN SOI(E)
- PEINTURE SUR SOIE QUI EST APPRÉCIÉ PAR LUI ET PAR LES AUTRES
- TRANSFORMATION ESTHÉTIQUE SANS FORCEMENT DONNER DU SENS

MAIS CA A PRIS SENS...

➤ MENTALISATION

- ÉCRITURE PERSONNELLE DE NOMBREUX TEXTES POÉTIQUES
- INTERROGATION SUR LE SENS
- RÉVÉLATION D'UN ABUS SEXUEL DANS L'ENFANCE EN PSYCHOTHÉRAPIE PERSONNELLE
- ÉLABORATION PSYCHIQUE ACHEVÉE

« Chevauche, sillonne le serpent, Plus de 5 m de large et 20 m de long

On le soupçonne la nuit, D'éveiller nos cris.

Sur une nuée d'étoiles dans une vie, Il chevauche avec ses amis.

Il se cache comme une rime, Sous des pierres divines, en nous effrayant,

Sur ses sensations soupçonneuses de cris, Vicieux ou est-il en crise?

Chevauche le serpent jusqu'à la fin des temps»

JEUX DES NAUFRAGES

➤ LE JEU

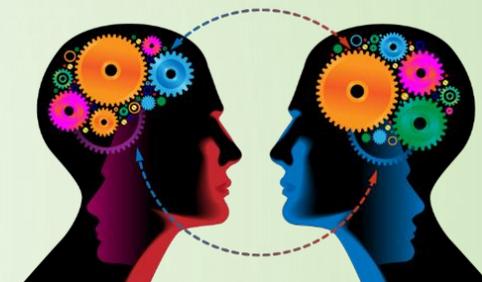
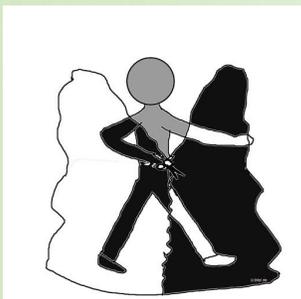
- **MATÉRIEL:** UNE BOITE REMPLIE D'OBJETS HÉTÉROCLITES POUVANT ÊTRE UTILES LORS D'UN NAUFRAGE (BOUSSOLE, MONTRE, LOUPE, FIL DE PÊCHE) OU TOTALEMENT INCONGRUS (BAGUES, MARIONNETTES, GANT DE DENTELLE)
- **RÈGLE:** DONNER UN OBJET À UNE PERSONNE QUI DOIT TROUVER SON UTILITÉ POUR LA SURVIE COLLECTIVE. CETTE RÈGLE PERMET DE JOUER À « PIÉGER » L'AUTRE OU AU CONTRAIRE À SE MONTRER EMPATHIQUE ET AIDANT
- LORS DE CE JEU, LES **DIMENSIONS DE COOPÉRATION, D'AIDE ET D'ENTRAIDE** SONT TRÈS PRÉSENTES.

➤ INTENTIONS

- **FAVORISER L'IMAGINAIRE** EN TROUVANT DES UTILISATIONS POSSIBLES DES OBJETS UTILES ET DES TRANSFORMATION DES OBJETS INCONGRUS, APPAREMMENT INUTILES (DÈS, CLEFS, CADRES, BROCHES...)
- FAVORISER LA CRÉATION D'UNE **ILLUSION GROUPELE**, DANS LE SENS D'UN SENTIMENT DE SOUTIEN POSSIBLE ENTRE LES PARTICIPANTS POUR IMAGINER COMMENT SURVIVRE À UN NAUFRAGE , RÉEL OU IMAGINAIRE, PHYSIQUE OU PSYCHIQUE
- **SOUTENIR LA FONCTION DE SYMBOLISATION** GRÂCE À L'ÉMERGENCE D'UN INCONSCIENT GROUPAL QUI PERMET DE GÉRER DES PULSIONS DE DESTRUCTIVITÉ DE FAÇON LUDIQUE (DONNER DES OBJETS INATTENDUS À SON VOISIN) ET QUI PERMET D'IMAGINER DES SOLUTIONS À L'ANGOISSE DE SOLITUDE, D'ABANDON OU MÊME A L'ANGOISSE DE MORT



Processus cognitivo-comportementaux



POUR QUELLES DIFFICULTÉS?

