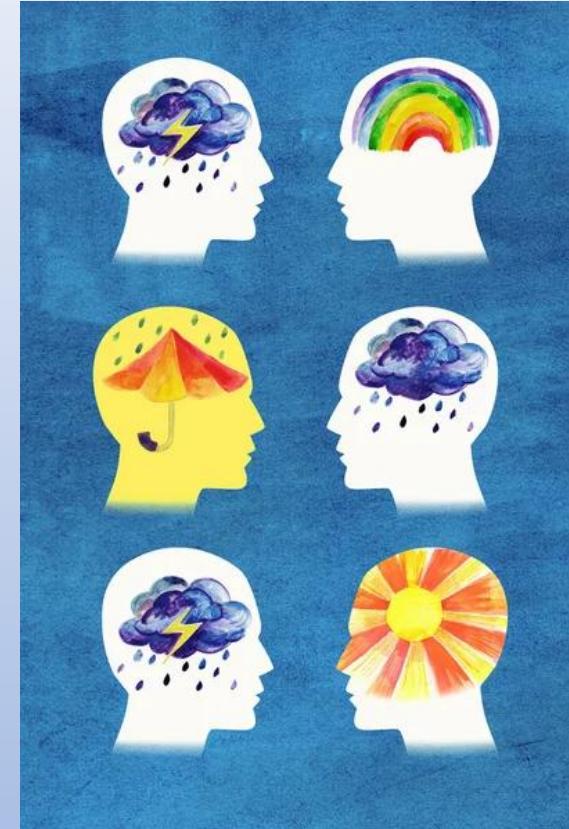


# Les processus de transformation de l'énergie psychique ou de la matière psychique





PLIER L'ENERGIE PSYCHIQUE LIBRE  
POUR EVITER QU'ELLE NE  
DEVienne DE L'ANGOISSE

# Angoisse et mécanismes de défense

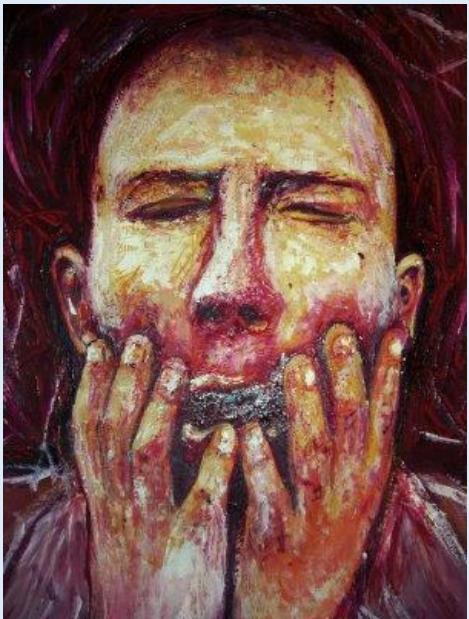


Freud évoque l'angoisse, comme une énergie psychique libre et qui doit être liée par des **processus psychiques internes**.



Il développe la notion de **mécanismes de défense** comme mode privilégié de canalisation et de transformation des pulsions par le moi.

# Le principal symptôme: l'angoisse



L'angoisse est **maturante** si elle ne déborde pas les capacités psychiques de la personne



L'angoisse peut être vue comme une énergie psychique non liée, c'est-à-dire **non représentable**

Une représentation offre déjà une ébauche de transformation

# Les différentes angoisses

- Naissance: traumatisme
- Angoisse de dévoration (stade oral)
- Angoisse de persécution (stade oral tardif, paranoïde et schizoïde)
- Angoisse de séparation (8mois)
- Stade du miroir: angoisse de morcellement
- Angoisse de destruction, effraction, vidage (stade anal)
- **Angoisse de castration (Œdipe)**
- Angoisse existentielle (adolescence)
- Angoisse de mort (age adulte et vieillesse)
- Angoisse de morcellement (psychose)
- Angoisse d'abandon ou anaclitique (états-limites)
- Angoisse de castration (névrose)

Freud, Anna Freud,  
Mélanie Klein, Lacan, Dolto

Bergeret

# Les mécanismes de défense

**Fonctionnement normal de la psyché:** Les pulsions prennent leur origine dans le Cà, qui est un réservoir de pulsions inconscientes

**Si les mécanismes de défense sont débordés,** l'angoisse se déclenche, s'installe, se manifeste

**Pulsions de vie (Eros) et pulsion de mort (Thanatos)**

les principaux mécanismes sont le **refoulement, la projection, la sublimation**, mais il y en a bien d'autres...

L'énergie pulsionnelle doit **être liée par le Moi** pour ne pas rester dans la décharge, le passage à l'acte ou créer de l'angoisse

