

# Des processus...

Changement psychique

Processus identitaires

Processus intra-psychiques

Processus émotionnels

Processus cognitifs



Processus relationnels

Hygiène de vie

Autonomie psychique

Intégration sociale

Processus motivationnels



# Processus identitaires

# Objectif: (re)construction identitaire

## Quels concepts pour les processus identitaires?

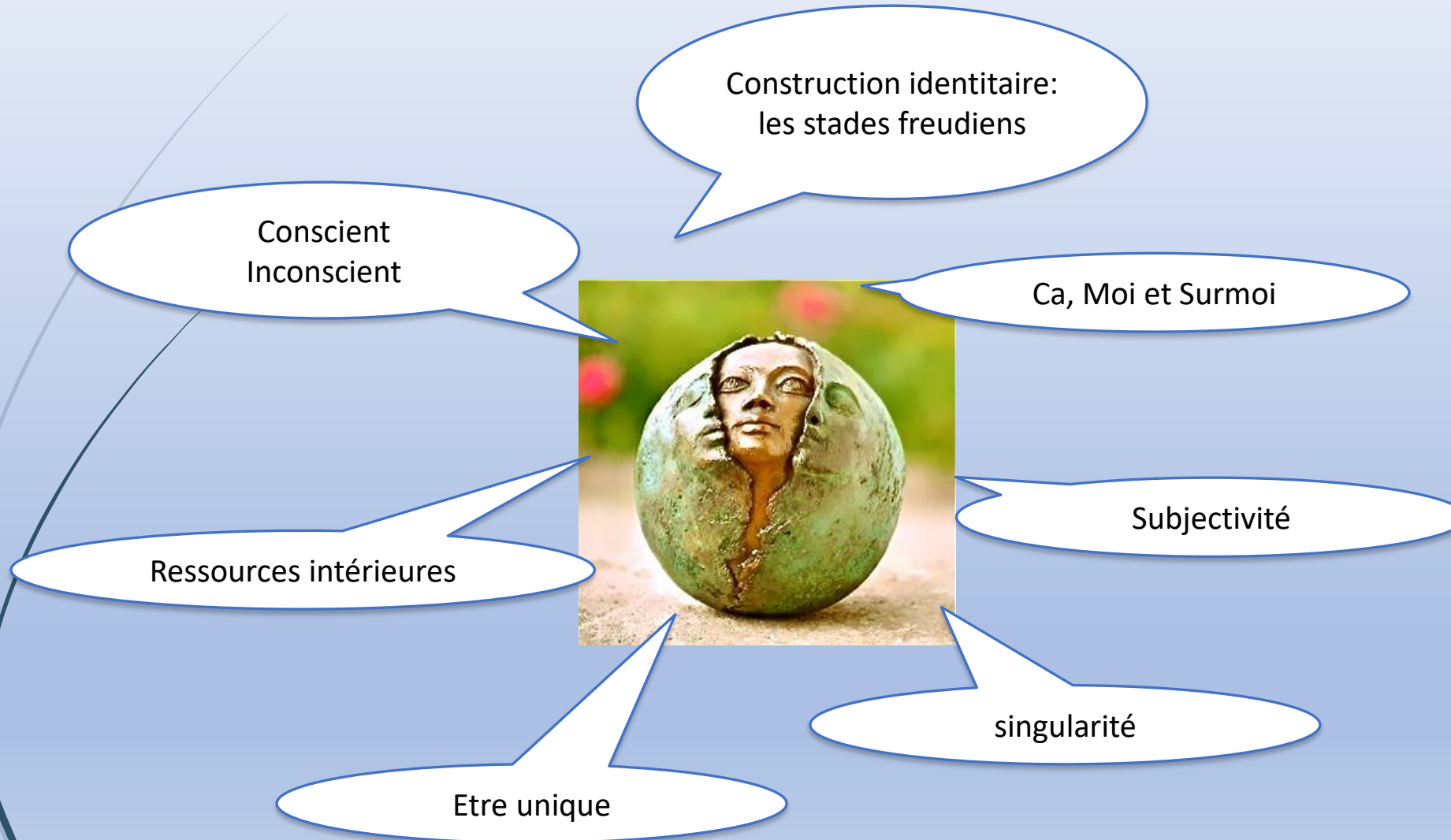


Permettre aux patients de reconstruire un sentiment d'identité

- **Sentiment d'existence et narcissisme primaire :** (Freud). Ce sont les patients psychotiques, souffrant de schizophrénie, qui ont des angoisses de morcellement et de dissociation, des difficultés à distinguer le moi et le non moi (Winnicott), des sentiments de confusion entre eux et l'extérieur (fonction contenante chez Anzieu)
- **Sentiment de valeur et narcissisme secondaire:** (Freud). Les personnes dépressives sont atteintes dans leur sentiment de valeur (dévalorisation) mais il ne suffira pas de les valoriser pour que cela aille mieux
- **Être soi-même:** se sentir authentique et capable d'exprimer librement ses ressentis (Rogers), faire la différence entre ce que l'on montre et ce que l'on est vraiment (Vrai et faux self chez Winnicott)
- **Intégrer ses bons et ses mauvais aspects**

