

Le rôle du jeu et de la créativité dans la psychothérapie

Daniel J. Siegel, M.D.



Le rôle du jeu et de la créativité dans la psychothérapie

Daniel J. Siegel, M.D.



Ce manuel a été imprimé sur du papier recyclé post-consommation à 10 %

ZNM048740
10/15

Droit d'auteur © 2015

PESI, INC.
PO Box 1000
3839 White Ave.
Eau Claire, Wisconsin 54702

Imprimé aux États-Unis

PESI, Inc. s'efforce d'obtenir des auteurs et des professeurs compétents pour ses publications et ses séminaires. Les recommandations cliniques contenues dans le présent document sont le résultat d'une recherche et d'un examen approfondis de l'auteur. De toute évidence, toute recommandation concernant les soins aux clients doit être retardée en fonction des circonstances individuelles. Au meilleur de notre connaissance, toutes les recommandations incluses par l'auteur reflètent la pratique actuellement acceptée. Toutefois, ces recommandations ne peuvent être considérées comme universelles et complètes. Les auteurs et l'éditeur rejettent toute responsabilité pour les effets défavorables qui résultent d'informations, de recommandations, d'omissions ou d'erreurs non détectées. Les professionnels qui utilisent cette publication devraient également rechercher d'autres sources d'autorité originales.

PESI, Inc. offre des programmes et des produits de formation continue sous les noms de marque PESI HealthCare, CMI Education Institute, Premier Education Solutions, PESI, MEDS-PDN, HeathEd et Ed4Nurses. Pour toute question ou pour passer une commande, s'il vous plaît visitez : www.pesi.com ou appelez notre service à la clientèle au : (800) 844-8260.



13pp

10/15



DOCUMENTS FOURNIS PAR

Daniel J. Siegel, M.D. est diplômé de la Harvard Medical School et a terminé ses études médicales de troisième cycle à l'UCLA avec une formation en pédiatrie et en psychiatrie de l'enfant, de l'adolescent et de l'adulte. Il est actuellement professeur clinique de psychiatrie à la UCLA School of Medicine, codirecteur fondateur du Mindful Awareness Research Center de l'UCLA, co-chercheur fondateur au UCLA Center for Culture, Brain and Development, et directeur exécutif du Mindsight Institute, un centre éducatif consacré à la promotion de la perspicacité, de la compassion et de l'empathie chez les individus, les familles, les institutions et les communautés.

La pratique de psychothérapie du Dr Siegel s'étend sur 30 ans, et il a publié de nombreux articles pour le public professionnel. Il est l'éditeur fondateur de la série Norton Professional sur la neurobiologie interpersonnelle qui comprend plus de trois douzaines de manuels. Les livres du Dr Siegel comprennent *Mindsight*, *Pocket Guide to Interpersonal Neurobiology*, *The Developing Mind*, Second Edition, *The Mindful Therapist*, *The Mindful Brain*, *Parenting from the Inside Out* (avec Mary Hartzell, M.Ed.), et les trois best-sellers du New York Times : *Brainstorm*, *The Whole-Brain Child* (avec Tina Payne Bryson, Ph.D.), *No-Drama Discipline* (avec Tina Payne Bryson, Ph.D.), et son dernier *The Whole Brain Child Workbook* (avec Tina Payne Bryson, Ph.D.).

La capacité du Dr Siegel à rendre les concepts complexes passionnants et faciles à comprendre l'a amené à être invité à s'adresser à des organisations locales, nationales et internationales où il s'adresse à des groupes d'éducateurs, de parents, d'administrateurs publics, de fournisseurs de soins de santé, de décideurs, de membres du clergé et de neuroscientifiques. Il a été invité à donner des conférences pour le roi de Thaïlande, le pape Jean-Paul II, Sa Sainteté le Dalai Lama, l'Université Google et TEDx. Il vit dans le sud de la Californie avec sa famille.

Divulgations des conférenciers : Finances: Le Dr Daniel J. Siegel est professeur de clinique à l'École de médecine de l'UCLA. Il est le directeur général du Mindsight Institute. Il est l'auteur de W.W. Norton publishing et reçoit des redevances. Il est un auteur pour l'édition bantam et reçoit des redevances. Il est un auteur pour Guilford Press et reçoit des redevances. Il est auteur pour Tarcher/Penguin et reçoit des redevances. Il est l'auteur de Random House et reçoit des redevances. Il reçoit des honoraires de PESI, Inc.