- MISE EN DANGER, PASSAGES À L'ACTE RÉPÉTITIFS, COMPORTEMENTS AUTO-DESTRUCTEURS
- DIFFICULTÉS D'ACCEPTATION DES ÉMOTIONS RESENTIES COMME NÉGATIVES
- DIFFICULTÉS À IDENTIFIER SES PROPRES BESOINS DE SÉCURITÉ AFFECTIVE

PROCESSUS THÉRAPEUTIQUES POTENTIELS

- PROCESSUS ÉMOTIONNELS
- PROCESSUS COMPORTEMENTAUX (IDENTIFIER LES COMPORTEMENTS ADAPTATIFS, EXPÉRIMENTER DES COMPORTEMENTS VARIÉS)
- PROCESSUS COGNITIFS (MÉTA POSITION POUR COMPRENDRE SES ATTITUDES ET COMPORTEMENTS, ANALYSER SES BESOINS)

TOUS LES PROCESSUS THÉRAPEUTIQUES NE SONT PAS À DÉVELOPPER POUR UNE MÊME PERSONNE.

Moyens

- Toute activité de découvertes autour des émotions, des attitudes, des ressources personnelles, des croyances
- Temps de parole pour une mise en mots et une identification des comportements non adaptatifs, non adaptés
- Expérimentations concrètes de nouvelles attitudes (contrats anti-suicide, exercices relationnels à mettre en place entre les séances de thérapie)

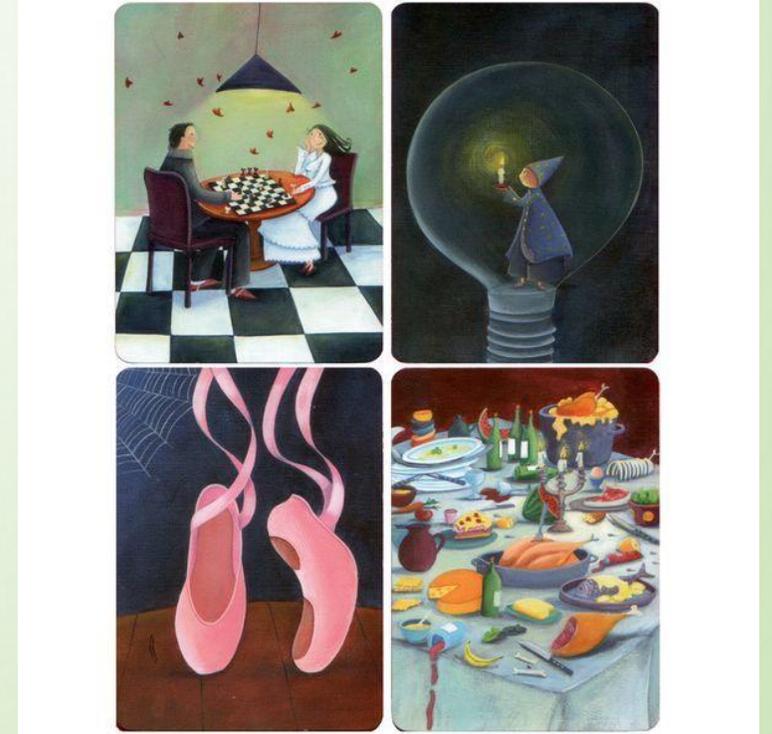
ÉMOTIONS

➤ DIFFÉRENTES TECHNIQUES

- **SCHÉMA ÉMOTIONS:** DÉCLENCHEURS, QUALITÉ ET QUANTITÉ, IMPACT SUR LE CORPS , IMPACT SUR LES PENSÉES ET COMPORTEMENT QUI EN DÉCOULE (RÉACTIONS, ACTIONS, VERBALISATION) POUR PROPOSER UNE STRUCTURE (COLONNES DE BECK)
- **BONNES ET MAUVAISES ÉMOTIONS?** TOUTES ONT UNE UTILITÉ CE QUI PERMET D'ENTENDRE QUE LES « MAUVAIS » ASPECTS DE SOI ONT PEUT-ÊTRE EUX AUSSI, UNE UTILITÉ OU TOUT AU MOINS UNE ORIGINE, UN SENS
- **SOUTENIR LA SYMBOLISATION:** PROPOSITIONS D'IMAGES (CARTES DE DIXIT OU AUTRE) PERMETTANT DE CRÉER DU LIEN PROGRESSIVEMENT ENTRE ÉMOTIONS (CORPS) , IMAGES (REPRÉSENTATIONS MENTALES) ET MOT (REPRÉSENTATION EN MOTS)

