

Mathilde FLOCH

Psychomotricienne DE.

CMPEA, EPSMR

La Réunion

Apport de l'hypnose dans la clinique des troubles  
de l'individuation en psychomotricité en service  
ambulatoire de pédopsychiatrie

Diplôme Universitaire d'hypnose médicale et clinique

Année universitaire 2019 – 2020

Directeur de mémoire : Joséphine SYREN

## Remerciements

Merci à toute l'équipe pédagogique de ce DU pour votre richesse, votre envie de transmission et votre confiance.

Merci à mon établissement pour avoir rendu cette formation possible.

Merci à tous mes compagnons de formation, pour votre ouverture et ces modèles de courage.

Merci à Joséphine pour la découverte il y a déjà plusieurs années et pour ton enthousiasme en tant que directrice de mémoire.

Un grand merci à Isabelle, Louise et Laurence, qui avez ouvert le chemin de l'hypnose avant moi et m'y avez entraînée.

Merci à mes patients, leurs parents, mes collègues, pour cette confiance qui m'étonne chaque jour davantage.

Merci à Cécile pour ta relecture impeccable.

Merci à tous mes proches pour votre intérêt, vos encouragements et pour tout le reste...

# Sommaire

<b>Introduction</b> .....	4
<b>I. Revue des travaux et problématique</b> .....	6
A. Des pratiques qui se ressemblent, s'assemblent, s'associent.....	6
1. La psychomotricité .....	6
a) Généralités.....	6
b) La psychomotricité en CMPEA.....	9
2. L'hypnose.....	11
a) Généralités.....	11
b) L'hypnose chez l'enfant .....	18
3. Une pratique intégrative .....	19
B. Les processus d'individuation et le sentiment de soi chez l'enfant pour mieux se vivre .....	21
1. Construction .....	21
2. Troubles de l'individuation et troubles associés : la clinique psychomotrice en unité de pédopsychiatrie.....	24
C. Petite conclusion, problématique et hypothèses de travail .....	28
<b>II. Clinique de l'hypnose en psychomotricité</b> .....	30
A. Méthodologie.....	30
1. Description de la population, de ses problématiques .....	30
2. Description du cadre et du dispositif .....	33
3. Pistes d'évaluation.....	34
B. L'hypnose en séance .....	34
1. Arthur .....	34
2. Hans.....	40
3. Léon.....	45
4. César.....	48

<b>III. Discussion théorico-clinique</b> .....	60
A. Rappel de la problématique .....	60
B. Confrontation des observations à la problématique : apports et limites .....	61
1. Avec l'enfant en pédopsychiatrie : une expérience survoltée .....	61
2. L'éternelle question de la demande .....	63
3. La fin... un début ? .....	63
4. Et l'autohypnose dans tout ça ? .....	64
<b>Conclusion</b> .....	66
<b>Bibliographie</b> .....	68
<b>Annexes</b> .....	71
<b>Résumé et mots clés</b> .....	86

## Introduction

Au lycée, mon choix pour la psychomotricité s'est inscrit en contre-poids d'une vision du soin qui me semblait cartésienne, séparant le corps et l'esprit. Depuis une présentation théorique de l'hypnose thérapeutique durant mes études, cette médiation a suscité chez moi un grand intérêt. Il m'a néanmoins paru prioritaire de gagner en expérience et en maturité dans ma pratique professionnelle initiale avant d'y ajouter cette approche complémentaire.

Depuis quelques années, des proches (médecins, psychomotriciennes) qui se sont formées à l'hypnose ont pu me nourrir dans mes réflexions cliniques, par leur changement de posture soignante notamment. Ma pratique de psychomotricienne, mais aussi mes expériences de vie et réflexions personnelles, m'ont amenée de plus en plus à questionner notre approche occidentale classique du soin, notre vision asymétrique du « patient », cet « autre » qui a « besoin d'aide ». Cet autre que l'on essaie de « soigner » et qui a souvent tant de mal à s'autonomiser ensuite. Quelle part avons-nous dans ce lien de dépendance ? Comment en sortir ? Je me suis aperçue qu'une plainte ne peut, ou du moins, ne devrait pas suffire comme motif au soin, et que la demande ainsi que l'engagement du patient sont primordiaux pour que « quelque chose change ». **Cette question d'implication dans le soin m'a particulièrement taradée en travaillant en CMPEA** : les accompagnements y sont gratuits et bien souvent, mes jeunes patients et leurs familles y sont orientés sur insistance des institutions (écoles, protection de l'enfance, protection maternelle et infantile) sur une base de comportements jugés inquiétants. Il n'y a pas toujours de demande parentale et rarement une demande de l'enfant, même s'il est « content de venir ». Ainsi, une partie du public accueilli me semble « consommer » malgré lui des soins en se laissant guider et en attendant assez passivement que les professionnels estiment qu'il n'a plus besoin de venir. L'adhésion aux soins est alors superficielle, la durée d'accompagnement est longue et avec trop peu d'évolutions constatées. Cela rend les délais pour de nouveaux accompagnements de plus en plus longs. Malgré nous et par nos fonctionnements, il me semble que nous pervertissons parfois nos missions de service public et ne pensons pas suffisamment **le soin dans une perspective d'autonomisation**.

