

Entre la déferlante du primitif et le langage parlé : le corps du thérapeute

Catherine Potel

La psychomotricienne que je suis, reçoit toute la journée des enfants ou des adolescents qui ont bien du mal à se passer de leur motricité impulsive et de leurs agirs pour exprimer ce qui les contrarie, ce qui les entrave, ce qui les inhibe, les énerve, les excite, les angoisse, les effracte, etc...L'expression ne peut prendre qu'une seule forme, celle d'une expulsion.

En fin de journée, je sais que j'ai été souvent utilisée comme caisse de résonance de ces geysers et séismes volcaniques qui les débordent. Toutes ces formes d'extinction du vivre et de la pensée, auquel nous exposent ces patients explosés ont de quoi entamer la plus grande bonne volonté du thérapeute.

Je vais tenter de définir au plus près ce qui fait l'originalité d'un travail psychothérapeutique corporel.

Je m'appuierai sur ce qui est communément admis à l'heure actuelle (et qui ne l'a pas toujours été, rappelons-le) : L'articulation pour la construction du sujet de deux processus de symbolisation. Et je m'intéresserai essentiellement au premier, à savoir la transformation des excitations qui se vivent dans le corps en matériau symbolique, c'est à dire ces intégrations sensorielles si fondamentales pour la construction d'un corps sujet, d'une maison psychique.

Pour cela, je proposerai de considérer comme étant au premier plan du lien thérapeutique, le corps du thérapeute dans sa fonction résonatrice ainsi que comme lieu d'un travail de contre transfert.¹

Dans un premier temps, deux vignettes cliniques : un enfant de trois ans et une adolescente de 13 ans.

Dans les deux cas, le primitif est à l'œuvre.

Dans un second temps, j'approfondirai ce que j'entends par cette fonction résonatrice du corps du thérapeute en mettant l'accent sur les moyens mis en œuvre par le psychomotricien pour faire son travail.

Enfin, je décrirai quelques séances pour illustrer ce qui se vit dans la clinique du quotidien.

¹ Ce texte a été écrit en 2013 pour la journée « *Corps et Psyché* » qui s'est tenue à Rennes le 16 mai 2014. Depuis, j'ai développé largement mon propos dans un ouvrage publié en 2015 : « *Du contre transfert corporel. Une clinique psychothérapeutique du corps* » chez érès, coll. L'ailleurs du corps.

Siwan ou l'électron libre

Siwan, du haut de ses trois ans, déboule tel un ouragan. Sans faire attention, il butte dans la porte, se prend les pieds dans le tapis, se rattrape au vol, saisit un ballon, le lâche, en prend un deuxième, regarde la maison rouge sur l'étagère, la veut, lâche le ballon pour saisir un cerceau bleu, se tourne, saisit l'anneau vert, le lâche, repère la boîte jaune, jette son contenu par terre...

Jeté dans le temps et dans l'espace, Siwan se débat dans un espace désorienté, dans un corps sans axe, sans structure, sans rythme. Son regard papillonne, s'accroche sans se poser. Siwan, dans la vie ne cesse de tomber et de se faire mal. Son corps est marqué à chaque séance : Griffé, cogné, blessé, même en séance, il m'est difficile de le protéger en permanence.

Quelques mots sur la toute petite enfance de Siwan : sa maman, en graves difficultés psychiques, a dès les premiers jours était en impossibilité de s'occuper de ce bébé. Siwan a été placé en pouponnière, et voit régulièrement sa mère (des visites médiatisées), visites dont il revient généralement très perturbé. Bébé, il a toujours inquiété par sa fragilité somatopsychique.

Depuis ses deux ans, il est en famille d'accueil.

Malgré la stabilité de cette nouvelle situation et la pertinence des soins qu'il trouve dans cette famille, rien ne vient pas à bout de son agitation incessante.

Il m'est adressé, à raison d'une séance par semaine, pour une thérapie. Je le vois à mon cabinet.

La rage de Zoé

La porte s'ouvre brutalement. Zoé, 13 ans, entre avec fracas dans la salle de psychomotricité. Les autres adolescentes du groupe sont « scotchées » !