# D'autres processus utiles

## Qui est je?





# Processus intra-psychiques

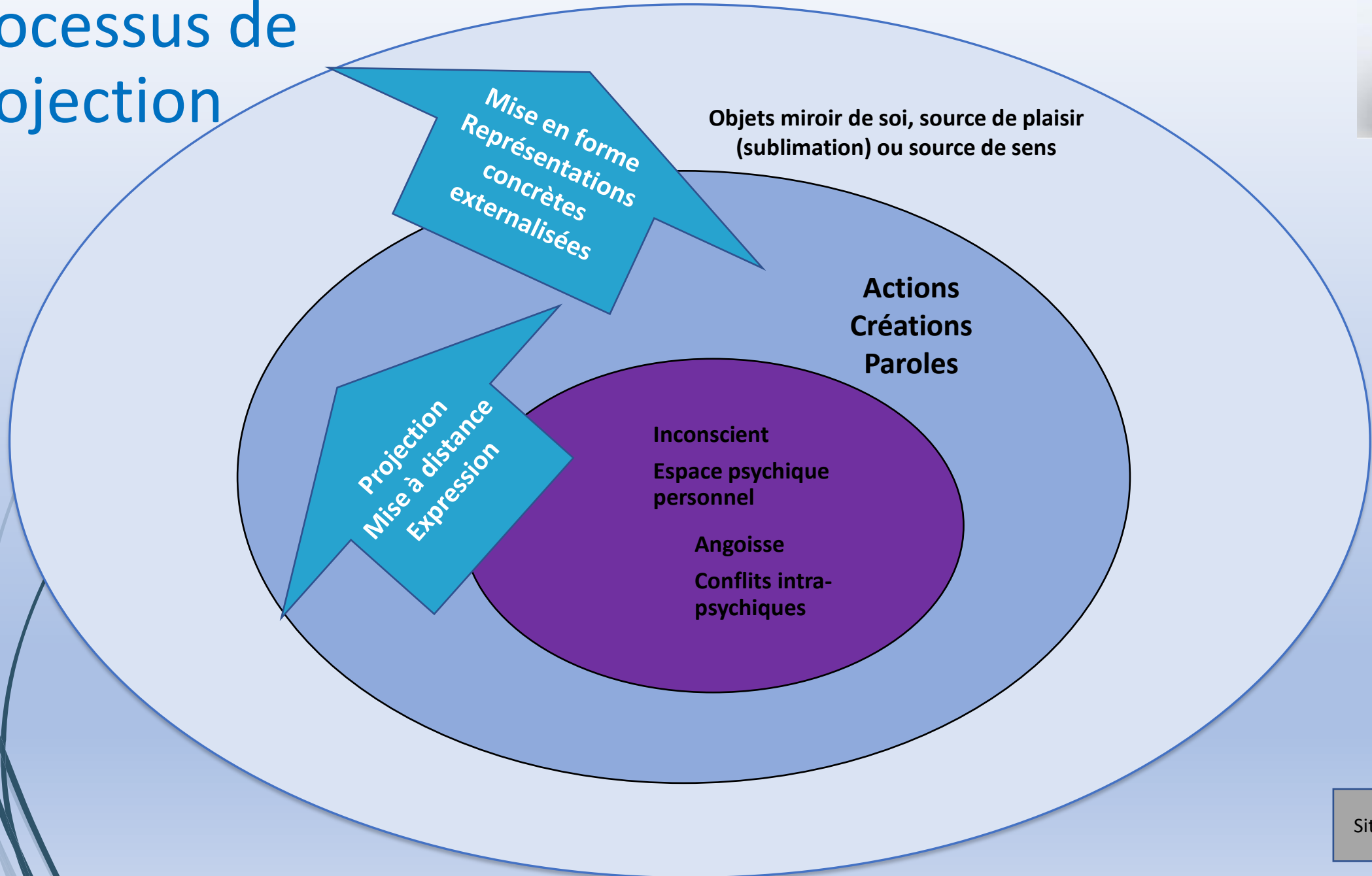


## L'expression médiatisée permet de développer le processus d'introspection

- **Faire pour s'exprimer**, pour se connaître, se définir, parler de soi d'une autre façon que verbale
- **Introspection concrète**: se réfléchir soi-même, dans la réflexion sur un objet miroir
- **Nécessité de comprendre** les processus de projection, d'introjection pour soutenir une introspection (Freud)
- **Donner du sens**: à un objet, à une peinture, mais aussi à une action, à une situation, à un choix, pour redonner et retrouver un sens à sa vie



# Processus de projection





## Soutenir l'élaboration psychique et favoriser le processus de symbolisation

- Le changement recherché est une **modification intrapsychique** nommée élaboration psychique