Non financier : Le Dr Daniel J Siegel n'a aucune relation non financière pertinente à divulguer.

Jouer : Relations, cerveau et esprit
Daniel J. Siegel, M.D.
Institut Mindsight

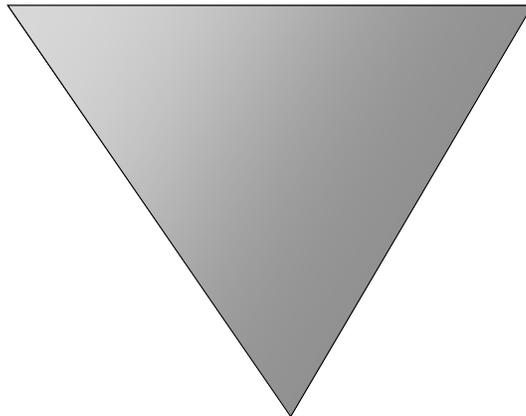


Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

ATRIANGLE DE L'EXPÉRIENCE HUMAINE

L'ESPRIT

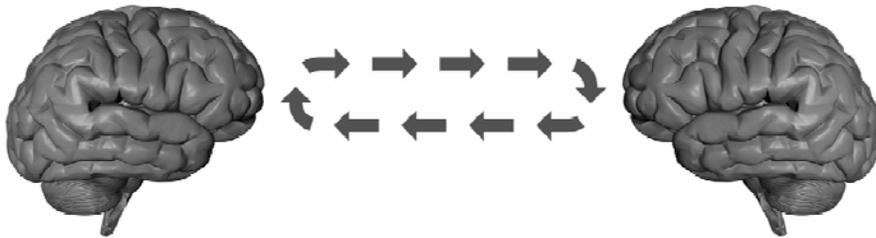
INCARNÉ
CERVEAU



RELATIONS

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Mindight et intégration neuronale



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Mindight

1. Aperçu
2. Empathie
3. Intégration

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

La présence, le jeu et le cerveau social

- Qu'est-ce que cela signifie d'être « présent » ?
- Pourquoi la présence est-elle l'un des aspects les plus importants de nos relations interpersonnelles ?
- Comment la présence augmente-t-elle la télomérase, améliore-t-elle la régulation épigénétique et améliore-t-elle la fonction immunitaire ?
- Quel est le lien entre le jeu et la PARTIE : présence, accord, résonance et confiance ?

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Attachment I : Relationships in Research (ISS : Infant Strange Situation) Studies

- | <u>Type de relation</u> | <u>Comportement parental</u> |
|-------------------------|---|
| • B - sécurisé | • Réactif, cohérent |
| • A - Éviteant..... | • Rejet, distant |
| • C - ambivalent | • Incohérent/Intrusif Incohérent/Intrusif |
| • D - Désorganisé..... | • Effrayant, déroutant, craintif |

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Une définition de travail d'un aspect fondamental de l'esprit

Un processus émergent auto-organisé incarné et relationnel qui régule le flux d'énergie et d'information

(Une propriété émergente découle des interactions d'éléments d'un système, c'est-à-dire du flux d'énergie au sein de l'activité neuronale incarnée et de la communication relationnelle)

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Principes principaux de Mindsight

- Esprit considéré comme une propriété émergente auto-organisée ou un processus qui *RÉGULE l'énergie et le flux d'informations*
- L'esprit est à la fois **INCARNÉ** et **RELATIONNEL**
- La réglementation implique une surveillance et **MODIFICATION**
- L'harmonie émerge de **l'intégration- le lien entre les éléments différenciés d'un système**
- **Le chaos et/ou la rigidité** résultent d'une intégration altérée