« Qu'est-ce qu'elle fait là ? » Murmurent-elles.

En ce début de séance, elles m'ont annoncé que Zoé ne viendrait pas. Message texto à l'appui :

« Mme Potel est trop chiante ! » Message reçu !

Zoé est la star du groupe. Zoé surprend, Zoé n'en fait qu'à sa tête. Zoé est insupportable.

Quelques mots de l'enfance de Zoé, qui s'est vécue entre un père mort d'overdose et une mère alcoolique, immature, qui la laisse souvent livrée à elle-même. Zoé est actuellement en 5^{ème} mais son absentéisme laisse craindre à un renvoi du collège, malgré des résultats à peu près satisfaisants. Une « injonction » de traitement psychothérapeutique est faite et c'est ainsi qu'elle arrive au CMPP. Zoé ne veut pas parler. Elle ne veut pas voir de « psy ». Par contre, elle accepte un travail en groupe « à médiation corporelle ».

Chez Siwan, le défaut de portance initial est flagrant d'actualité chez cet enfant en plein développement psychomoteur et psychoaffectif. Chez Zoé, l'entrée dans l'adolescence se fait de façon fracassante. Entre adolescence et petite enfance, ne faisons pas d'amalgame. Rappelons cependant que l'adolescence est la période la plus paradoxale de la vie, une période où le retour au primitif est souvent le recours premier pour lutter contre les angoisses liées à l'irruption d'une sexualité génitale.

Zoé et Siwan traduisent tous deux par leurs comportements, outre un besoin inassouvi de l'autre, une incapacité à transformer des perceptions ou des éprouvés en autre chose que de l'agitation ou de la destructivité.

Ces expressions privées d'imaginaire, ces « lancés jetés » dans un espace décousu et déshabité, sont une lutte désespérée contre des éprouvés de désorganisation et d'angoisses les plus primitives et les plus mortifères, qui ne sont pas sans rappeler celles que vit le nourrisson privé d'un environnement suffisamment bon de holding, de handling, de contenance.

Mais nos patients ne sont pas tous des nourrissons. Et je mettrai en garde contre la facilité répandue d'une réponse tout en « holding maternant », souvent confondue avec une contenance molle et bienveillante, ainsi que la facilité avec laquelle sont parfois proposés actuellement des espaces de médiation, comme si le contenu de la médiation représentait à lui seule la solution thérapeutique.

Or pour être dans un contenu, il faut déjà avoir construit la permanence d'un dedans limité par des contours et un dehors repéré comme tel. Ces notions, très habituellement considérées dans le champ de la psychose et de l'autisme, sont moins travaillées dans la clinique des failles de la construction, les constructions inachevées ou à trous.

Nous savons que « troubles du comportement » ou « hyperactivité » sont les nouveaux paradigmes des diagnostics contemporains. Si nous ne nous laissons pas enfermés par ces dénominations et leur pente médicalisante (par exemple, prescription de ritaline), qu'observons-nous chez Siwan et chez Zoé, comme chez bien d'autres de ces enfants ou adolescents ?

1- Une régulation tonique en dent de scie, oscillant entre hypo et hyper tonicité. Chez Siwan comme chez Zoé, cette dysrégulation tonique s'exprime dans une violence faite à un corps constamment blessé, dans une motricité impulsive et dans une incapacité à se

protéger eux-mêmes.

Zoé se jette sur le matelas de la salle de psychomotricité et se fait mal car n'a pas anticipé la lourdeur de son corps. Elle se blesse régulièrement sur des talons trop haut perchés, se cogne aux autres « pour rigoler », arrive répétitivement avec des bandages.

Siwan, lui, se jette dans l'espace, ne sent pas le poids de son corps, véritable catapulte projetée et arrêtée par la chute, quand une main bienveillante n'a pu le rattraper à temps.

2 - La régulation tonique fait généralement les délices d'un corps qui fonctionne bien. Quand elle est immature ou quand la tonicité est utilisée comme auto contention protectrice (les cuirasses toniques qu'on va retrouver notamment chez les nourrissons en souffrance), cela va de pair avec un corps en constante recherche d'enveloppement et de contenance, mais une recherche régulièrement vouée à l'échec ou à l'impasse.

