



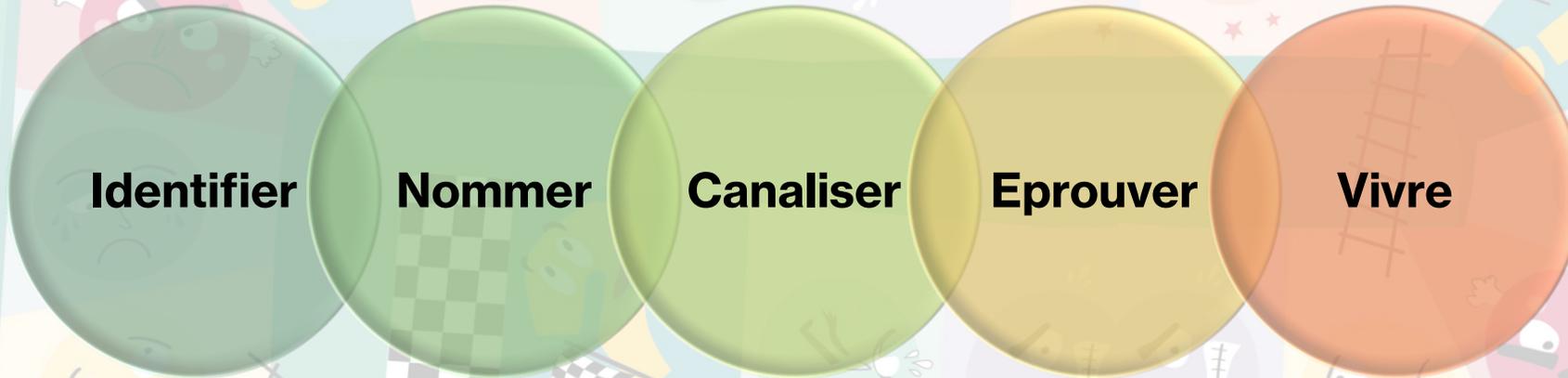
# JEUX EN GROUPE

EXPRESSION  
DES ÉMOTIONS



# Atelier “Jeux en groupe”

## Expression des émotions



### ATELIER “EXPRESSION DES ÉMOTIONS”

- 5 SÉANCES D’UNE HEURE
- DIFFÉRENTES ACTIVITÉS CRÉATIVES, EXPRESSIVES...

INTROSPECTION    EXPRESSION

ACCUEIL    IDENTIFICATION

GESTION    VIVRE

# Expression des émotions

Intentions globales

Des objectifs en ergo

Protocoles de type éducation thérapeutique

Ressources

Savoirs

Amélioration

Adaptation Sentiment de valeur

Compréhension

# Expression des émotions

## Modalités :

- 5 séances hebdomadaires 1h, nombre de séance et horaires définies à l'avance
- Groupe fermé
- Libre avec engagement sur l'ensemble des séances
- Animation de type ETP

## Outils :

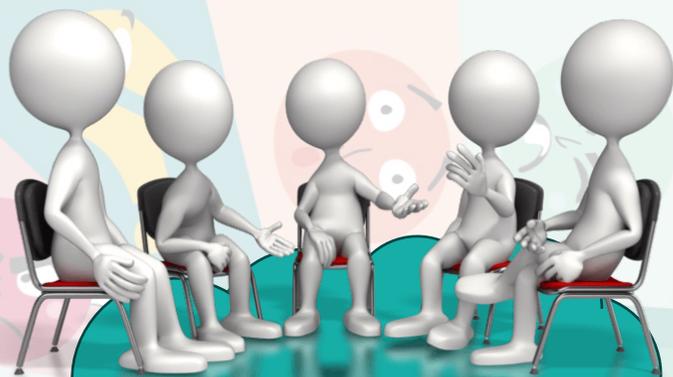
- Travail en métaplan, coanimation autre ergo
- Outils ludiques, carnet de suivi, créations personnelles
- Temps de paroles centrés sur les ressentis

