Les relations bientraitantes pour tous

l'étayage psychomoteur comme outil de communication pour tous les enfants ordinaires et extra ordinaires

Suzanne Robert-Ouvray

Docteur en Psychologie Clinique – Psychothérapeute- Kinésithérapeute – Psychomotricienne- Victimologue

Nos émotions sont au cœur de notre vie terrestre et elles nous façonnent et nous transforment continuellement

Malgré tous les handicaps de la vie, nos émotions sont présentes et nous orientent dans nos rapports aux humains et à la nature, même si les fonctions motrices et sensorielles sont défaillantes, même si le développement intellectuel est ralenti.

Les émotions sont des réactions vitales et adaptatives aux évènements.

Elle sont très liées au stress et à l'absence de stress.

Très tôt, dans l'utérus de la maman, le fœtus réagit déjà aux stress avec des accélérations cardiaques, des modifications biologiques.

Et lorsqu'il vient au monde, il a à son service son corps moteur et sensoriel pour nous dire ce qui lui arrive.

Avant la parole, le bébé est dans **un langage corporel.**

Ce **langage corporel a comme tout langage des phonèmes, petits éléments du langage,** qui sont traduits par des crispations ou des détentes musculaires, des mouvements, des gazouillis ou des pleurs, des sourires, des mimiques lorsqu'il viendra au monde.

C'est donc sur un mode vibratoire que se font les premiers échanges entre le parent et son enfant: vibrations des yeux, des mots, des touchers, des porters.

Alors, regardons ce qui se passe pour le bébé

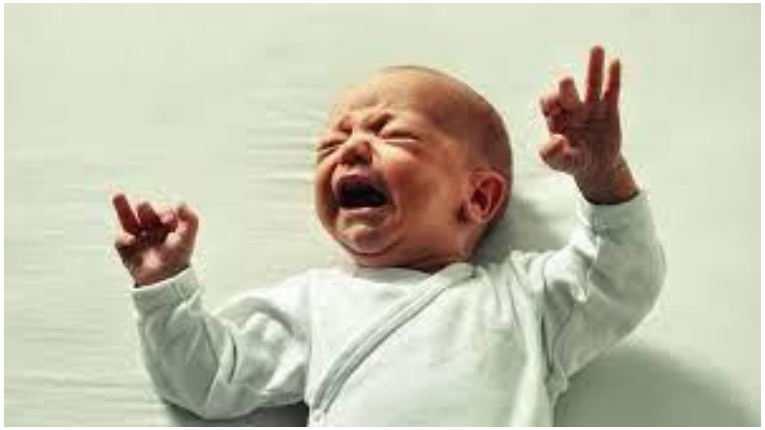
déjà dans l'utérus, dès le 7ème mois de grossesse, le bébé réagit aux situations de stress

il parle avec son corps et ses crispations musculaires disent avant la parole
ce qui lui convient et ce qu'il n'aime pas.

Toute notre vie, les émotions et les crispations musculaires restent dépendantes les unes des autres pour manifester le déplaisir

et toute notre vie, les détentes musculaires accompagnent nos plaisirs et nos émotions positives

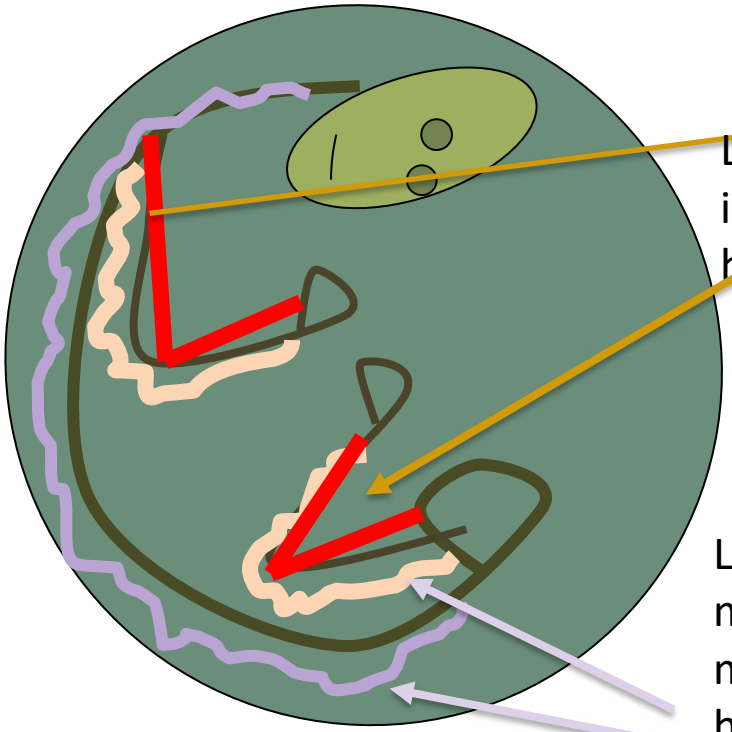
Cette compétence innée de communication:
crispations lorsque quelque chose nous stresse et nous déplait
et détentes lorsque le bien être est présent
est très importante pour un bébé qui ne parle pas, car le parent regarde et sent les crispations de son bébé ou les détentes, entend les pleurs , les cris et les gazouillis
et il s'appuie sur ces modulations toniques et émotionnelles pour comprendre l'état dans lequel se trouve l'enfant.



Ces crispations et ces détentes psychotoniques ne se font pas n'importe quel sens, mais sont organisées et orientées par une bipolarité tonique dépendante de la maturation du système nerveux central

à la naissance, il y a pour tous les humains, un hypertonus des fléchisseurs des membres et un hypotonus des extenseurs des membres et des muscles du rachis (impotence de la nuque)

l'enfant est enroulé sur lui-même, vers l'avant, dans un équilibre psychotonique: c'est une homéostasie



Les fléchisseurs des membres inférieurs et supérieurs sont hypertoniques

Les muscles fléchisseurs des membres et l'ensemble des muscles du rachis sont hypotoniques

à la naissance, l'enfant est dans une posture particulière: l'enroulement inné vers l'avant
on parle aussi d'enroulement foetal

L’enfant s’enroule et se déroule en fonction des stimulations vécues

Quand l’enfant n’est pas content, il s’enroule davantage comme un hérisson et il se ferme

Quand il est content, il se détend, se déroule et s’ouvre

Ces enroulements-déroulements primaire sont la preuve d'une bonne santé neurologique

ce qui est surveillé c'est la capacité du bébé à retrouver cet enroulement après un stress.

Aussi, on le recherche avec le réflexe de Moro: une déstabilisation proprioceptive met le bébé en état de stress: il se met en hypertonus d'extension,(**qui n'est pas un déroulement**) puis il se regroupe sur lui-même .

Le réflexe de Moro disparait vers le 3ème mois.
L'absence de ce réflexe signe un déficit cérébral momentané ou définitif

Mais avant le 7éme mois, le tonus musculaire est faible dans le corps du fœtus.

C'est une question de programme génétique qui gère la maturité du système nerveux central.

Le bébé prématuré, né avant le 7éme mois, n'a pas à son service ce tonus musculaire associé à ses émotions

Il est hypotonique, mou et n'a pas beaucoup de forces pour montrer sa contrariété.

C'est plus difficile pour lui de manifester son mécontentement ou sa satisfaction dans la détente.