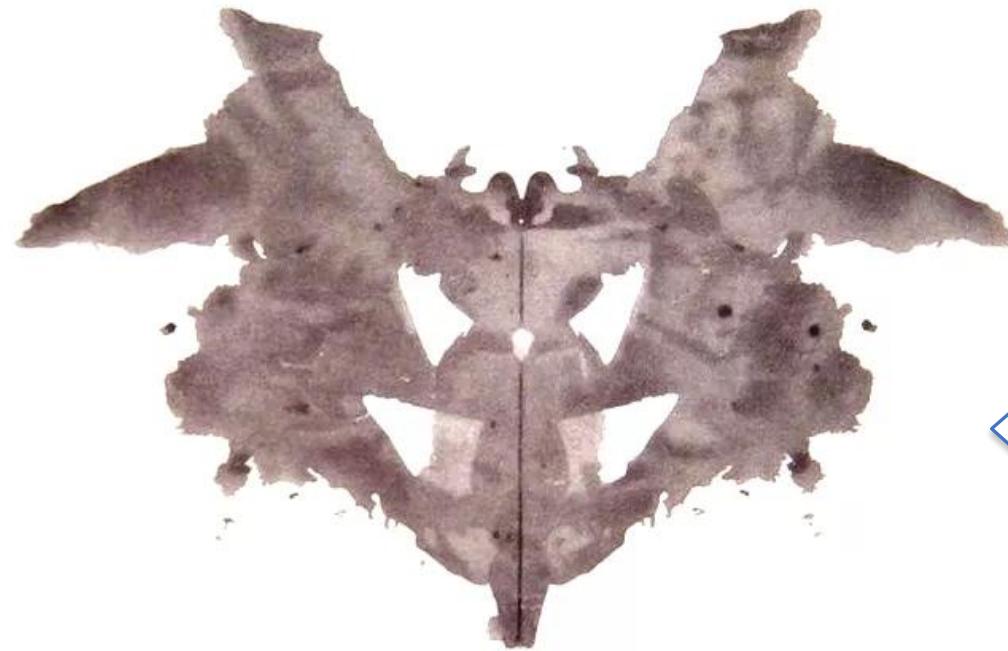
Pour lier l'énergie libre, le Moi va utiliser **des mécanismes de défense**



# Projection

**Projection normale ou positive:** Processus qui se poursuit tout au long de la vie et qui permet de projeter hors de soi des éléments nous appartenant, ce qui peut nous aider à pouvoir mieux comprendre l'autre

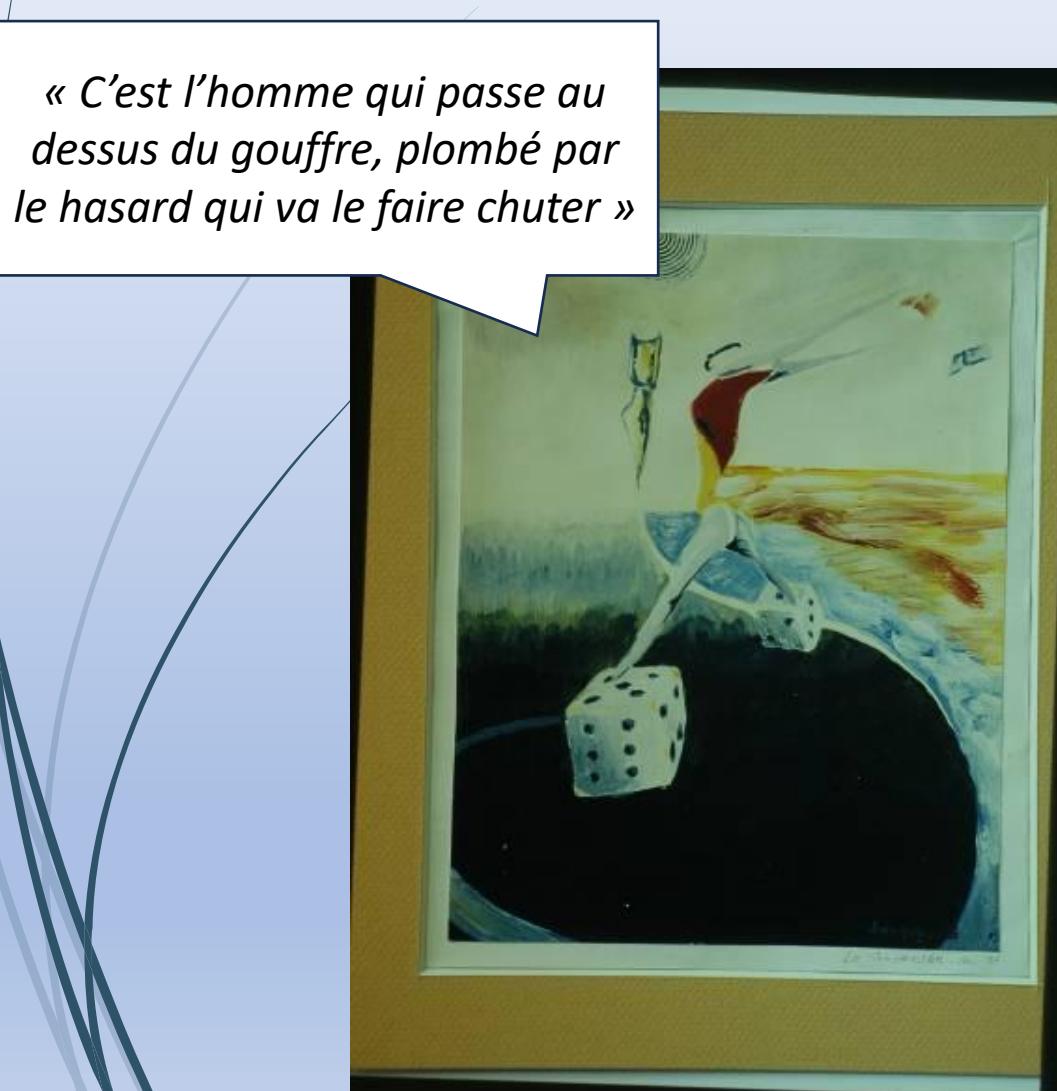
**Processus psychique inconscient** consistant à projeter au dehors de soi des éléments psychiques et à les attribuer à des objets ou à des personnes extérieures



Les éléments négatifs projetés semblent alors **revenir du dehors** (délires, hallucinations) dans le cadre de pathologies psychiatrique (psychose, schizophrénie, paranoïa)

Si ces éléments psychiques sont **vécus comme trop destructifs**, ils sont projetés en dehors de soi-même.