- **Elaboration psychique** : il s'agit de pouvoir transformer des éléments intrapsychiques, resté en mal d'élaboration, de symbolisation (conflits, traumas, pulsions)
- **Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique** (notion de médium malléable chez Roussillon)
- **Symbolisation** : créer du lien, définition même du symbole



# Processus de symbolisation



représentations  
perceptives

représentation de  
choses/formes/images

représentation  
de mots

Traces  
mnésiques  
perceptives

inconscient

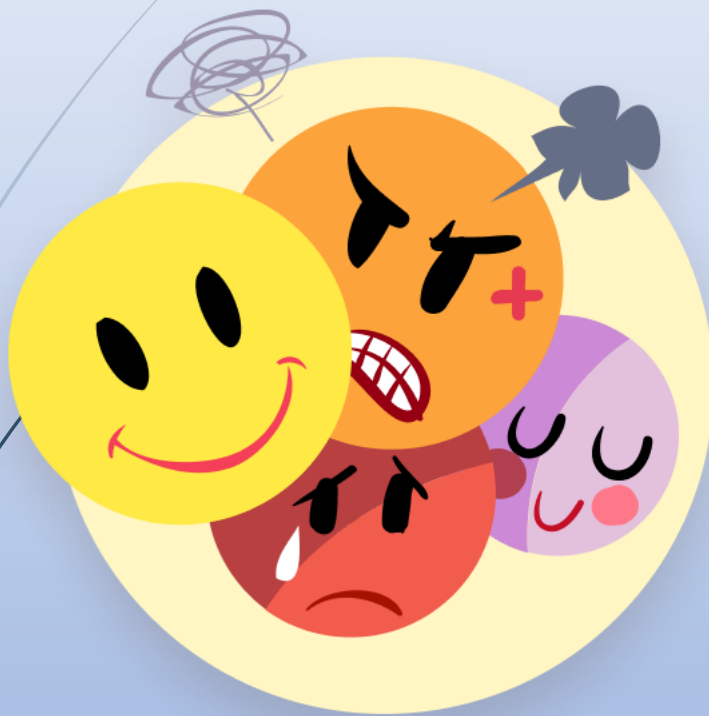
Conscient pré-  
conscient

**Symbolisation  
primaire**

**Symbolisation  
secondaire**

Formation des  
représentations mentales  
et des images internes

passage de représentation  
de choses  
à la représentation de mots



# Processus émotionnels



# C'est quoi une émotion?

*"Chacun sait ce qu'est une émotion, jusqu'à ce qu'on lui demande d'en donner une définition. A ce moment-là, il semble que plus personne ne sache."*

(Fehr & Russell, 1984)

