

Lorsque nous avons présenté notre travail le 26 septembre 2015, lors de la journée annuelle de l'association Artéa, nous avons choisi de le faire à deux voix afin de restituer au plus près notre façon d'élaborer le groupe de relaxation.

Aussi le transposant à l'écrit, nous avons le souci de conserver une certaine lisibilité des dynamiques transférentielles du patient avec chacune des thérapeutes. Nous proposons un changement de couleur dès que cela concerne plus spécifiquement l'une des deux thérapeutes : **Armelle Bidaud, psychomotricienne** et **Florence Cartairade, psychologue clinicienne**

---

Dans notre clinique au CMPP, la question de l'écriture se rencontre fréquemment.

Nous nous interrogeons sur la manière dont un enfant se met à écrire mais aussi comment un enfant n'entre pas dans l'écriture, s'y refuse, ou s'en empêche...

La résistance inconsciente de l'enfant s'origine dans sa mémoire corporelle, renvoyant à la question de la fonction maternelle, fonction de déchiffrages, de réponses qui tentent au mieux de répondre aux besoins de l'enfant, et qu'on définira comme la fonction symbolisante. Mais lorsque cette fonction est trop défaillante, l'enfant se retrouve en proie à des vécus d'angoisse et d'abandon, le privant d'un sentiment de sécurité interne et blessant son narcissisme primaire.

La question d'inscrire une trace, de laisser une trace de soi, d'écrire pour l'autre, alors que cet Autre est si peu garanti s'est traduit pour Stanislas d'abord par un refus d'écrire, puis par une écriture maladroite, raturée et souvent illisible.

Une façon d'interroger la légitimité de la place qu'il occupe pour l'autre...et d'interroger la question de l'absent.

Si nous avons choisi de vous parler de Stanislas, c'est pour partager la manière dont nous avons vu se mettre en place la position subjective de cet enfant en mal de repères identitaires et pour réfléchir ensemble sur la façon dont elle a pris sens dans le groupe de relaxation thérapeutique, s'étayant sur ses pairs et sur les thérapeutes.

Dans son paysage familial, tout est tellement insécure, à l'image de sables mouvants, que Stanislas pour tenter de tenir debout, se débat, s'agite... mieux vaut la colère, la provocation, les insultes que de se retrouver face à sa tristesse, à sa dépression au risque de s'effondrer...

Nous vous proposons cette mise en récit d'un enfant qui agit ses questions, via le transfert à ses thérapeutes et aux autres enfants pour peu à peu élaborer ce qu'il en est de sa place symbolique.

### **Indications au groupe de relaxation**

Stanislas est reçu au CMPP alors qu'il vient d'effectuer sa rentrée en école maternelle. Celui-ci est accompagné par sa grand-mère paternelle qui s'inquiète de son agitation et de ses cauchemars récurrents. Elle l'a accueilli suite à une demande de la mère de Stanislas qui en raison de sa fragilité et de sa précarité ne se sentait plus capable de s'en occuper correctement. Le père a reconnu son enfant mais ne souhaite pas se charger de son éducation ni de s'en occuper au quotidien. Stanislas va donc vivre chez sa grand-mère à priori pour une année, le temps que la jeune mère puisse à nouveau l'accueillir dans de bonnes conditions. Une psychothérapie se met en place avec l'accord des parents et de Stanislas qui me demande de lui garantir que je lui garderais une place jusqu'à ce que sa mère le reprenne définitivement.

A l'école, Stanislas est très agité, impulsif, il refuse souvent de travailler et surtout d'écrire. Il a du mal à rester concentré, les relations avec les autres sont difficiles.

C'est en CE2 que va se poser la question du groupe de relaxation thérapeutique Bergès en complément de ses séances individuelles avec moi.

Dans ce groupe, nous avons plutôt l'habitude d'accueillir des enfants avec une indication portant sur le travail de séparation-individuation pour des enfants pris dans le regard de leur mère, parlé par elle, faisant corps avec elle. Pour Stanislas, la situation est différente.

Qu'en est-il de son aliénation à l'autre ? Qu'en est-il de son expérience du manque, de l'absence, de la perte, de son désir d'être regardé par sa mère ?

Lorsque je lui parle du groupe de relaxation thérapeutique, m'appuyant sur sa colère face à ses difficultés en écriture et son impuissance à pouvoir rester tranquille en classe, je lui explique le dispositif du groupe : nous sommes 2 thérapeutes, ce sera ma collègue qui l'accueillera.