Les bébés prématurés sont écrasés au sol par la pesanteur et ne peuvent pas se rassembler sur eux mêmes : ils ont les bras et les jambes en rotation externe, dans la position dite de grenouille parce qu'ils n'ont pas vécu la poussée caudo céphalique du tonus musculaire dans les fléchisseurs qui débute au 7éme mois.

le langage corporel est difficile à décrypter

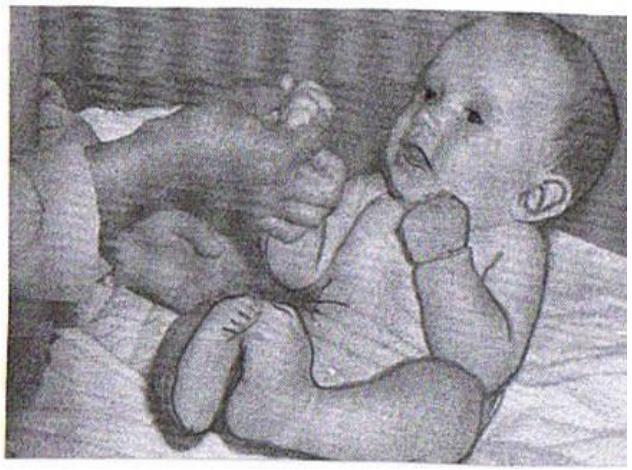
Ils perdent de précieuses semaines d'intégrations proprioceptives nécessaires à leur développement si on les laisse dans cette posture d'écrasement.

Aussi, **on peut préserver l'enroulement du corps du bébé prématuré en l'installant dans des petites coques douces**: l'enfant reste alors dans des postures normatives avec flexion des bras et des jambes et son cerveau enregistre cette posture comme un point d'appui pour son développement psychomoteur futur.

Cela favorise la myélinisation des axones et l'installation des enveloppes psychotoniques primitives .

Avec cet enroulement inné, le bébé prépare ses futurs mouvements organisés, pour s'asseoir, se redresser, se mettre debout et marcher.
Et toujours pour manifester ses tensions et ses détentes afin que l'environnement le comprenne.

L'enroulement du début de la vie sera vraiment complet vers l'âge de 6 mois, quand l'enfant pourra attraper volontairement ses pieds .
c'est une première synthèse psychotonique.



Mais repérer les tensions et les détentes par système vibratoire, yeux, ouïe, ou tact, ne suffit pas pour mettre en place une relation bienfaisante pour tous les enfants.

il faut aussi que la parent ajoute du sens par des mots, des gestes, des interprétations, des portages.

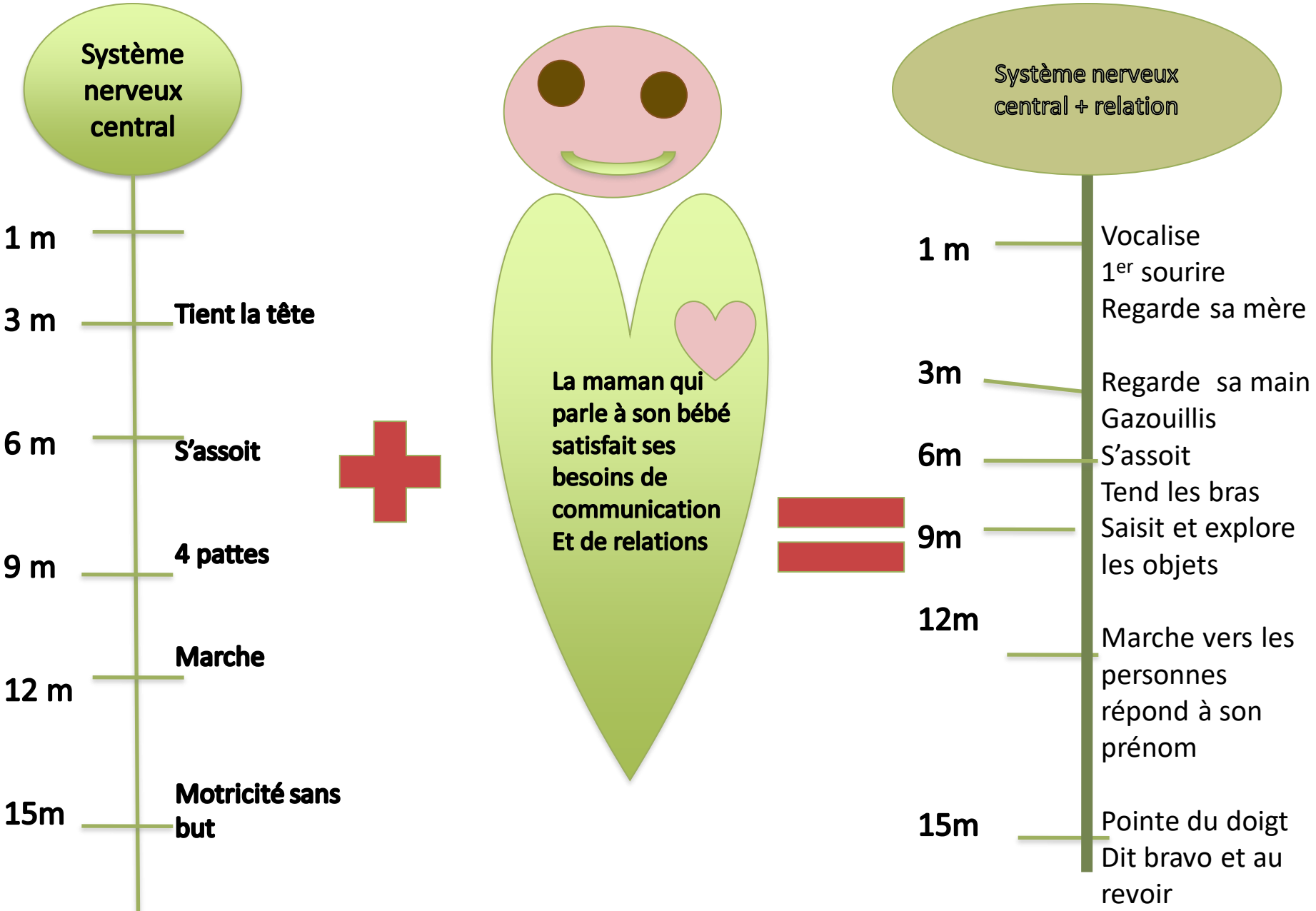
Il faut établir un terrain d'entente et de compréhension commun
pour que l'enfant sorte de son monde sensoriel personnel pour entrer dans le monde de ses parents et se socialise.

Parler à l'enfant dès sa naissance

L'aider à comprendre ce qui se passe en lui et autour de lui

C'est fondamental

Si le parent ne peut pas parler, les modulations de sons viennent à la place des mots



Le passage du neuromoteur au psychomoteur

L'enfant se socialise

Quand une stimulation douloureuse est ressentie par le bébé: la faim, une douleur dans le ventre, le besoin d'être porté , le besoin de chaleur humaine
son organisme manifeste le besoin par des sensations douloureuses
qui entrainent une réponse musculaire : le tonus musculaire augmente

Le bébé se contracte et s'enroule davantage, et pleure.
Au début de la vie, il ne comprend pas ce qui se passe en lui:
Il a mal au ventre, au dos, à la tête, comme nous les adultes, quand on a faim, quand on se sent seul, quand on a mal au cœur et au corps.
Mais il ne peut pas donner de sens à ce qu'il vit.

Il ne peut que ressentir.
La fermeture de son corps équivaut à dire NON à ce qui est vécu et ressenti.

Enroulé encore plus fort sur lui-même comme un hérisson, il ne peut pas se calmer seul car son système nerveux central est immature

Il a besoin d'un autre pour le consoler et l'amener à se détendre et surtout donner du sens.

Lorsque le parent arrive alerté par les pleurs ou les crispations

Il parle à son bébé , le porte, le berce, le console le nourrit, et satisfait ses besoins,

alors le bébé va se détendre.

Le parent parle avec ses mots, ses mains, son corps et fait passer le message :

« tu as besoin de moi, je suis là »

Avec la consolation, la réparation de la douleur est possible.

Le plus important, c'est l'intention du parent de consoler et de soulager le bébé.

Cette intention s'intègre comme une valeur positive dans le psychisme et le corps de l'enfant .

Le relâchement musculaire s'accompagne d'un changement émotionnel.

L'enfant se sent entendu, compris, reconnu. Il comprend qu'il n'est pas tout seul.