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

L'intégration : un cadre
simple mais puissant

L'intégration est : Le

COUPLAGE
de
DIFFERENTIATED

Pièces

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Le fleuve de l'intégration

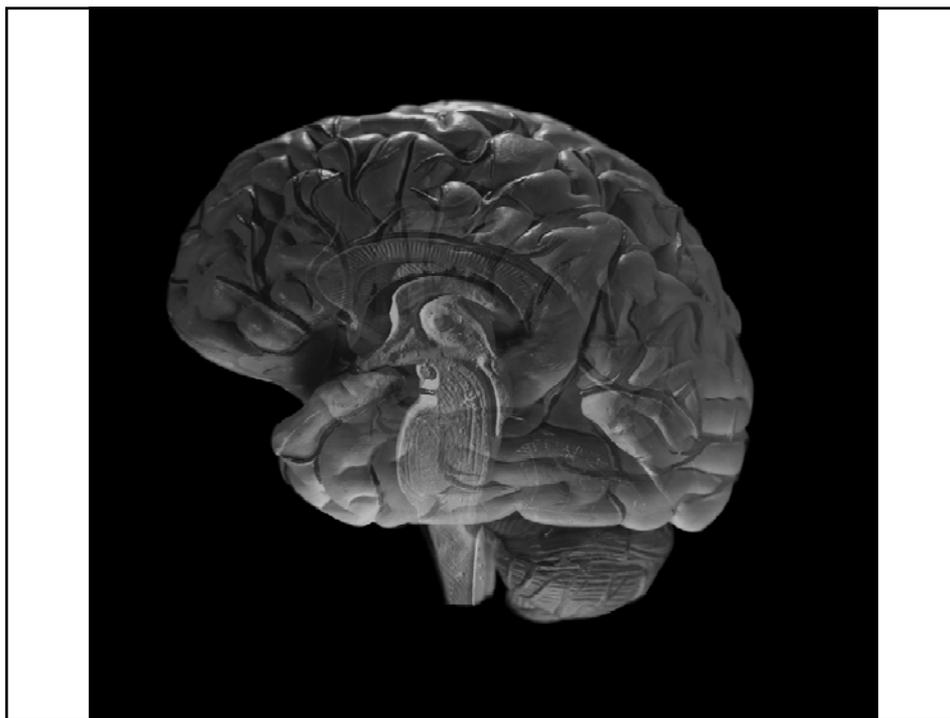


Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Domaines d'intégration

1. Conscience
 2. Verticale
 3. Mémoire
 4. Bilatérale
 5. Narrative
- . S tate
 - Interpersonnel
 - Temporel
9. Transpirationnel/Identité

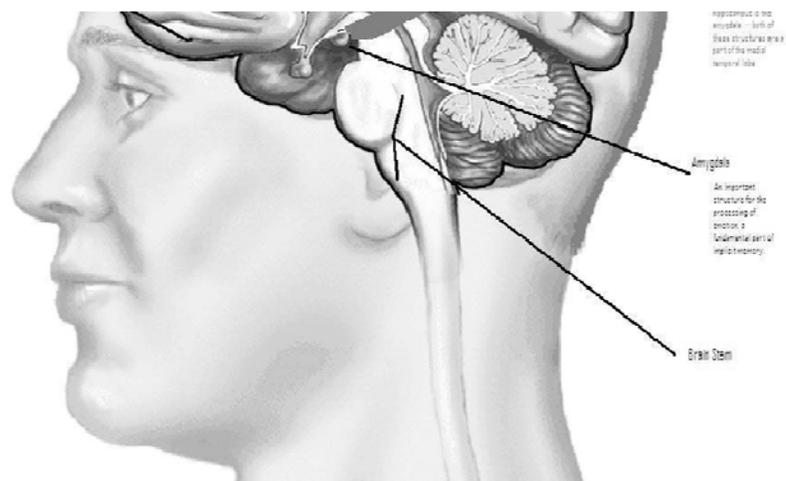
Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



