

FA23B

De l'art comme catharsis à l'épanouissement par la créativité : accompagnement par l'art-thérapie évolutive dans un cas de trouble bipolaire



M.-O. Brethes

École Plénitude, Le Loroux-Bottereau, France

Adresse e-mail : ecoleplenitude@gmail.com

L'exposé présente le suivi par l'art-thérapie évolutive d'une patiente atteinte de trouble bipolaire. Au début du suivi, la patiente était très affaiblie, en phase dépressive, en arrêt de travail prolongé. Son traitement associait du lithium, un neuroleptique, un antidépresseur et un anxiolytique. Ses productions artistiques (poèmes, nouvelles, journal, dessins) lui servaient de catharsis uniquement, ce qui renforçait son identification à la souffrance ressentie et à la pathologie. Une tentative de suicide a nécessité un sevrage momentané du traitement.

L'accompagnement par l'art-thérapie évolutive, en apprenant à l'artiste comment utiliser consciemment sa créativité pour agir sur son humeur, a permis à la patiente de se forger une vision du monde plus optimiste, qui donne du sens à son questionnement existentiel. Guidée par l'art-thérapeute, elle a intentionnellement réorienté ses créations pour refléter une joie sereine et davantage de confiance en la vie. Elle utilise maintenant en autonomie des outils créatifs concrets pour gérer ses émotions sans s'y identifier. Cette rééducation créative, riche en prises de conscience, incite l'artiste à choisir désormais avec soin les émotions qu'elle vitalise par son art ou au travers des œuvres, films et livres dont elle s'inspire.

Après deux ans de suivi art-thérapeutique, en association avec le suivi psychiatrique en place, la patiente a pu reprendre son activité professionnelle initiale à plein temps. Son humeur est stabilisée par une dose deux fois moindre de thymorégulateur et de neuroleptique, sans antidépresseur et sans anxiolytique. Cet allègement du traitement a permis à cette personne obèse de retrouver de l'énergie, de reprendre une activité physique normale et d'amorcer une perte de poids régulière. Grâce à cette nouvelle manière de vivre sa créativité, elle se sent véritablement épanouie et actrice de sa transformation.

L'exposé s'appuiera sur un diaporama présentant quelques supports artistiques de cette évolution, tel le tableau « L'envol ».

Mots clés Art-thérapie évolutive ; Trouble bipolaire ; Créativité

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

Pour en savoir plus

Assagioli R. Psychosynthèse - principes et techniques. Éditions Desclée De Brouwer; 1997.

Brethes A. Se réconcilier avec l'ego. Éditions Oriane, Collection Psychologie Évolutive; 2011.

Brethes M.-O. Le dessin guérisseur. Éditions Oriane; 1996.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.081>

FA23C

La musicothérapie à l'épreuve de la détention et des conduites addictives



L. Wakim*, B. Legeay, L. Rambaud

Institut de musicothérapie de Nantes, Saint-Sébastien-sur-Loire, France

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : larawakim@hotmail.com (L. Wakim)

Au sein d'un centre de soins d'accompagnement de prévention en addictions (CSAPA) en milieu carcéral, différentes propositions en musicothérapie s'inscrivent dans un dispositif de prise en charge médico-psycho-social confronté au contexte particulier du soin en prison.

Aux prises avec un environnement où des produits psychoactifs circulent, certains d'entre eux continuent à présenter des conduites de poly-consommations, dans une recherche de défonction, « d'anti-pensée », veines tentatives de protection face aux vécus traumatiques à l'œuvre. Dans une prise en charge qui met l'accent sur les groupes thérapeutiques, les médiations en musicothérapie en pour objectif de mobiliser par le biais du sonore. Les patients y expérimentent en musique un vécu dont il s'agit d'en faire ressortir le caractère singulier.

De par l'accès à l'imaginaire, à une forme de mise en situation de créativité, le sujet, dont les problématiques renvoient à l'estime de soi et au lien social à restaurer, renoue avec ses émotions. Ceci constitue un des enjeux de la musicothérapie : faire sens d'une expérience qui ne tient pas du rationnel mais des émotions.

