



La détresse psychologique, *une question d'images*

Atelier / conférence sur l'utilisation d'images projectives pour diminuer la détresse psychologique en milieu de travail

L'objectif de *l'atelier / conférence* consiste à utiliser le jeu **55 icônes** pour mieux identifier une source d'ambiguïté personnelle génératrice de détresse psychologique. Il s'agit de stimuler l'imaginaire des participants à travers des exercices de projection avec des images abstraites (des archétypes). Ces exercices projectifs facilitent le partage d'expériences personnelles. De plus, une interface de jeu permettra de créer un espace virtuel de rencontre entre l'imaginaire du groupe et celui des individus. L'interface servira d'ancrage visuel pour faciliter la mémorisation des interventions.

Jouer avec des images projectives permet de réduire à sa plus simple expression symbolique la complexité d'une source d'ambiguïté dont il est difficile d'en connaître l'origine comme d'en imaginer le développement.



Icône Internationale inc.
5965, avenue du Parc
Montréal (Québec) Canada
H2V 4H4 (514-278-3885)
michel@iconeinternationale.com
55icones.com

Madame, Monsieur,

Je me permets de vous parler d'un nouveau langage imagé utilisant des archétypes visuels afin d'augmenter la profondeur dans la communication, et ce, pour mieux discuter en groupe de la détresse psychologique qui augmente de plus en plus dans tous les secteurs d'activités. Ma recherche sur les images projectives s'est traduite par un jeu sérieux ou « serious game » dont les différentes utilisations peuvent aller de l'intégration de nouveaux employés, notamment pour diminuer les barrières culturelles et ethniques, à la consolidation d'équipes, en passant par le remue-méninges pour l'innovation ou encore les discussions un peu plus « difficiles » sur la santé mentale et la détresse psychologique.

L'objectif est d'utiliser des images abstraites pour nous aider à nous structurer autant psychiquement que psychologiquement. Chaque image du jeu peut devenir, au final, un cadre mnémotechnique pour créer des ancrages visuels et ainsi mémoriser la complexité d'une situation ou d'un sujet traité. Jouer à **55 ICÔNES**, plus simplement, c'est stimuler son imaginaire grâce à un système d'images primitives universelles (les archétypes).

Ce jeu est déjà utilisé dans différents milieux et par les coachs en entreprise. Je souhaite également dans un avenir proche développer son utilisation dans le milieu carcéral. La question de la dépendance aux jeux est également abordée grâce aux images projectives. Utilisé seul ou en groupe le jeu peut aider à mettre en images la complexité d'un parcours de vie.

Chaque image peut préciser un état d'être lié à une vision de la réalité appartenant autant au passé, au présent qu'au futur. L'ensemble des 55 images proposées crée une interface devenant automatiquement un espace virtuel de rencontres capable de donner une représentation imagée de l'état de la structure psychique de l'utilisateur.

Prenez le temps de visiter le site Internet de l'entreprise (www.55icones.com) et de visionner les vidéos de nos ateliers sur *La connaissance de soi par l'image*. Mon objectif est de faciliter les échanges sur un sujet aussi complexe que la détresse psychologique en milieu de travail en vous proposant la conférence / atelier :

La détresse psychologique, une question d'images

Michel Delage



Le jeu 55 icônes :

La connaissance de soi par l'image



La conception du jeu de table :

Le jeu **55 icônes** est un jeu sérieux pour apprendre à mieux se connaître dans son milieu de travail. Grâce à 55 images projectives correspondant à 55 facettes de la nature humaine, l'utilisateur pourra mettre en images ses comportements psychologiques mais aussi la complexité de son imaginaire tout en développant ses capacités de mémorisation. L'idée principale est d'utiliser 55 archétypes visuels pour réfléchir, en groupe, sur la connaissance de soi. Les 55 images placées l'une à côté de l'autre dans un diagramme circulaire (une interface de jeu) deviennent des cadres mnémotechniques. Ceux-ci aident l'utilisateur à réfléchir sur l'organisation de son monde intérieur. Chacune des images peut regrouper beaucoup d'informations au moyen de seulement deux couleurs et une forme abstraite. Le premier objectif est de répondre à la question ***Que voyez-vous dans l'image que vous avez choisie ?*** et de partager ses réflexions personnelles sur sa façon d'imaginer la réalité avec ses collègues et amis.

Les clientèles ciblées :

Les entreprises de toutes tailles, les familles de soldats, les centres hospitaliers et les CLSC, le milieu carcéral, les organismes d'entraide, les associations qui s'occupent de santé mentale et de dépendances de toutes sortes.

Les utilisateurs finaux :

Les psycho-éducateurs, les psychologues, les arts-thérapeutes, les thérapeutes, les conseillers en ressources humaines, les orienteurs, les «*coachs*» d'affaires et «*coachs*» de vie, les spécialistes en résolution de problèmes, les aidants naturels et les orienteurs.



La détresse psychologique, une question d'images

Déroulement de l'atelier / conférence :

- <i>Introduction au jeu (mise en situation)</i>	15 minutes
- <i>Choix des images par les participants</i>	10 minutes
- <i>Introspections et réflexions sur le thème</i>	35 minutes
- <i>Conclusions et bénéfices de la rencontre</i>	15 minutes
- <i>Période de questions</i>	<u>10 minutes</u>
TOTAL	90 minutes

Renseignements : *Michel Delage* info@55icones.com (514) 278-3885
www.55icones.com