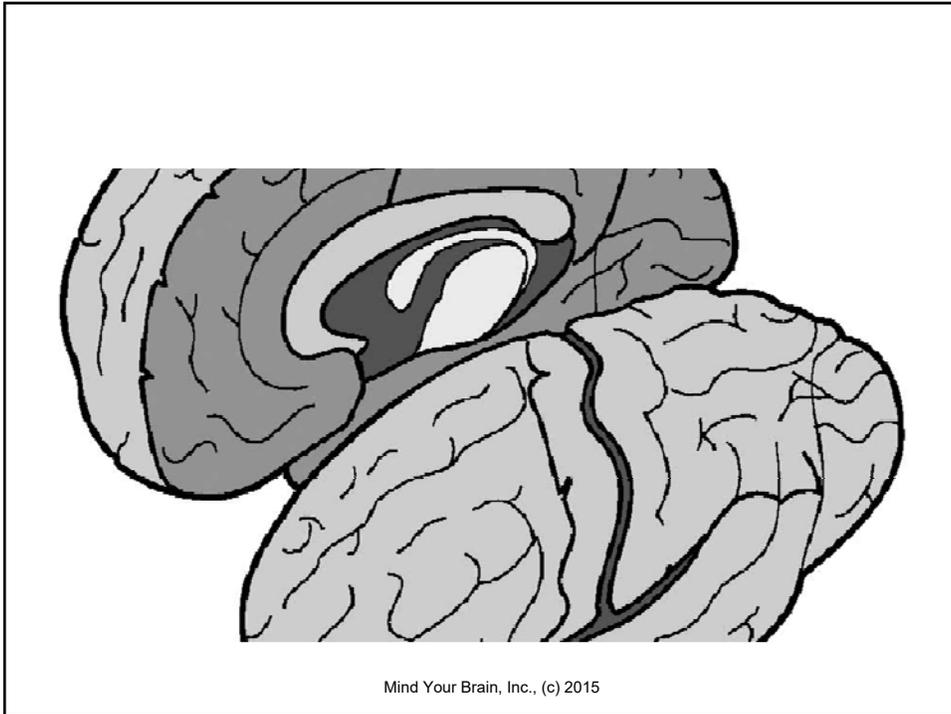
Fonctions intégratives du cortex préfrontal

1. Réglementation corporelle
2. Communication à l'écoute
3. Équilibre émotionnel
4. Modulation de la peur
5. Réponse flexible
6. Aperçu
7. Empathie
8. Moralité
9. Intuition

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



Façons de changer un cerveau

- Mécanismes de changement :
 - Synaptogenèse
 - Neurogenèse
 - Myélogénèse
 - Épigenèse

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Principes de neuroplasticité

- 1. Relations
- 2. Sleep
- 3. La nutrition
- 4. Exercice aérobique
- 5. Nouveauté
- 6. Fermer l'attention

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

Stratégies d'intervention

- La relation psychothérapeutique « SNAGs »
the brain toward integration :

Stimicules

Neuronal

Activation &

Growth

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

A proposition

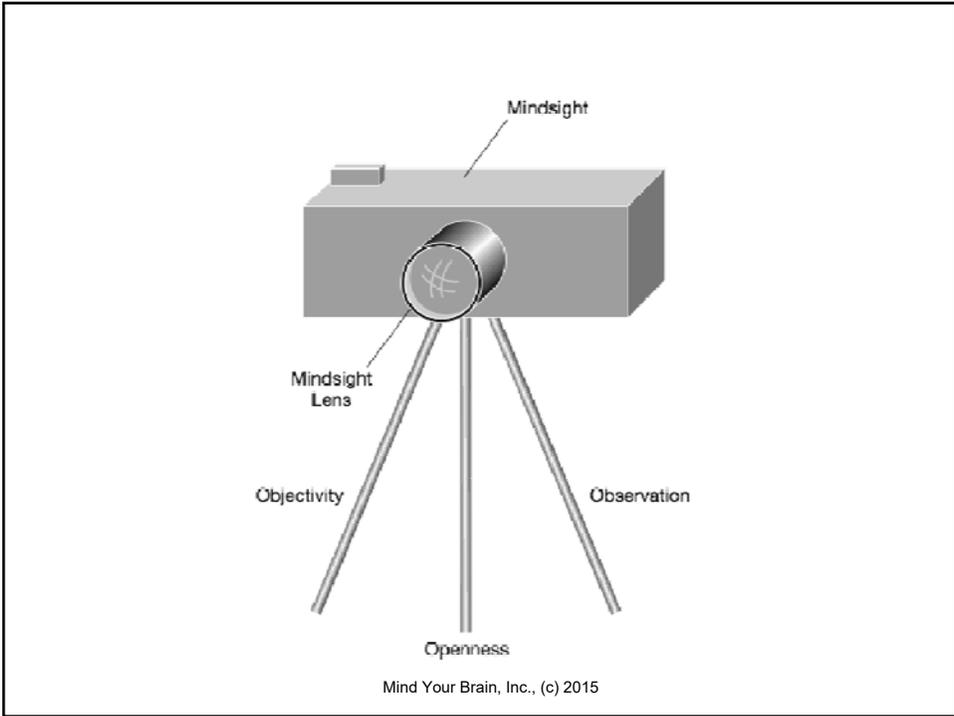
L'harmonisation interpersonnelle ET
l'harmonisation intra-personnelle exploitent des
mécanismes neuronaux similaires qui favorisent
l'intégration neuronale et la cohérence mentale

