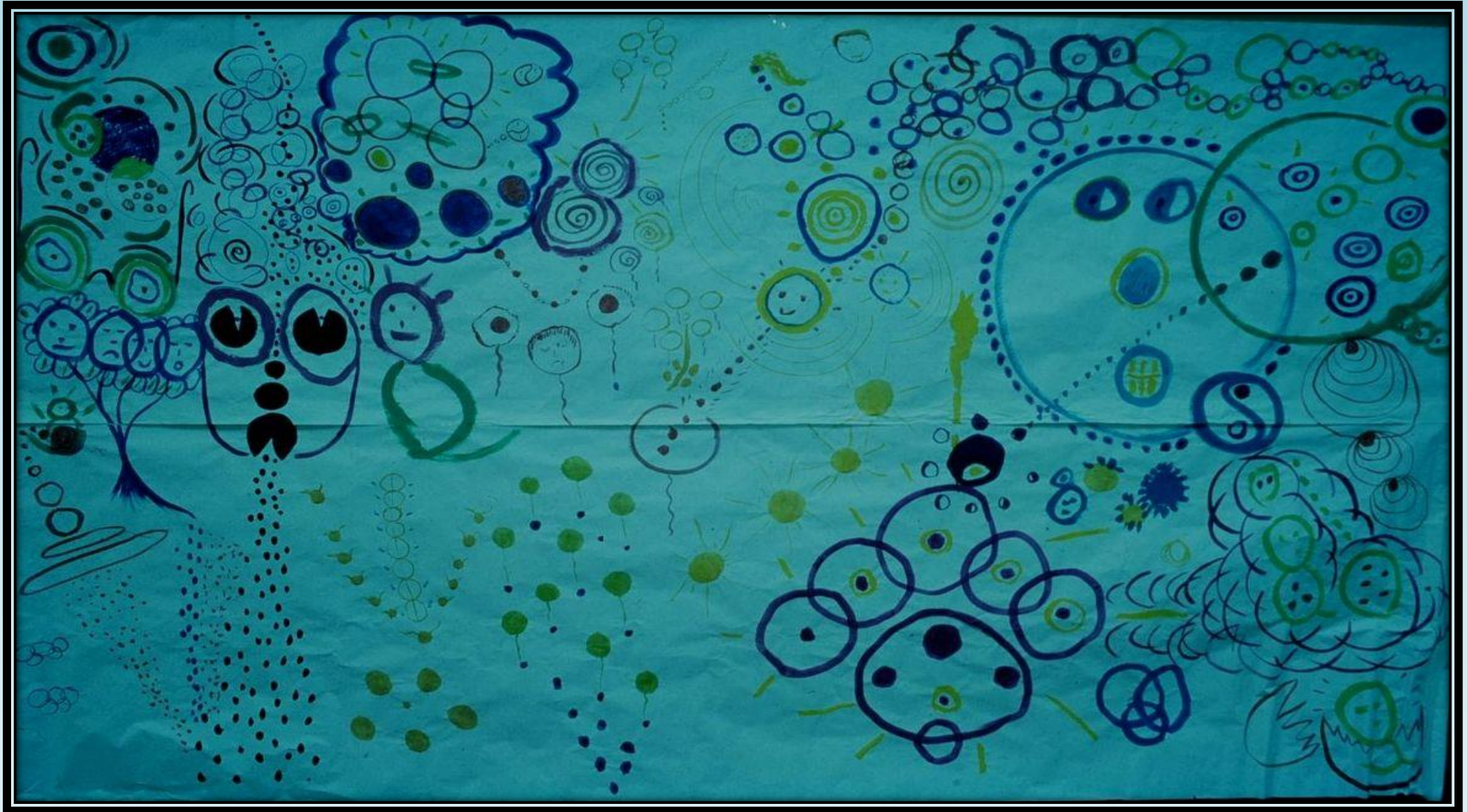


Techniques expressives groupales

Des intentions

- Soutenir la créativité groupale
- Permettre l'ancrage du narcissisme personnel dans un narcissisme groupal
- Expérimenter la fusion groupale, l'illusion groupale, l'identification à l'autre, la distinction de soi-même
- Faire jouer la fonction de symbolisation, l'expérimenter, la déployer en toute sécurité
- Favoriser la création d'un inconscient groupal permettant d'aider à gérer des éléments personnels intra-psychiques douloureux, en difficulté d'intégration et d'élaboration psychique, ignorés, refoulés...
- Passer du « nous » au « je »