Il manifeste d'abord son désaccord et sa déception, puis accepte après s'être assuré que je ne le lâcherais pas.

La question de sa place est d'emblée posée, de même qu'il me demandera plus tard comment nous nous répartissons les enfants avec ma collègue, posant la question des préférences filles/garçons, ou d'une qualité physique.

Ceci résonne probablement avec la façon dont les adultes référents autour de lui prennent en compte ou non les enfants... mais aussi avec l'image qu'il a de lui-même. Il m'interroge ensuite avec une certaine inquiétude sur qui il y aura dans ce groupe...

## **Présentation de Stanislas**

Recevant Stanislas à propos de la relaxation thérapeutique, il a alors 8 ans et demi, je constate chez lui un empressement à démarrer le groupe.

Pour lui, la relaxation agirait sur son stress, « stress qui vient du passé » dit-il. « Je me sens stressé donc trop agité, maladroit ». Nous n'irons pas plus loin sur ses motivations à venir à la relaxation, ce qui est déjà intéressant à entendre, étant donné que Stanislas est un enfant qui parle avec des phrases courtes et peu de moyens pour discuter.

Il montre aussi son intérêt au groupe me demandant s'il y aura d'autres enfants.

Stanislas est un enfant mince au corps élancé, à l'expression faciale inquiète parfois triste. Il baisse souvent la tête avec un regard indirect, passant par le dessus de ses lunettes.

La question du regard chez Stanislas n'est en rien anodine, il a suivi une rééducation orthoptique. Cette perte visuelle est fréquente chez des enfants carencés affectivement qui présente un défaut de portage tant physique que psychique. On connaît l'importance de l'accordage lors des premiers mois, entre le dos, le regard et la voix.

Tout au long du groupe, nous verrons comment la question du regard de l'autre sur soi s'est déplacée et s'est parlée pour Stanislas.

Les gestes de Stanislas sont rapides avec un tonus serré, sa démarche vive voire nerveuse.

Il préfère se déplacer en longeant les murs plutôt qu'au milieu du couloir.

Quand Stanislas entre dans la salle de relaxation, c'est soit avec un certain empressement, pour être le 1er à choisir un tapis tout en regardant qui va s'installer près de lui. Soit, bien après tout le monde, en regardant quelle place lui est laissée.

La question de sa place est à l'œuvre... Au début, il cherche sa place, ensuite il choisira de se mettre à côté d'un enfant à qui il va beaucoup s'identifier, dans une sorte d' « alter égo ».

Lors de notre 1er rendez-vous, je lui demande de se dessiner. Tout de suite, il me prévient que cela ne sera « pas parfait ». Et se met à dessiner sa tête, qu'il trouve « trop ovale ». Il recommence sur le dos de la feuille en me demandant s'il doit dessiner seulement sa tête ou se dessiner en entier. Stanislas dévalorise à nouveau ses tracés en exprimant : « Cela ne sera pas joli » - « Je pourrai faire mieux ».

Cela fait écho à la manière dont il pourrait être choisi par les adultes, comment peut-il plaire ou déplaire ?

Finalement, il se dessine entièrement avec une disproportion entre sa tête (2/3) et le reste du corps (1/3). Je note l'absence de ses mains et de ses pieds, et la présence d'une ligne séparant le ventre du buste. Son tracé est irrégulier dans sa tonicité avec une tendance à majorer l'appui du trait.

Ensuite, je lui demande d'écrire une parole que pourrait dire ce personnage. Dans un 1er temps, il refuse puis inscrit la date en chiffre et écrit son prénom à côté de son dessin. Il finit par noter dans une bulle le mot : « Merci ». D'un geste rapide, il reprend une autre feuille, dessine sa tête avec un « Bonjour » à côté de sa bouche. Et va par transparence dupliquer cet autoportrait à l'identique en s'appuyant contre la fenêtre.

Nous nous rendons déjà compte que Stanislas présente une image du corps insécure qui nécessite d'être soutenu par du même.

Le corps c'est aussi l'autre, c'est à dire une affaire de miroir, nous voyons comment soutenu par le regard et l'écoute de la thérapeute, Stanislas s'identifie imaginativement au corps de l'autre et peut lui adresser une parole en son nom propre.

