

Journée ARTEA 28 septembre 2019

Présentation d'un adolescent en cure de relaxation : corps, demande, et transfert

**Jérôme Scalabrini, Psychologue, UPPEA GHU Psychiatrie et
Neuroscience Paris**

Je vais maintenant tenter de vous présenter, sous forme d'une vignette clinique, la cure, en cours, d'un adolescent en groupe de relaxation thérapeutique. Je partirai du bilan psychologique jusqu'au point où nous en sommes aujourd'hui, en essayant de mettre en avant trois notions clefs : corps, demande et transfert.

Paulo est un grand adolescent, indispensable de lever la tête pour le regarder dans les yeux. Il est âgé de 17 ans et vient consulter à l'Unité de Psychopathologie de l'Enfant et de l'Adolescent (UPPEA), sous conseil du pédopsychiatre qui le suit en Centre-Médico-Psychopédagogique (CMPP).

Paulo vit seul avec sa mère, ses parents s'étant séparés avant sa naissance. A l'âge de 10 mois, Madame a commencé à « remarquer des choses ». Paulo ne parlait pas, il ne l'appelait pas « maman », il ne faisait pas « de caouette ». Aucun babillage ne semblait s'installer. Madame complète en expliquant « il n'aimait personne [...] il n'aimait pas d'autres personnes que moi et sa demi-sœur ».

Madame s'est donc très vite inquiétée au sujet de son fils. A 13 mois, toujours non rassurée elle consulte son pédiatre, qui a prescrit un bilan ORL qui n'a rien signalé. Paulo entendait bien, mais l'ORL aurait dit à cette mère qu'il était, selon ce qu'elle rapporte, « bloqué », ou encore « dans son monde ».

Paulo a donc commencé à consulter au CMPP à l'âge de 2 ans. Actuellement, il y bénéficie toujours d'un suivi régulier : des consultations pédopsychiatriques mensuelles, une prise en charge

orthophonique hebdomadaire depuis plus de 6 ans, mais nous pouvons également évoquer notamment un suivi en psychomotricité qu'il a eu jusqu'à l'âge de 10 ans.

Actuellement, il est scolarisé dans un Externat Médico Professionnel (EMPRO). Cet établissement prend en charge les adolescents et jeunes adultes jusqu'à 20 ans. Paulo s'intéresse à la restauration, qui pourrait être une orientation professionnelle envisageable. Sa mère explique vouloir « essayer de l'aider dans cette direction ». Le projet de l'EMPRO serait une orientation ensuite vers un Etablissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT).

Son pédopsychiatre adresse Paulo pour faire le point sur ses prises en charge et réfléchir sur l'orientation scolaire-professionnelle possible, donc avec notre expérience d'équipe, faire fonction de tiers pour Paulo et sa famille. Sa mère s'interroge : « qu'est-ce qu'on peut faire pour que l'état de Paulo puisse être statué, et voir si on peut s'améliorer ? » Paulo accepte volontiers l'idée d'un bilan pluridisciplinaire « comme ça, vous allez pouvoir m'évaluer ? » mais il a également de vraies demandes. En effet, il a une question autour de sa concentration « j'suis pas assez attentif », il interroge aussi ses capacités cognitives qu'il nomme « intellect » « Je veux travailler la compréhension, l'intelligence, j'ai envie d'être cultivé, j'ai pas assez d'intelligence acquise pour ça. Mon retard est en train de bousiller ma vie. » Il lui a donc été proposé un bilan orthophonique, un examen de raisonnement et des épreuves projectives.

Avant de continuer, je vais me permettre une petite parenthèse (impossible de ne pas le dire mais difficile de le mettre en lien). Comme je vous l'ai dit précédemment, Paulo vit seul avec sa mère, au sujet de son père il explique « je ne l'ai pas vu depuis ma naissance ». C'est au cours de son parcours dans l'Unité, sûrement très en lien avec ses suivis au CMPP, que Paulo et son père vont reprendre contact. Une rencontre se déroule durant le bilan. Monsieur participera également aux consultations de synthèse.