➤ INTENTIONS

- EXPÉRIMENTER LE PARTAGE VERBAL AVEC D'AUTRES PERSONNES SANS DANGER, CADRÉ, STRUCTURÉ
- RETROUVER DES CAPACITÉS D'ANALYSE ET DE MISE EN MOTS
- PARTAGE DE DIFFÉRENTS VÉCUS DES ÉMOTIONS POUR ENTENDRE QUE CHACUN A SON PROPRE VÉCU ÉMOTIONNEL



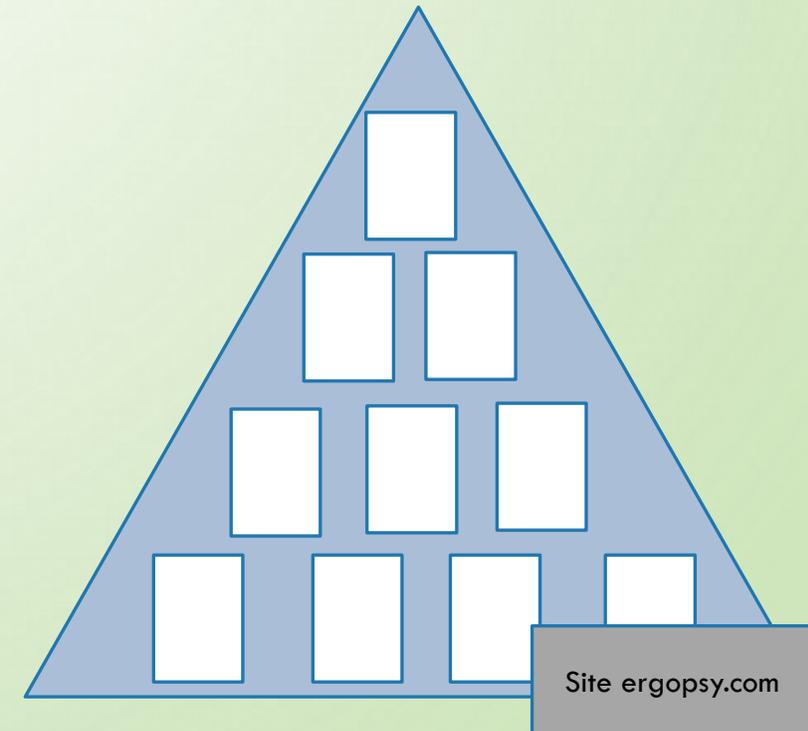
PYRAMIDE DES BESOINS

➤ MÉTHODOLOGIE DE LA SÉANCE

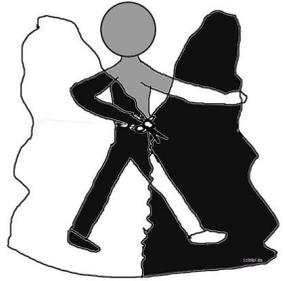
- CARTES SUR LES BESOINS EXPLORÉES EN GROUPE AVEC DISCUSSION POUR IDENTIFIER LES BESOINS QUE NOUS POUVONS AVOIR
- EN LISTER 10 ET LES INTÉGRER DANS UNE PYRAMIDE SANS INDICHER DE HIÉRARCHIE ET EN LAISSANT LA PERSONNE DÉCIDER PAR ELLE-MÊME
- DISCUSSION SUR LA PYRAMIDE ET LA NOTION D'IMPORTANCE DU BESOIN SITUÉ TOUT EN HAUT
- PROPOSER DE METTRE DES CROIX, ÉTOILES OU AUTRE CHOSE FACE AUX BESOINS QUI SEMBLENT DÉJÀ SATISFAITS
- IDENTIFIER LES BESOINS QUI NE SONT PAS SATISFAITS ET CHOISIR LE PLUS IMPORTANT (TECHNIQUE DE L'ENTONNOIR POUR ABOUTIR À UNE SEULE NOTION)
- SE DEMANDER CE QUI EST FAISABLE POUR LE SATISFAIRE: IDÉES PERSONNELLES, IDÉES DES AUTRES, IMAGINER DES STRATÉGIES POTENTIELLES, LEUR EFFICACITÉ
- PROPOSER D'EXPÉRIMENTER ENTRE LES SÉANCES

