

MÉDIATIONS EXPRESSIVES MÉDIATIONS PROJECTIVES

QUELS OUTILS POUR QUELS CONTEXTES?

Animé par : Béatrice Guéreau et Muriel Launois

Date : 16 novembre 2023

NOTRE PROPOS

- Une approche de la **santé mentale** qui dépasse les limites de la psychiatrie.
- Une approche **intégrative** des différents modèles.
- Une **réponse** aux jeunes diplômés qui nous demandent de les aider dans leur quotidien en santé mentale.



PLAN

- Définir **quelques mots clefs** autour du psychisme et du changement psychique.
- **Evoquer les concepts nécessaires** à l'utilisation des médiations expressives et projectives.
- Proposer **une lecture processuelle** en fonction des outils.
- **Déterminer les outils** en fonction des contextes de soin, des situations ou du moment du parcours de soin.

Chapitre 1

Quelques mots clefs

Psychisme
Travail psychique
Changement psychique

Qu'est-ce que le psychisme?



De nombreuses hypothèses Des définitions multiples

Cognitif et psychique

Cerveau gauche et
cerveau droit

Ancrage dans
le corps



Cerveau rationnel,
émotionnel et instinctif



Conscient et
inconscient



Besoins de la
personne

Compétences de
conscience d'elle-même

Contextes et
modalités de soin

Des intentions variées

Connaissance et
affirmation de soi

Expression



Introspection

Interrogation sur son propre
fonctionnement psychique et
élaboration psychique

Soutenir le changement psychique

Plus que des objectifs, il s'agit de porter son attention
aux **processus psychiques personnels**,



qu'ils puissent advenir,
se développer, s'expérimenter, se conscientiser
dans le respect du rythme et des défenses de la personne.

Le changement psychique

- Réduction de la souffrance psychique
- Sentiment d'existence et (re)structuration du moi
- Retrouver la motivation intrinsèque
- Maturation, épanouissement
- Affirmation de soi



Le changement dans la vie

- Bien-être
- Meilleur fonctionnement interpersonnel
- Capacité d'agir dans ses rôles sociaux
- Equilibre occupationnel
- Autonomie



Quels moyens thérapeutiques?

Cadre thérapeutique: contenant, confidentiel et structuré, structurant
lieu d'expérimentations personnelles

Relation thérapeutique: le savoir être implique un regard sur soi

Posture thérapeutique: fiable
attention portée à la subjectivité qui se montre ou s'exprime

Le faire:

- Médiations qui médiatisent et favorisent expression, création et projection, à travers matière/geste/objets
- Activités qui peuvent être analysées selon les expériences possibles (fonctionnelles, sensorielles, cognitives, affectives...)
- Occupations: les soutenir, les retrouver, les vivre
- Mises en situation écologiques

Chapitre 2

Des concepts pour les médiations expressives

Les humanistes et
l'écoute active

Emotions et
compétences
émotionnelles

Qu'est-ce que l'EX-expression?

Extérioriser :

ex-térioriser,
mettre au dehors de soi

Expression:

ex-primer,
rendre sensible

Emotion:

e-motion,
mouvement qui sort de soi

Exister : ex-sistere,
être placé à l'extérieur,
avoir une réalité



Pour être thérapeutique la médiation expressive doit se faire dans **un cadre adapté**.

L'ergothérapeute doit adopter **une posture adéquate**: disponibilité psychique, écoute active.

Exprimer quoi?

La souffrance psychique
L'angoisse

Conscient, inconscient

Des expériences
Des souvenirs

Exprimer des choix
Faire des demandes

Partager des opinions
des valeurs
des besoins
des idées
des stratégies

Des ressentis corporels
et émotionnels



S'exprimer comment?

De façon verbale,
non verbale,
émotionnelle...



De façon créative,
graphique, par l'écrit...

En groupe,
en relation duelle



S'exprimer pourquoi?

Renforcer son identité,
se connaître, s'affirmer,
renforcer son Moi.

Développer des habiletés sociales,
communiquer.



Donner du sens à son vécu,
son histoire.

Découvrir ses besoins.
Définir les activités significantes.
Construire le projet de soin.



La communication verbale

Descriptive « c'est de l'argile qui a été émaillée en brun et jaune »

Imaginaire « on dirait un personnage qui a une idée en tête, c'est jaune sur sa tête »

IL ou ELLE

Associative/introspective « il est tout raide et coincé celui-là, c'est tout à fait comme moi »

JE



Les humanistes et l'écoute active

La considération positive
inconditionnelle de
C.Rogers

Les 6 attitudes d'écoute
de **R.Porter**:
Compréhension
Soutien, relation d'aide
Investigation
Orientée solutions
Evaluation-jugement
Interprétation

Centrée
sur la
personne

Mots clefs :
Empathie
Congruence
Authenticité
Non directivité/semi-directivité

Capacités d'auto-développement
de la personne

La reformulation



Du ressenti corporel à l'émotion Identifier un besoin

Elise a le visage fermé, elle ne dit rien et ne s'engage pas dans son activité.