Il est en lien avec autrui . **Il se socialise.**

la douleur est obligatoire mais la souffrance est optionnelle

L'enfant consolé, compris, nourri, satisfait dans ses besoins de sens,

ressent la reconnaissance de son état .

Il se détend alors, cesse de pleurer, dans **une hypotonicité relationnelle qui s'articule avec son hypotonicité axiale**

dans les bras du parent, son corps s'ouvre globalement

Et cette détente globale , c'est sa manière de dire **OUI**

OUI à la consolation , **OUI** à la relation

OUI à ce qui vient de se passer : **Oui,** j'accepte que la vie soit parfois difficile, que la frustration et l'attente existent, que mon parent ne soit pas tout puissant à me satisfaire.

Cette acceptation est un long processus et vers le 9ème mois , avec l'ambivalence psychomotrice, l'enfant nous montre ses premières capacités à perdre puis à retrouver.

C'est grâce à cette détente musculaire, sensorielle et affective que le processus d'intégration des sensations liées à l'expérience vécue est alors possible.

Sentir la détente musculaire est fondamentale pour un retour au calme émotionnel et pour une vision optimiste de la vie, car le bon vient réparer le mauvais.

L'accès à la consolation et à la réparation est un signe de bonne santé psychomotrice.

Le volume psychocorporel du bébé subit des pressions lors d'un stress

Mais avec la consolation parentale, une rééquilibration des forces de tension et de compression s'exerce.

Les échanges verbaux et corporels avec le bébé forment un dialogue tonique vibratoire.

Le parent donne du sens aux crispations musculaires et aux détentes musculaires.

Il y a une adaptation commune corporelle et psychique.

Parfois la réponse parentale ne calme pas l'enfant: alors il faut chercher une autre réponse, une autre méthode.

Le bébé est résilient, même s'il pleure pour montrer sa contrariété, il peut attendre, il n'est pas dans la souffrance.

La souffrance signifie que le bébé n'a quasiment jamais de réponses appropriées pour soulager ses douleurs.

Même l'intention est absente.

Petit moyen pour connaitre les passages vibratoires:
Les 4 P: Palper, porter , parler penser.

Quelles sont les situations qui entrainent des crispations et des pleurs chez un bébé: ce sont des situations de besoins

- Physiologiques: boire, manger, avoir suffisamment chaud, être tenu propre
- Psychologiques: communiquer, être reconnu, recevoir du sens, respect, sécurité
- Psychomoteurs: ne pas dormir sur le ventre avant 3 mois, être touché sur tout le corps pas seulement sur les zones « sales ou qui se salissent », respecter le rythme des acquisitions, ne pas être trop stimulé , être suffisamment stimulé, être dans de bonnes postures .

Lorsque les besoins physiologiques sont gravement frustrés, *c'est la mort corporelle*

Lorsque les besoins psychologiques sont lourdement frustrés, *c'est la mort psychique*

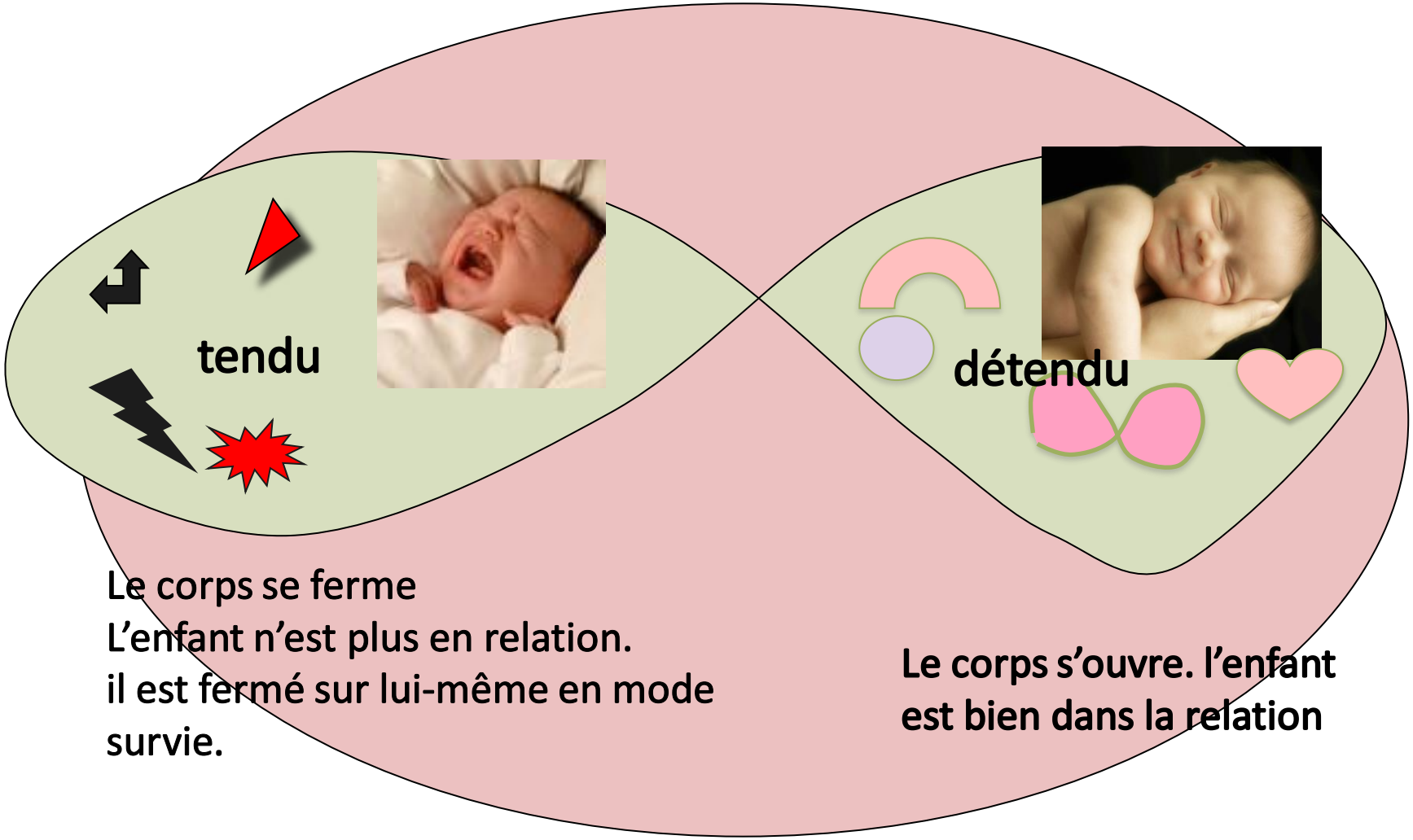
Lorsque les besoins psychomoteurs sont lourdement frustrés, c'est toute la motricité et la capacité d'utiliser son corps pour communiquer qui peuvent en pâtir: *c'est la mort relationnelle* , mauvaise coordination, ne pas pouvoir manifester ses émotions, troubles dans les relations avec autrui.

Regardons maintenant comment la lecture des états corporels et émotionnels des bébés organise le monde psychique de l'humain

- Lorsque le bébé ressent un besoin, il se crispe et pleure
- Il est dans une tension corporelle et psychique
- Il est envahi d'hormones de stress.

- Lorsque le bébé est consolé, nourri et que le parent donne du sens à ce qu'il vit . il se calme, il est dans une détente corporelle et psychique. Son corps secrète **l'ocytocine**, hormone de l'amour.