Revenons au bilan et pour une fois commençons par la fin : les conclusions. Elles vont mettre en évidence l'importance de poursuivre

les travaux thérapeutiques en place, afin de continuer un soutien à l'élaboration et la construction de sa personnalité. Toutefois, Une relaxation thérapeutique en groupe est proposée afin d'améliorer la gestion de son anxiété et investir davantage la relation à l'autre que Paulo questionne par rapport à ses difficultés de concentration.

En résumé rapide du bilan, sur le plan orthophonique : son lexique n'est pas au niveau de ce qui est attendu pour son âge, que ce soit en compréhension ou en expression, et l'accès aux expressions imagées est bien compliqué. Paulo fait une utilisation très spécifique des mots et de la syntaxe, ce qui rend son discours par instants insaisissable, décalé, voire très poétique comme dira ma collègue. De plus, même si le langage écrit est grandement investi, que ce soit pour lire, comprendre ou écrire. Le déchiffrage n'est pas totalement en place, la compréhension de texte est compliquée.

L'examen opératoire - UDN-II, test d'inspiration piagétienne - situe globalement Paulo au début du stade formel car seul il ne peut passer à l'abstraction, à la généralisation, restant coller au matériel. Cependant, dès qu'il est accompagné, il peut aller plus loin, la zone proximale de développement est positive, Paulo peut se saisir des aides. Ses points d'appui sont le matériel et le passage par la verbalisation. Les bases logico-mathématiques sont quasi en place ; Paulo n'est pas déconnecté des lois physiques qui l'entourent et met en place des stratégies logiques. Le non-passage à la mathématisation montre que le calcul mental, la représentation mentale du nombre reste compliquée d'autant plus si elle prend une forme scolaire.

L'examen projectif, que j'ai réalisé avec lui, montre des difficultés d'associations, car peu décalé des ses conflits. Il présente des éléments anxigènes forts associés à une certaine immaturité affective et une fragilité concernant l'image qu'il a de lui-même, un manque de confiance en lui.

Durant le temps du bilan, ce qui retient notre attention est la manière quasi identique dont Paulo se présente aux différents interlocuteurs. Ce grand gaillard, très participatif et volontaire durant les examens, parle d'emblée très facilement, est-ce un effet de la thérapie ? Il

est très présent à l'autre dans sa manière de s'exprimer, mais très envahi par ses difficultés « j'ai peur de pas réussir, j'ai peur de finir en bas. » On peut également voir quelque chose de très marqué en lui, dans son corps presque une inscription. Lorsqu'il vient passer le test de raisonnement, nommé et écrit UDN sur la convocation, Paulo pense qu'on va lui faire passer un test « d'ADN » : « je voudrais voir mon ADN, mon handicap » tout en précisant qu'il déteste ce mot. Ses relations interpersonnelles sont également évoquées comme compliquées. Il du mal à se faire des amis, le visage franchement triste quand il évoque ce constat : « [...] on n'est pas compatible ; c'est une amitié à petit terme qui n'a pas duré. » La grande demande d'aide dont fait preuve Paulo suscite une très forte empathie vis-à-vis de l'équipe, certaines se proposent tout de suite le suivre. Afin de ne pas répondre comme un collage ou une adhésivité à cette empathie, une réflexion d'équipe a lieu. Cette réflexion qui commence peut-être par simplement mettre en lien nos différentes conclusions pour les transmettre, elle a aussi une fonction praticopraticque : qui peut suivre Paulo ? C'est à dire penser les dispositions transférentielles mises en œuvre dans cette rencontre. L'adressant et son équipe, quelque peu familiarisé avec la relaxation thérapeutique, n'en est pas à son premier coup d'essai. En effet, cette équipe nous a déjà adressé des enfants, qui comme Paulo, sont particuliers tant par leurs origines, leur situation familiale précaire que leur parcours (passage par la psychose infantile). Tous nous avons été touchés par la dépressivité de Paulo, sa demande d'aide, les retrouvailles père fils, mais l'adresse est également un objet transférentiel à prendre en compte.

