

L'ailleurs du corps

Collection dirigée par Patrick Ben Soussan
et Marie-Françoise Dubois-Sacrispeyre

De quoi parlons-nous lorsque nous parlons du corps ?

De qui plutôt ? Tant il est notoire que « mon corps est pensé en tant qu'il est un corps, mais ma pensée vient buter contre le fait qu'il est mon corps » (Gabriel Marcel). Est-il d'ailleurs possible de penser le corps ? Plus encore, le dire, l'écrire ? Serait-ce en ériger un corpus qui soit intelligible, signifiant et partageable ? Ou porter témoignage de la manière dont un sujet fait siennes ses expériences corporelles, sensations, perceptions et sentiments, tout au long de sa vie.

Voici donc notre terrain. Un corps. Le corps. Mon corps.

Le corps vient toujours d'ailleurs et ne fait que passer. Il nous excède, nous défie, nous terrifie, nous enserre de son étreinte et nous abandonne, au cœur de notre vie. Il parle aussi, et son logos parfois nous déborde. Nous emporte de l'autre côté de nous, nous étrange.

C'est en cet ailleurs que s'origine cette collection, aux frontières de soi. Mais quels lieux du corps visite-t-elle donc ? Vous l'avez compris, aucun ou peut-être plutôt tous à la fois : elle revendique les échos multiples que le corps porte, en lui et hors de lui. Métisse, polymorphe, complexe, elle sollicite inévitablement les sciences de la vie, la biologie, la médecine, la philosophie, l'anthropologie, la psychologie, la sociologie, la psychanalyse, la politique, l'éthique mais aussi les arts, la culture, l'histoire, les religions, les mythes, la littérature...

Elle ambitionne une position critique – serait-ce un plaidoyer pour une « déconstruction » de la corporalité – qui ne peut que la mener à penser en quelque sorte ailleurs...

Il faut que le corps aille... Cette collection le suit, au plus près, au plus vrai. À la poursuite de ce qu'il trame, ce sacré corps. Car, s'il est pour Michel Henry « l'ensemble de nos pouvoirs », le corps, mon corps, n'en demeure pas moins et toujours et assidûment, le lieu de tous les mystères.

Retrouvez tous les titres parus sur
www.editions-eres.com

CORPS BRÛLANT,
CORPS ADOLESCENT

DU MÊME AUTEUR :

Le corps et l'eau
Une médiation en psychomotricité
érès, 1999

Bébés et parents dans l'eau
collection « Mille et un bébés »
érès, 1999

Catherine Potel

CORPS BRÛLANT
CORPS ADOLESCENT

Des thérapies à médiations
corporelles pour les adolescents

Préface de Daniel Marcelli

érés

Remerciements

Je remercie tous ceux qui m'ont supportée pendant ce travail au long cours, mon mari, mes enfants, ma famille.

Je remercie mes collègues du centre Étienne-Marcel pour toutes ces années de travail d'équipe.

Je remercie mes collègues du CMPP de l'OSE pour la qualité de leurs réflexions cliniques, et tout particulièrement le docteur Évelyne Chauvet, pour sa passion et son dynamisme communicatifs.

Je remercie les membres de l'AREFFS. Le prix Sapir 2003 a été un vrai événement dans ma vie d'auto-didacte.

Je remercie M^{me} Ophélie Avron qui, en me remettant ce prix, m'a invitée à poursuivre le travail entamé et à approfondir ma réflexion théorico-clinique. J'espère que ces quelques pages ne la décevront pas.

Enfin, je remercie tout particulièrement M^{me} Monique Meyer qui, par son écoute non seulement professionnelle mais humaine avant tout, m'apprend tellement.