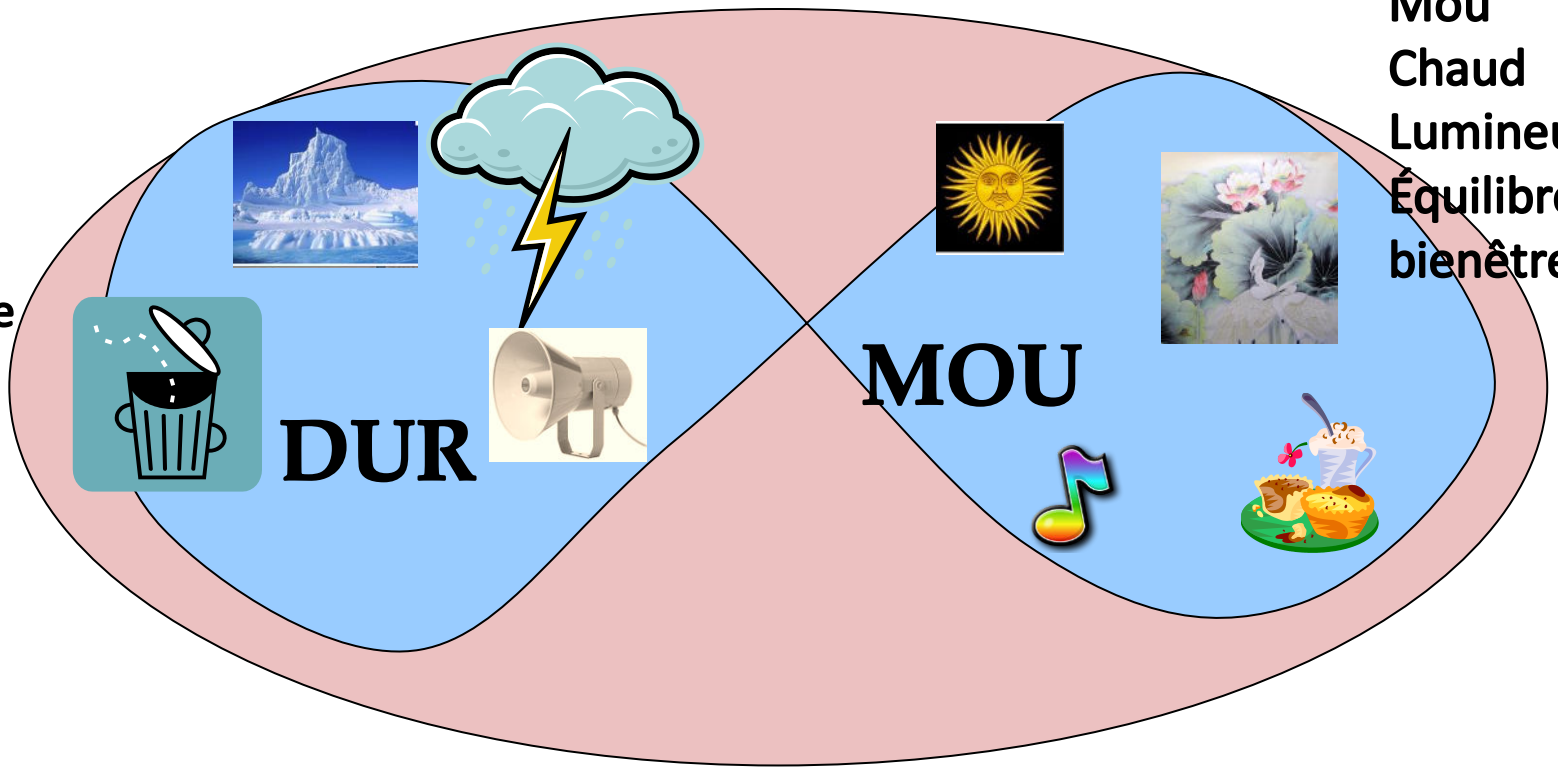
4 niveaux sont en jeu dans le développement psychomoteur de l'enfant: le tonus musculaire , la sensorialité, les affects, les représentations: TSAR



Le niveau tonique est le premier niveau de l'étayage psychocorporel

Le niveau sensoriel (deuxième niveau) résonne avec le niveau du tonus musculaire

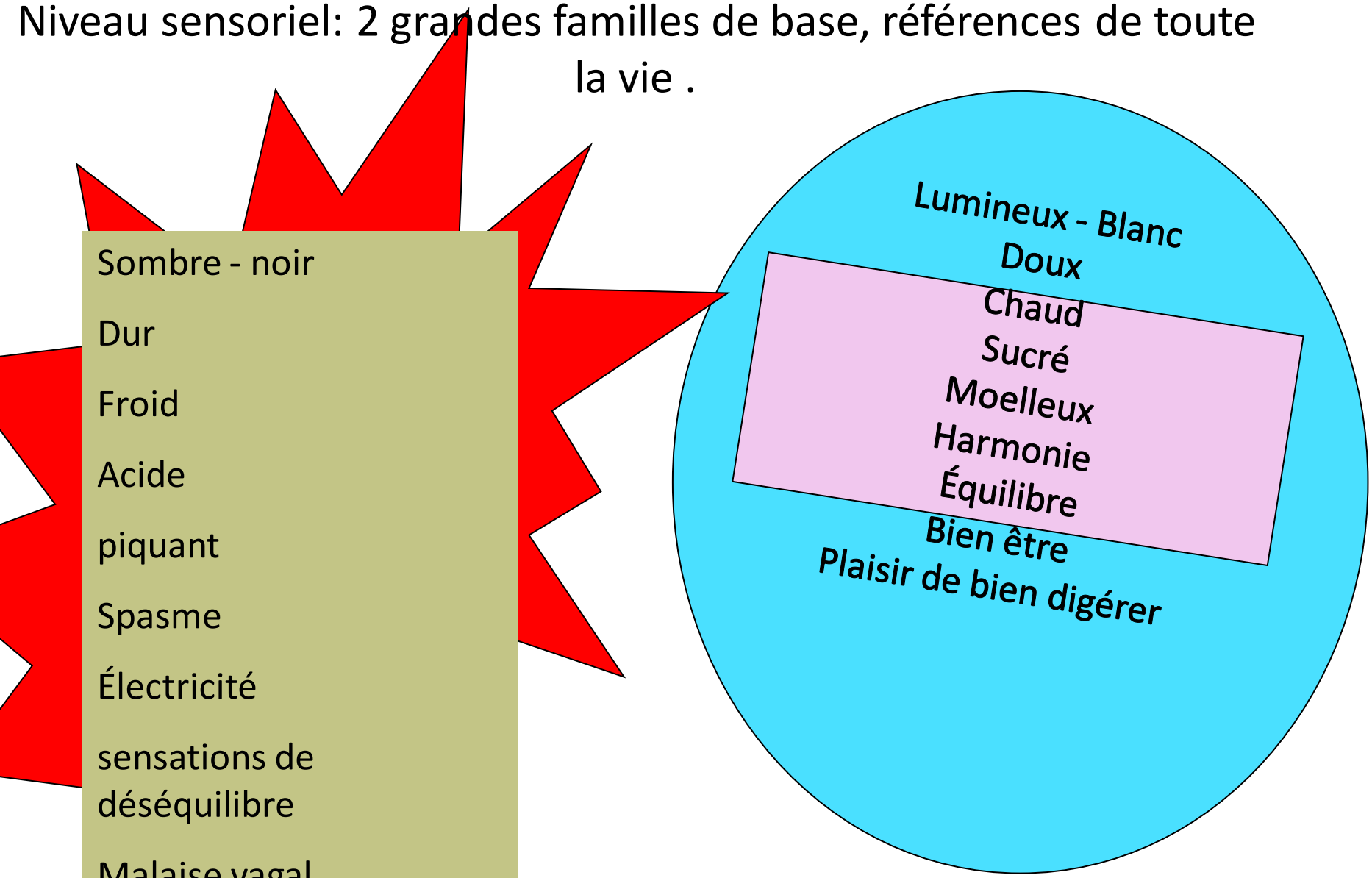
Dur
Froid
Pique
Spasme
Déséquilibre
douleur