Que ressentez-vous?

Rien

Que ressentez-vous dans votre corps?

J'ai mal.

J'ai comme un nœud dans le ventre (met la main sur son ventre).

Dans le ventre?
C'est comment?

Vous avez mal où?

Dans le ventre.

Que dit ce mal au ventre? Et si c'était une émotion...

Vous pourriez leur dire que cela vous a manqué?

Je suis triste je ne sais pas pourquoi... j'en veux à mes enfants... Ils ne m'ont pas appelée pour la fête des mères... (pleurs) J'me sens seule.

Peut-être...je vais y penser.

Elise a fait une demande à ses enfants. Ils ont réfléchi ensemble comment ils pourraient mieux s'organiser pour se voir.

Elle a pu améliorer son équilibre occupationnel.

En rééducation, quand les émotions bloquent la motivation

J'en ai marre de faire des efforts pour m'habiller seul. Je n'y arriverai jamais. Je ne m'habille pas aujourd'hui!

Vous en avez marre? De quoi exactement?

Que ressentez-vous?

De faire des efforts, je vous l'ai dit!

Je ne supporte plus ce corps incapable.

C'est vrai que c'est un effort quotidien.

Quelle émotion ressentez-vous?

Oui. Vous me comprenez.

Ça m'énerve. Je suis en colère. Je me sens un bon à rien.

De là à dire que vous êtes un bon à rien, je ne suis pas d'accord, vu tout ce que vous réussissez malgré le handicap.

OK, c'est votre sentiment pour le moment.

C'est comme ça que je me sens.

Du côté des émotions

Emotions et
sentiments

Compétences
émotionnelles



Créé par Freepix

Qu'est-ce qu'une émotion?



Pour les TCCe,
c'est une **réaction adaptative**
immédiate et rapide de l'organisme
...



... à l'environnement
ou à des besoins internes.



Des manifestations
physiologiques
cognitives
comportementales
subjectives.

L'émotion a une
fonction d'alerte.

Elle donne du sens
au vécu.

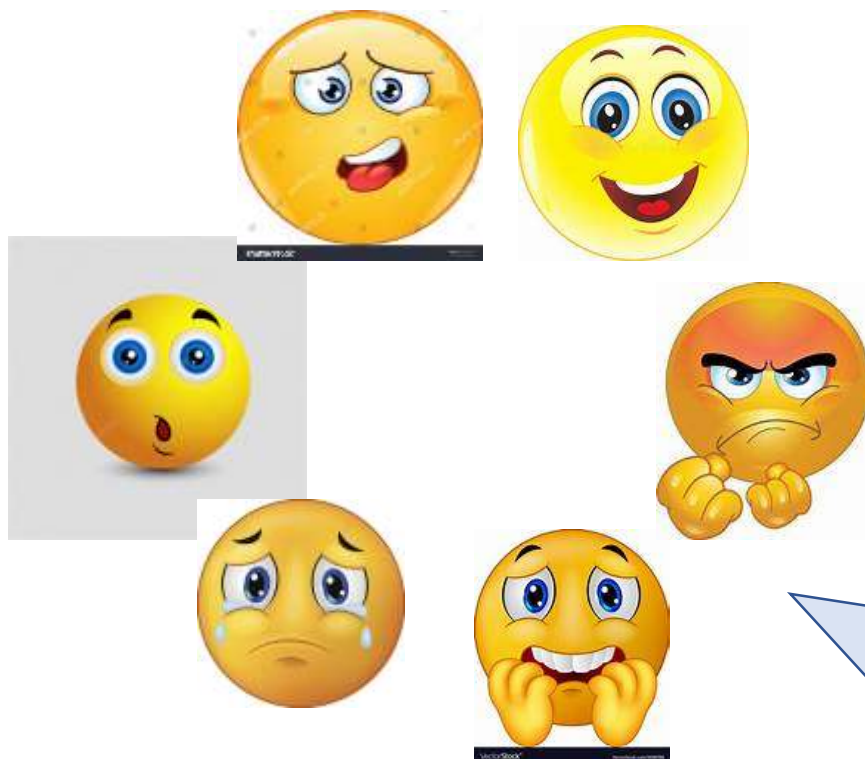


Adaptée en intensité
et en durée, elle n'est
pas pathologique.



Damasio la différencie du
sentiment qui est pour lui
une pensée sur l'émotion.