Quelques idées



A chacun son signe graphique

Trouver son signe graphique, sa forme

- Groupe fermé de 6 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Papier de 2 mètres de haut sur 10 mètres de longueur
 - Une table palette pour la peinture
- **Consigne:** « Vous trouvez le signe qui vous représente le mieux ou que vous aimez. Vous le déployez sur la fresque commune. Vous pouvez le répéter, le faire en grande ou petite taille, le faire évoluer si vous le souhaitez et voir comment il rencontre le signe des autres personnes. »
- **Temps de parole:** centré sur le sentiment d'identité, de distinction de soi et l'autre, d'affirmation de soi, de sa présence, ancrage et découverte d'une mise en forme possible



Chacun son symbole



Se différencier



Histoire personnelle

Trouver son symbole

- Groupe fermé de 6 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Papier de 2 mètres sur 2 au mur, puis feuilles A1,2 ou 4
 - Feutres, craies grasses, crayon de papier ou de couleur
- **Consigne:**
 - « *Vous dessinez votre symbole personnel sur la feuille groupale pour expérimenter comment vous vous situez avec les autres personnes.* »
 - « *vous reprenez ensuite votre symbole pour en faire une création personnelle* »
- **Temps de parole:** centré sur le sentiment d'identité, de distinction de soi et l'autre, d'affirmation de soi, de sa présence, de ses goûts, développer la fonction de symbolisation, favoriser l'utilisation des symboles



Mandala de groupe

Mandala groupal

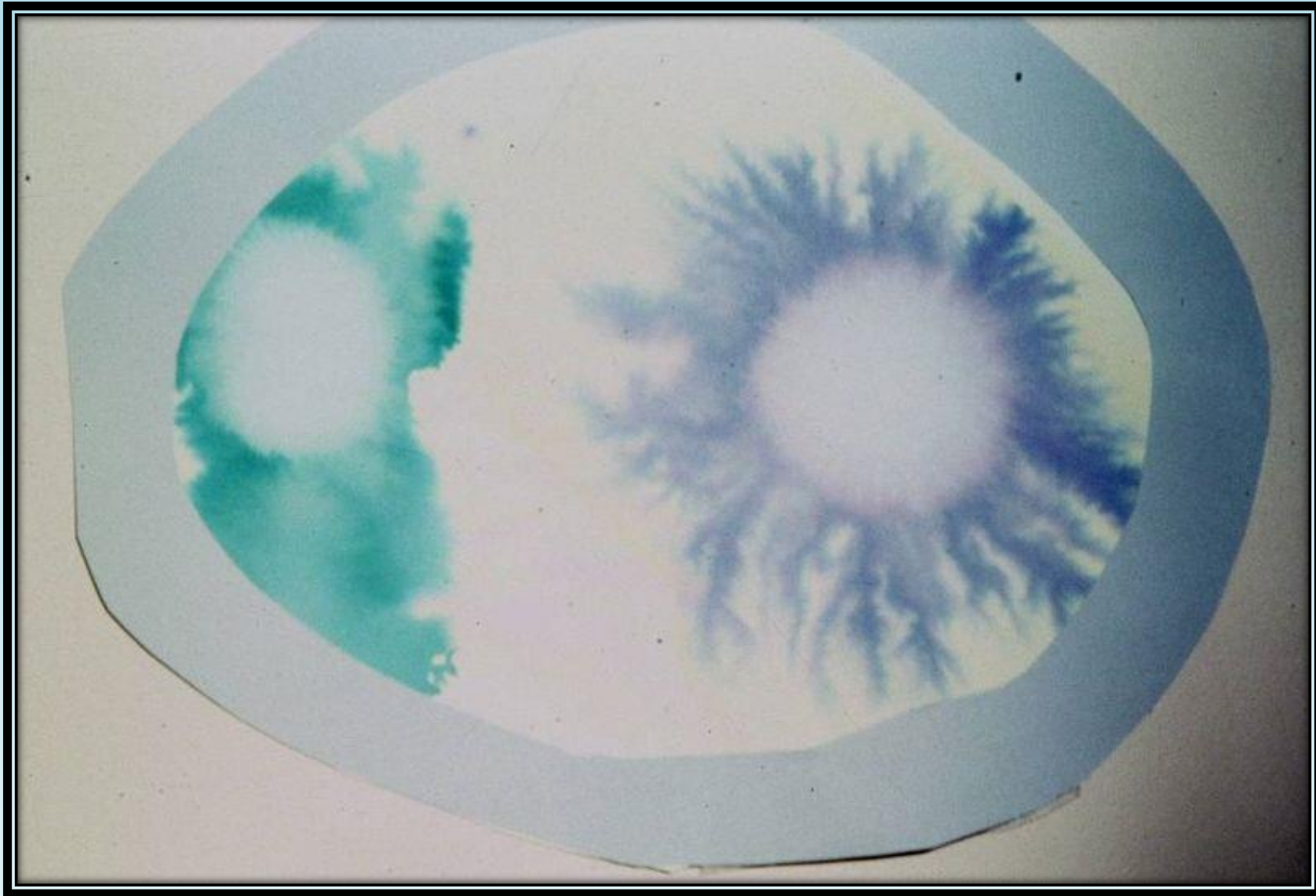
- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:** « Vous réalisez ensemble, un mandala , dessin en cercle, dont l'enveloppe est dessinée au préalable ou que vous dessinez. »
- **Temps de parole:** centré sur le fait d'intégrer une structure, d'accepter une limite, de se sentir rassuré.e ou contraint.e, sur l'enveloppe ou la bulle de protection, sur l'effet que cela peut avoir sur le contenu, sur le fait de rester dans le cadre ou pas