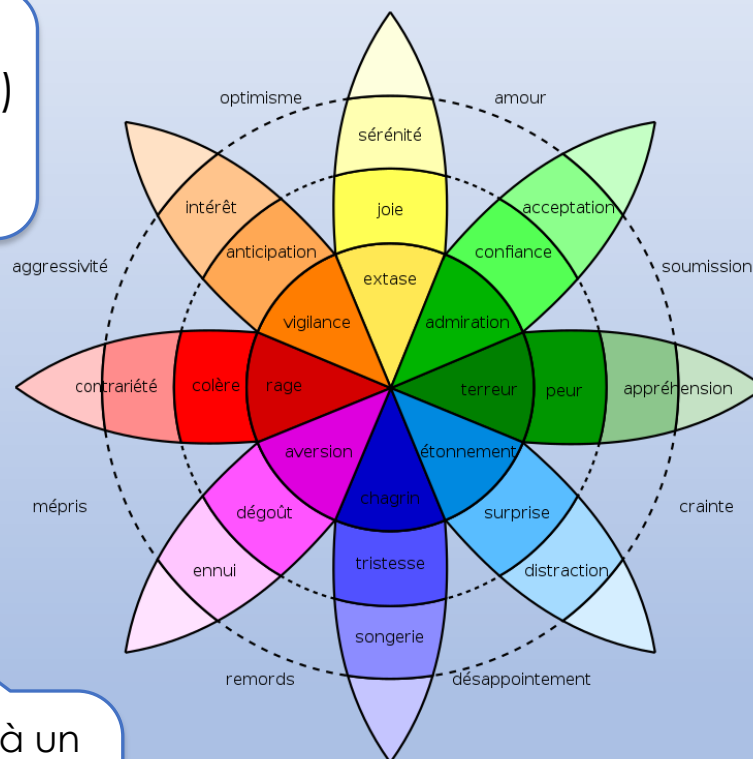


*"Emovere" en latin, signifie mettre en mouvement, se "mouvoir hors d'une position d'équilibre"...*

# Des théories et des classifications nombreuses



Des classifications nombreuses (primaires, secondaires et autres) mais aussi une **émotivité propre** et personnelle



## Un ensemble physio-psychologique

Sensations et éprouvés corporels, cerveau et reconnaissance perceptive, inconscient et traces mnésiques en lien avec notre histoire

Une émotion est toujours liée à un **contexte singulier** : social, relationnel. Lié à nos schémas d'interaction sociale et à notre sentiment de sécurité de base

# Qu'est-ce qu'on en fait?



Analyser?

Ressentir?

Identifier?

Vivre?

Eviter?

Accepter?

Contrôler?

Gérer?

Maitriser?