Après un tour d'horizon de ces médiations, nous privilégierons l'une d'entre elles en mettant l'accent sur les questions soulevées en situation de « communication sonore et non verbale ».

Déclaration d'intérêts Les auteurs déclarent ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.082>

FA24

SFRP - Relaxations psychothérapeutiques et innovations



P. Nubukpo

Pôle d'addictologie, centre hospitalier Esquirol, Limoges, France

Adresse e-mail : philippe.nubukpo@9online.fr

Résumé Pratiqué depuis les années 1950, le *training* autogène de Schultz (TAS) est la technique de relaxation la plus utilisée dans le monde, mais pas en France, à côté des techniques dérivées de la méthode de Jacobson. Ces deux méthodes ont une filiation importante. . .

De nombreuses autres techniques de relaxation sont apparues et la pratique de la relaxation dans le cadre d'autres soins est en pleine expansion : kinésithérapie, thérapies comportementales et cognitives, thérapies brèves. . . Les relaxations sont de plus en plus particulièrement utilisées en urgence, en victimologie. . . Bref, l'idée semble acceptée aujourd'hui, d'une société « stressée » dont la relaxation est une réponse (non un soin). Il semble que les psychothérapeutes relaxateurs aient oublié de dire le potentiel contenu dans ces méthodes. Nous proposons de réfléchir au cours de ce forum à quelques aspects de la modernité de la relaxation psychothérapeutique par exemple comme outil motivationnel en addictologie, comme élément de désamorçage de la souffrance au travail ou comme outil de thérapie familiale. . .

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.083>

FA24A

Le concept de relaxation motivationnelle peut-il être légitime en addictologie ?



P. Nubukpo

Pôle d'addictologie, centre hospitalier Esquirol, Limoges, France

Adresse e-mail : philippe.nubukpo@9online.fr

En addictologie, l'approche motivationnelle se veut centrée sur le patient pour l'encourager à changer de comportement en l'aidant à explorer et à résoudre son ambivalence. L'ambivalence (avantages et inconvénients du *statu quo* ou du changement) est nommée et résolue par la personne, aidée par le thérapeute. En effet, Entre le produit et le patient se sont tissés des liens forts chargés d'émotion, comme un coup de foudre amoureux suivi d'une relation à problèmes. Le sujet a des avantages et des inconvénients à stopper

comme à continuer. Il s'agit d'aider le sujet à faire pencher la balance pour quitter le produit. . .

Pour Blaise Pascal, « on se persuade mieux, pour l'ordinaire, par les raisons qu'on a soi-même trouvées, que par celles qui sont venues dans l'esprit des autres ».

Ce type d'approche suppose de l'empathie et de l'écoute (« écoute réflexive ») de la part du soignant ; le thérapeute doit éviter les argumentations, éviter d'être frontal. . . et tenir compte des étapes du changement du sujet, « rouler avec les résistances », etc.

Nous postulons que la relaxation psychothérapique possède ces caractéristiques : elle n'impose rien au sujet que d'être à l'écoute de son corps, de ses sensations à partir de l'induction de calme, de pesanteur, de chaleur. . . , sensations phylogénétiques et ontogénétiques prise dans la relation à la mère. Elle propose au sujet de faire ce voyage régressif à la rencontre de sa psychée par la voie corporelle, à la prise de conscience de ses « trous » et à la réalisation de ses vrais besoins.