La manière dont Stanislas s'inscrit dans l'espace nous parle de son corps, de là où il en est de sa construction interne comme celle de son image du corps.

Stanislas a très souvent investi un des tapis posés non loin de bords, de murs, quitte à rapprocher une partie de son corps vers quelque chose de dur et de plein pour s'appuyer dessus. Comme s'il lui fallait un contact qui borde, un contact solide. Comme pour vérifier la solidité et l'existence d'un appui extérieur, tellement difficile à trouver au dedans de lui.

Stanislas présente des difficultés à s'allonger et à rester sur le tapis. Il cherche à prendre un gros coussin pour se faire comme un nid ou se faufiler entre deux grands fauteuils, comme dans un trou où il est contenu, comme dans une caverne.

Cette recherche de bords et d'enveloppement évoluera tout au long de la cure, en expérimentant divers espaces, enroulements et matières.

### **L'écriture de ses postures...**

Stanislas est un enfant qui n'est pas certain dans la connaissance qu'il a de son corps.

Il lui manque des mots pour nommer son schéma corporel, il inverse ses côtés droit et gauche. Et se demande bien comment je connais et je retiens toutes les parties du corps. Son attention est soutenue lors de la nomination. Il apprécie d'entendre l'enchaînement des noms des parties du corps parlées en relaxation, à la manière d'une berceuse.

De même, il exprime son besoin d'être mobilisé. Lors des mobilisations, il fait preuve d'une concentration à lui-même avec un regard apaisé. Être nommé, être touché, être mobilisé dans une présence à l'autre ont été pour lui des instants pour expérimenter un corps à la fois posé et mobile sans augmentation de sa tonicité et sans mise en place de défenses ou protections.

Ce nouage permet l'arrimage dans le symbolique. Les mots et les inductions du thérapeute sont pour Stanislas l'occasion d'échanger de l'action contre de la représentation.

Nous voyons tout au long de la cure, comment Stanislas cherche un appui dorsal, un arrière-plan : avec sa manière de s'installer sur le dos, de s'enrouler dans le tapis, de se glisser dans des coins, de s'allonger sur le dos avec les jambes surélevées et pieds appuyés, de tourner le dos au reste du groupe, de me tourner le dos, de me tendre son dos pour poser ma main... geste qui l'apaise.

Stanislas semble expérimenter et chercher sa solidité dorsale. Mais aussi la continuité de son dos avec l'arrière fond de son regard... en se mettant la capuche de son gilet l'entourant tel un tissu qui le soutiendrait au niveau de la colonne vertébrale et de l'arrière de la tête ou en se cognant la tête.

Continuons sur la manière dont Stanislas nous parle de son corps et des failles qui l'habitent.

Comment il va s'appuyer sur le lien transférentiel pour éprouver des moments de restauration qui étayent sa structure interne.

Deux moments cliniques illustrent la manière dont Stanislas avance sur les notions de perte et de consistance corporelle :

- Stanislas est arrivé un jour avec un air inquiet et gêné. Je comprends rapidement qu'il saigne du nez mais qu'il ne veut pas que cela se sache, ni se voit. Lors de cette séance, je le soutiendrais

face à cette perte physiologique en accueillant son angoisse corporelle (angoisse de liquéfaction ? angoisse d'échappement?). Je lui proposerais une succession de contenances, comme le fait de s'asseoir dans un recoin, bien appuyé contre les murs, de lui apporter une boîte de mouchoirs et une poubelle pour les y déposer...

Cela évoque une angoisse liée au réel du corps. Réel du corps dans ce qui est incontournable à savoir l'équipement somatique, le pulsionnel, la sexualité mais aussi la maladie et la mort. En lui proposant un étayage contenant, il a pu ne pas se dissoudre dans cette perte, ne pas disparaître mais constater qu'il existait dans le lien à l'autre.

Lors d'une autre séance en écho à la précédente : Ce jour-là Stanislas arrive très excité, et rentre avec une canette de coca. Il enfreint une règle, sachant qu'il risque l'exclusion du groupe. Lorsqu'il ouvre sa canette, le coca se répand sur le sol... Très surpris par les conséquences de son geste, Stanislas qui était jusque-là dans une forme d'affrontement, perd ses moyens comme si une partie de lui se répandait sur le sol et que « ça » lui échappe !