Conception de la couverture :
Anne Hébert

Version PDF © Éditions érès 2012
ME - ISBN PDF : 978-2-7492-1882-3
Première édition © Éditions érès 2006
33 avenue Marcel-Dassault, 31500 Toulouse
www.edition-eres.com

Table des matières

PRÉFACE de <i>Daniel Marcelli</i>	9
PRÉLUDE.....	11
INTRODUCTION	13

I - UN CORPS PSYCHIQUE *Hypothèses théorico-cliniques*

1. DES SYMBOLISATIONS QUI PASSENT PAR LE VÉCU DU CORPS.....	23
<i>Bref rappel historique</i>	23
<i>Genèse du lien corps-psyché</i>	26
Corps de la mère. Corps de l'enfant :	
des symbolisations qui passent par le vécu du corps	26
Processus de séparation	27
<i>Les jeux du corps</i>	29
Les découvertes du bébé : son corps.....	29
Le concept d'objet transitionnel.....	29
L'espace de jeu : un espace potentiel.....	30
Interlude	32

2. L'EXPÉRIENCE DU JOUER : DU CÔTÉ DES SYMBOLISATIONS PRIMAIRES ET DE LA TRANSITIONNALITÉ.....	33
<i>La place du jeu dans les thérapies : une expérience transitionnelle</i>	34
<i>C'est l'investissement corporel du thérapeute qui organise l'axe de la thérapie</i>	35
<i>Jeux à médiation corporelle : les symbolisations primaires</i>	36
<i>Peut-on parler d'un langage du corps ?</i>	38

3. THÉRAPIE À MÉDIATION CORPORELLE : UN ABORD THÉRAPEUTIQUE	
QUI PERMET QUE LES MOTS PRENNENT CORPS	39
<i>Le corps, oui, mais pourquoi ?</i>	39
<i>Jouer, rêver, imaginer : une construction de l'être</i>	41
Entre rêverie et imaginaire, un espace à créer	41
Le cadre : ce qui borde et limite.....	42
<i>La psychomotricité : une discipline qui fait travailler les médiations</i>	44
Inventer une médiation.....	44
Une zone intermédiaire de rencontre	45
L'effet loupe de la médiation.....	46
Les médiations donnent une forme aux éprouvés corporels	46
Les médiations sont des détours pour la symbolisation	47
« Ça doit parler au corps du psychomotricien »	48

II - CORPS BRÛLANT, CORPS SOUFFRANT LE CORPS À L'ADOLESCENCE

Interlude	52
INTRODUCTION	53
<i>Quand les adolescents vont mal</i>	55
4. L'ADOLESCENCE : UN PASSAGE	57
<i>Une période de transformation</i>	57
Les transformations pubertaires	58
Passer par le corps pour clamer son identité.....	59
Les investissements corporels des adolescents	60
Les relations aux autres	61

<i>La crise d'adolescence ou processus d'adolescence</i>	62
Mise en doute du sentiment identitaire.....	62
Résolution de la crise.....	63
<i>Troubles et conduites à risque à l'adolescence</i>	64
<i>Agressivité, destructivité, violence à l'adolescence</i>	66
<i>Qu'en est-il de l'adolescence pour l'adolescent psychotique ?</i>	68
 Interlude.....	 71
 5. LE TRAVAIL DU CORPS AU RISQUE DE L'ADOLESCENCE.....	 73
<i>Arrêts sur image</i>	74
L'excitation, quelques jours après mon arrivée.....	75
La déroute.....	75
Le coup de poing.....	76
<i>Le paradoxe induit par la proposition</i> <i>d'un travail corporel pour les adolescents</i>	77
La distance relationnelle.....	78
La place du corps.....	79
Les risques possibles d'un travail corporel.....	81
 6. LES DIFFÉRENTS CHAMPS DE PRATIQUE CORPORELLE.....	 85
<i>Quelles propositions pour les adolescents ?</i>	85
Les médiations corporelles sont des lieux d'expérience.....	86
Les thérapies psychomotrices.....	86
Les rééducations.....	86
La relaxation.....	88
<i>Les indications : le bilan psychomoteur</i> <i>comme outil d'évaluation clinique</i>	88
Le bilan psychomoteur : un outil d'évaluation clinique.....	89
Le bilan psychomoteur : un temps de rencontre.....	90
<i>La spécificité du bilan psychomoteur auprès des adolescents</i>	91
Bilan et psychose.....	91
Bilan et névrose.....	92
La passation du bilan auprès des adolescents.....	92
Les conclusions du bilan et les indications.....	93
 7. LES RELATIONS AVEC LES PARENTS D'ADOLESCENTS.....	 95
Écart.....	99