Cadres et fluidité



Garder le tout



Choisir une partie

Utiliser le cadre

- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Encres fluides posées sur une feuille humide
- **Consigne:** « Vous réalisez un dessin avec de l'encre fluide qui coule. Vous découper ensuite un cadre de la manière qui vous convienne. Vous cherchez ensuite, dans votre peinture, ce que vous souhaitez mettre en évidence avec l'aide du cadre. »
- **Temps de parole:** centré sur ce que l'on montre ou ce que l'on cache, sur le fait de ne montrer que ce qui nous plaît de nous-même, sur l'intégration d'une limite ou pas, sur la nécessité de faire des choix, sur le principe de réalité (entre nécessité et frustration))



Sur la même feuille



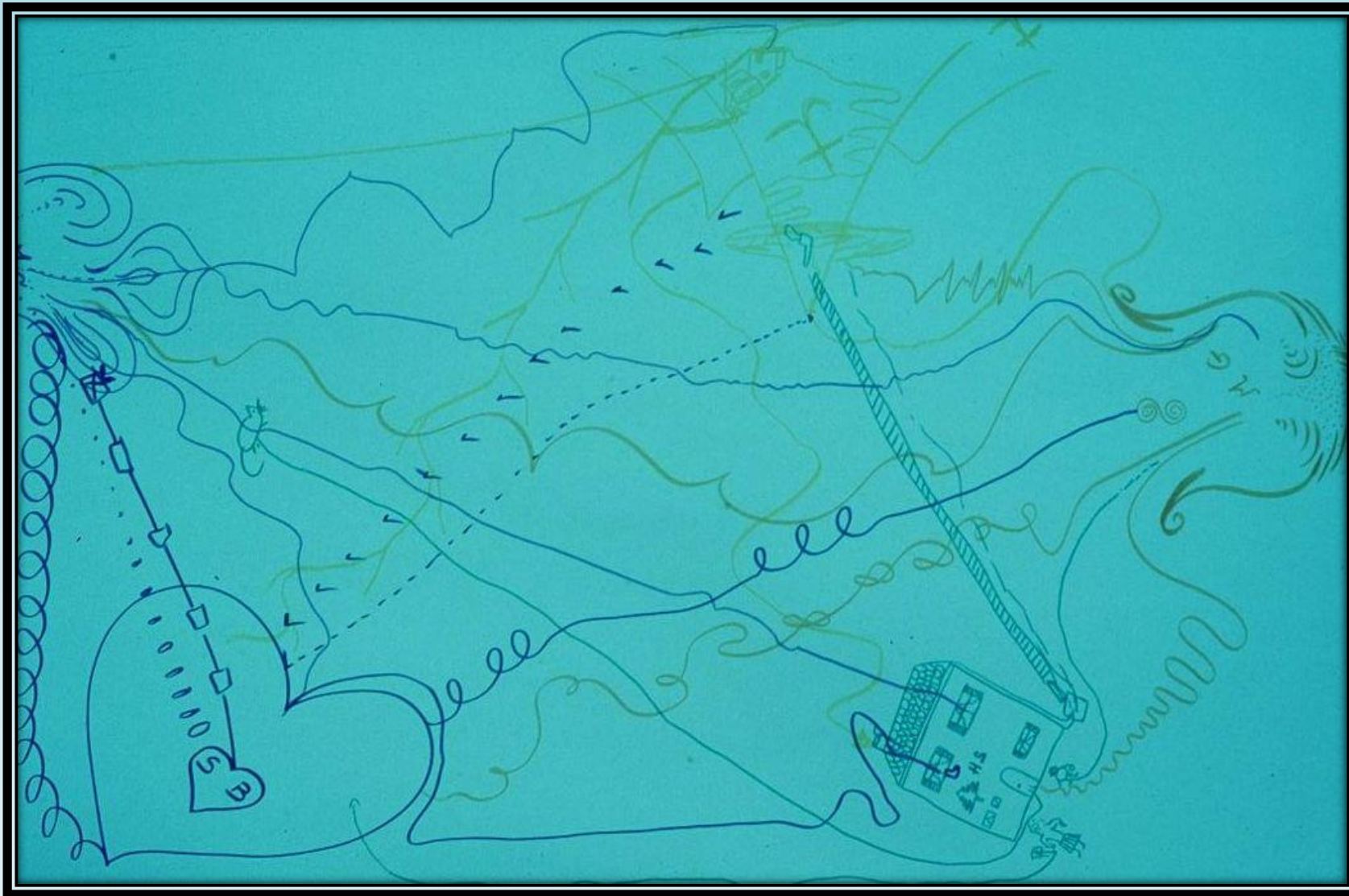
Chacun.e son espace



Titre personnel

Squiggles collectifs

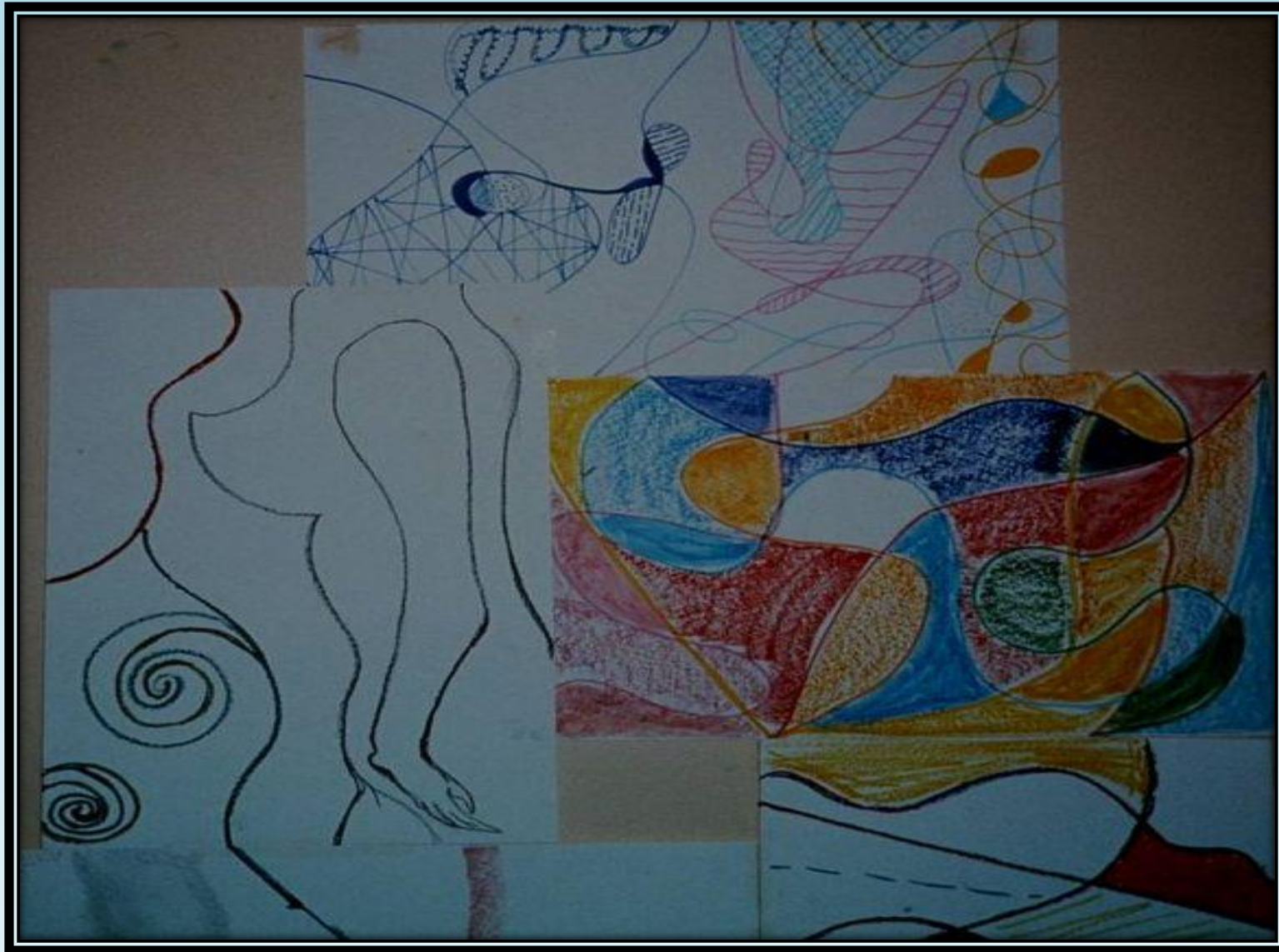
- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:**
 - « *Vous dessinez, à tour de rôle, en repartant de l'endroit où la personne précédente a arrêté son trait.* »
 - « *Vous dessinez à tour de rôle, comme vous le souhaitez* »
- **Temps de parole:** centré sur le fait d'oser traverser le trait de l'autre ou pas, sur le sentiment de trouver sa place, de s'affirmer ou pas, la façon de réagir dans les interactions avec les autres, aller du nous au je, sur la tolérance du chaos ou pas, sur la nécessité de mettre en formes représentatives