➤ INTENTIONS

- EXPÉRIMENTER LE PARTAGE VERBAL AVEC D'AUTRES PERSONNES SANS DANGER, CADRÉ, STRUCTURÉ
- RETROUVER DES CAPACITÉS D'ANALYSE ET DE MISE EN MOTS
- ENTENDRE QUE CHACUN A SES PROPRES BESOINS MAIS QUE BON NOMBRE SONT COMMUNS AUX HUMAINS
- EPROUVER UN SENTIMENT D'APPARTENANCE MAIS AUSSI DE DIFFÉRENCIATION PROGRESSIVE
- SOUTENIR L'AUTO-DÉTERMINATION ET LES AUTO-SOINS



Autonomie et qualité de vie



POUR QUELLES DIFFICULTÉS?

- SENTIMENT DE VIDE INTÉRIEUR
- PAS DE VÉCU DE PLAISIR
- PASSAGES À L'ACTE POUR SE FAIRE DU MAL (SCARIFICATIONS, TS)
- SE METTRE EN DANGER

PROCESSUS THÉRAPEUTIQUES POTENTIELS

- PROCESSUS DU CARE
- PROCESSUS DU FLOW
- PROCESSUS DE MOTIVATION, D'ENGAGEMENT

Tous les processus thérapeutiques ne sont pas à développer pour une même personne.

Moyens

- Techniques corporelles de conscience du corps, de relaxation, de gym douce
- Toute activité plaisante, signifiante, sans transformer la thérapie en loisirs...Attention à tout ce qui est esthétisme et compétition
- Toute activité thérapeutique favorisant l'engagement et la motivation personnelle, permissions pour permettre un engagement extérieur (CMP, CATT, GEM...)
- Généralement, autonomie fonctionnelle dans les AVQ, plutôt problème d'autonomie psychique avec besoin de s'appuyer toujours sur quelqu'un

« SE PRENDRE EN MAIN »

➤ TECHNIQUES PSYCHO-CORPORELLES

- RELAXATION, AUTO-MASSAGES
- PILATES, YOGA, GYM DOUCE

➤ INTENTIONS

- S'ÉCOUTER, SE DONNER DU TEMPS, **PRENDRE SOIN DE SOI**
 - VIVRE DES MOMENTS DANS L'INSTANT PRÉSENT: NI DANS LE PASSÉ TRAUMATIQUE, NI DANS LE FUTUR ANTICIPÉ SOUVENT NÉGATIVEMENT
 - RETROUVER UNE CAPACITÉ À **RELIER CORPS ET ESPRIT**, SURTOUT S'IL Y A EU DISSOCIATION TRAUMATIQUE POUR SE RÉAPPROPRIER SON CORPS
 - POUVOIR ANCRER DANS LA MÉMOIRE DU CORPS DES **EXPÉRIENCES PERCEPTIVES RÉPARATRICES**
- **PARFOIS DIFFICILE EN PREMIER INTENTION** SI LE MOI-PEAU A ÉTÉ EFFRACTÉ (TRAUMA SEXUEL OU AGRESSIF)

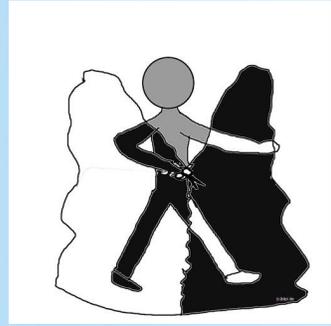


Des AVQ plaisir

- Reprise d'activités liées au plaisir
- Attention aux risques de confusion entre thérapie et loisirs
- Non prioritaires si capacités de psychothérapie

La question du plaisir: si artisanat signifiant et agréable, mais sans esthétisme (risque de vouloir réussir l'idéal ou d'être en compétition)





Intégration groupale et sociale



POUR QUELLES DIFFICULTÉS?