III - DES MÉDIATIONS CORPORELLES POUR LES ADOLESCENTS

8. DES MÉDIATIONS CORPORELLES : LESQUELLES ?	103
<i>Le contenu des médiations</i>	104
<i>Des conditions de cadre</i>	107
Un exemple : l'escrime	108
<i>Comment ça s'invente, une médiation ?</i>	109
<i>Les thérapies à médiations groupales</i>	111
Rappel sur les groupes à l'adolescence	112
Le groupe thérapeutique	113
La cothérapie dans les groupes	115
Petits ou grands groupes ? Ouverts ou fermés ?	116
9. « S'IL TE PLAÎT, APPRENDS-MOI À FAIRE MES LACETS » OU DES MÉDIATIONS PSYCHOMOTRICES TRÈS CLASSIQUES POUR ADOLESCENTS PAS CLASSIQUES DU TOUT !	117
<i>Commentaires</i>	120
10. TOUT AU FOND DE NOUS, IL Y A UN PETIT ÊTRE QUI DANSE	125
<i>Qu'en est-il du narcissisme chez l'adolescent ?</i>	127
<i>Naissance d'un groupe danse</i>	128
<i>La danse, une technique, une médiation, un espace transitionnel</i>	129
Les postulats théorico-pratiques d'un atelier danse en psychomotricité	130
La danse : une médiation culturelle	133
La danse : un mouvement entre extérieur et intérieur	135
L'improvisation	137
Le travail des mots	138
L'écriture de la danse	138
Le groupe en danse	139
<i>Donner à voir, donner au regard de l'autre</i>	140
Un atelier danse pour la beauté du geste ?	140
La vidéo	141
L'expérience de la scène	142

11. « COMMENT ON FAIT POUR RIRE QUAND ON A LA TÊTE PRISE PAR LES ÉTOILES » OU L'EXPÉRIENCE DES SENTIMENTS CHEZ UN JEUNE ADOLESCENT POSTAUTISTE ...	145
--	-----

Interlude	151
-----------------	-----

IV - LA RELAXATION POUR LES ADOLESCENTS ?

12. HYPOTHÈSES THÉORICO-CLINIQUES	155
<i>Les différents temps de la relaxation</i>	156
L'installation.....	157
Les inductions verbales et corporelles	157
Le temps du silence	158
La reprise	158
La verbalisation	158
<i>Sensations, éprouvés, ressentis du corps :</i> <i>une voie d'accès à la symbolisation</i>	160
Ressentir ne suffit pas	160
Une certaine conception du corps.....	160
Les vécus d'angoisse en relaxation	161
<i>Le travail du thérapeute en relaxation</i>	163
Permettre l'accès à une intériorité	163
Démêler les vécus corporels et émotionnels	164
Aider au déploiement d'une pensée.....	165
<i>Deux histoires cliniques : Rémi et Solène</i>	165
Deux problématiques différentes de l'adolescence	166
Prises en charge multifocales.....	166
Le grand écart : entre enfance et adolescence	167
Les âges différents de l'adolescence.....	167
Relaxation en groupe/relaxation en individuel	168
La place du corps.....	168
Mise en perspective.....	169
<i>Le corps au risque des mots</i>	170
13. LA FOLIE DE RÉMI	171
<i>L'enfance de Rémi</i>	172
<i>Un corps souffrant</i>	173
<i>Une rencontre impossible</i>	174

<i>Le travail en relaxation</i>	175
La première séance	176
Les premiers mois	178
Les mots et les maux du corps	179
« La voix de ma mère »	180
Les dessins de Rémi	180
Séparation	183
Fin de la prise en charge	184
<i>Au regard de ce parcours, la relaxation ?</i>	184
14. LE MAL DE VIVRE DE SOLÈNE	187
<i>L'enfance de Solène</i>	187
<i>Mon premier entretien avec Solène</i>	188
<i>La relaxation</i>	190
Les premières séances	190
L'absence	191
Rêves de princesse	192
Cauchemar	194
Les douleurs laissent la place aux éprouvés et à la rêverie	195
« J'ai failli m'endormir »	196
Le secret	198
Interruption brutale	199
<i>Au regard de ce parcours, la relaxation ?</i>	200
15. LA CURE EN RELAXATION	203
<i>Les risques d'une cure en relaxation pour les adolescents</i>	204
<i>Dans quels cas l'idée d'une cure en relaxation</i> <i>est-elle intéressante ?</i>	205
Les manifestations symptomatiques corporelles ou symptômes somatiques fonctionnels	206
L'immaturité psychique	208
Décompensations sur le plan instrumental	209
Dévalorisation narcissique	209
Puberté précoce	210
Un symptôme de société : le « stress »	212
<i>Relation entre mouvements, états du corps, et</i> <i>mouvements psychiques dans la thérapie</i>	215