Prénoms, territoires liens

Ancrer son territoire

- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:** « *Vous positionnez votre territoire, votre espace, votre lieu, la place dont vous avez besoin. Vous créez ensuite des liens avec les autres participants.* »
- **Temps de parole:** centré sur le fait de positionner l'espace dont on a besoin, sur la façon de faire du lien avec l'autre, sur la zone physique d'où part le lien avec l'autre qui peut faire écho à la façon psychique d'être en lien avec autrui



Puzzle géant



Place dans le groupe et mise en liens

Trouver sa place

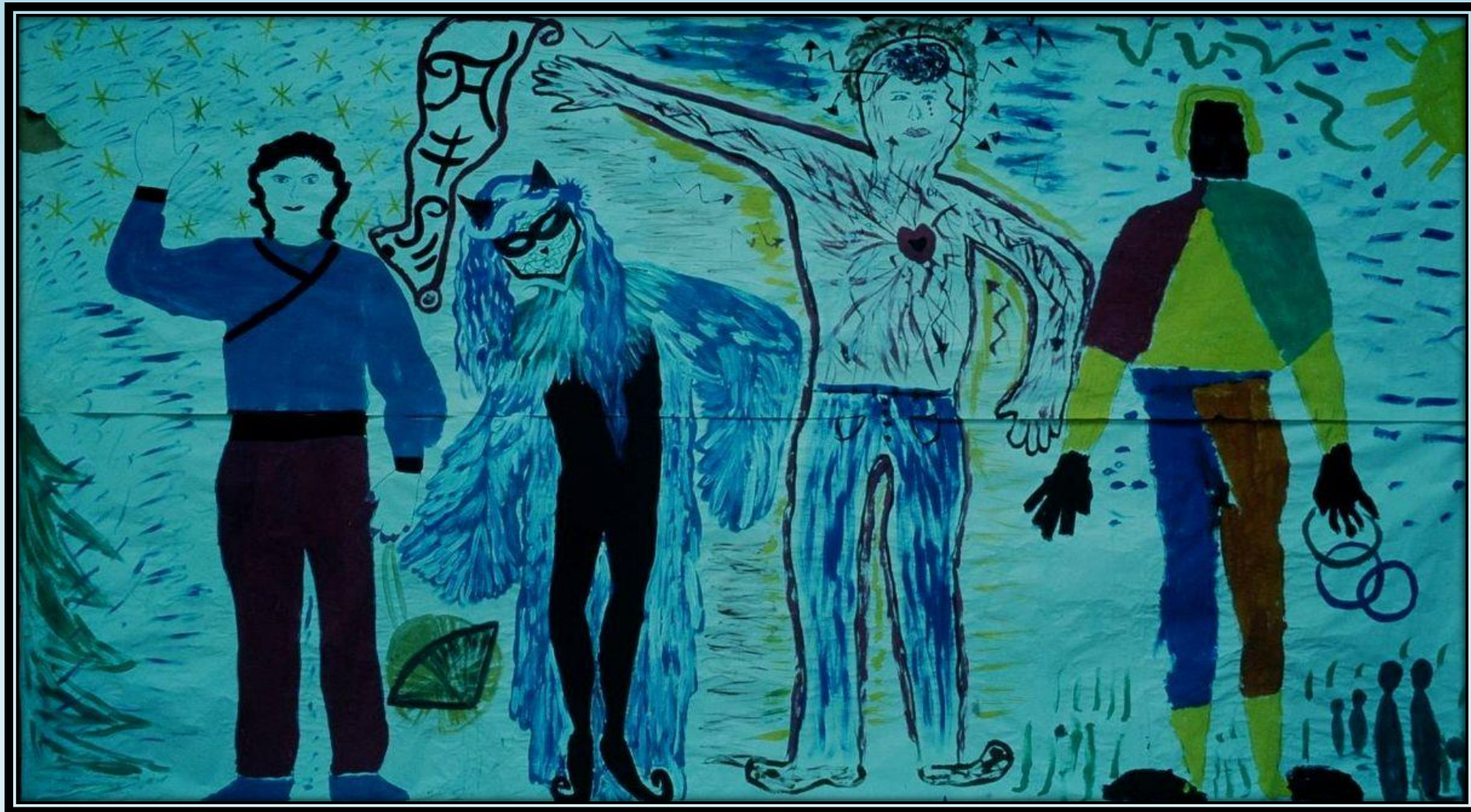
- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:**
 - « Vous réalisez un dessin non représentatif, qui vous permette ensuite de trouver votre place dans un puzzle géant collectif. »
 - « Nous allons ensuite créer une histoire collective »
- **Temps de parole:** centré sur le fait de trouver sa place dans un groupe, sur la zone préférée, sécurisée ou la plus agréable, sur le fait de faire partie d'une société, de se sentir inclus ou exclus, de donner un sens collectif et social à quelque chose, de s'appuyer sur le groupe pour se rassurer



Fresque silhouettes



Contours du corps



Relations groupales



Place dans le groupe

Projection sur silhouettes

- Groupe fermé de 6 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Papier de 2 mètres de haut sur 10 mètres de longueur
 - Une table palette pour la peinture
- **Consigne:** « *Vous réalisez la silhouette d'une autre personne et vous faites réaliser la votre, en vous positionnant comme vous le souhaitez sur la fresque. Chacun et chacune peint sa propre silhouette de façon imaginaire. Le fond est réalisé de façon collective.* »
- **Temps de parole:** centré sur le sentiment d'identité, de place dans le groupe, de relation à l'autre, d'idéal de soi, des différentes facettes de soi-même...