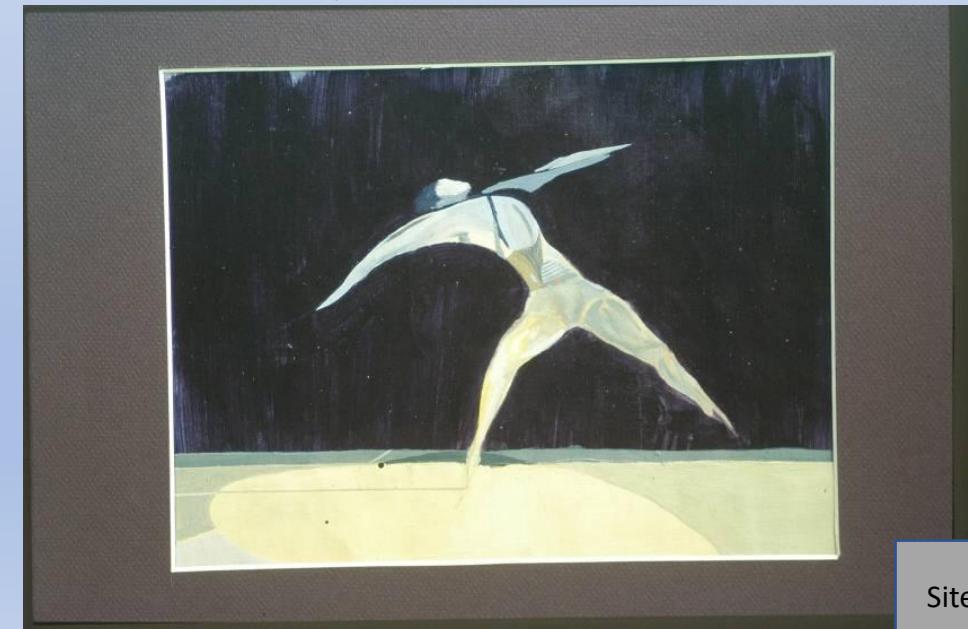
# Une projection méconnue



*« C'est l'homme qui passe au dessus du gouffre, plombé par le hasard qui va le faire chuter »*

Un jeune homme schizophrène,  
submergé par ses centaines d'oeuvres

*« Le danseur laisse une trace, un signe sur le sol.  
Le rapport avec moi?  
Peut-être que je devrais danser??»*