<i>L'évolution du travail en relaxation</i>	218
Le symptôme évolue, revient, disparaît.....	219
Les processus de transformation en relaxation.....	220
16. ADOLESCENCE : GRANDIR, MÛRIR OU VIEILLIR ?	223
<i>Premières rencontres</i>	224
<i>La première année de relaxation</i>	226
Le temps d'installation	226
La détente.....	226
La verbalisation	228
<i>Émergence d'une intériorité</i>	229
<i>Trois ans après : « Ici, je me construis »</i>	231
Lien entre corps et émotions	231
Appui thérapeutique et mouvement dépressif.....	232
Angoisse de l'avenir	232
<i>La déchirure</i>	235
<i>Un avenir qui s'ouvre</i>	237
<i>Au regard de ce parcours, la relaxation ?</i>	238
CONCLUSION	241
BIBLIOGRAPHIE.....	245

*À Jean-José, sans qui ce livre n'aurait jamais vu le jour.
À Quentin et Sarah.
Je vous aime.*

« À force de changer de taille, on perd la tête »
dit Alice au ver de terre.
Lewis Carroll

Préface

Quelque chose de terrible arrive aux adolescents : soudain leur corps exige d'eux-mêmes une chose inconnue, les pousse à une rencontre incertaine, les contraint à renoncer aux satisfactions de l'enfance, brouille constamment toute demande de tendresse par une excitation envahissante et désorganisant. Le corps fait un bruit infernal qui risque à chaque instant de leur « prendre la tête » : l'adolescent hésite souvent entre un renoncement à penser, laissant le corps envahir le champ de la psyché et une tentative de maîtrise de la bête, tuant ou emprisonnant ce corps dans un carcan sécuritaire... Si le bébé organise le lien entre le soma et la psyché au travers d'une intersubjectivité portée par celui ou celle qui le tient dans les bras, le regarde, lui sourit et lui parle, l'adolescent dans son travail de subjectivation cherche d'abord à se dégager de cette intersubjectivité ressentie comme une menace pour son affirmation identitaire. Malheureusement pour lui, et heureusement pour l'humanisation, le corps pubère fait vivre à l'adolescent une brèche insupportable, une incomplétude, un manque dont il doit s'accommoder : un autre est là, doté d'un corps tout aussi étrange et inquiétant de par l'attraction qu'il provoque et avec lequel, bon gré mal gré, il faudra faire... Effectivement, entrer dans l'humanité, c'est passer de la copulation à la sexualité, de l'impulsion à tuer au désir de faire mal, en un mot, c'est interposer entre la violence instinctuelle du corps et la réalisation de l'acte, une pensée pour l'autre, l'attente d'un désir partagé.

Tout comme chez le bébé ou la femme enceinte, le lien corps-psyché est un enjeu majeur de l'adolescence, et chaque fois que l'un veut imposer sa loi à l'autre des grincements se produisent, autrement appelés des symptômes. C'est dire l'importance de la prise en compte de ce lien dans toute évaluation psychopathologique et dans toute proposition thérapeutique chez un adolescent qui présente des difficultés. De ce point

de vue, l'approche par la psychomotricité occupe une place privilégiée à cet âge : c'est le mérite du présent ouvrage de nous le rappeler et surtout de nous en montrer les ressorts.