Les compétences émotionnelles



Identifier
Comprendre
Utiliser
Exprimer
Réguler
ses émotions.

Elles **améliorent le fonctionnement** physiologique, somatique, cognitif, psychique et socio-professionnel.

Le jeu « Feelings »



Mettre en lien
des images et des mots.

Relier des émotions et
des sentiments à des
situations concrètes.

- Placer une carte émotions choisie par une personne, au centre de la table.
- Consigne: « *Que pourrait-on proposer à une personne qui ressent cette émotion?* »
- Le groupe propose un cercle de cartes images centrées sur ressources, compétences, occupations humaines.
- Un échange entre pairs est alors possible, permettant de proposer et de réfléchir sur des stratégies potentielles de changement, de solution ou de proposition d'occupations humaines potentielles.

Chapitre 3

Des concepts pour les médiations projectives

Projection

Playing
Sublimation

Processus de
symbolisation

Du côté des psychanalystes

Freud développe les mécanismes de défense tels que **la projection, l'introjection, la sublimation.**

R. Roussillon parle d'une **matière psychique**, qui se projette dans la matière concrète.

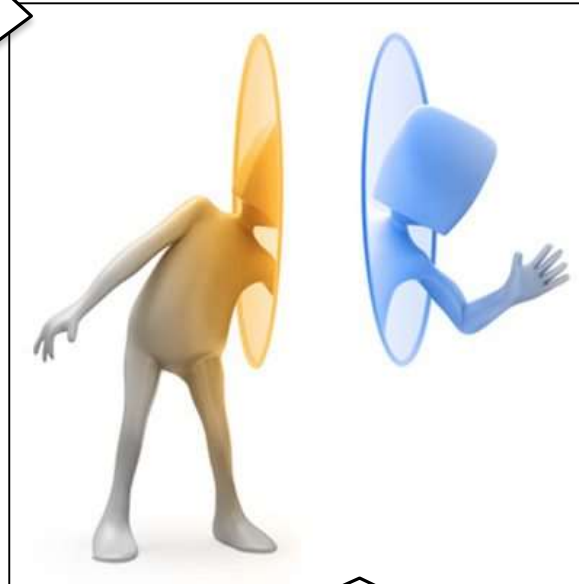
Roussillon développe **la symbolisation** comme processus de liaison psychique ou élaboration psychique.

Winnicott parle du **playing** comme unique moyen de se découvrir.



Qu'est-ce que la projection?

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.



Projection normale

Processus organisateur de la personnalité qui se poursuit tout au long de la vie.

Projection pathologique

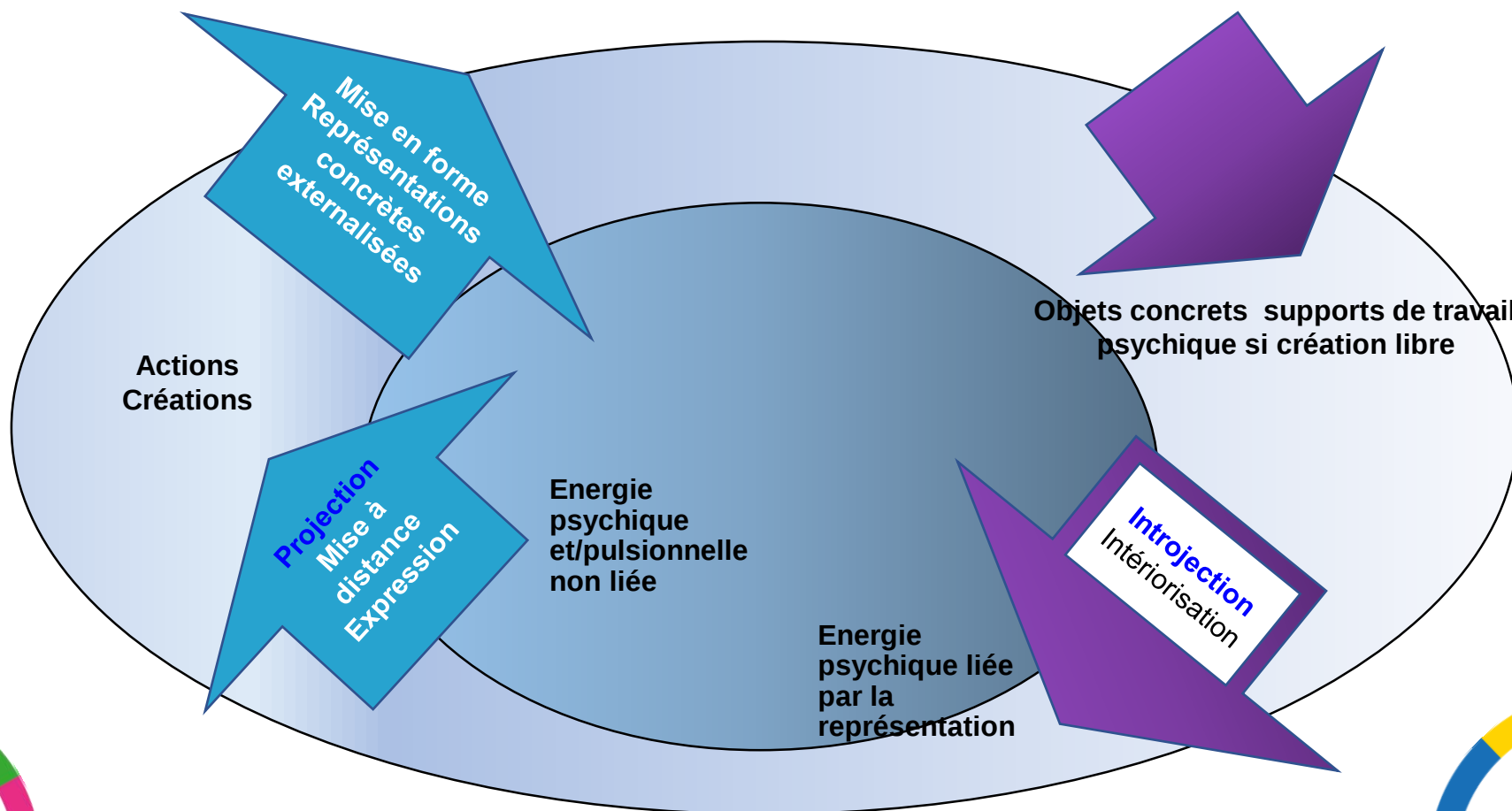
Quand les éléments psychiques projetés reviennent sous la forme d'hallucinations ou de délires.