# Une projection d'éléments intra-psychiques identifiée

Une jeune fille anorexique qui découvre l'argile avec plaisir

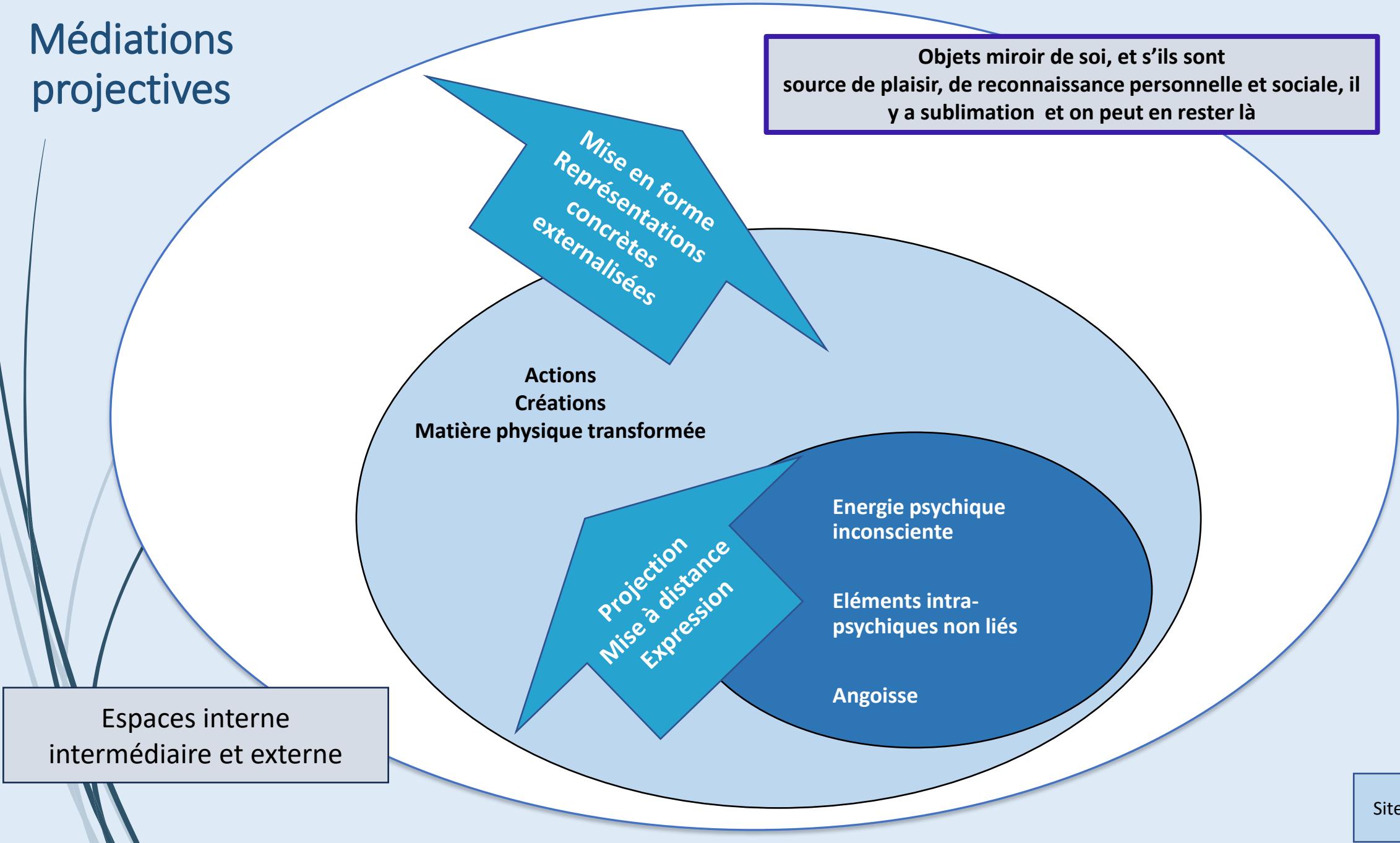


« Il y a plus de corps, plus de volume »

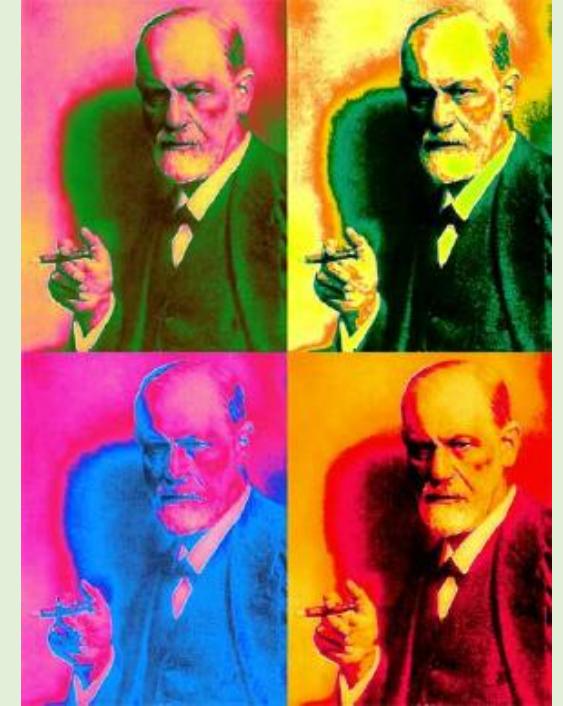
« Je n'aurais jamais fait cela au début! »

« Elle n'est pas encore debout... un peu comme moi en fait... »

# Médiations projectives



# Processus de sublimation



# Sublimation

« Domptage »  
de la pulsion

Un des destins  
de la pulsion

Autre issue  
que l'acte



CORPS

Travail psychique  
qui s'effectue  
dans le domaine  
de la  
représentation



IMAGES

# Processus de sublimation

La sublimation est le processus par lequel des pulsions sexuelles ou agressives refoulées sont redirigées vers des activités socialement acceptables et productives. Il s'agit d'un processus en partie conscient.

- **Un processus psychique personnel** nécessitant des capacités sublimatoires intrinsèques, une conscience de cette transformation de l'énergie interne et pulsionnelle. C'est ce travail psychique qui est au cœur d'une transformation interne de la pulsion qui trouve une autre voie que l'acte et la décharge
- **Une activité de type culturelle** socialement investie, qui permet à des artistes d'éprouver un sentiment de valeur aux yeux des autres. La valeur sociale de l'œuvre dépend des capacités créatives de la personne. La sublimation peut se déployer aussi dans des activités professionnelles ou sociales.
- **La création** permet à ce processus de se déployer. Elle permet la production de quelque chose de nouveau et d'original. Elle peut se faire par le biais de différents moyens, tels que l'art, la musique, l'écriture, l'architecture ou la cuisine.

# Processus de sublimation

**Libido:** L'énergie s'inscrit dans des réalisations sans rapport apparent avec la sexualité : activités morales, productions artistiques, profession, etc.