Siwan vient de tomber. C'est le drame. Je n'ai pas pu anticiper et le rattraper. En larmes, il se jette dans mes bras.

Zoé s'étale de tout son long sur le tapis et réclame à tue-tête qu'on la masse, qu'on s'occupe d'elle. Zoé ne bouge plus. Zoé qui ne voulait pas venir ce jour-là, ne veut plus partir. Malheureusement, c'est l'heure de la fin de la séance.

3 - Un corps sans axe et sans centre de gravité qui se vit dans un temps et dans un espace désorientés. La relation à l'autre se teinte d'urgence et d'impatience.

Le lien à l'autre existe, il y a bien une adresse, une demande, mais c'est une relation impossible, marquée par la discontinuité rythmique.

En séance, le rythme de Siwan est un flux vertigineux. Aucune pose, aucun souffle, aucune respiration.

Zoé ne peut demander autrement de l'attention que dans le bruit et la fureur. Je sens sa tension dans ma propre tension, dans les battements de mon cœur en débandade. Tout se vit en accéléré.

4 - Le défaut d'intégration des repères structurants (temps, espace, scansion, corps fermé et rythmé à l'intérieur) rendent précaire l'accès au code et à la pensée.

Chez Siwan, les perceptions visuelles déclenchent une excitation, qui ne peut devenir une curiosité sensorielle et le déploiement d'un jeu investi. L'objet est capté par le regard, saisi

par les mains, aussitôt délaissé et oublié. L'avidité d'avoir ne se transforme pas en plaisir de chercher et de savoir

Chez Zoé, la peur d'être abandonnée, oubliée, ne peut encore se dire par des mots et se transformer en sentiment, des sentiments dont on pourrait parler. D'ailleurs, Zoé déteste les premiers temps du groupe où il faut parler « pour ne rien dire » dit-elle ! Elle veut s'amuser. Or, son avidité et son besoin de maîtrise font barrage à toute possibilité d'échanger et de jouer ensemble.

5 – Enfin, le peu d'impact des mots, du langage verbal. Ce qui fait avant tout effet, ce sont mes résonnances émotionnelles et corporelles.

Le processus de symbolisation primaire

Quand les enfants et adolescents s'agitent, se dispersent et se perdent, c'est à la première opération de transformation symbolique que le thérapeute est confronté : Transformer les excitations folles en perception de l'espace, les débordements en continuité rythmique, les passages à l'acte en motricité de découverte et d'exploration, en expérience perceptivo motrice non aliénante, en tonicité de relation,

Quel est donc le travail à faire ? Comment faire pour accueillir, contenir, répondre, et construire un espace de transitionnalité partagé ?

Mon expérience des enfants ou adolescents difficiles me montre depuis des années combien ces patients comptent sur la solidité de notre présence. Ils vont explorer en premier le dur et le durable, pour ensuite pouvoir affronter la dépendance que la sécurité peut offrir. Le cadre que nous offrons dans sa trame la plus basique - la continuité du temps, de l'espace et une relation de type « paternel » - va leur servir dans un premier temps de « quasi contention ». Puis, dans un second temps, cette contention serrée va pouvoir s'assouplir pour devenir enveloppe. Une fois l'enveloppe de sécurité construite, du jeu peut se tisser, le contenu sensoriel peut se travailler avec d'autres nuances que le dur et le solide. On peut alors aborder un travail d'intégration sensorielle, dans un travail du contenu lié à la médiation proposée.

Ex : Si d'emblée on propose un travail de relaxation à un enfant en hyperexcitation constante, il y a de bonnes chances pour que rien ne soit possible. Avant toute chose, il va falloir tisser une enveloppe de

sécurité solide pour que la détente du corps soit accessible et permette d'autres qualités de présences dans l'espace, dans le temps, dans la continuité des échanges.