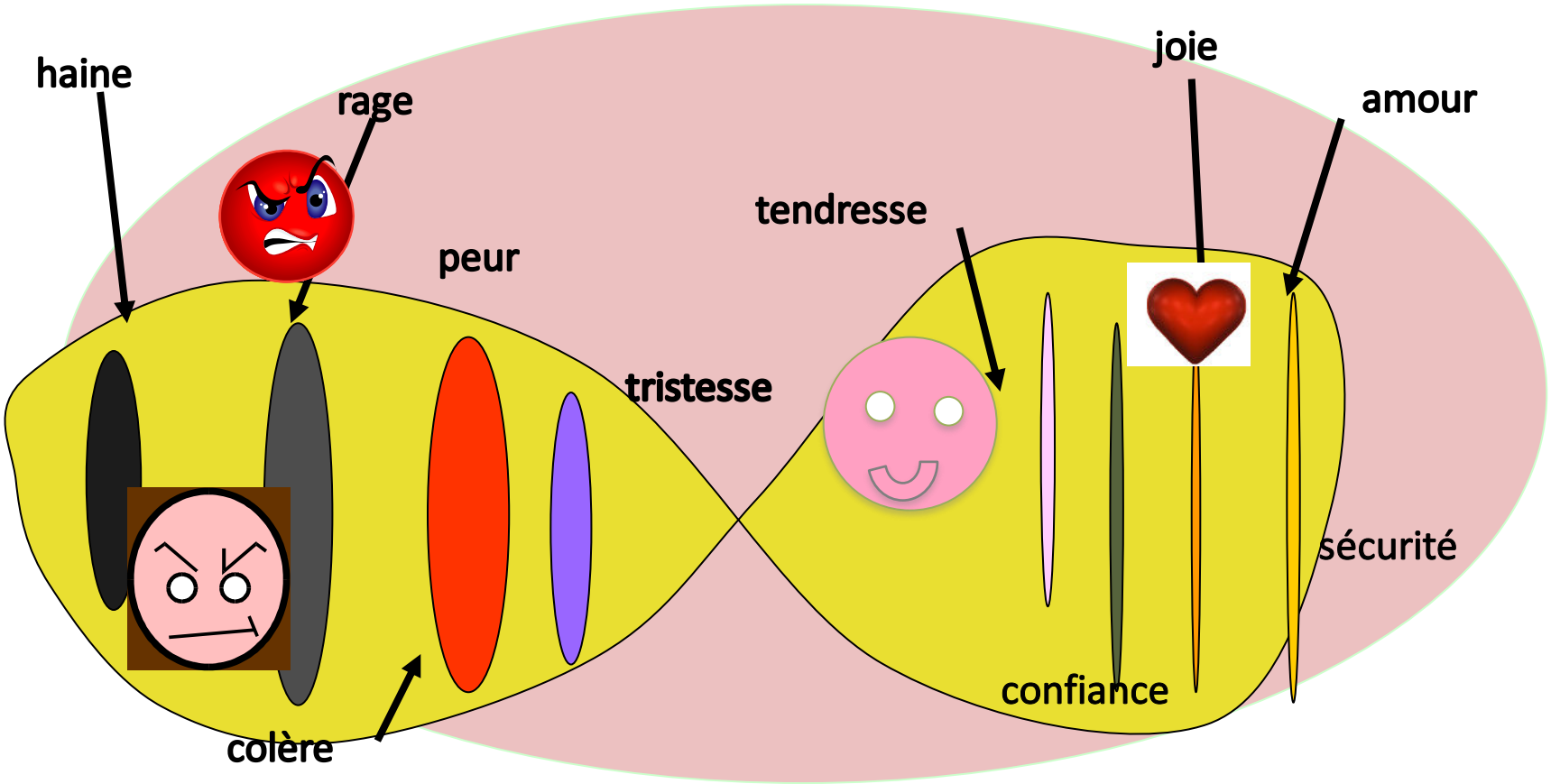
Mou
Chaud
Lumineux
Équilibre
bienêtre

Lorsque l'enfant pleure, il est tendu, ses sensations sont dures ,froides, piquantes.
Lorsqu'il est consolé, il se détend et ses sensations sont chaudes, douces, lumineuses.

Niveau sensoriel: 2 grandes familles de base, références de toute la vie .



Le niveau affectif (troisième niveau) résonne avec les niveaux
du tonus musculaire et de la sensorialité



Lorsqu'il pleure, il est tendu, il a peur, il se sent seul et abandonné, il est en colère ou dans la rage
puis lorsque le parent prend soin de lui
il se détend, s'apaise et se sent compris, en sécurité et dans l'amour.

Quelques mots sur le niveau affectif
l'affect apparait lorsque l'émotion est nommée

Si l'enfant ne réagit pas à la consolation, s'il continue à pleurer ou à se crisper, cela ne veut pas dire qu'il n'a pas entendu ce que dit le parent en mots et en gestes mais il n'a pas forcément les moyens de montrer qu'il a entendu.

Mais il reçoit les informations bienveillantes : c'est un langage vibratoire

Lorsqu'une personne met la main sur votre épaule sans parler lorsque vous exprimer une douleur, vous recevez un message d'empathie .

C'est la même chose pour un bébé.

L'intention du parent de consoler l'enfant et de satisfaire ses besoins est fondamentale car cela signifie que l'enfant est compris, qu' il est accepté dans ses manifestations émotionnelles.

Si la détente n'est pas possible, lui dire et lui faire confiance.

On trouve des attitudes « paranoïaques » chez certains parents démunis et désorientés quand le bébé pleure et n'arrive pas à se calmer: « il me cherche » » il le fait exprès » « il est malin » , « il est anormal » « c'est son handicap qui fait cela »

Parler à l'enfant
pour donner du sens
pour activer ses compétences naturelles à syllaber

Pour développer son langage, l'enfant a besoin d'entendre parler.

Dès la naissance pour constituer les premières empreintes du langage.

Ce n'est pas le fait d'éloigner l'enfant de la mère dès sa naissance qui pose un problème, mais c'est le fait de ne pas entendre la voix humaine et les premiers mots qui feront empreintes d'attachement : période silencieuse pendant laquelle, le cerveau enregistre les vibrations pour que les premières lallations apparaissent.