C'est donc moi qui vais suivre Paulo en relaxation thérapeutique. Evoquons maintenant la demande de Paulo, l'indication faite.

Lors de l'entretien préliminaire à la relaxation, Paulo vient seul. Il dit venir pour « une relaxation d'observation » signifiant, entendu de sa consultante à l'unité, et auquel il semble fortement tenir : « car je veux bien essayer ». Avant même une discussion autour du cadre de la relaxation thérapeutique en groupe, Paulo demande : « vous pensez que ça peut marcher pour moi ? » Outre une inquiétude sur

l'indication, il me semble également ici pouvoir entendre une amorce d'un transfert (transfert probablement déjà installé au cours du bilan). Paulo donne à l'autre la possibilité d'un savoir.

Paulo explique son idée de la relaxation comme « se relaxer, se reposer, se relâcher », visant ainsi la détente comme le résultat ultime d'une telle prise en charge. Il est très clair sur ce qu'il ne veut pas « je ne viens pas parler à un psychologue, ça, je le fais déjà ». C'est donc une autre médiation que la parole qu'il vient chercher. Il précise « Il faut que je me détende car des fois je suis en colère, c'est à l'intérieur de moi. » Paulo réévoque les difficultés avec ses pairs comme lors du bilan. Il décrit encore ces derniers comme peu fiable et se moquant de lui, le trompant. « Je ne suis pas violent mais j'ai envie de tout pousser, c'est à l'intérieur de moi. » Lorsque j'évoque que la relaxation thérapeutique ce n'est pas d'être détendu tout de suite à tout prix mais plutôt de faire une expérience - mot qu'il rebaptise tout de suite comme « une méthode, mais pas magique comme les règles en orthophonie » - une expérience qu'il puisse acquérir et utiliser dans son quotidien. Paulo interroge si cette proposition comprend bien ses différents lieux de vie : « en cuisine », « à la maison », « en classe », « même dehors ? » pour finir par « avec les autres ? », comme une chaîne signifiante qui marque le côté exponentiel de son angoisse, qui laisse entrevoir sa demande : une dénomination pour donner du corps à cette angoisse.

Lors des premières séances de relaxation thérapeutique, Paulo, malgré sa carrure imposante, arrive d'une manière silencieuse, discrète presque timide qui m'oblige à venir le chercher. Très attentif aux autres participants, il choisit, cependant, le matelas le plus éloigné. Il a du mal à trouver sa place sur le matelas, sûrement dû à sa grande taille. Il s'y accroche fermement (il tient fixement les bords du matelas) et ne peut garder ses yeux fermés que quelques secondes. Il reste silencieux, presque docile à toutes les sollicitations. Lorsque l'on reprend ensemble les raisons de sa venue, il explique : « c'est parce que c'est l'hôpital... ici on peut faire l'expérience... c'est ici que je vais pouvoir observer avec vous ma relaxation. » Même s'il se positionne dans cette phrase encore comme observateur et passif à

cette forme de prise ne charge thérapeutique, Paulo reconnaît peut-être ici l'hôpital, l'unité, comme un contenant et moi-même comme son thérapeute. C'est la confirmation du transfert sur l'institution et sur un nouvel adulte qui peuvent lui permettre de border ce qu'il nomme lui-même comme « expérience » et qui donne une certaine réassurance.

A partir de là, il se permet assez vite d'interroger le dispositif : « c'est très silencieux ici ? », « on est moins gêné par le soleil que dehors », « vous chuchotez », « vous savez même si vous parlez pas fort j'entends quand vous et votre collègue parlez au corps des autres ». Le cadre n'est pas attaqué par ses questions, mais il se permet de l'explorer, de se l'approprier. Les pieds dépassent toujours du matelas, mais il peut lâcher ce dernier. Ses bras, plus souples, lui permettent des positions dorsales autres, mais toujours de manière très conventionnelle.

