

	<h2 style="color: #00AEEF;">LE PORTRAIT CHINOIS SEXUEL</h2>
<b style="color: #00AEEF;">Rubrique	Protocole
<b style="color: #00AEEF;">Mots clef	#sexualité ; #moi idéal ; #persona
<b style="color: #00AEEF;">Source	Alain Héril

Exercice pouvant se proposer en début de thérapie ou quand on est perdu (comme le scénario sexuel par exemple). Il faut néanmoins que le consultant soit prêt à l'accepter et à s'ouvrir, à travailler sur lui-même.

Le portrait chinois permet de mettre en lumière le langage inconscient.

Le travail thérapeutique c'est d'accompagner les consultants dans la jonction vers un nouveau fonctionnement, en sachant qu'il y aura un deuil à travailler de l'ancien fonctionnement.

NB : C'est un reflet à un moment donné de la sexualité du patient. Elle peut évoluer.

Tout d'abord, se connecter à sa sexualité, être ensuite spontané et réfléchi en même temps.

1. Questionnaire

- Si ma (votre) sexualité était un animal, je serais, (vous seriez)
- Si ma (votre) sexualité était une plante ou fleur ou arbre, je serais, (vous seriez)
- Si ma (votre) sexualité était un personnage célèbre ayant existé ou existant encore, je serais, (vous seriez)
- Si ma (votre) sexualité était un personnage célèbre n'existant pas, je serais, (vous seriez)
- Si ma (votre) sexualité était une chanson ou un genre musical, je serais, (vous seriez)
- Si ma (votre) sexualité était un fléau, je serais, (vous seriez)

2. Faire commenter les réponses par le client

3. Ces items sont en lien avec nos émotions, en lien avec la sexualité : voir le dictionnaire des symboles

- L'**animal** est en lien avec **la pulsion**, la libido, la puissance.
- La **plante, fleur, arbre** est en lien avec **la persona**, l'image que l'on donne de soi, notre représentation, le soi social. Représentation de ma sexualité
- Le **personnage célèbre** existant ou ayant existé est en lien avec **le moi idéal** ; ce que les autres notamment les parents attendent de moi.
- Le **personnage célèbre** n'existant pas est en lien avec **l'idéal du moi** ; ce que l'on veut être réellement pour soi.
- La **chanson**, genre musical est en lien avec la **sensualité/sensorialité**. 5 sens et le corps.

	<h2>LE PORTRAIT CHINOIS SEXUEL</h2>
Rubrique	Protocole
Mots clef	#sexualité ; #moi idéal ; #persona
Source	Alain Héril

- Le **fléau** est en lien avec la **part d'ombre** qui est en nous. Ce que l'on veut cacher. La part de nous-même que l'on ne veut pas voir, souvent dimension sadique que l'on ne veut pas voir. Jouer avec de manière créative. Comment cette énergie d'ombre on peut la laisser sortir/la sublimer pour aller vers la lumière.

Il existe un lien entre l'idéal du moi et le moi idéal ; C'est important de voir comment réagit le corps, s'il s'échauffe ou s'il est en contradiction.

Variante : on peut proposer d'écrire un dialogue entre la personne qui a existé et celle qui n'a jamais existé, pour dynamiser l'exercice.

4. L'utilisation du portrait chinois en couple : pour une absence de désir

Cela veut dire que la pulsion est atone et que le fléau a une grande puissance.

Exercice : On leur demande de jouer leurs animaux et de se parler. On peut faire une sculpturation. Chaque individu travaille sur une question, ensuite on le met/partage en commun. Ou bien chacun représente son animal. Comment les deux pulsions se parlent-elles, se mobilisent ? Cela donne des pistes pour savoir ce que chacun doit faire pour aller vers l'autre. Soit, ils décodent, soit non, mais on fait confiance à l'inconscient ?

Exercice : Si tu étais un animal, tu serais XXX parce que ... ; et si j'étais un animal, je serais ... parce que ... ; si nous étions un animal ensemble, ce serait ...

On peut recentrer la question de l'animal au niveau du couple, exemple :

- « Si vous étiez un animal dans votre couple quel serait-il ? »
- « Quel animal serait votre conjoint ? »
- Comment l'autre le perçoit dans un contexte de crise ?

NB : attention, le couple doit y être prêt.