

Anne -Sita Forest-Lebongo, psychomotricienne

Une robe couleur du temps.....

La relaxation thérapeutique chez l'enfant. Méthode J.Bergès.

M.Bergès-Bounes ;Ch.Bonnet ;G.Ginoux ;Am.Pecarelo ;C.Sironneau-Bernardeau.

Pour fuir le désir obsédant du roi son père, Peau d'âne, sur les conseils de sa marraine la fée, exige d'impossibles robes, couleur de lune, couleur du soleil... ; mais rien ne peut entraver la folie du père qui, pour obtenir satisfaction, va jusqu'à sacrifier l'âne aux écus d'or. Vêtue de sa peau malodorante, la pauvre fille erre dans la campagne, suscitant le rejet et la pitié. Elle trouve un emploi de souillon dans une ferme où elle s'occupe des cochons. Son travail achevé, dans la solitude de sa mesure, à l'abri des regards, peau d'âne, dont le conte nous dit que ses robes l'avaient suivie dans un coffre sous terre, se pare avec nostalgie de ce qui fit d'elle un objet du désir paternel. J'aime à imaginer que ce faisant, la jeune fille travaille à se tisser sa propre robe, une robe couleur du temps...temps qui traverse le corps et le transforme...tissage de sensations, d'impressions, de rêves... Frissons des petits matins froids, paresse d'après-midi, caresse printanière ou fièvre orageuse... Une robe couleur du temps...de chair et de désir...porteuse de son propre avenir.

Ainsi de notre rapport au corps qui ne se laisse pas facilement enfermer dans un idéal, un discours, une théorie...et ainsi, il me semble, du travail proposé aux enfants en relaxation thérapeutique. Pour cet enfant agité, désordonné ou maladroit on voudrait appliquer une méthode qui, une bonne fois pour toute, nous le rende détendu, idéalement bien dans ses basquettes !!

Quid d'une bonne petite relaxation ?

A ces idées préconçues d'un corps objet réparable, perfectible....la nouvelle édition, complétée

et mise à jour, de la méthode de relaxation thérapeutique j.Bergès, offre une alternative.

Fidèle à l'esprit de la méthode, fondée par J.De Ajuriaguerra et développée par J.Berges à l'Uppea de l'hôpital st Anne, ce livre, co-écrit, se présente comme le témoignage de 30 ans de pratique clinique .

Livre d'expérience donc, où le fond rejoint la forme ; où les mots incarnés viennent tenter de rendre compte, de façon explicite et vivante, de l'expérience totale, jusque dans ses aléas, qu'est la relaxation.

Se voulant un travail de conscience corporelle, c'est-à-dire une expérience subjective du corps dans la relation au thérapeute, la relaxation se conduit suivant une méthode de résolution tonique segmentaire qui progresse vers une phase de généralisation. L'induction verbale, le toucher et les mobilisations y sont utilisés.

Dans cette exploration du corps, chaque partie est localisée et nommée par le thérapeute : identifiée. A partir de l'éprouvé et des représentations qui s'y associent, le corps est parlé, symbolisé. Il devient, à l'épreuve de l'incomplétude, une dimension vivante du sujet...une robe couleur du temps, porteuse de désir et d'avenir.

A partir du récit clinique, sont abordés de nombreux points qui font échos aux questionnements quotidiens des équipes travaillant avec les enfants.

Indications individuelles ou de groupe ?

Place de ce type de travail dans le cadre d'une prise en charge globale ? Modalités du transfert (empathie corporelle, dialogue tonique, utilisation de l'espace...)?

Une réflexion intéressante est également menée sur la diversité des indications possibles : des troubles psychomoteurs (instabilité, dyspraxie...), de l'apprentissage (dysgraphie, dyscalculie...), en passant par les troubles à expression somatique (migraine, troubles du sommeil...) ou psychiques (dysharmonies d'évolution, angoisses de séparations...) etc....

Un chemin proposé dans l'exploration de ce mystérieux lieu de rencontre où se nouent corps, imaginaire et symbolique.