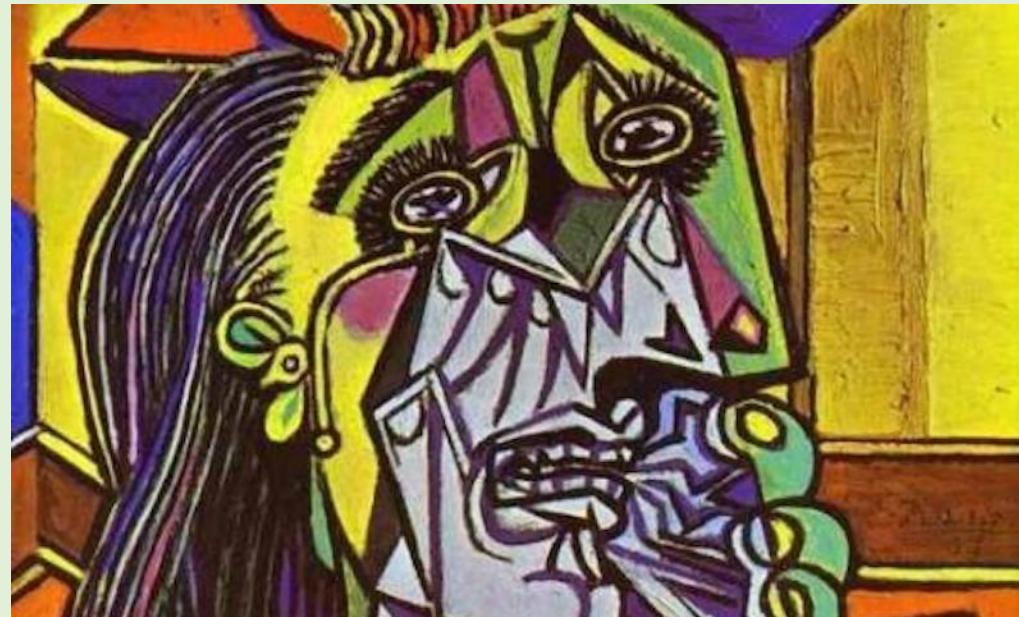


**Processus de sublimation:** voie de transformation de la libido , mécanisme de défense du Moi pour transformer les pulsions du ca

**Processus efficace** s'il y a un sentiment de valeur à nos propres yeux ou dans le regard des autres

# Une sublimation réussie

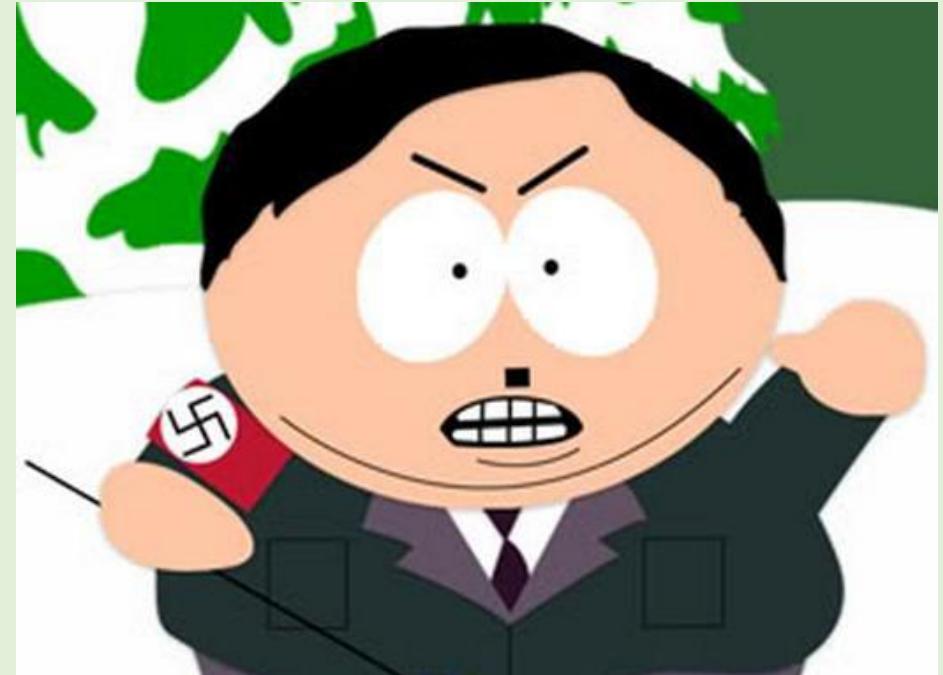
un “mâle alpha” destructeur,  
homophobe, violent et  
humiliant avec chacune de ses  
compagnes...