Orphelinat de Roumanie

Lorsque le parent ne peut pas parler

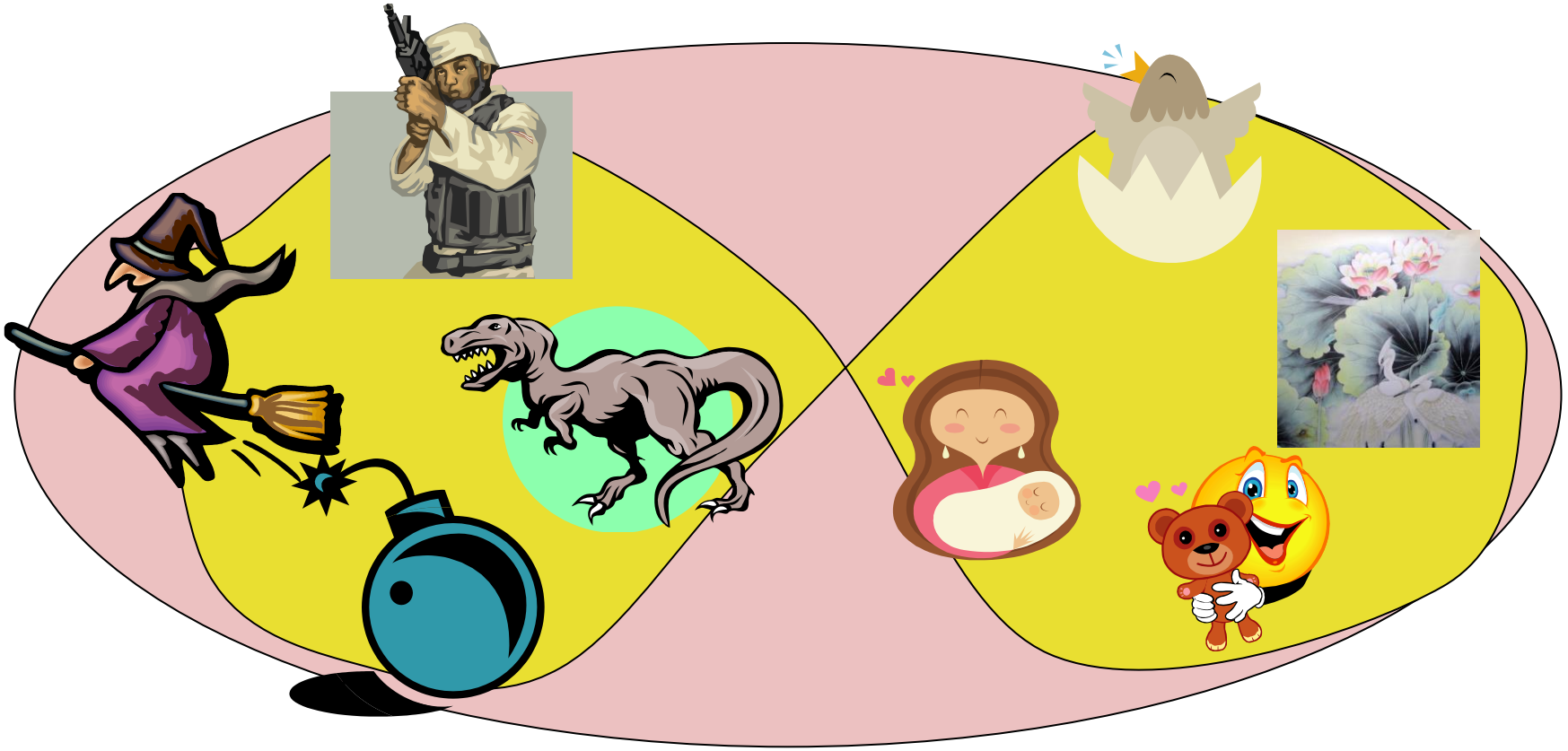
Lorsque la parent ne peut pas parler, ou peu ou mal, l'enfant entend les messages vibratoires de tendresse ou d'énervement.

Mais ce n'est pas suffisant: le parent doit donner à l'enfant des apports extérieurs: comptines, histoire racontée par d'autres, chansons, bruits d'oiseaux et d'animaux, musique classique.

Tous ces proposés oraux tels que les décrit Gisèle Gelbert (neurologue, orthophoniste, spécialiste des problèmes de langage) deviendront **progressivement des étalons internes pour l'enfant avec ses représentations colorées par les sensations, les tensions corporelles et les sentiments.**

Et le bébé ensuite pourra reproduire les sons et les syllabes .

4ème niveau: Le niveau des images et des représentations résonne avec les autres niveaux
du tonus musculaire, des sensations et des affects



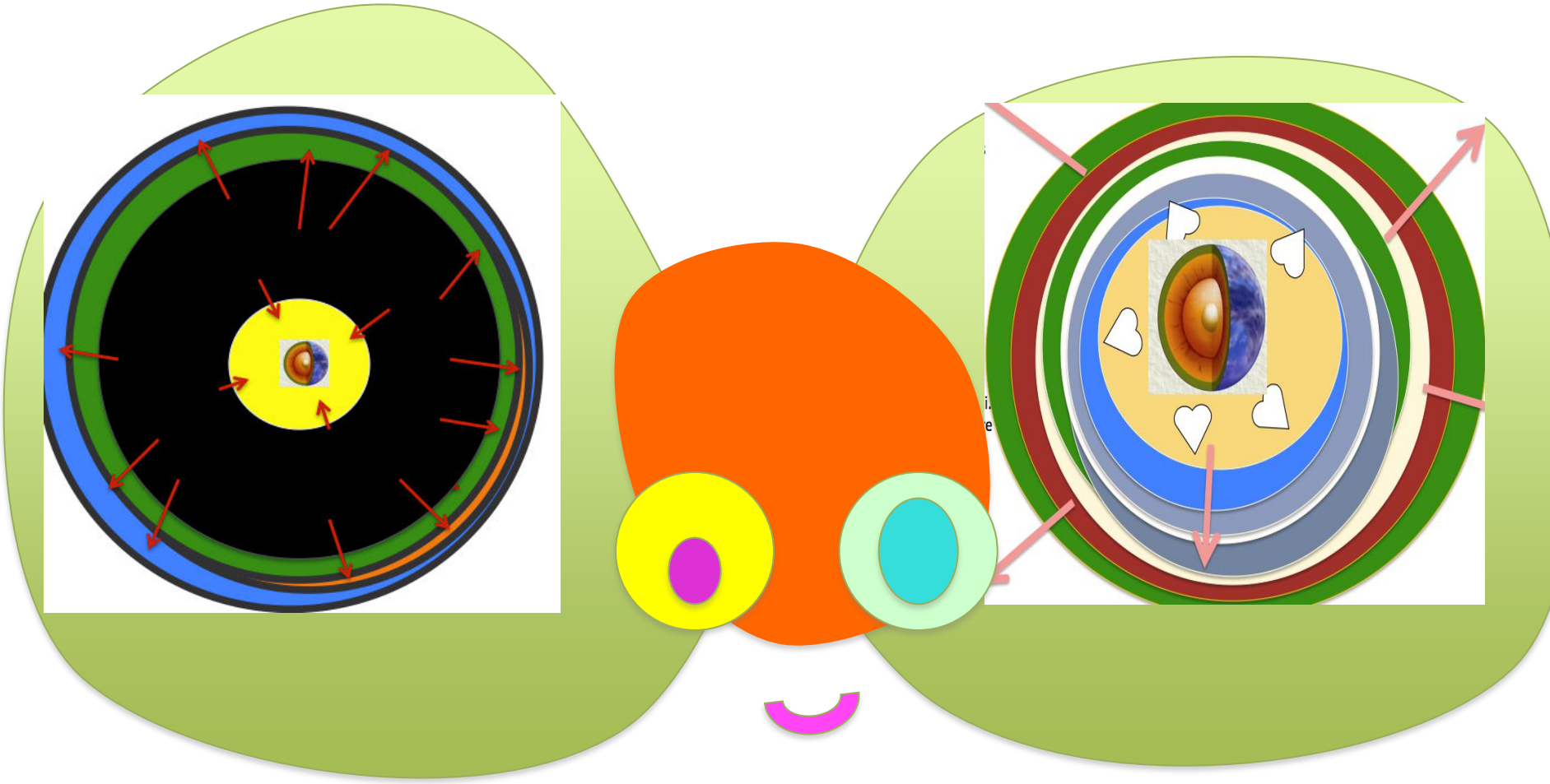
Lorsqu'il pleure, il est tendu, il est perdu dans un monde menaçant et méchant puis Lorsque le parent le console, il se détend, il est dans un monde gentil rempli de bonnes choses . *C'est l'attitude psychotonique paranoïaque du début de la vie*.

Au début de la vie, un pôle vient réparer l'autre, puis l'association se fait à l'intérieur du psychisme de l'enfant, ce n'est plus seulement le parent qui calme mais l'enfant développe ses propres capacités à s'autocalmer.

Le temps-espace, l'imaginaire, l'exploration du monde environnant, du corps propre.

Il développe des structures intermédiaires ou métapositions: il sort de son monde sensoriel, découvre ses mains et le monde.

Les structures intermédiaires naissent d'un rythme interactif satisfaisant: l'enfant sort de la bipolarité innée et voit le monde autrement



Son mode bipolaire psychotonique perd de sa force au fur et à mesure de son développement.
Il grandit et élargit sa conscience en développant de structures intermédiaires.

Progressivement il parvient à une démocratie psychotonique dans laquelle des oppositions cohabitent: **c'est l'ambivalence psychotonique**

Transformation de la tonicité réactive du besoin en tonicité du désir: **geste orienté**.