# Processus cognitifs

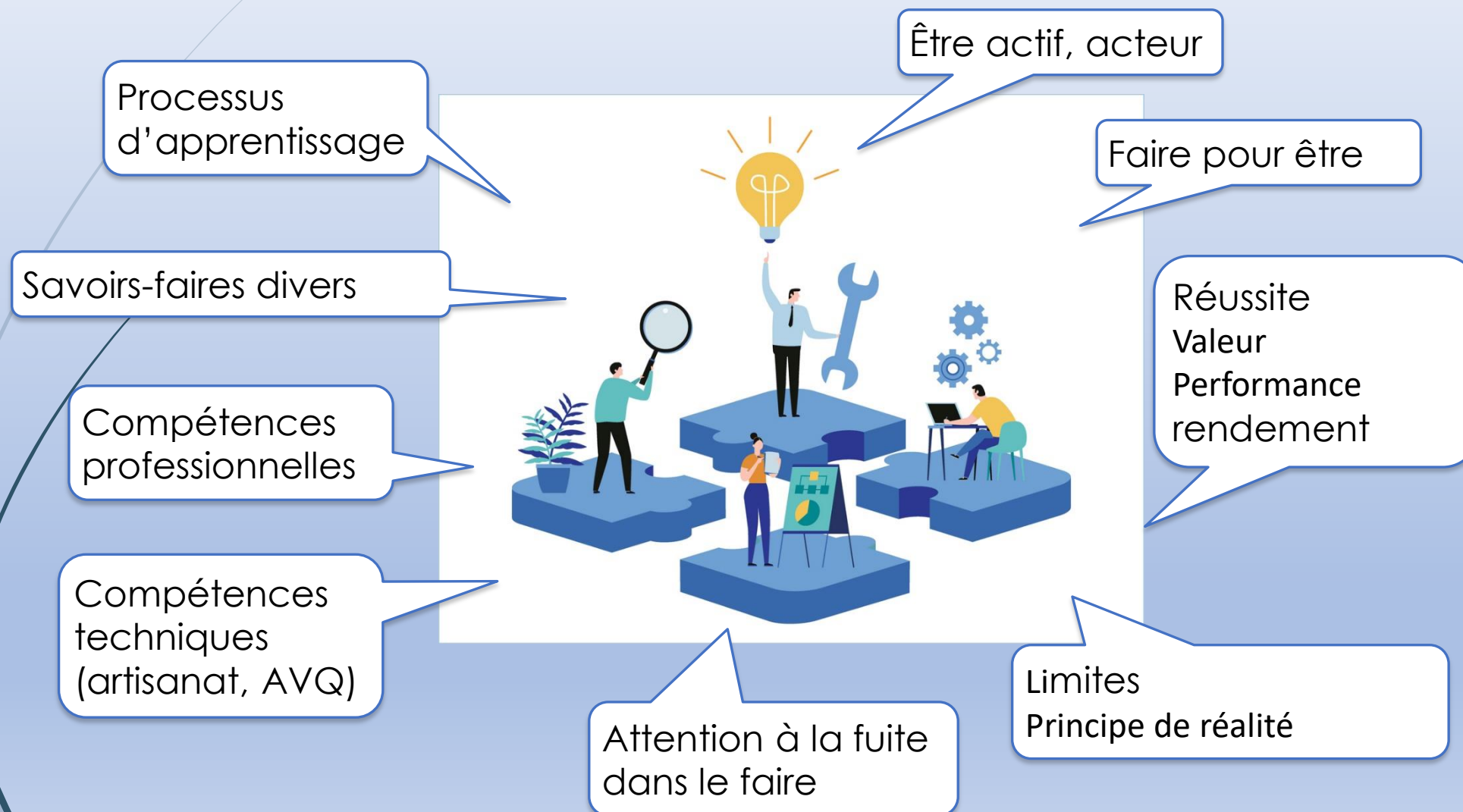
# Améliorer les fonctions cognitives



- **Connaitre les fonctions cognitives** : (fonctions supérieures du cerveau) attention, mémoire, fonctions exécutives, fonctions visuo-spatiales
- **Troubles des fonctions cognitives**: dans la schizophrénie, la démence, certains syndromes dépressifs, conséquences alcoolisme chronique ou toxicomanies
- **Faudrait-il** : les entrainer? Les améliorer? Les maintenir? Les renforcer? Les développer?