En thérapie médiatisée

Objets : miroir de soi

source de plaisir

source de sens



Un exemple de projection identifiée par la personne

Une jeune fille anorexique qui découvre l'argile avec plaisir et qui a des compétences introspectives.

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

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

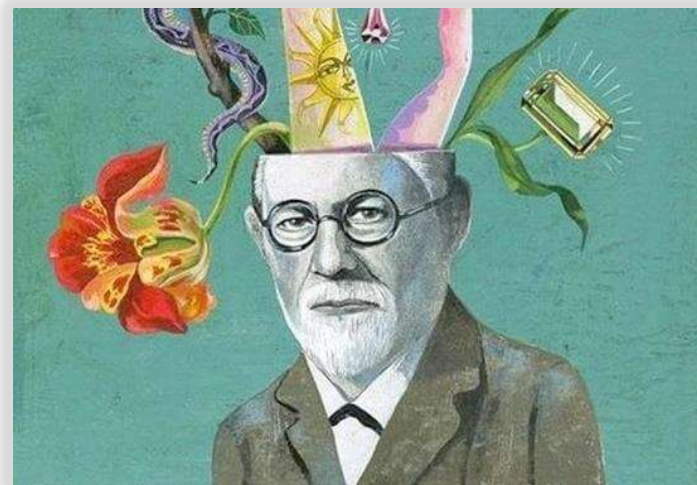


*« Elle n'est pas encore debout...
un peu comme moi en fait... »*

La création: entre jeu, playing et sublimation

*« C'est en jouant, et
seulement en jouant, que
l'individu, enfant ou adulte,
est capable d'être créatif et
d'utiliser sa personnalité
toute entière. »*

D. WINNICOTT



Médiations créatives

Création : Le playing de Winnicott
liberté, pas de modèle, pas de règle

Loisirs créatifs :
modèles et
apprentissage possibles



Valorisation : ressenti personnel

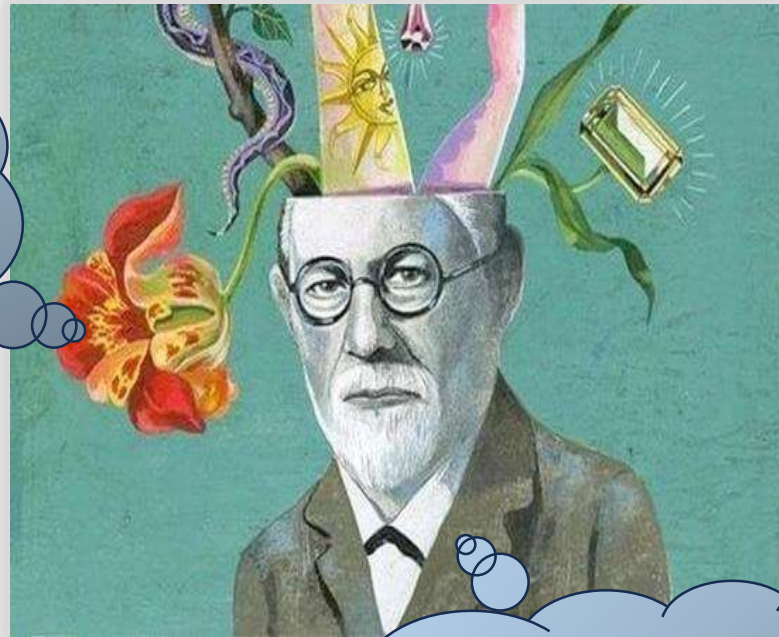
- Affichage dans un espace protégé
- Début d'une ouverture au regard de l'autre
- Valeur pour soi, valeur pour le groupe thérapeutique ou institutionnel...