L'auteur, Catherine Potel, est riche d'une expérience clinique déjà longue dans la prise en charge des adolescents par la psychomotricité et la relaxation. Cette expérience, elle nous en propose un récit, une élaboration et une théorisation au travers de quatre parties principales : une réflexion sur la psychomotricité d'abord, une reprise théorique de la notion d'adolescence ensuite, puis un apport concernant les objets de médiation à prévalence corporelle, enfin une analyse plus détaillée de la relaxation qu'elle pratique depuis longtemps. Cet ouvrage est d'autant plus le bienvenu qu'entre adolescence et psychomotricité, les rapports n'ont pas toujours été évidents, parfois même tout le contraire, empreints d'une défiance certaine. Comme nous le rappelle fort justement Catherine Potel, cela tient au fait qu'à cet âge, l'approche corporelle doit toujours naviguer au plus près serré entre l'excitation, la régression et le passage à l'acte. Mais inversement, quand ces écueils sont négociés, la psychomotricité peut rendre à l'adolescent tout ou partie de l'indispensable fluidité entre le geste et la pensée, entre le corps et la psyché. Les situations cliniques qui nous sont présentées en sont de beaux exemples. Ainsi, à l'adolescence, l'utilisation d'un médiateur corporel tel que la danse condense tous les enjeux : sensations corporelles, intégration du rythme, de l'espace, du son, rapport à l'autre, reprise des émotions, spectacle de soi offert à l'autre, risque narcissique, etc. Par la danse, le corps redevient le messager des émotions de soi et de l'autre, inscrivant le danseur dans un lien social où se mêlent subtilement régression et élaboration, narcissisme et relation d'objet... On sait combien les adolescents dans les unités de soins et les institutions sont à la fois avides et craintifs face à cet engagement de leur corps au vu et au su de tous. Catherine Potel nous fait toucher du doigt, oserai-je dire, la richesse d'un travail thérapeutique utilisant, comme elle le fait depuis longtemps, cet objet de médiation.

Ouvrage à la fois pratique et théorique, il sera lu avec intérêt aussi bien par ceux qui s'inscrivent dans cette orientation thérapeutique que par ceux qui ont à prendre en charge des adolescents « mal dans leur corps ou dans leur peau », mais aussi par ceux qui considèrent comme nécessaire à leur clinique une réflexion sur la théorie de la médiation et la place que le corps y occupe.

Daniel Marcelli

Daniel Marcelli est psychiatre, professeur de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, médecin-chef du service de psychiatrie enfant-adolescent au centre hospitalier Henri-Laborit à Poitiers. Il est l'auteur de nombreux articles et ouvrages.

Prélude

Mon adolescence est passée, presque sans heurt, presque banale. Elle reste inscrite dans ma mémoire comme une période heureuse. Habitée par la flamme de la passion, de la danse, de la musique, investie dans une explosion de multiples amitiés incandescentes où la sexualité n'osait pas encore trop se risquer à découvert, recherche désespérée de l'amour, cette période de ma vie me laisse la saveur d'une énergie formidable. Cependant, la luminosité de mes souvenirs est trouée de quelques ombres noires qui se détachent avec intensité.

Ce jour fatal : découverte d'un corps, le mien dans le miroir, que je ne reconnais plus, que je trouve trop gros, si laid, que je scrute par morceaux, mes jambes, mes bras, mon nez... Que je n'ose plus habiller de mon seul collant de danse. L'impression si forte d'une désillusion, d'un désenchantement : on m'a trompée. Je ne suis ni jolie ni mignonne ! Ces mots, tant entendus dans l'enfance, pris comme vérité (ce qui sort de la bouche des parents...), se fracassent à grand bruit dans ce miroir que je taperais à coup de pied si je laissais éclater ma rage... Ou est-ce ma peur ?

Malaise soudain quand ma mère, dans la rue, me prend par le bras, dans une proximité insupportable qui ne semble pas la gêner. Moi, cette proximité, que je ressens de façon quasi obscène, me pétrifie.

Disputes, fracas, portes qui claquent, malentendus de mots et de silences. Les limites parentales à mes exagérations m'étouffent, quand elles m'interdisent de vivre cette excitation folle qui s'empare de moi à certains moments. Et les doutes, les chagrins, le mal de vivre, les sentiments de solitude, terribles, qui ne trouvent leur exutoire que dans les feuilles de papier noircies d'un cahier secret, dans les livres, et dans les confidences à ma meilleure amie. Le malheur adolescent !