Dessin libre



Fresques murales



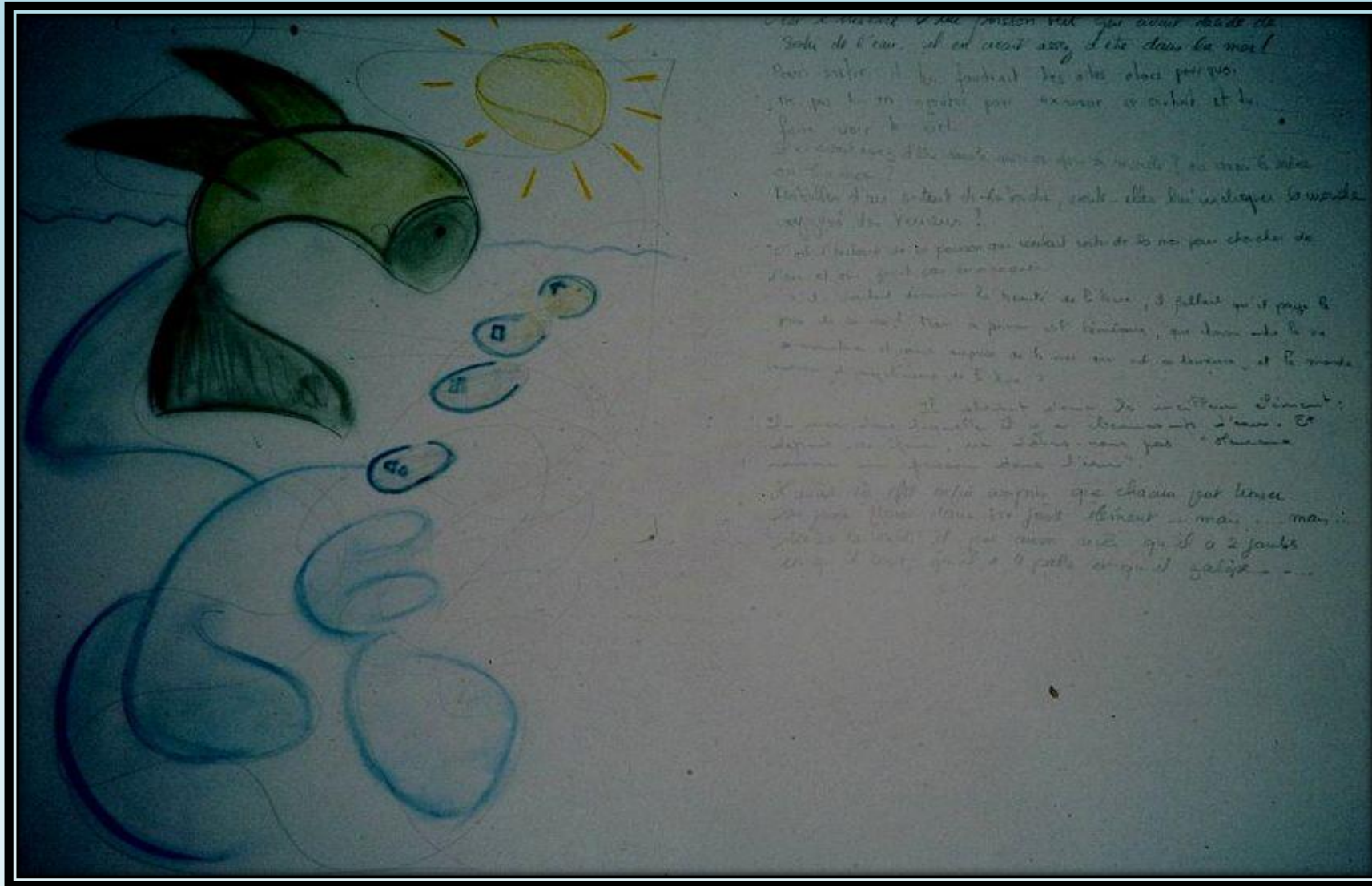
Avec une enveloppe sonore

Des grandes fresques

- Groupe fermé de 6 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Papier de 2 mètres de haut sur 10 mètres de longueur
 - Une table palette pour la peinture
- **Consigne:** « *vous pouvez peindre librement, à votre façon, en réagissant aux propositions des autres personnes, dans le respect des traces et empreintes de chacun et chacune* »
- **Temps de parole:** centré sur les formes préférées, sur les éventuelles représentations identifiables, sur le ressenti durant la production, sur la facilité de la création d'une histoire collective, sur le choix d'un espace où l'on se sent bien...



Fond et forme



Fond forme et écriture groupale

Donner sens à des gribouillages

- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:**
 - « *Vous gribouillez (yeux ouverts ou yeux fermés), vous trouvez une image dans les traits que vous commencez à mettre en forme. Votre voisin.e continue cette mise en représentation. Les dessins tournent jusqu'à ce que celui que vous aviez commencé soit revenu.* »
- **Temps de parole:** centré sur la mise en représentation, la gestalt, l'idée que le cerveau cherche quelque chose de reconnaissable, sur la frustration que cela ne soit pas comme on aurait souhaité...