Sublimation : mécanisme de défense

- Exposition, spectacle, édition de recueil de photos, de textes...
- Signer ses œuvres, entrer dans le social
- Possible si investissement affectif personnel et reconnaissance sociale

Processus de sublimation

Voie de transformation
des pulsions internes en
production artistique,
intellectuelle...



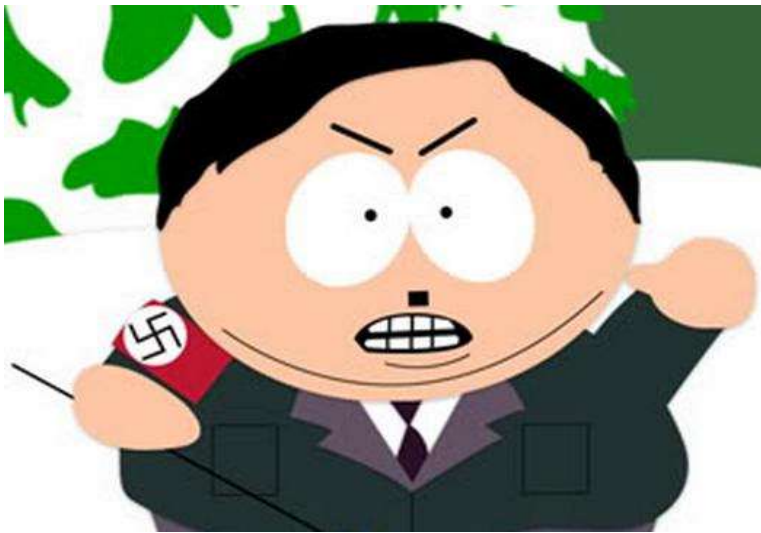
La sublimation permet
un domptage de la
pulsion, d'une autre façon
que le passage à l'acte.

Une sublimation réussie



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

Une sublimation ratée

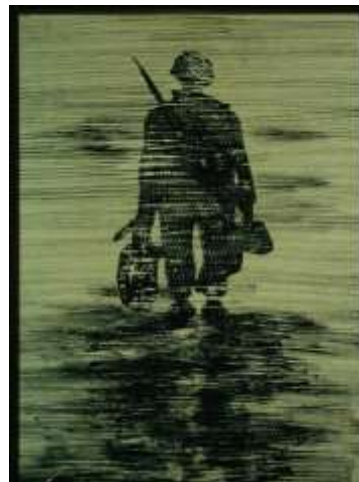


Artiste raté et vagabond

Un jeune homme impatient de se lancer dans l'art, qui échoue deux fois à l'examen d'entrée à l'École des Beaux-Arts. Clochard aigri, sans joie et sans relation féminine connue, il rumine sa haine de la bourgeoisie.



Faut-il des compétences artistiques pour sublimer?



Processus de symbolisation

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



Il parle du **médium**
malléable.

Processus de symbolisation

Sensations
mémoire du corps



Représentation en
choses/formes/images



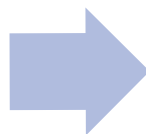
Représentation en
mots

**Symbolisation
primaire**

Formation inconsciente
des images internes

**Symbolisation
secondaire**

Formation consciente
des mots



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

Transformer la matière physique pour transformer la matière psychique.

Quand la communication est très limitée
La symbolisation primaire

La dissociation

Le délire

L'informe



Parfois la matière recueille mieux
que nos cerveaux rationnels.

*Comment aider la mise en mots,
aller vers la **symbolisation secondaire**?*



Les questions
de base

C'était facile? Difficile?

C'était agréable? Désagréable?

Ça fait quoi dans votre corps?

Parler de la
matière ou de
l'objet



Pour dédramatiser,
mettre à distance un
vécu douloureux.

Le collage-expression **La symbolisation primaire**

Les images des magazines
offrent des signifiants issus
des représentations sociales.