En parallèle de ces limites que je rencontrais dans ma pratique de psychomotricienne, l'hypnose se présentait tout doucement comme une ouverture des possibles.

Lors d'une réunion de régulation professionnelle, alors que j'évoque une situation, la psychologue qui nous accompagne me propose une visualisation hypnotique. J'éprouve à ce

moment-là que l'hypnose complète l'approche psychomotrice pour soutenir le travail de « reliance », de (re)mise en lien de ce qui nous compose (sensorialité, motricité, cognition, vie émotionnelle et relationnelle). Et je découvre aussi qu'il est possible de rechercher du confort dans cela, un équilibre serein, une justesse dans la manière d'être à soi et au monde, en modélisant les rapports de forces mis en place depuis notre naissance, et même avant. J'aime beaucoup cette idée. Une question nous était souvent posée par cette psychologue : « d'accord... et ce que tu me dis là, est ce que c'est OK pour toi ? ». Avec le temps, à force de me poser cette question dans les différents événements de ma vie, je me suis aperçue du décalage que je pouvais opérer avec des croyances et fonctionnements limitants qui me composaient auparavant, et de la liberté d'être que je développais peu à peu. C'est donc une question que je suis mise à poser tout naturellement à mes petits patients, qui se sont (pour certains) mis progressivement à se la poser à eux-mêmes. C'était pour moi un début d'autonomisation, un début de réponse à mes questions.

Et c'est de cette façon que mon intention de formation longtemps murie et repoussée est venue s'imposer comme un projet à concrétiser. Il m'a semblé incongru de m'inspirer à ce point de ces proches et de leurs pratiques autour de l'hypnose sans y être moi-même formée.

Comme un livre dont on lit régulièrement la quatrième de couverture et des commentaires dans des journaux, et dont on parle comme si on l'avait lu, je me suis dit que si ce livre me semblait si intéressant, il fallait que je me pose pour m'y plonger. C'est comme cela que j'ai enfin décidé de me mobiliser pour suivre la formation d'hypnose médicale et clinique proposée par l'université de La Réunion.

# I. Revue des travaux et problématique

## A. Des pratiques qui se ressemblent, s'assemblent, s'associent

### 1. La psychomotricité

#### a) Généralités

Depuis qu'il est, l'Homme n'a cessé de chercher le sens de la Vie, de chercher à se comprendre, à se connaître dans sa nature, à la fois corporelle et psychique. Des millénaires de réflexions, recherches et débats philosophiques, physiques et métaphysiques, médicaux et psychologiques n'ont pas suffi à répondre à cette question du lien ou de la dichotomie corps-esprit et de sa permanence ou non dans le temps.

Dans l'Antiquité, Aristote évoquait une unité psychosomatique, indissociable du mouvement. Il organise le vivant dans ses fonctions (dans l'ordre) de nutrition, de sensation, de pensée et enfin, de désir et de motricité. Il distingue l'Homme par ses fonctions d'imagination, de souvenir, puis par ses facultés intellectuelles. Ainsi, l'Homme, s'il veut se distinguer des animaux et tendre vers l'immortalité, doit s'astreindre à une discipline en prenant à la fois soin de son corps et de son âme, et ne pas se situer du côté des plaisirs corporels. Platon dira : « *Le mouvement, c'est le bien dans l'âme et dans le corps* »<sup>1</sup>.

A partir du IV<sup>ème</sup> siècle, l'influence des grandes religions amène la croyance que le corps entrave l'âme voire la dégrade. Le corps est objet de tourments, les sens et le plaisir amènent au péché. La Renaissance reprend les travaux de l'Antiquité et repense l'âme et le corps comme indissociables : « *l'âme ne peut penser qu'à partir de la sensation et la sensation ne peut s'opérer que par l'intermédiaire d'un corps* »<sup>1</sup>.