BD groupale

Bande dessinée collective

- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:** « Vous utilisez la première case de la bande dessinée pour commencer une histoire qui va circuler dans le groupe. Chacun et chacune prolonge la BD des autres et lorsque la BD que vous avez commencé vous revient, vous concluez la BD. »
- **Temps de parole:** centré sur la lecture des BD, le lien entre texte et histoire, le plaisir d'écrire et de mettre des mots, d'imaginer une histoire



Après la traversée du désert im-
père et ses deux enfants veulent se
débarrasser et se plonger dans une eau
qui, à priori, semble potable. Le chef de
famille s'en assure, on y trompant la
soif... car, sans eau, il n'y a pas
de vie.

Il vit alors le reflet de ses enfants et de son
propre corps et, trahit, puis se relève
même être. Il regarde ce nouvel être

pour voir un seul et
ainsi être, de 3 devenu 1 et se demandant "bon quel usage il
aurait avoir. Il distinguait mal le trait avec brouilles, tout
ce qu'il savait, c'est que cet être tenait en main une pel
d'or... donc INEXTINGUIBLE!

Mais, lui, était-elle utile? Il avait le désir de revenir à
toute vitesse, il se l'était juré à lui et aux siens -
les protéger, bien sûr, mais sans armes et sans haine.
Après tout, ce années de guerre et de déserte, le danger
pointé vers cette nouvelle source de vie, la source miraculeuse
dans laquelle ils voulaient se ressourcer, était synonyme
d'espoir et d'Amour.

Espoir et Amour... deux très grands mots!
Ont-ils seulement encore une signification à présent?

Un homme touche l'eau. Cela crée une spirale.
La spirale se rétrécit. Il touche l'endroit le plus
étroit de cette spirale. Mais la vie n'est pas
comme une spirale. Dans une spirale, tout part
du centre et tout s'en va en s'éloignant.

Mais dans la vie, ce n'est pas la même chose.
Les problèmes s'accumulent dans notre chair,
et les êtres n'arrivent pas à éloigner ces
problèmes. Ils le ruminent, cogitent, et les
plus souvent, tombent dans les puits de la
dépression ou, justement, ils gardent tout
au centre d'eux-mêmes.



Ce matin de mai, le soleil
brillait à éblouir tout
le village. Le ciel était
de couleur turquoise.
La nature semblait enfin
s'éveiller après ces longs mois
de gâchis et de froid.

Était-ce enfin le Printemps? Le renouveau de la vie,
de l'espoir, de la joie, de la chaleur.

Un homme sourit. Il se sent libre, il se sent libre. Il fait
beau, il est sur une montagne, il se sent en parfaite
harmonie avec la nature, une immense joie et une grande
paix habitent son cœur.

En apparence! Le soleil brille et la lune nuit. Le soleil et
la lune? En même temps?

Vraie est l'homme regarda sur une bien étrange planète. Elle
s'appelle - OPPO SIA, ce dieu réunit en elle tout le contraire.
La lune et le soleil y brillent en même temps.

Cette planète est interdite à tous les êtres raisonnables,
à tous ceux qui réfléchissent, réfléchissent, veulent tout
comprendre... car voilà, au Oppo SIA il n'y a rien à
comprendre. C'est le paradis des rêveurs, des imaginateurs
et surtout de ceux qui à Oppo SIA on a plus toute sa
tête! I LOVE YOU. I DO NOT.

M'importe de tout songer! Courir libre vers le soleil!
la vie! la joie! le bonheur! Plus de nuit, plus de jour!
la liberté de chacun!!

Je crains, tout de même, qu'il ne fasse pas rien!
La nuit et le jour n'auraient jamais assemblé
et il faut s'en accommoder!... pourtant, au
Oppo SIA, il est bon de se laisser porter par
toute cette folie et cette harmonie!

Écriture groupale

Écriture collective

- Groupe fermé de 2 à 4 personnes, 2 Heures de séance
- **Matériel**
 - Feuille de format A1 ou de 1m sur 1m
 - Stylo, craie grasse
- **Consigne:** « Vous choisissez une image que vous collez. Vous commencez un texte à partir de l'image. Vous pouvez arrêter une phrase en plein milieu ou la finir. Votre voisin.e poursuit cette histoire et lorsque la feuille vous revient, c'est vous qui concluez l'histoire. »
- **Temps de parole:** centré sur la lecture des textes , le lien entre texte et histoire, le plaisir d'écrire et de mettre des mots, le sens donné, l'humour...