Elles peuvent aider à la
l'expression d'une pensée
en mal de représentation.



Comment aider la mise en mots et aller vers la **symbolisation secondaire**?

Mon état actuel

La source de mes angoisses

Mes projets

Quel titre
pourriez-vous
donner à ce
collage?

La honte et la peur
font de moi ce que je suis.

Je me sens coupable.

Ça m'aide à parler.

Vous essayez de
mettre par écrit ce qui
s'est passé pour vous
pendant ce collage?

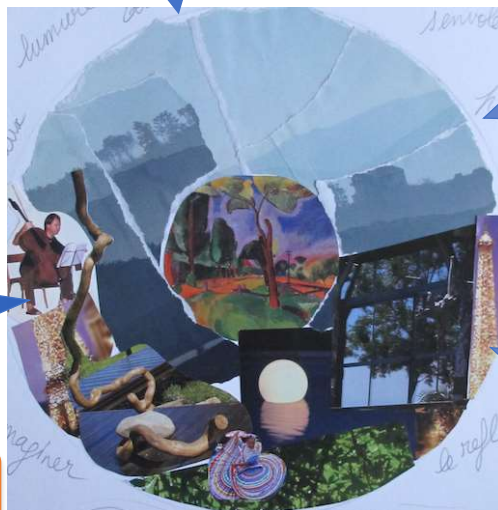
Ecrivez tous les
mots qui vous
passent par la
tête.

...

Quelle est la
problématique majeure
qui ressort de votre
collage?

Vous essayez d'en faire
une histoire?

Je n'ose pas montrer mon corps.
Je ne peux plus aller à la piscine.