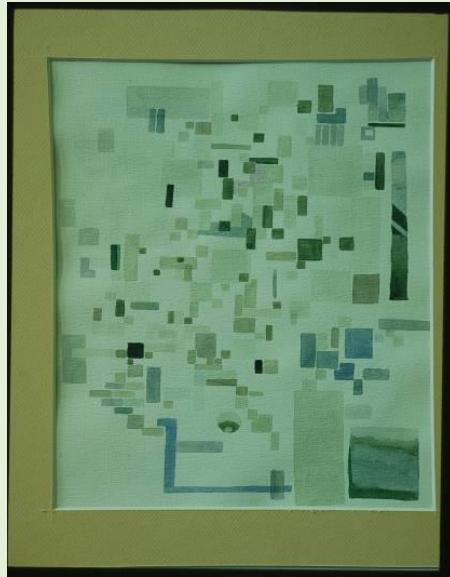


# Une sublimation ratée

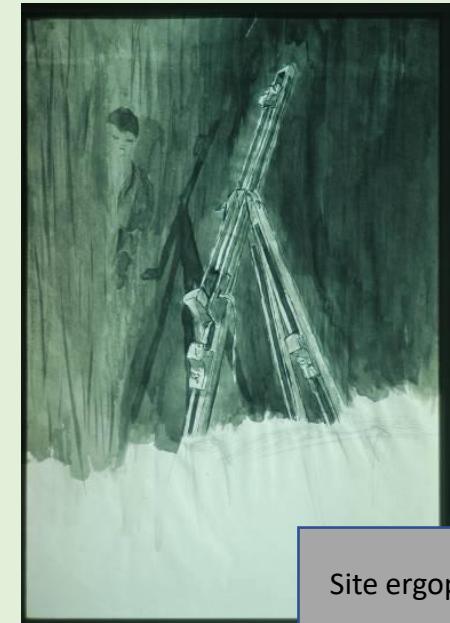
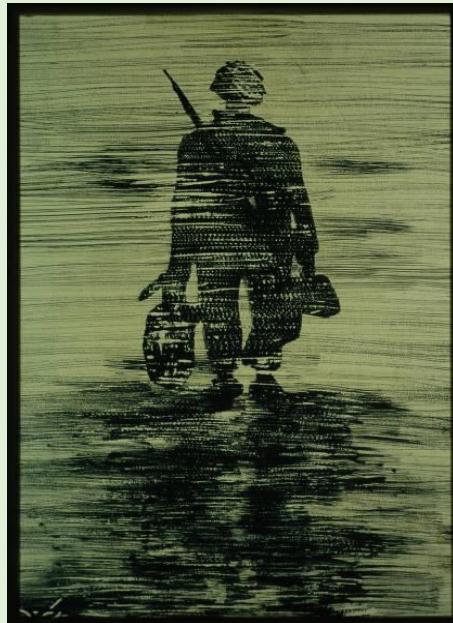
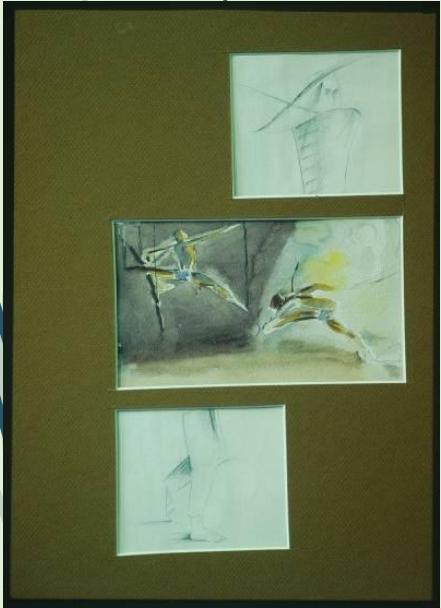
## **Artiste raté et vagabond**

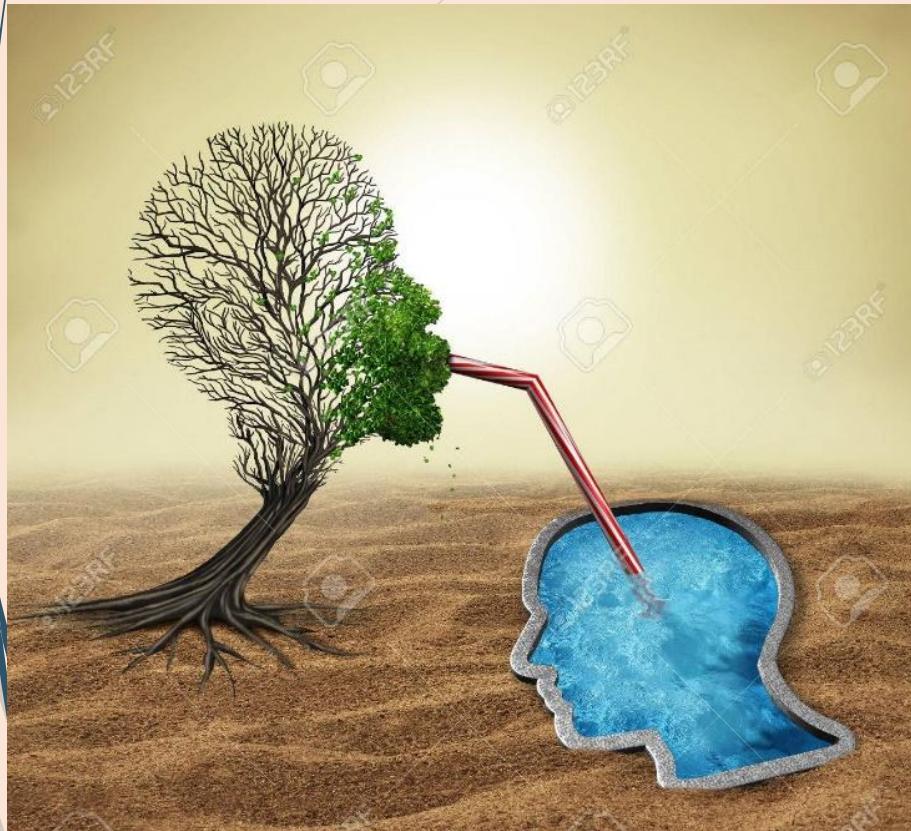
Un jeune homme impatient de se lancer dans l'art, interrompt une scolarité des plus médiocres. Il échoue deux fois à l'examen d'entrée à l'École des Beaux-Arts. Il pratique de petits boulots, découvre la misère. Clochard aigri, sans joie et sans relation féminine connue, il rumine sa haine de la bourgeoisie.





Une exposition permettant d'intégrer un atelier de créativité extérieur à l'hôpital





RELANCER , SOUTENIR, FAIRE  
DECOUVRIR LE PROCESSUS  
DE SYMBOLISATION

# Matière psychique et symbolisation



R. Roussillon parle d'une **matière psychique**, complexe, qui doit se projeter dans la matière concrète pour pouvoir être explorée de façon plus aisée

R. Roussillon développe les notions de **symbolisation primaire et secondaire**



# Quelques définitions



# Processus de symbolisation

La symbolisation est le processus par lequel des idées, des émotions ou des expériences inconscientes sont représentées par des symboles. Il s'agit d'un processus inconscient.