Il a presque fallu le porter pour qu'il se récupère à lui-même et aux yeux des autres. Je l'ai accompagné à essuyer le coca renversé avec du papier absorbant puis à le déposer dans un contenant. Je l'ai entouré tout en le laissant faire seul.

A la fois, dans une forme de reconstruction de ses parois et dans une protection face aux regards et aux exclamations des autres enfants.

Nous voyons comment Stanislas convoque le regard et la voix, comment est-il vu et parlé par les autres ?

### **Le groupe comme support d'identifications**

Ce n'est pas la 1ère fois que Stanislas suscite des moqueries, des mots insultants qui ont le don de le mettre hors de lui... Cela s'accompagne d'une augmentation de sa tension corporelle, avec un regard qui se durcit.

Le regard de l'autre le persécute, il se vit comme objet-déchet ? Objet si peu aimable qu'aussitôt il projette sur l'autre son propre jugement.

Néanmoins, nous remarquons que selon qu'elles proviennent d'un garçon ou d'une fille, il y répond différemment.

Vis à vis des garçons, il est d'emblée dans une attitude suscitant du corps à corps, gonflant le torse, prêt au combat, interpellant l'autre verbalement sur un ton provocant

Avec les filles, des tentatives de verbalisation se mettent en place... Son corps n'est plus dépourvu de paroles.

Dans ce groupe, comme nous l'avons déjà dit, il s'est senti rapidement attiré par un enfant et a recherché son contact en s'installant à côté de lui, en imitant ses postures, lui répondant avec des bruits, lui faisant des signes quand sa thérapeute s'installait auprès de lui, cherchant à capter son attention. Il s'est ainsi construit une relation transférentielle de l'un à l'autre, avec des échanges d'objets. Stanislas venait au groupe pour retrouver son copain, c'était important, il l'attendait, et il était attendu.

Pourquoi cet enfant-là ? On peut faire l'hypothèse qu'il y a eu reconnaissance inconsciente d'un vécu de perte et d'absence pour chacun d'eux. Pour ces deux enfants, s'allonger sur un tapis, lâcher l'objet apporté, pouvoir le déposer à côté de soi, s'installer dans sa relaxation n'allait pas de soi. Chacun s'est ainsi étayé sur l'autre dans ce temps où il s'agit de se retrouver seul avec ses pensées.

Probablement, la meilleure façon de lutter contre l'affect dépressif survenant au moment où la thérapeute s'en va vers un autre enfant, au moment où il y a en effet cette perte du regard et de la voix de la thérapeute, a été de se trouver un petit autre en miroir.

Il nous a semblé que le groupe a joué le rôle d'une reconnaissance symbolique. Cet enfant, qui bébé, n'a pu bénéficier du rôle fondateur du miroir tel qu'il est proposé par la mère, au statut de grand Autre, se serait en partie étayé sur ses pairs comme miroir substitutif.

Le dispositif du double suivi psychothérapie/groupe de relaxation propose une palette de jeux transférentiels, sa thérapeute étant présente dans le groupe mais s'occupant d'autres enfants que lui.

Discontinuité sur fond de continuité, une articulation signifiante entre les mouvements corporels et psychiques.

Une place où les 2 adultes référents font alliance dans une attention conjointe mais différenciée. Une présence distincte dans le lien et sans clivage.

Sa difficulté à être seul s'est écrite aussi à la façon dont Stanislas s'accroche à des objets comme de la pâte à modeler qu'il garde serrée dans sa main, ou qu'il va lancer sur un autre. Il passe ainsi par l'utilisation des objets pour expérimenter les possibles, les interdits, les limites jusqu'à pouvoir s'en séparer.

Comme le dit Jean Bergès, « la relaxation permet de sentir le corps autrement que dans l'action, elle permet d'éprouver les limites du corps autrement qu'en se heurtant aux objets, aux interdits des adultes ; Il fait l'expérience que son corps a une limite. »

L'agrippement aux objets nous amène à sa représentation d'une image maternelle idéale, jamais manquante, image à laquelle il s'agrippe malgré tous les effondrements causés par l'impossibilité de cette mère à tenir sa parole.

Ceci nous amène à la question de l'écriture, de son investissement, avec une inconstance dans sa lisibilité et dans sa qualité.

Le dispositif de la cure de relaxation avec les allers / retours signifiant la présence et l'absence ont été sans aucun doute également structurants pour élaborer la question de la séparation, de la perte, et des retrouvailles. Résonnant avec les silences, disparitions, absences de sa mère alors qu'il s'attend à la retrouver.