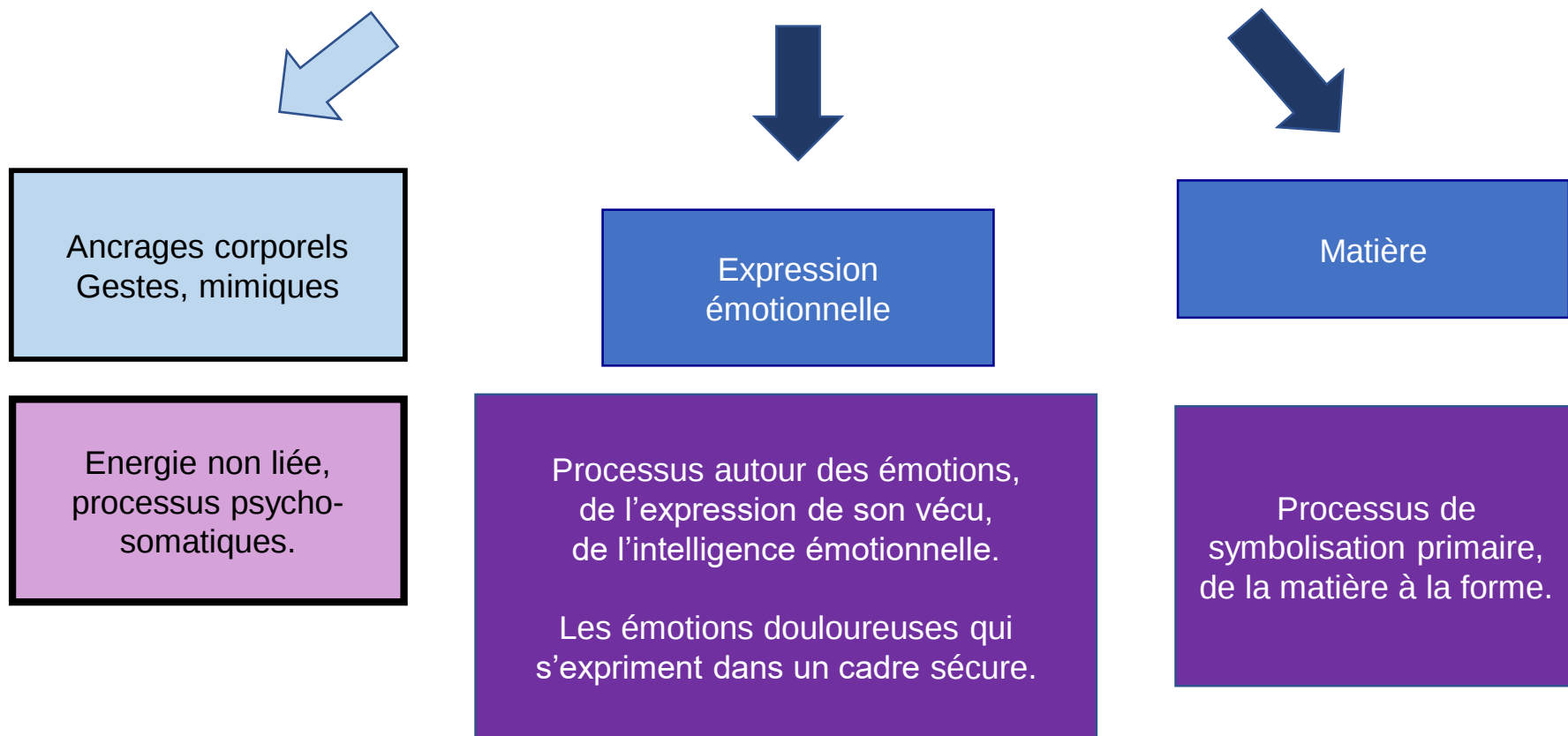


Chapitre 4

Une lecture par processus

3 continuums

Expression non verbale



De l'informe, du chaotique, du corporel à la représentation possible

Les médiations

Loisirs créatifs
Artisanat

Processus autour de
l'apprentissage, du faire,
du sentiment de valeur
Peut déboucher sur une
sublimation.

Collages
images et mots

Peinture, craies
grasses

Argile
Médium
malléable

Processus de projection, de création, de sublimation, de
symbolisation primaire, de la matière à la forme.
Le soi qui s'exprime dans le cadre de la relation thérapeutique,
dans la confidentialité.

Du plus technique

au

plus projectif

Expression verbale

Verbalisation libre
durant la séance

Processus de
communication,
Interactions sociales.

Groupe d'échanges
centré occupations
et compétences

Processus autour de
l'apprentissage, du cognitif,
des émotions, des habiletés
sociales, de la motivation et
de l'engagement, de la
dynamique de groupe.

Ecriture libre

Temps de
verbalisation après
un travail médiatisé

Processus d'introspection « concrète » centrée
sur l'objet miroir de soi et source de sens.

Processus de symbolisation secondaire.
Processus d'élaboration psychique.

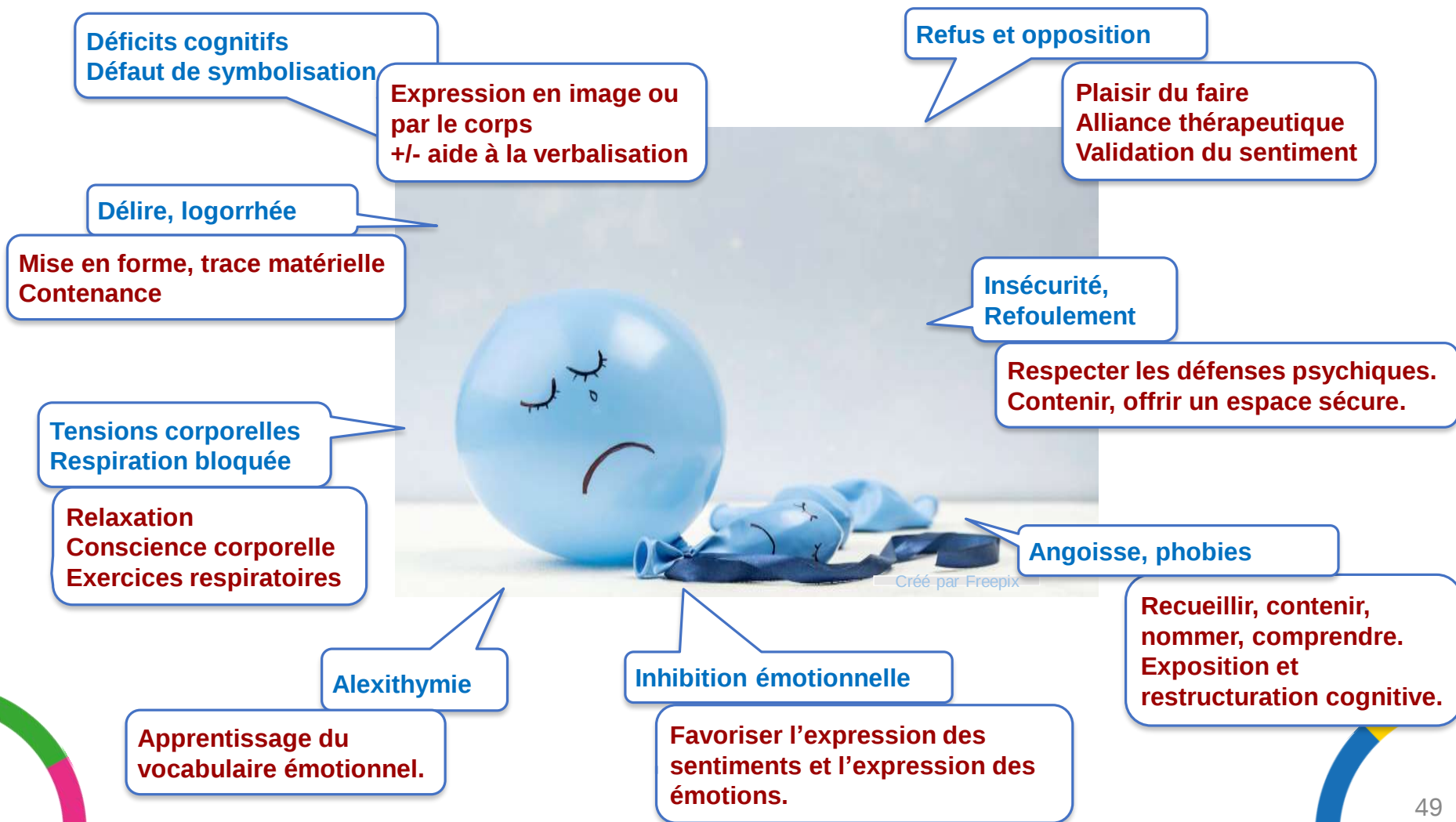
De l'échange social, cognitif, conscient à l'introspection