- **Les symboles** peuvent être des mots, des images, des objets ou des actions. Ils sont souvent utilisés dans les rêves, les fantasmes et les œuvres d'art.
- La symbolisation peut aider les gens à comprendre leurs expériences inconscientes et à **les intégrer dans leur conscience**.
- La symbolisation est un **processus inconscient** qui peut aider les gens à comprendre leurs expériences inconscientes et à les intégrer dans leur conscience. Lorsque les gens symbolisent, ils ne sont pas conscients de la signification inconsciente de leurs symboles.

# Processus de symbolisation



CORPS

IMAGES

MOTS



trace mnésique première

inconscient

préconscient / conscience

Sensations  
mémoire du corps

représentation en  
choses/formes/images

représentation en mots

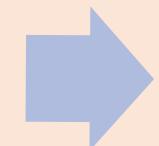
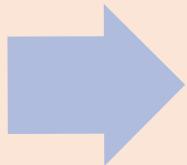
### Symbolisation primaire

Formation inconsciente  
des images internes

### Symbolisation secondaire

Formation consciente des mots

# En thérapie médiatisée



*« C'est la parfaite représentation de mon cerveau en ce moment »*

**Symbolisation  
 primaire**

**Symbolisation  
 secondaire**

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique  
fondamental pour **relancer le processus de symbolisation**

# Le trouble psychique, comme échec de la symbolisation

Le travail de la psyché se fait uniquement à l'aide de représentations...

...qui nécessitent d'être transformées et métabolisées pour atteindre la conscience

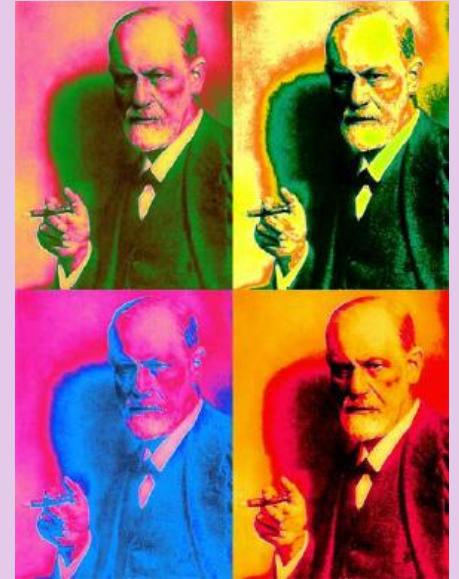


Il est possible de considérer le trouble psychique comme un échec de la transformation de la matière psychique

Il s'agit donc de **contenus intra-psychiques** qui n'ont pas encore pu prendre forme, prendre sens pour la personne et qui font souffrance pour elle.  
(éléments refoulés, traumas...)

# Introspection

- Un outil pluri-disciplinaire
- Une compétence personnelle
- Un intérêt pour soi et son fonctionnement intra-psychique
- Une centration sur soi-décentration-recentration



# Elaboration psychique

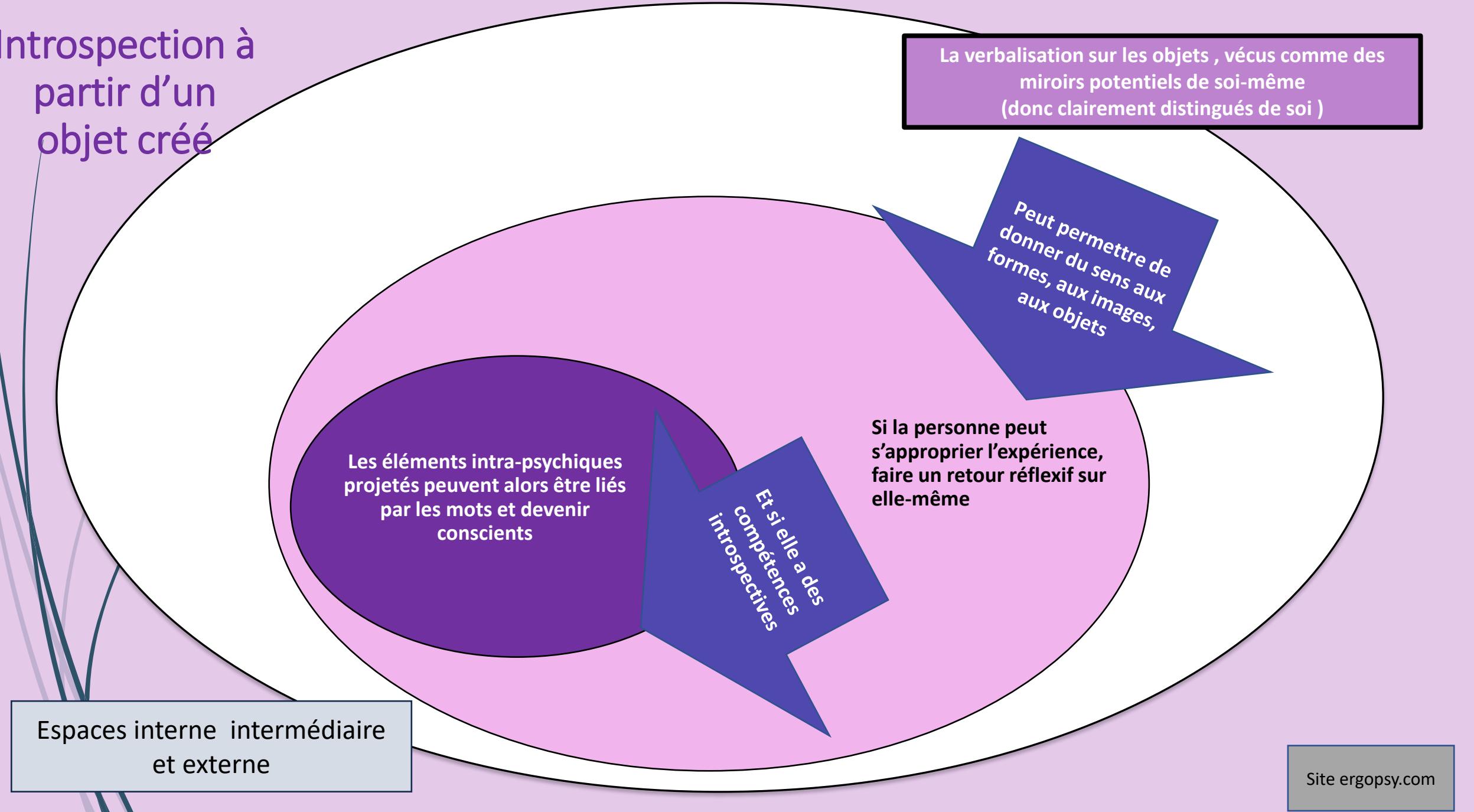
« Le travail d'élaboration consiste à intégrer les excitations dans le psychisme et à établir entre elles des connexions associatives.