Mais Descartes au XVII<sup>ème</sup> siècle, avec son « *je pense donc je suis* »<sup>1</sup>, reprend l'idée que l'esprit doit se défaire de « *ses perceptions et ses sensations en tant qu'elles l'affectent* »<sup>1</sup>. L'étude du corps humain se base alors sur l'observation de l'anatomie et celle du fonctionnement « *du corps en tant que machine autonome* »<sup>1</sup>. Il fait néanmoins l'hypothèse d'un lien corps/esprit par l'intermédiaire de la glande pinéale. A la même époque, Spinoza s'oppose à la vision cartésienne et ne peut se limiter à une étude mécanique et physiologique

---

<sup>1</sup> GIROMINI F. Psychomotricité : les concepts fondamentaux. Paris. Université Pierre et Marie Curie 2003.  
[https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20\(76%20pages%20-%20586%20ko\).pdf](https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20(76%20pages%20-%20586%20ko).pdf) Consulté le 15/03/2020

de l'être humain. Selon lui, « *il n'y a pas deux substances (corps et esprit) opposées l'une à l'autre, mais une seule, cette substance étant la Totalité de ce qui est. Par conséquent, en tant que substance, corps et esprit sont identiques. [...] Corps et âme ne sont pas deux réalités différentes, mais deux points de vue différents d'un même être. Il relève le lien entre « les affections du corps et les idées de l'âme* »<sup>2</sup>, et introduit ainsi ce qui sera nommé « psychosomatique » au XX<sup>ème</sup> siècle.

Au XIX<sup>ème</sup> siècle et avec les avancées technologiques, la pensée scientifique se développe et triomphe. Les philosophes, dont Nietzsche<sup>3</sup>, continuent néanmoins de s'interroger sur la dualité corps-esprit. Selon ce philosophe qui rejette les idées d'âme et de Dieu, « *le phénomène corps, est un phénomène plus riche, plus explicite, plus saisissable que celui de l'esprit. Il faut le placer au premier rang, pour des raisons de méthode, sans rien préjuger de sa signification ultime* ». Pour lui, « *il faut renverser la hiérarchie* ». Il place la conscience de soi dans une tension interne comme indispensable pour « *donner un sens à sa vie* ». En France, M. Merleau-Ponty dira : « *Qu'il s'agisse du corps d'autrui ou de mon propre corps, je n'ai pas d'autre moyen de connaître le corps humain que de le vivre... Je suis donc mon corps...* »<sup>2</sup>, resituant là l'être humain dans l'expérience de sa sensorialité.

Au début du XX<sup>ème</sup> siècle, les recherches alliant corps et esprit se divisent en trois modèles distincts : la neurologie qui se consacre à l'étude du cerveau et de l'intelligence, la psychanalyse qui conceptualise la notion d'image du corps puis relie construction psychique et construction corporelle, et la phénoménologie qui étudie le corps et ses éprouvés dans son interdépendance avec autrui et le monde.

Bien que le terme de « psychomotricité » ne soit apparu qu'au milieu du XIX<sup>ème</sup> en Allemagne avec le psychiatre Wilhelm Griesinger qui cherchait à décrire l'hypotonie chez un patient déprimé, et ne soit ensuite longtemps utilisé qu'en lien avec la « débilite motrice », on peut constater que la vision moderne de la psychomotricité est directement héritée de tous ces siècles de questionnements sur le lien entre corps et esprit. F. Giromini écrit très bien que la psychomotricité comme concept, « *tente de rendre compte des multiples facettes identificatoires constituant l'unité de l'homme dans le monde. Elle s'intéresse à l'enfant comme corps à être et à construire, elle s'intéresse à l'adulte comme corps étant et s'interrogeant, elle*

---

<sup>2</sup> GIROMINI F. Psychomotricité : les concepts fondamentaux. Paris. Université Pierre et Marie Curie 2003.  
[https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20\(76%20pages%20-%20586%20ko\).pdf](https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20(76%20pages%20-%20586%20ko).pdf) Consulté le 15/03/2020

<sup>3</sup> YALOM I. Et Nietzsche a pleuré 17<sup>ème</sup> ed. Paris. Librairie Générale Française 2010



*s'intéresse au vieillard comme passé, mémoire et histoire. A ce titre, la psychomotricité est ouverte au monde, engagée directement dans le processus évolutif de la vie de l'homme. Elle est action et passion, savoir et interrogation. Elle est vivante »<sup>4</sup>.*

A partir de la moitié du XX<sup>ème</sup>, J. de Ajuriaguerra, neuropsychiatre et psychanalyste, et G. Soubiran, kinésithérapeute, s'intéressent à l'enfant et à son développement et modélisent les contours de ce que sera plus tard le métier de psychomotricien. Ils proposent une approche corporelle par le mouvement et la relaxation « pour restaurer les fondements relationnels d'un sujet perturbé ». Rapidement, les connaissances en psychologie du développement, en neurosciences, en phénoménologie puis en systémie viennent enrichir la psychomotricité. Il n'y a donc pas d'unicité conceptuelle de la psychomotricité qui s'inscrit depuis ses prémices dans une démarche intégrative, tant dans sa construction que dans la façon dont elle opère. Elle allie rééducation, thérapie, éducation, prévention, et tout cela par la médiation du corps, de l'imaginaire, du symbolique et à travers le jeu.