# Retrouver et entrainer des compétences

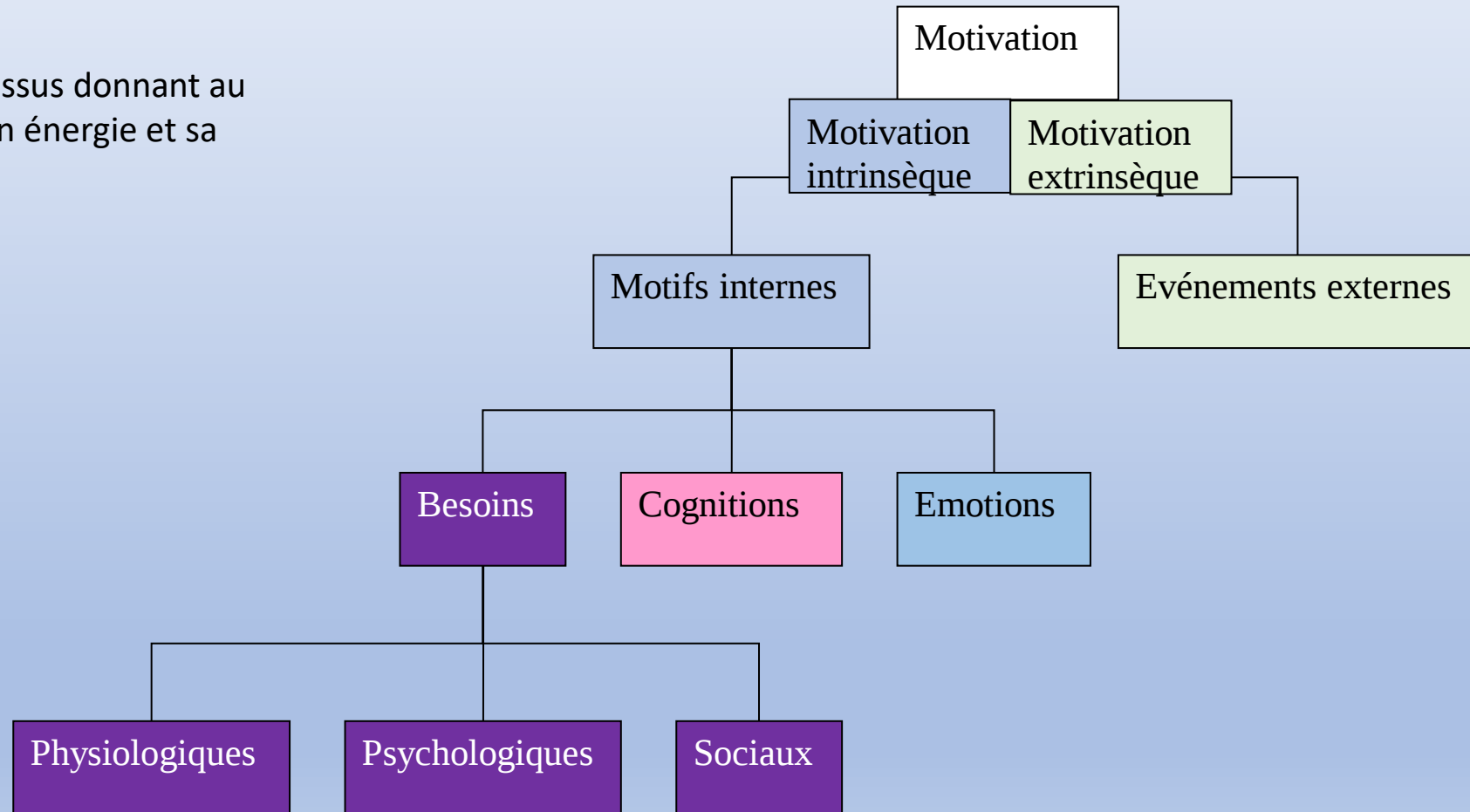




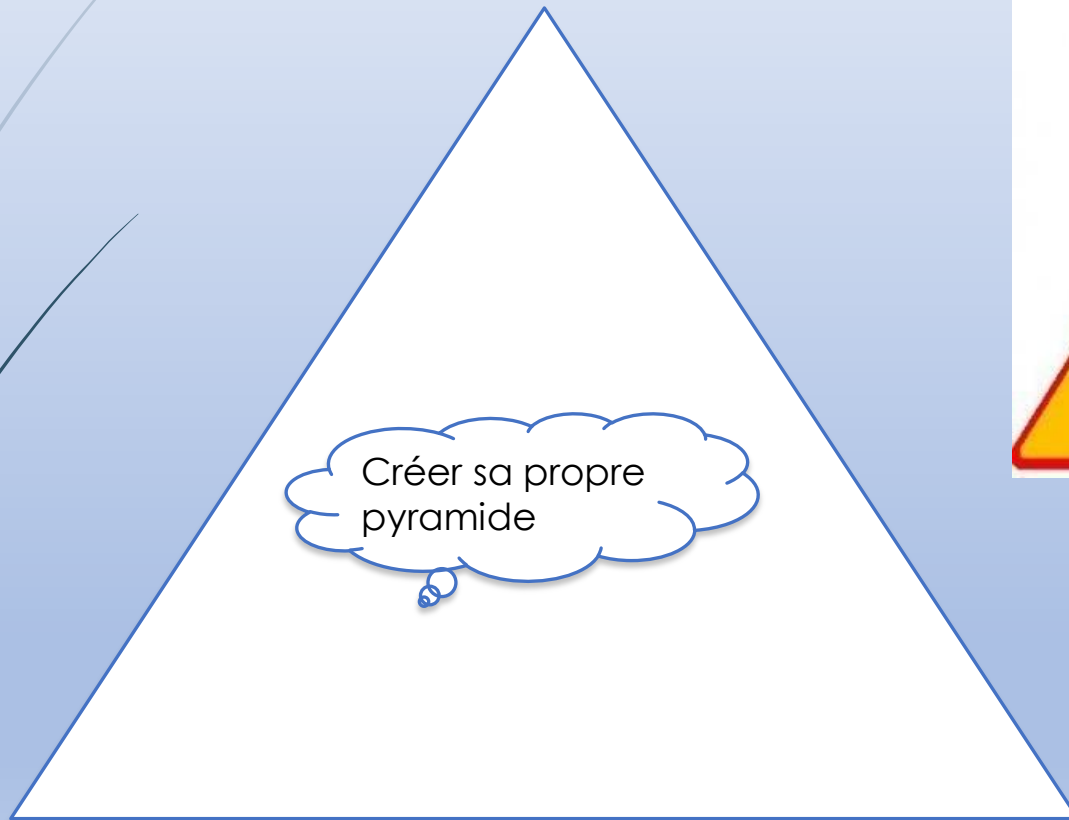
# Processus motivationnels

# Modèle intégratif de Reeve

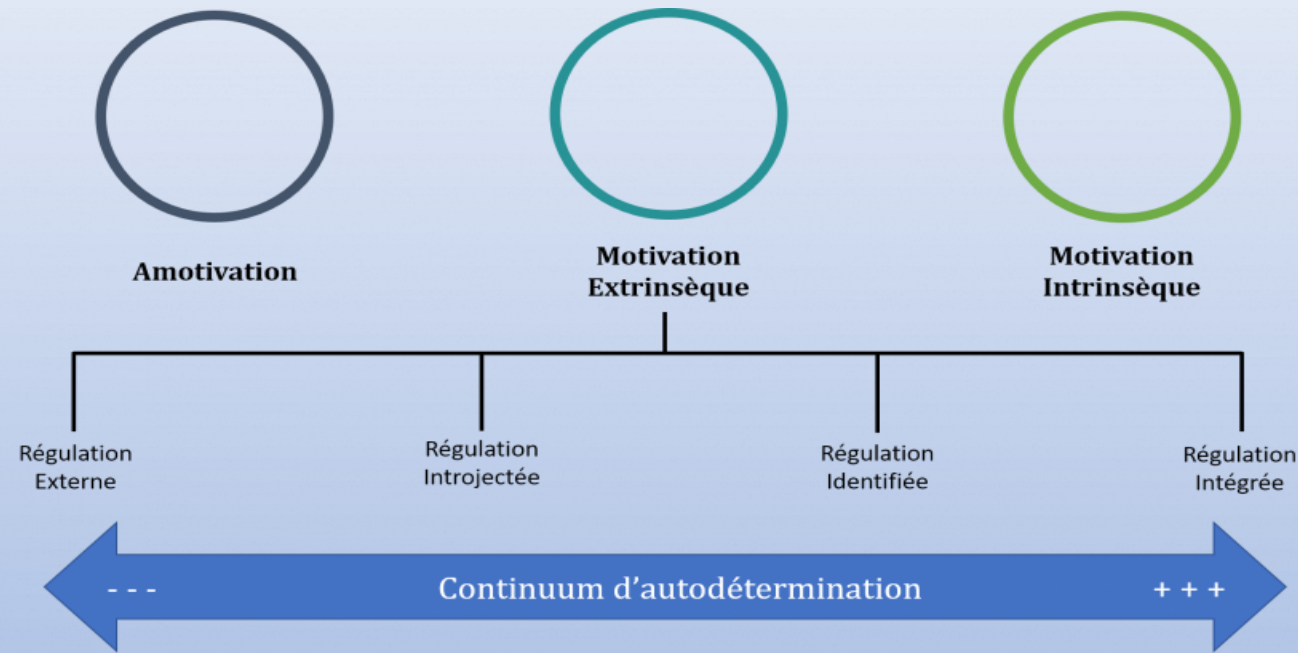
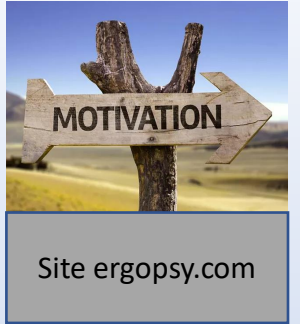
**Motivation:** processus donnant au comportement son énergie et sa direction



# Définir ses besoins



# Autodétermination de Deci et Ryan (2000)



**Régulation externe:** punitions et récompenses externes  
Obéissance passive  
à cause des contraintes

**Régulation introjectée:**  
punitions et récompenses internes  
« il faut que », « je dois »  
Tyrannie du Surmoi

**Régulation identifiée:** valorisation et bien-fondé de l'action  
Contribue à atteindre d'autres objectifs  
« je fais cela pour telle raison »