## Déroulement de la séance :

- Temps de parole et échanges
- Activités / médiations
- Utilisation de jeux
- Temps de parole autour des ressentis de la séance

# Expression des émotions

## Séance 1 : « Théorie des émotions »



**TEMPS DE  
PAROLE**

**MISE EN  
PLACE DU  
CARNET**



**FEELINGS +  
TEMPS DE  
PAROLE**



# Expression des émotions

## Séance 1 : « Théorie des émotions »



Différentes représentations  
pour une même carte



Espace personnel du patient :  
Sa médiation



*Partager son ressenti sur une  
situation proposée – Deviner celle  
de son partenaire*  
Mesure de l'empathie  
6 émotions primaires

# Expression des émotions

## Séance 2 : « Support créatif »



Temps de parole



Création



Temps de parole

# Expression des émotions

## Séance 2 : « Support créatif »



Création

Expression  
Projection  
→  
Rapport avec la 1<sup>ère</sup> séance  
Ressentis

# Expression des émotions

## Séance 3 : « Jeu de rôles »

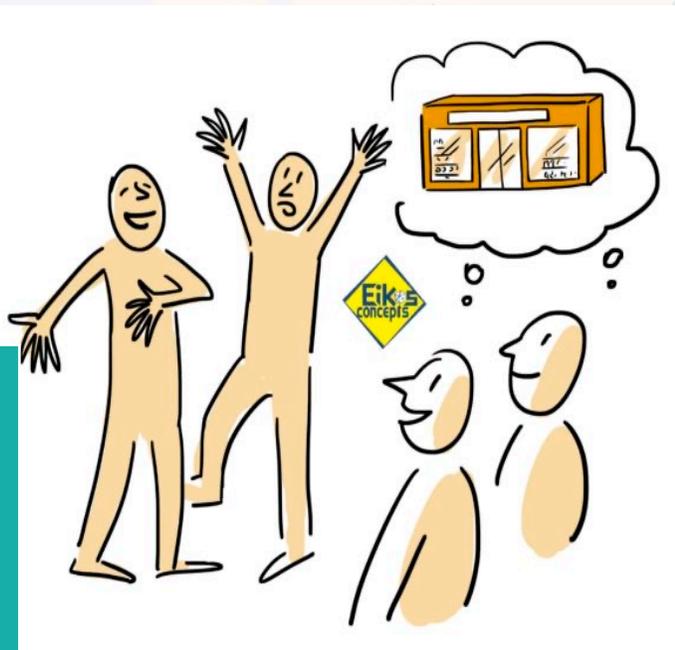
Temps de parole



Temps de parole



Jeux de rôles



# Expression des émotions

## Séance 3 : « Jeu de rôles »

Jeux  
de  
rôles



Expérimenter et exprimer

« Votre meilleur ami vous  
annonce... »

« Vous aller à la boulangerie... »

Se mettre à la place de l'autre

Laisser s'exprimer

# Expression des émotions

## Séance 4 : « Gestion – Relaxation »



# Expression des émotions

## Séance 4 : « Gestion – Relaxation »



**Apaisement**  
**Diminution tension psychique**

**Méthode complémentaire**  
**Modification état mental et**  
**psychologique**  
**Émotion positive**



# Expression des émotions

## Séance 5 : « Retour au calme »



# Expression des émotions

## Séance 5 : « Mise en mots »



**CERTIFICAT**  
DE VALIDATION

**ATELIER**  
"EXPRESSION  
DES  
ÉMOTIONS"

# Expression des émotions

## Buts et espérances finales :

Plan identitaire



- Identifier, accepter les émotions
- Les canaliser, les vivre

Plan de  
l'expression  
médiatisée



- Favoriser l'introspection – Faciliter l'expression
- Connaitre leur impact
- Prendre conscience de leurs capacités

# Expression des émotions

**MERCI DE VOTRE  
ATTENTION...**