Les séances passent, Paulo semble plus détendu. Il entre seul dans la salle de relaxation. Il se permet même de l'humour sur le retard des autres. Le groupe deviendrait-il un miroir possible ? Il reste très attentif à toutes les sollicitations, indiquant les avoir entendus par un léger signe de tête qui doit lui être coûteux physiquement, tension extrême au niveau de la nuque. Il semble ne rien vouloir perdre. Lors d'une séance, alors que je dénomme les parties du corps, ma voix flanche sur le terme d'avant-bras. Paulo se redresse instinctivement. Il montre ainsi l'importance de la répétition. La chaîne induite par la relaxation : sentir la partie du corps, l'entendre par la dénomination et se la représenter, a été comme rompu. Il peut tout de suite se reprendre : « ce n'est pas grave, je continue. » Cette rupture, dans le va et vient entre sensation et représentation, montre l'importance de la ritualisation. En effet, cette soumission à un ordre établi, sûrement inféré par la prise en charge dans un groupe, permet de montrer comment le corps et la pensée peuvent s'articuler grâce à la relaxation.

Alors que maintenant Paulo montre une certaine mobilité mentale, avec ses capacités de récupération, il arrive à un point qui pour moi est souvent central, chez ce type de patient et bien d'autre, la

généralisation. Paulo va très vite anticiper « j'ai fait tous les bouts, on peut y aller. » dit-il d'une voix toutefois peu assurée. L'anticipation dont il fait preuve va lui permettre de créer un fil associatif, très absent lors du bilan psychologique. Paulo compare le basket à la relaxation. « On me demande de faire du basket parce que je suis grand alors que j'aime pas ça. Et y a cette balle. Au moins quand, je viens ici c'est pour moi que je viens ». La relaxation vient mettre au travail les éprouvés corporels et lui permet ainsi d'exprimer ses angoisses. Mais surtout il se montre comme sujet de lui-même et non plus assujetti à ses angoisses et aux autres (qui désirent pour lui).

Après l'abondance de la respiration, Paulo attend la fin de la séance et d'être dans l'embrasement de la porte pour me dire « ah ! la semaine prochaine, je serai pas là. J'ai exhibition. » Sans me laisser le temps de reprendre avec lui ce terme ambigu, plein de corps, il disparaît dans l'escalier. Lors de son retour, il explique qu'il s'agit d'une « exhibition culinaire », moment où il doit sous des regards extérieurs montrer ce dont il est capable. Mais c'est à partir de cette séance qu'une question va revenir : « est-ce que j'ai loupé quelque chose ? je vais pouvoir rattraper ? » Les vacances ou un simple retard de quelques secondes le ramène à cette question. Ces retards sont comme une perte qui sont à mettre en lien avec la façon dont il décrit, avec son langage particulier, son statut de personne dit handicapée : « Cette MDPH, ça me met hors de moi. C'est comme si j'étais resté dans un hôpital dix ans avec une maladie grave, sauf que cette maladie grave c'est le retard. Si j'intégrais une école normale, c'est comme si on me disait : tu peux enfin quitter l'hôpital. Mes médicaments, c'est le psychologue, tous les mercredis. » L'absence des autres participants au groupe lors d'une séance, va lui permettre de se dégager de cette interrogation : « C'est pas moi qui loupe aujourd'hui » dit-il avec le sourire. Même si les relations avec les adolescents du groupe semblent très limitées, voire absentes, on remarque ici que les transferts transversaux sont tout aussi importants que la relation transférentielle avec le thérapeute.

Pour finir et conclure, aujourd'hui Paulo s'interroge sur la fin de la relaxation. « Vous croyez que je vais devoir venir longtemps ». Il peut

évoquer certaines améliorations dans sa vie quotidienne, notamment plus d'autonomie et moins d'angoisse dans ses déplacements qui pourrait l'amener à faire de nouvelles rencontres. Mais, sa demande, peu affirmée, d'un arrêt est aussi la manière de montrer que quelque chose est en mouvement qu'il évoque également lors de notre dernière séance avant l'été : « C'est vous qui m'observez en fait, c'est pas moi. Moi je travaille ici. »