Je n'ai guère eu le loisir de l'oublier, cette adolescence « tranquille » si banale, puisqu'elle est venue me tarauder très vite : par mon intérêt pour le symptôme d'anorexie mentale, thème de mon mémoire de fin d'année d'études, puis quelques années plus tard, dans ma rencontre avec les adolescents de l'hôpital de jour. Depuis, elle a pris tout son relief, non seulement dans mes années d'analyse, mais aussi dans le retour sur soi obligé que provoquent nos enfants qui grandissent, et qui deviennent eux-mêmes adolescents !

Quand on s'occupe d'adolescents en mal d'être, cela aide-t-il de se souvenir aussi nettement des émois de sa propre adolescence ?

Introduction

Il a fallu ces cinquante dernières années pour que l'adolescence soit repérée comme une période spécifique de la vie humaine. Traditionnellement, des rituels à forte valeur symbolique marquaient la fin de l'enfance et l'entrée dans les responsabilités sociales adultes. Ces rituels qui prenaient, dans certaines sociétés, forme de rites initiatiques corporels, portaient en eux toute la valeur symbolique signifiante du passage et, d'une certaine façon, de la transmission du flambeau, celui de la continuité de l'espèce humaine.

Actuellement dans nos sociétés occidentales, l'adolescence a pris d'autres couleurs et d'autres valeurs. Elle est reconnue comme étant une période bien spécifique de la vie, une période de transition qui porte en elle les germes de la transformation possible, les germes de la passion et de la création, mais aussi ceux de la destruction et de la violence.

Mai 68 a eu un impact formidable : pour la première fois, la révolution prenait naissance au sein de la jeunesse avec suffisamment de force et de verve pour qu'on puisse croire que la société en serait, par la suite, transformée dans ses fondements.

Depuis, l'adolescence semble être devenue le paradigme même d'une société qui repousse toujours plus loin les limites, avec ce que cela suppose

comme effets positifs et dynamiques, mais avec des effets pervers dont les conséquences sont parfois désastreuses (manque de repères, positions identificatoires floues, etc.).

Sur le plan clinique et psychopathologique, les recherches sur cette période troublée qu'est l'adolescence sont nombreuses du fait même que si l'adolescence intéresse, elle pose aussi beaucoup de problèmes aux adultes : violence, sexualité précoce, drogue, sida, autorité, scolarité, transmission du savoir parfois inversée (dans le maniement des ordinateurs, les jeunes sont bien plus forts que nous...). Les faits divers scabreux, nombreux et fortement médiatisés, témoignent d'un malaise, interrogent, fascinent, font peur.

*
* * *

J'ai travaillé pendant une quinzaine d'années dans un hôpital de jour pour adolescents ¹.

Je n'avais jusque-là aucune expérience de l'adolescence si ce n'est d'avoir vécu la mienne, puis d'avoir écrit mon mémoire de fin d'études sur l'anorexie mentale de la jeune fille, sujet vaste et complexe. J'avais aussi effectué un stage auprès d'adolescentes déficitaires, stage qui m'avait laissé un goût d'étrangeté, de difficultés, mais aussi de grand intérêt.

Aussi, me voilà confrontée à l'adolescence, avec la spécificité qui est la mienne : le corps, et qui plus est, le corps en relation.

Pas facile pour une psychomotricienne d'inventer des médiations qui ne soient pas ressenties, par les adolescents, trop infantiles et régressives. Avec mes cerceaux, mes ballons, ma capacité à inventer des jeux où le sensoriel avait une place essentielle, je me sentais un peu inadéquate.

À l'époque, dans les hôpitaux de jour pour adolescents, la psychanalyse était la référence principale de pensée – une psychanalyse qui ne s'intéressait pas encore au corps comme elle peut s'y intéresser aujourd'hui – et le corps avait, par conséquent, une place bien particulière pour ne pas dire restreinte.

En dehors du sport, point de salut ! J'ai donc commencé par là, tout en ne me sentant pas vraiment à l'aise dans mes baskets ! En effet, je n'avais aucune compétence sportive personnelle, mon choix de la psychomotricité résultant de mes goûts pour la musique, la danse, et la psychologie humaine, mais pas pour le sport !

1. Il s'agit de l'hôpital de jour du centre Étienne-Marcel à Paris.