Il est intéressant de constater que le passage de la contention à l'enveloppe s'appuie en priorité sur « la forme » corporelle du thérapeute : sa qualité de présence, la tonalité et les modalités de sa voix, sa façon de se tenir, son engagement dans l'espace, la garantie d'une sécurité possible à venir. Cette présence du corps du thérapeute ne se réduit pas à la dimension physique du corps ou à un comportement d'autorité éducative, même si l'un et l'autre en font partie. ni basée sur la dimension physique du corps, ni sur le comportement d'autorité éducative.

Une séance avec Siwan

Siwan est un enfant intelligent. Il parle très bien, il va très vite intégrer mon nom.

De « la madame », je deviens « madame Potel ».

Après les deux premières séances décrites plus haut, où j'assiste impuissante à l'agitation désorganisée de Siwan, la 3^{ème} séance, je prépare la salle, j'enferme tous les ballons, balles ou autres projectiles dangereux pour Siwan, pour moi, pour mon matériel. Je balise et organise l'espace de telle sorte que Siwan soit moins persécuté par toute sorte d'objets trop excitants.

J'ai alors l'idée de sortir les petits poissons de leur boîte.

Sendo va rester remarquablement intéressé et tranquille. Le requin dévore les poissons, et Siwan se délecte de les mettre un par un dans sa gueule, dans un calme olympien.

Cette première transposition métaphorique de l'avidité de Siwan me ravit ! Premier jeu : premier état de grâce, après un bilan psychomoteur catastrophique dont mes conclusions n'ont pu que souligner la gravité de l'état de tension et d'agitation chez cet enfant. Je me suis donc trompée. J'en suis là de mes pensées, quand, tout d'un coup, sans que rien ne l'annonce, les jouets valsent, les poissons volent, le requin traverse la pièce à la vitesse de l'éclair.

Siwan part en vrille, jette tout ce qui est à portée de main. Je retrouve l'enfant désorganisé des premières séances. Me suis-je trop absentée dans mes réflexions ?

Je choisis le calme de mon corps et résiste à la tentation d'attraper l'enfant et de le tenir. Je ne fais rien, il n'y a rien à faire, attendre, dire non, bloquer la chaise qui menace d'être jetée ou de tomber, cacher un ballon oublié dans un coin de la salle, avant que Siwan ne le jette sur l'ordinateur ou la lampe du bureau par mégarde. Je regarde l'enfant, je suis hyper vigilante.

Mais où suis-je dans mes émotions? J'éprouve en réalité, un drôle de sentiment, assez incongru pour la bonne thérapeute que je crois être. Je ne ressens aucune sympathie pour ce petit garçon, adorable par ailleurs, tout petit, mignon. Il m'est comme étranger, il tomberait et se ferait mal ? Je crois que, si ce n'est ma conscience professionnelle, je n'éprouverai rien. Peut-être même que je l'espère ? Suis-je donc tombée sur la tête ? Que m'arrive-t-il, à être si peu touchée ?

Plus tard, me vient l'idée que Siwan est comme ce vent dont on dit qu'il rend fou, le vent d'Autan, tourbillonnant, dont on attend qu'une seule chose, qu'il tombe, qu'il s'arrête et nous laisse retrouver nos esprits !

Etre rendu fou, être pris dans le tourbillon inlassable des mouvements déboussolés d'un enfant sans axe et sans centre de gravité !

Je me sens rassurée quand, à l'annonce de la fin de séance, j'entends Siwan me dire du haut de ses trois pommes, qu'il va tout casser chez Mme Potel. Ah, voilà qu'il me devient sympathique ce petit bonhomme. Le vent se calme, Siwan redevient enfant, et me rend à mes sentiments et à mes émotions. Je redeviens normale !

Une séance avec Zoé

- « Zoé, merci de refermer la porte et de frapper avant d'entrer ! ».

J'affecte un calme dont je ne ressens rien !

Depuis que le groupe s'est agrandi à 5, les séances du jeudi sont un cauchemar pour moi.

Par son comportement insupportable, Zoé accapare toute mon attention. Elle veut tout diriger, ne supporte aucune de mes propositions car elles sont « nulles ». Zoé parle fort, elle rit, elle exige. Ses attaques sont incessantes. Zoé veut commander, elle veut ma place, elle veut « ma peau », littéralement !