Mots clés Relaxation ; Addiction ; Psychothérapie ; Motivation

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.084>

FA24B

Cycle inférieur du *training* autogène de Schultz et santé au travail



S. Lamauve

Service de santé au travail (ACIST23, AMCOBTP), Guéret, France

Adresse e-mail : sophie.lamauve@orange.fr

« Travail sur le corps et corps au travail en groupe ». Les troubles de l'adaptation liés au stress altèrent la qualité de vie, entraînent arrêts de travail et instabilité professionnelle. Maintenir ou retrouver l'intérêt, voir le plaisir au travail, sont des garants de la motivation, de la solidité du lien social, du soutien de l'estime de soi au travers de sa propre identité professionnelle reconnue et valorisante. La relaxation, est une thérapie de choix dans le stress, elle améliore les tensions excessives et permet à la personne de comprendre le sens de ses somatisations. Elle peut être une nouvelle action en milieu de travail, action de prévention, contre les effets dévastateurs du stress, conduisant à l'absentéisme puis au *burn out*, à la désinsertion professionnelle, au suicide. . . « Le *training* autogène se propose de développer des facteurs de santé comme le rendement, la maîtrise de soi et le délassement » Schultz. Nous avons expérimenté, dans le service de santé au travail. Le cycle inférieur de Schultz, outil transmis en 10 ou 15 séances, nous vous en livrons les résultats, problématiques, et analyses.

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.085>

FA24C

Expériences de relaxations psychothérapiques en thérapie familiale



W. Orrù

Scuola Superiore di Psicoterapia Bionomica, FORMIST, Cagliari, Italie

Adresse e-mail : walter.formist@gmail.com

Le *training* autogène du couple ou de la famille est une technique dérivée du *training* autogène et adapté au couple parental, ou d'autres couples (mère et fils ou père et fils) dans d'autres contextes psychothérapiques pour améliorer la communication entre les membres de la famille et de promouvoir le début d'un processus d'individuation dans les membres de la famille. Il peut être montré dans le contexte de l'addictologie, de l'anorexie mentale et dans toutes les situations de communication faussée entre les

membres de la famille en général. Dans cette communication, nous précisons la technique et nous présenterons quelques exemples d'application.

Mots clés *Training* autogène ; Couple ; Famille

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.086>

Journée du CLO

CLO2

Quelles approches psychothérapiques dans les ESPT et les traumatismes psychiques ?



W. Martineau

CHU de Nantes, Nantes, France

Adresse e-mail : wilfrid.martineau@chu-nantes.fr

Les traumatismes psychiques et les états de stress post-traumatiques constituent une part sous-estimée des troubles psychiques car souvent mal identifiés ou s'insérant dans un trouble de la personnalité, ou une pathologie bien documentée antérieurement. Leur abord spécifique est alors négligé. S'il est sans doute inutile d'en faire, dans une perspective linéaire, une cause de tout symptôme rencontré, il convient de les considérer dans le champ du soin dans une perspective intégrant la complexité. En effet, c'est dans ce champ pourtant gravement pathogène, que se sont développées les vingt dernières années des approches psychothérapiques innovantes et souvent résolutive. A trop cibler le symptôme apparent comme repère de la pathologie, on s'est mis à ignorer les déclencheurs, les moments de rupture d'équilibre qui permettent de mieux comprendre l'expression symptomatique et de la traiter. Il s'agit donc d'ouvrir une autre porte d'entrée du soin, plus apte et plus prompt à dissoudre le symptôme, dans la mesure où elle s'attache à traiter son émergence plus que son expression ; et à intégrer l'évènement dans une histoire sans en subir la réactualisation par le symptôme ou une mémoire en alerte. Au cours de cette session trois types d'approches tout à fait complémentaires seront évoquées : hypnose orientée solutions, thérapie narrative, et hypnose et thérapie stratégique par mouvements alternatifs. Elles permettent de remettre le sujet dans une position d'acteur de son devenir et supposent une coopération avec le patient qui amène une co-construction du soin.

Mots clés Traumatisme psychique ; État de stress post-traumatique ; Hypnose ; Psychothérapie ; HTSMA ; Thérapie narrative

Déclaration d'intérêts L'auteur déclare ne pas avoir de conflits d'intérêts en relation avec cet article.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2014.09.087>

CLO3 - 3 Ateliers

CLO3A

Thérapie narrative : une conversation en échafaudage



J. Betbeze

SISMLA, Nantes, France

Adresse e-mail : julien.betbeze@sismila.fr

Au cours de cet atelier, nous allons montrer comment certaines questions posées par le thérapeute construisent un échafaudage