Il s'agit d'un *travail spontané* du psychisme ou réalisé au cours d'un *travail thérapeutique* ».



L'outil est l'introspection,  
l'élaboration psychique est le résultat

# Introspection à partir d'un objet créé



# Introspection « concrète »

- Création **sans modèle**, ni apprentissage technique
- Expérience et conscience possible **d'un lien** entre un objet créé, extérieur et des images internes
- Témoignages d'un **contenu intrapsychique** personnel projeté, potentiellement symbolique et signifiant

## Elaboration psychique

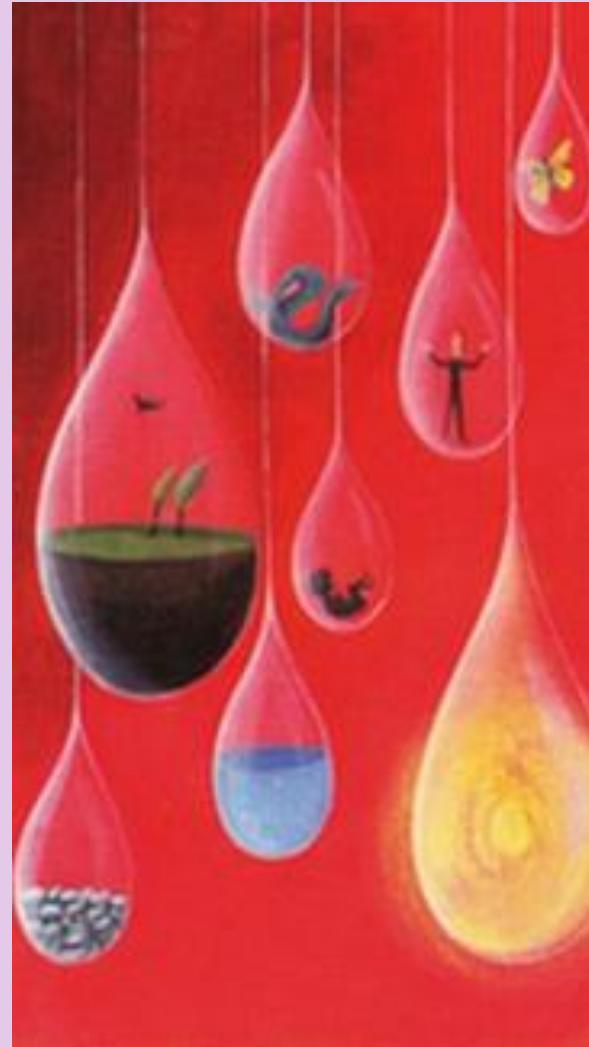
*« Ce collage, maintenant que je le vois, ça raconte comment mon corps est abimé. La bouche verte, c'est comme quand c'est dégoutant, mais en même temps, on voit la femme derrière, c'est séduisant aussi, et attirant. C'est comme l'alcool, attirant, et mauvais.... »*



# Projection

Une patiente choisit une carte avant une séance de relaxation pour le temps de méditation

Elle y projette des histoires pour expliquer l'origine de sa tristesse, parlant d'enfermement et de perte des belles choses qui étaient en elle, à cause dit-elle de personnes extérieures



# Elaboration Prise de conscience

En fin de séance de relaxation, après un travail sur la conscience de soi et sur l'importance de prendre soin de soi

Elle constate, en évoquant cette fois, le personnage dont on ne voit que les pieds, qu'elle a contribué à son état et qu'elle en est aussi responsable

# En résumé

Energie ou matière psychique non liée

*Qui se projette dans une représentation*

*Qui se projette dans un objet esthétique*

Sublimation



*Qui s'y frotte...s'y pique*

*Qui donne du sens*

*Si je suis honnête, je suis un peu piquant et sur la défensive, parce que j'ai peur*

Symbolisation