**Régulation intégrée:**  
congruence de valeur  
Conscience du lien en action et besoin,  
malgré les contraintes



# Autonomie psychique

# Prendre soin de soi



S'écouter

Se prendre en main

Notion de care

Retrouver une  
bonne qualité de  
vie

Hygiène de vie

Santé mentale

Soins personnels





# Retrouver un équilibre occupationnel

Développer des activités de loisirs

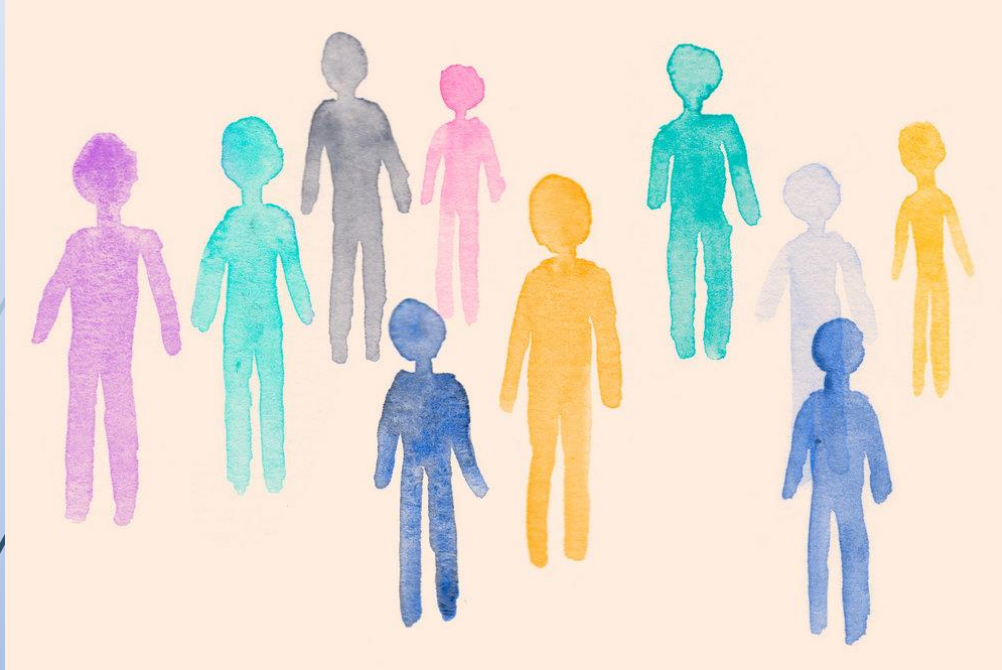
Retrouver des moyens d'expression

Favoriser le retour à domicile



Retrouver des activités plaisantes, significantes

Equilibre entre productivité, plaisir et ressourcement



## Processus relationnels

# Faciliter la communication



Emetteur et  
récepteur



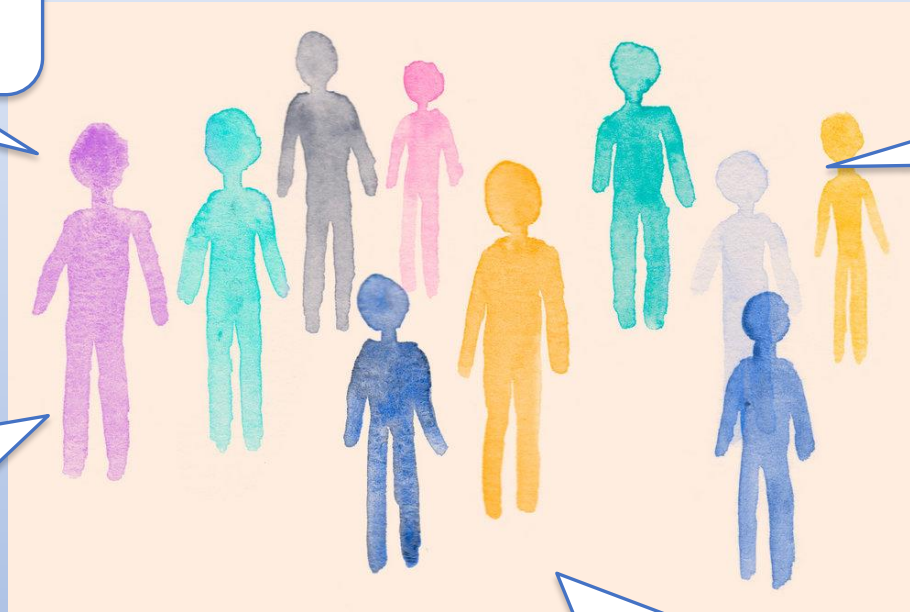
Reformulation  
de Carl Rogers

Techniques de  
communication

# Connaitre les processus groupaux



Dynamique de groupe:  
Notions de leaders, boucs  
émissaires, illusion groupale,  
narcissisme groupal



Thérapies systémiques,  
familiales, interactives

ETRE en groupe: sentiment  
de fusion, confusion,  
distinction, distance,  
sentiment d'appartenance,  
identifications, intégration

Savoir maintenir son espace personnel  
en groupe, distinguer les  
représentations personnelles et  
groupales

# Participation sociale et engagement



Thérapies  
communautaires

Être et se sentir citoyen

FAIRE en groupe:  
coopérer, co-crée,  
jouer, communiquer,  
intégration dans un  
projet de groupe

Inclusion sociale

Adaptation

Empowerment (notion  
politique au départ)