Je lutte pour qu'elle n'envahisse pas tout le terrain, pour qu'elle laisse de la place aux autres. J'interviens pour que ses débordements ne deviennent pas passage à l'acte.

Le volcan Zoé est difficile à contenir.

Nous sommes deux à co animer le groupe. Mon stagiaire et moi-même. Mais la présence de celui-ci est quasi ignorée par Zoé, qui le traite comme quantité négligeable. Un homme, une femme... La dimension de triangulation qu'amène le fonctionnement en couple est gommée par Zoé. Elle ignore !

Chaque début de séance, j'en ai des crampes au ventre. Je me sens tendue comme un arc, à la mesure de la tension de Zoé dont le corps est souvent abîmé, blessé, cogné.

Ses retards me comblent d'aise. Ouf, si elle ne vient pas, ça va être calme !

Mais non, Zoé est fidèle ! Et elle a l'art de déclencher mes colères. Peut-être même vient - elle les chercher ?

On a souvent la représentation du thérapeute qui, quoi qu'il arrive, va faire face calmement à toute tornade, à tout orage, toute guerre déclarée. Une sorte de super man (woman en l'occurrence), zen qui plus est !

Et bien là, ce n'est pas ce que je ressens du tout. Une fois de plus les images idéales de moi-même s'effondrent !

Lors d'une séance particulièrement éprouvante, Zoé franchit la limite : son impulsivité qui habituellement se retourne contre elle-même, cette fois prend pour cible l'une de ses camarades, qui se venge en lui tirant les cheveux.

Alors là, je me mets en colère ! Vraiment.

Une colère rouge, une colère qui me libère de mes maux de ventre, une colère dans laquelle je me sens entière et vraie et qui me sort de la rage impuissante que jusque - là j'essayais de contenir.

Une colère qui me permet de trouver des mots justes, et ces mots calment Zoé.

Winnicott avait vu juste, en précurseur, en décrivant «la haine dans le contre transfert ». Colère, haine, c'est ainsi que se constituent l'objet et le sujet.

Il ne s'agit pas, ici, de faire l'apologie de la manière forte et d'un éducatif dont l'autorité va être la clé de force. Par contre, je voudrai tenter d'expliquer ce qui se passe en moi de particulièrement sensible qui me permet de dire que cette colère, ressentie et exprimée, va avoir des effets thérapeutiques, parce qu'elle n'est pas un passage à l'acte.

J'arrête le jeu qui n'en est pas un, de violence entre les deux filles. Je demande à tout le monde de se taire et de s'asseoir. Le ton de ma voix n'accepte aucune hésitation. C'est comme ça ! Et les adolescentes le sentent bien. Je respire calmement, mais je sens mon cœur cogner. Zoé va vers la porte, veut partir. Je lui demande froidement, sans même me retourner vers elle, de revenir dans le cercle.

J'ai senti juste. Elle a entendu ma détermination. Elle le fait, en râlant, mais elle revient dans le groupe, ce qui est primordial pour moi, comme pour elle.

Dans le silence, je laisse monter ma colère, comme la pianiste que je suis, quand je suis dans les crescendo d'une partition.

Tout en étant authentiquement dans mon émotion, et dans mon corps, je travaille à ce moment-là, avec ce sentiment en moi et avec cette adolescente qui, je le sens mais ne le comprend qu'après coup, n'attendait que ça. Que j'existe dans du dur et du solide.

Par ses passages à l'acte incessants, elle vient mesurer comme elle peut, l'intégrité et la solidité psychique du thérapeute. Elle s'y cogne, à défaut de l'avoir vécue suffisamment dans sa vie, elle qui n'a connu que la vulnérabilité et l'inconsistance de parents, perdus dans leur tête.

Les séances vont s'enchaîner, nous arrivons peu à peu à trouver un rythme de croisière jusqu'au jour où Zoé va enfin trouver des mots, presque sur le pas de la porte :

« C'est incroyable, on est là parce qu'on a des parents qui nous laissent tomber et on ne peut pas faire ce qu'on veut, on ne nous écoute pas ! » Puis : « De toute façon on est trop ! 7 dans cette salle, c'est n'importe quoi ! ».