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

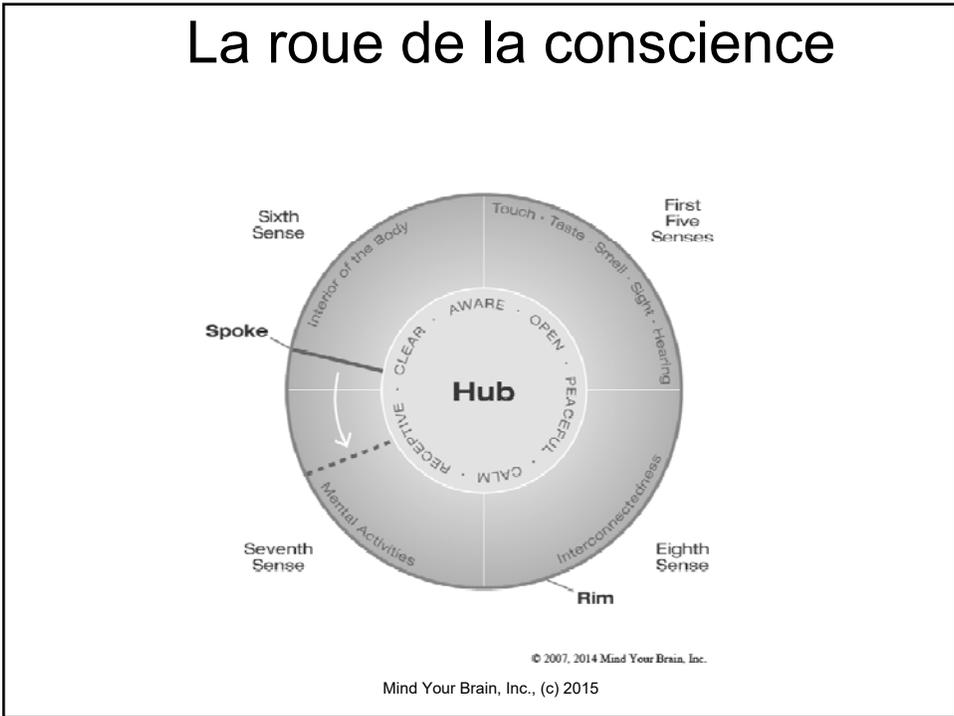
JOUER avec LA RÉGLEMENTATION

- Surveillance
- Modification

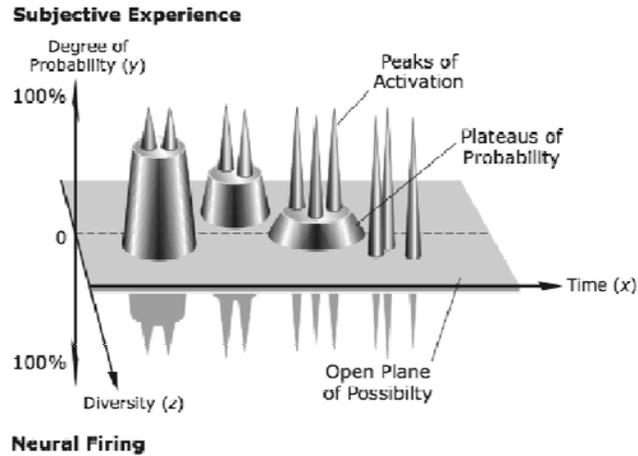
Mind Your Brain, Inc., (c) 2015



La roue de la conscience



Le plan des possibilités



Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

« *SOI* » :
Nom singulier ou
verbe pluriel ?

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

« MWe »

Mind Your Brain, Inc., (c) 2015