Il montre du doigt mais il a encore besoin de la **confirmation** soutenante du parent langagier: « ah! Tu veux ton doudou? »

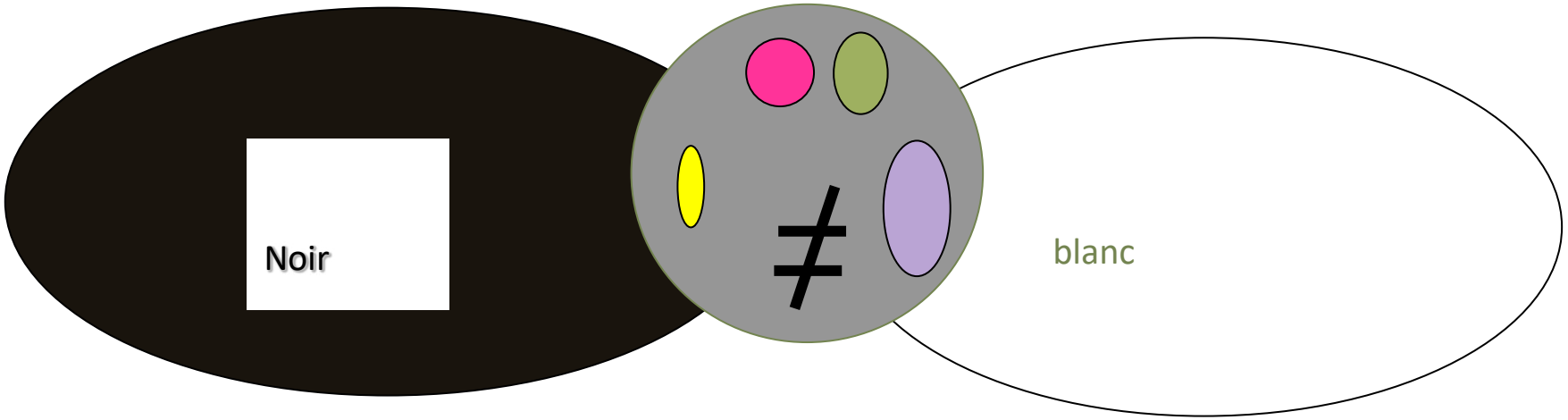
Les tensions émotionnelles, corporelles et végétatives massives du début de la vie, associées au durcissement musculaire et à la douleur font place progressivement à des tensions plus différenciées, à des pensées et des actes plus volontaires .

L'enfant s'est approprié sa motricité qui devient plus volontaire et consciente.

Ambivalence sensorielle

Les sensations dures liées à l'obscurité, au noir, à la douleur, au piquant, au froid s'associent aux sensations claires, douces, lumineuses , chaudes, sucrées de la consolation et du bien-être .

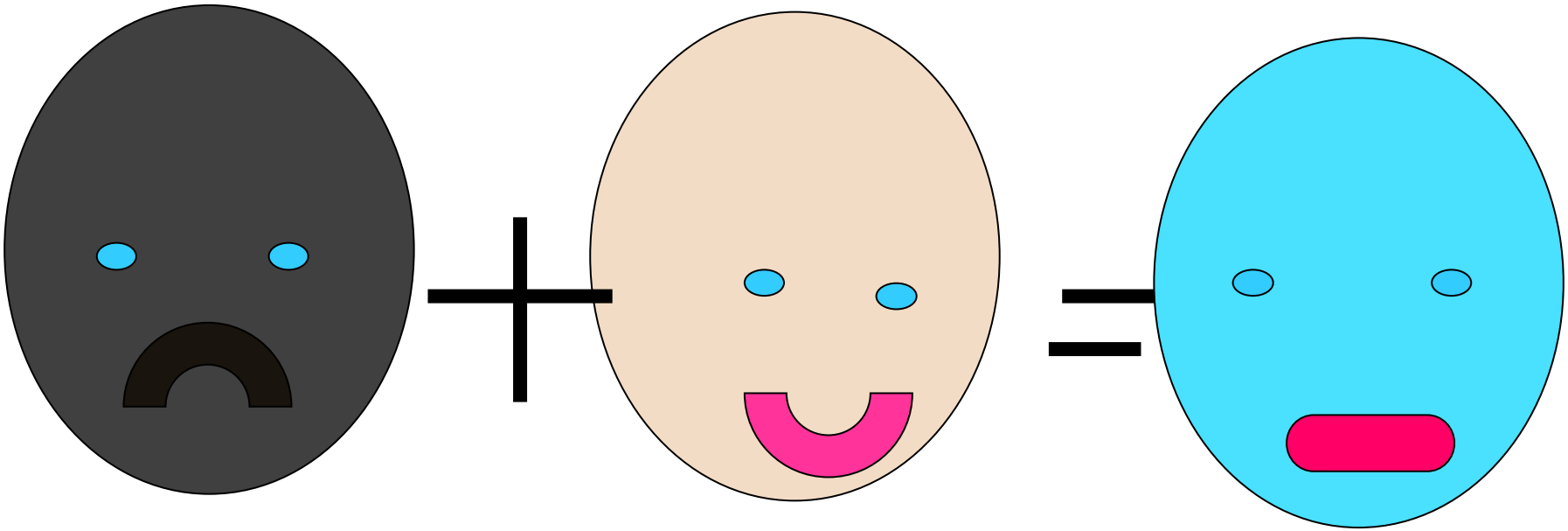
Proposer au bébé toutes sortes d'objets aux valeurs sensorielles tactiles, sensorielles, auditives, gustatives, visuelles différentes: dures, fortes, douces, molles, piquantes, lumineuses, sombres, froides, chaudes etc..



Ambivalence affective

Pleurs et rires, calme et énervement, amour et rejet, tendresse et violence, font partie de la même personne et

assurent un équilibre affectif.



Plaisirs et frustrations

sont les limites affectives du champ psychique .

Dans l'ambivalence représentative, l'enfant prend conscience que la maman gentille qui satisfait et la maman qui n'est pas là quand il a besoin, c'est la même personne .
Les personnes se globalisent en même temps que l'enfant se globalise.

+

= maman

<u>l'ambivalence psychotonique est un processus à long terme</u>.

C'est un projet humain de devenir de plus en plus calme et bienveillant mais actif et assuré dans ses décisions et ses actes.

Une des premières formes d'ambivalence se manifeste chez l'enfant dans le jeu « caché, coucou! » qui fait peur et rire en même temps : l'enfant a acquis la capacité de faire cohabiter 2 affects opposés: **la peur et la surprise agréable.**

C'est un processus psychocorporel qui dure toute la vie: gérer le stress, trouver des intermédiaires, tolérer certaines choses sans exploser, accepter les frustrations..

On peut agir et aider à l'installation de l'ambivalence psychotonique par des actions sur la détente musculaire: ostéopathie, yoga, respiration, relaxation, musique douce, imaginaire .