Cette parole jetée va nous permettre de sortir de l'impasse.

Proposition va être faite à Zoé, peu de temps après (rappelons le temps de synthèse important dans des situations aussi complexes), d'une psychothérapie individuelle, proposition qu'elle avait refusé en premier lieu et pour laquelle elle est enfin prête, après un an de travail où j'ai tenu bon !

Zoé m'écrit, peu de temps après, pour dire au revoir.

Voici le contenu de sa lettre :

« Je vous dis aurevoir. C'est pas à cause du groupe, c'est pas à cause de vous. C'est qu'ici c'est trop petit, on est trop ».

L'écriture de Zoé est enfantine, et les cœurs sont gros comme des maisons, sur toute la page.

En conclusion :

Les états d'excitation chez des enfants ou adolescents en grande difficulté, nous confrontent le plus souvent à notre impuissance. Dans le quotidien des séances, nous sommes réduits à « ce que nous sommes ». Réduits à vivre nos propres émotions, en risquant de perdre le fil de notre travail de

thérapeute.

Quelques jalons pour continuer à penser, avec notre corps, ces lieux « inconnus » du sujet, voilà ce dont nous avons absolument besoin pour ne pas nous faire absorber, déborder, contaminer, par la violence interne de ces enfants ou adolescents qui cherchent par tous les moyens à exister, sans nuance dans le trop et l'explosion, le but étant d'éviter le vertige du vide ou le trou de la dépression. Etre trop démuni ou envahi peut nous conduire à les lâcher trop tôt, par impuissance ou par peur (souvent de notre propre violence attisée par la leur).

Contenir ne va jamais de soi. Penser non plus. Quand nous travaillons avec l'idée d'un corps non seulement moteur d'expression mais également « effecteur de symbolisation », nous prenons un parti fort : celui d'un corps « caisse de résonance, émotionnelle et sensorielle ». Il nous faut donc affiner nos outils d'analyse pour ne pas nous laisser prendre par les pièges de l'impuissance, ceux de nos patients comme les nôtres. Nous intéresser à ce qu'il se passe dans notre propre corps est l'une des voies de compréhension, pour arriver à tisser ce que nos patients ne peuvent pas faire tout seul : transformer les agirs en « chose symbolique », c'est à dire entrer dans un processus de symbolisation plus secondarisé.²

Bibliographie de l'auteur

1999 *Le corps et l'eau : Une médiation en psychomotricité*, Ères, Toulouse. Reed. 2010 livre de poche ères.

2000 *Les bébés et les parents dans l'eau*, collection Mille et un bébés, ères, Toulouse. Reed. 2015.

2000 *Psychomotricité. Entre Théorie et Pratique*, sous la direction de C. Potel, collection Psycho, Inpress, Paris. Reed. 2008 et 2010.

2006 *Corps brûlant, corps adolescent. Des thérapies à médiations corporelles pour les adolescents ?* Coll. L'ailleurs du corps », ères, Toulouse. Reed. 2015

2010 *Etre psychomotricien : un métier du présent et de l'avenir*, ères, coll. Trames, Toulouse. Reed 2019.

2015 *Du contre transfert corporel. Une clinique psychothérapique du corps*. Eres, coll. L'ailleurs du corps. Toulouse.

2018 *L'adolescent, son corps, ses enjeux. Point de vue psychomoteur* ». Ouvrage collectif, coll. Cliniques psychomotrices ». Inpress, Paris.

2020 : « *Le corps en relaxation. Des émotions sensorielles aux racines primitives de l'être* », coll. À CORPS Eres. Toulouse.

2021 : « *Dans l'eau. Pour une psychomotricité aquatique : théorie et pratique* ». Ouvrage collectif, coll. Cliniques psychomotrices ». Inpress, Paris.

² Depuis cet article, j'ai cheminé jusqu'à arriver à un outil conceptuel que j'ai nommé « contre transfert corporel », du fait de ma double formation de psychomotricienne et d'analyste en relaxation analytique.