- ANGOISSE D'ABANDON
- DIFFICULTÉS À CRÉER DES LIENS SÉCURES, DIFFICULTÉS À FAIRE CONFIANCE À L'AUTRE
- DIFFICULTÉS À ACCEPTER LES DIFFÉRENTES FACETTES DES AUTRES ET DE SOI

PROCESSUS THÉRAPEUTIQUES POTENTIELS

- PROCESSUS RELATIONNELS (DÉCOUVRIR D'AUTRES TYPES DE RELATION QUE LA RELATION ANACLITIQUE, S'APPUYER SUR)
- PROCESSUS DE DYNAMIQUE DE GROUPE (MEILLEURE CONNAISSANCE ET EXPÉRIENCE DES INTERACTIONS GROUPELES)
- PROCESSUS INTÉGRATION , INCLUSION SOCIALE (POUVOIR CRÉER DES LIENS SÉCURES EN GROUPE)

TOUS LES PROCESSUS THÉRAPEUTIQUES NE SONT PAS À DÉVELOPPER POUR UNE MÊME PERSONNE.

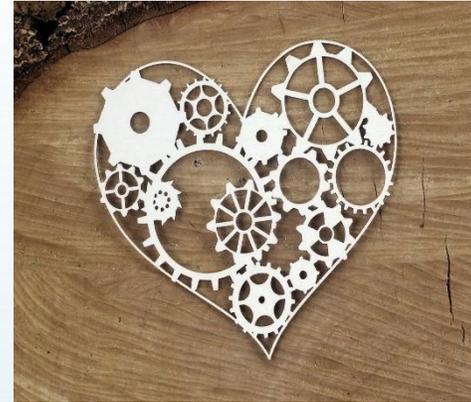
Moyens

- Toute activité expressive, ludique, sociale, citoyenne se pratiquant en groupe et favorisant des interactions sociales

ACCEPTATION DE LA DIFFÉRENCE DE L'AUTRE

PHOTOLANGAGE ÉMOTIONS

- UNE CARTE POSÉE AU CENTRE (VOIR CI-CONTRE)
- DES CARTES MOTS PORTEUSES DE NOMS D'ÉMOTIONS SECONDAIRES: ÉTONNÉ, SIDÉRÉ, EXCITÉ, HEUREUX, DÉPITÉ, DÉCOURAGÉ...)
- CHAQUE PERSONNE MET LA CARTE-MOTS QUI DÉCRIT LE MIEUX LA CARTE-IMAGES, SELON ELLE
- UN ÉCHANGE PEUT AVOIR LIEU, FAVORISANT LA DÉCOUVERTE **D'OPINIONS DIFFÉRENTES**, DE NUANCES PLUS SUBTILES AUTOUR DES ÉMOTIONS, DE DIFFÉRENTES FACETTES POUR UNE MÊME IMAGE, D'ENRICHIR LA VISION PERSONNELLE GRÂCE AU GROUPE



SQUIGGLE ET SYMBOLISATION COLLECTIVE

- **CRÉATIVITÉ COLLECTIVE** AVEC DES CRAIES GRASSES
- **JOUER AVEC DES COULEURS, SANS INTENTION REPRÉSENTATIVE**
 - EXPRESSION PULSIONNELLE ET TRACES PERCEPTIVES
 - MÉMOIRE CORPORELLE ACTIVÉE DANS UN LÂCHER PRISE IMPULSÉ PAR LA SITUATION (RAPIDITÉ, IMPULSION CANALISÉE PAR LA FEUILLE, LE GROUPE, LA CONSIGNE)
 - AUTORISATION DE FAIRE DES TACHES, **DU MOCHE**, DU PAS BEAU SOUTENU PAR LE GROUPE
- **PROJECTION ET IMAGES**
 - INCITER À L'EXTERNALISATION D'IMAGES INTERNES PERSONNELLES ET GROUPELES
 - GESTALT: TENDANCE NATURELLE À TROUVER DES FORMES CONCRÈTES
 - **FAIRE JOUER L'IMAGINAIRE GROUPAL QUI SOUTIENT L'IMAGINAIRE PERSONNEL**
- **MOTS ET HISTOIRES**
 - RACONTER DES HISTOIRES PERSONNELLES OU COLLECTIVES, SUR UN OU PLUSIEURS DESSINS
 - FAIRE UN PUZZLE COLLECTIF ET TROUVER UNE HISTOIRE
 - EXPÉRIMENTER EN SÉCURITÉ COMMENT **METTRE DES MOTS SUR LE NON SENS**