la frustration se transforme, ce n'est plus de la douleur pure,

1/ c'est un stimulant

2/elle développe la conscience morale

3/ elle stimule l'imagination

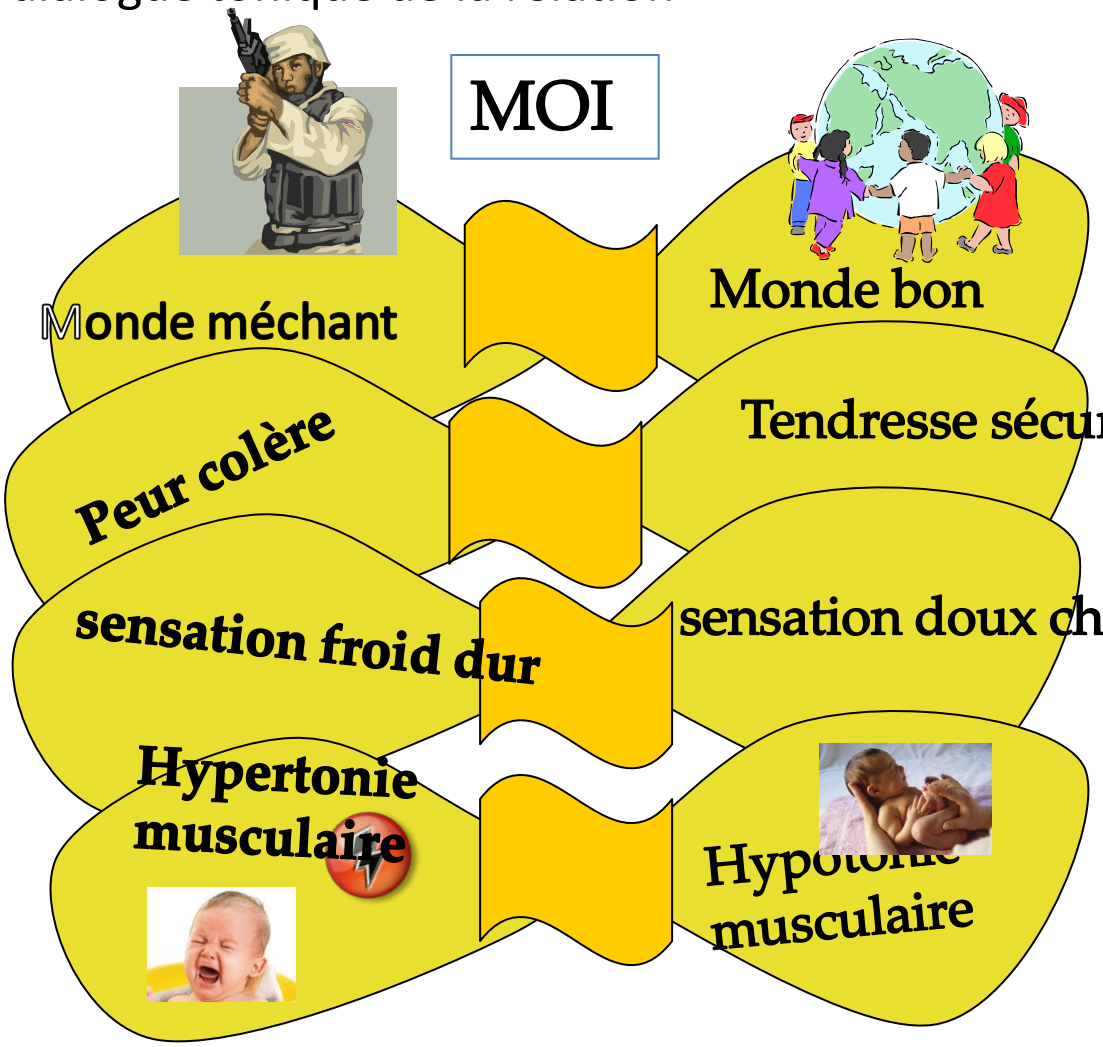
Dans un évènement de la vie, tous les niveaux sont activés en même temps

Le tonus musculaire est associé continuellement au monde psychique du nourrisson grâce au dialogue tonique de la relation

une globalité et une cohérence entre les manifestations du corps et la psyché se font de plus en plus fortes.

C'est comme une **respiration** qui construit la personnalité du bébé.

Plus la relation avec le parent et l'entourage est bonne, plus la respiration est ample, plus l'enfant se développe harmonieusement.



Cet étayage psychomoteur est inscrit dans le programme phylogénétique des humains

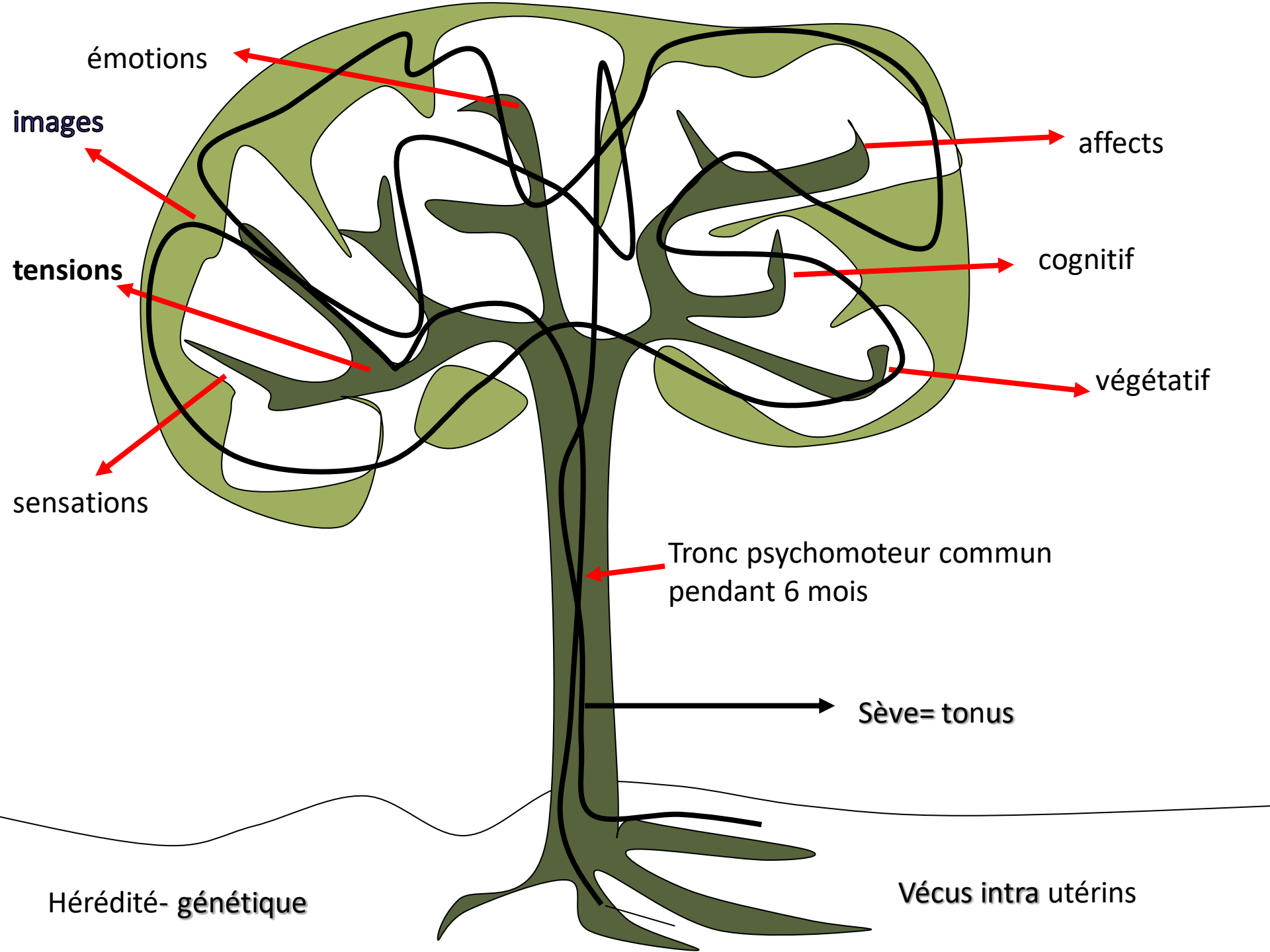
Le bébé a besoin de sentir les tensions et les détentes, les satisfactions et les frustrations et

d'être accompagné dans toutes ces variations psycho-toniques, **quelques soient son handicap et ses difficultés**.

répondre à ces variations devient un enjeu dans certains cas: il faut de l'imagination, de la créativité, des échecs et des réussites.

Pour l'enfant, l'étayage psychomoteur est une aide au développement de son potentiel inné

Et à l'intégration de son handicap et des difficultés dans le cours de sa vie.


émotions
images
tensions
sensations
affects
cognitif
végétatif
Tronc psychomoteur commun
pendant 6 mois
Sève= tonus
Hérédité- génétique
Vécus intra utérins