Chapitre 5

Quels outils pour quel contexte?

Choisir en fonction
des contextes ou des
besoins?

Des outils en fonction des besoins de la personne



Des « tendances » en fonction des contextes



Contexte de
psychothérapie



Contexte de
soins
somatiques

Médiations
expressives,
créatives,
projectives

Contexte de
réhabilitation
psycho-sociale



Contexte d'ETP



BIBLIOGRAPHIE

- Brun A., Chouvier B., Roussillon R. - *Manuel des médiations thérapeutiques* - Dunod – 2019.
- Damasio A. - *Le sentiment même de soi – Corps, émotions, conscience* - Odile Jacob - 2003.
- Klein F. et al. - *Etre ergothérapeute en psychiatrie* - ERES – 2014.
- Klein F. et al.- *Clinique et médiation* - L'Harmattan – 2016.
- Laplanche et Pontalis – *Vocabulaire de la psychanalyse* – PUF – 2007
- Luminet O. - *Psychologie des émotions* - De Boeck - 2013.
- Marc E. - Pour une approche intégrative du changement, in *Psychothérapie et éducation* - Dunod – 2015.
- Merklings J. - *Activités thérapeutiques à médiation* – Elsevier Masson – 2010.
- Mikolajczak M. et al. - *Les compétences émotionnelles* - Dunod – 2014.
- Rogers C. R. - *Le développement de la personne (1961)* – Interéditions – 2018.
- Roussillon R. - *Manuel de la pratique clinique en psychologie et psychopathologie* - Elsevier Masson, 2016.
- Winnicott D. W. - *Jeu et réalité. L'espace potentiel* - Gallimard – 1971.

ARTICLES DE PÉRIODIQUES

- Di Rocco V. « Partager la face cachée du soin », in *Santé Mentale* 2023, 276, p 54.

SITOGRAPHIE

- Site ergopsy.com

Calendrier des prochains webinaires

Sujets	Animateur(rice)	Dates
ESOPE enfant : un nouveau jeu informatisé pour donner la parole aux enfants (5 à 13 ans)	Pierre CASTELEIN	23 février 2023
Programme de prévention TaPasS : Une approche ergothérapique du bien-vieillir	Auteurs manuel TapAsS	13 mars 2023
Le permis de conduire pour la personne dyspraxique (avec TDC) : des enjeux pour l'ergothérapeute ?	Vincent MARON et Romain GENET	3 avril 2023
Écriture professionnelle et ergothérapie : comment gagner en efficacité ?	Gladys MIGNET, Aurélie GAUTHIER, Marine TOSSER	15 mai 2023
Comportements problématiques chez des adultes ayant subi un traumatisme crânien : survol des mécanismes et des approches d'intervention	Charlotte HENDRYCKX	30 mai 2023
QUEST, OSEQ : QUESAKO ?	Karine RIGUET et Sandrine MENNESSON	26 juin 2023
Vidéo thérapie et ergothérapie : comme une évidence	Isabelle MARCHALOT	18 septembre 2023
Parasport et ergothérapie	Orianne LOPEZ et Bryan BORONAT	16 octobre 2023
Médiations expressives, médiations projectives : quel choix pour quel contexte de soins ?	Muriel LAUNOIS et Béatrice GUÉREAU	16 novembre 2023
Évaluer la performance bimanuelle chez les enfants qui présentent une lésion cérébrale	Rachel BARD	14 décembre 2023

**LES
WEBINAIRES
DE
L'ANFE**