Cette rythmicité a donné libre cours à de la pensée, absence ne signifie pas lâchage, mais crédit à l'enfant d'être un sujet, sujet qui échappe ...

Pour aborder la question de sa place auprès des autres, Stanislas va faire intervenir une inscription passant par le trait.

Un moment clinique qui nous semble essentiel dans la manière dont il s'inscrit dans le groupe : Lors d'une séance, Stanislas va gratter le tapis avec ses ongles à la manière d'une expérience sensorimotrice. Ses mouvements laissent des traces sur le moelleux du tapis. Il dessine des traits, puis écrit son prénom en lettres majuscules qu'il va entourer d'un cadre rectangulaire en disant que « Ce sera toujours son tapis, comme cela personne ne lui prendra ». Voyant les regards se tourner vers lui, Stanislas continue à gratter des lignes et des boucles avec une énergie, des appuis et une excitation grandissante, bien difficile à stopper seul.

Ce moment d'inscription de son prénom en fin de cure, fait écho à un dessin réalisé en début de cure (moment où il vient dire qu'il s'engage dans la suite de la relaxation).

Il s'était représenté en relaxation, allongé sur le dos occupant presque tout le tapis qu'il dessine. Sa tête est de forme ovale, nous notons la présence de ses mains et ses pieds, et une proportion adaptée entre les différentes parties du corps. L'intérieur de son visage est vide, élément qu'il repère de lui-même en disant : « c'est une personne sans visage ».

Sur le tapis dessiné, il se met à écrire le mot « FIXE », qui correspond à quelques-unes des lettres de la marque du tapis que nous utilisons en relaxation.

On voit bien comment Stanislas cherche à se subjectiver en passant par le geste et la représentation de lui-même.

Comment il cherche à repérer ce qu'il tient ou non : tapis « fixe »/toujours le même tapis pour lui. Cette inscription correspond à la fin de sa 1<sup>ère</sup> cure. Il la poursuivra avec l'idée de se débrouiller davantage seul.

Au fur et à mesure des rendez-vous ponctuant la relaxation, sa thérapeute note une individuation progressive dans la parole de Stanislas. Il peut parler en dehors de la présence de sa grand-mère, il peut s'exprimer en son nom propre. Il peut dire sa colère vis-à-vis de son père et sa peur pour sa mère...

Et c'est avec détermination, qu'il demande à arrêter le groupe : « J'ai été jusqu'au bout de la relaxation » dit-il. Il met en avant que cela lui fait trop de choses le mercredi : « J'ai besoin de jouer, de me reposer ». Lorsqu'il lui est demandé en quoi lui a été utile le groupe de relaxation, il répond avec calme : « Je n'ai plus besoin de savoir si à chaque moment je respire. Je ne m'en occupe pas ».

Il nous fera part de l'importance qu'a eue pour lui le départ de son « alter égo », et de sa difficulté à se penser dans le groupe sans lui. Il se surprendra lui-même à pouvoir continuer malgré l'absence de cet autre. Comme s'il pouvait conserver une place en dépit de cette absence. Comme s'il prenait sa place dans une lignée symbolique.

Partir du groupe signifiait dire « au revoir » aux autres et les prévenir de son départ.

Stanislas était pressé de partir, cela devait se faire dans l'immédiateté de sa demande. Nous avons légèrement différé mais aussi entendu et mis en mots sa difficulté à se séparer. Stanislas a pu gérer ses émotions et venir à sa dernière séance.

## Conclusion

Nous souhaitons terminer en reprenant quelques phrases de Stanislas nous parlant de la relaxation :

- « J'aime bien ça » ;
- « Ca me relaxe même si je ne suis pas concentré » ;
- « J'ai appris des parties du corps » ;
- « Je sens mon pied gauche plus souple » ;
- « C'est mon corps qui reçoit tout cela»...

Deux semaines, après son arrêt du groupe, Stanislas transmet à sa psychothérapeute un papier destiné aux enfants du groupe sur lequel il a écrit les prénoms de chacun et une phrase leur disant qu'il espère qu'ils vont tous bien.

L'expérience de la relaxation en groupe aura participé à ce que Stanislas construise son identité via les différents liens transférentiels, arrimant les mots au corps.