Ce n'est qu'en 1974 que le métier de « psychorééducateur » est reconnu par un diplôme d'état, et en 1985 qu'un décret remplace ce terme par celui de « psychomotricien ». Malgré cette approche qui vise à relier les aspects moteur, cognitif et psychoaffectif qui composent l'être humain pour l'accompagner dans tous les moments de sa vie et dans sa globalité, le dualisme cartésien n'est jamais loin. On dit toujours de telle école qu'elle est « plus psy », de telle autre « plus neurocomportementale » : le besoin de hiérarchisation entre corps et esprit semble être inhérent à l'être humain occidental...

Dans la pratique, le psychomotricien est aussi riche de tous ces débats. Pour mieux comprendre la symptomatologie du patient, il va s'intéresser à la façon dont il évolue dans son quotidien, avec lui-même et avec les autres, au sein de son environnement. Il essaiera de comprendre comment il se débrouille avec ses potentiels moteurs, cognitifs, émotionnels. Pour cela, il évaluera les compétences et difficultés dans sept domaines : l'équilibre, les coordinations/dissociations, la régulation tonique, la latéralité, le schéma corporel, les repères dans le temps et dans l'espace. Il analysera la qualité du mouvement du point de vue neuroanatomique et du point de vue relationnel, observera la conscience corporelle d'un point de vue sensorimoteur et d'un point de vue psychoaffectif. En tant que psychomotriciens, nous

---

<sup>4</sup> GIROMINI F. Psychomotricité : les concepts fondamentaux. Paris. Université Pierre et Marie Curie 2003.  
[https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20\(76%20pages%20-%20586%20ko\).pdf](https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20(76%20pages%20-%20586%20ko).pdf) Consulté le 15/03/2020

considérons l'individu comme toujours en mouvement, en expansion, en développement, quel que soit son âge, et cela, grâce à la plasticité cérébrale.

*b) La psychomotricité en CMPEA*

Un Centre Médicopsychologique Pour Enfants et Adolescents (CMPEA) est un lieu de soin pivot de la pédopsychiatrie, organisé selon un secteur géographique et qui accueille un public d'enfants âgés de 3 à 18 ans et leur famille. Il est donc rattaché à une structure hospitalière. Il propose des consultations auprès de médecins, psychologues, infirmiers, éducateurs, rééducateurs, assistants sociaux, pour des mineurs en situation de souffrance psychique. Il assure certaines démarches diagnostiques, les suivis et si besoin, les orientations vers d'autres services de l'hôpital ou institutions plus adaptés. Il a pour mission de coordonner le projet de soin de l'enfant.

Les jeunes patients sont amenés dans la structure par leurs parents, parfois à leur initiative mais le plus souvent, orientés par l'école, la protection maternelle et infantile, le médecin traitant ou des travailleurs sociaux de la protection de l'enfance. Les parents sont donc rarement demandeurs au premier abord, voire, ils sont abimés par ce sous-entendu que leur enfant n'est pas « normal » et qu'ils ont besoin d'aide pour lui apporter ce dont il a besoin pour « bien » grandir.

Le psychomotricien est sollicité en seconde intention par ses collègues. Après un bilan psychomoteur, l'enfant sera réorienté ou il lui sera proposé un accompagnement en individuel ou en groupe de CATTP (Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel, relié au CMPEA). Le patient sera généralement suivi en psychomotricité une fois par semaine pendant des mois voire des années, en lien avec les autres accompagnements dont il bénéficie au sein de l'unité ou en dehors.

Comme le décrit O. Moyano dans son article « Les troubles psychomoteurs : une psychopathologie ? »<sup>5</sup>, les patients qui me sont orientés présentent généralement des troubles du comportement, de type agitation ou inhibition, conduites auto- ou hétéro-agressives, des difficultés dans la gestion de leurs émotions, dans la relation au sein de la structure familiale et/ou à l'école, avec leurs pairs, des troubles dans les apprentissages avec des difficultés pour s'organiser et trouver une posture d'élève. Toutes ces difficultés sont souvent corrélées à des difficultés dans les fonctions exécutives : troubles de l'attention et de la concentration, du

---

<sup>5</sup> MOYANO O. Les troubles psychomoteurs : une psychopathologie ? in BOUTINAUD J, JOLY F, MOYANO O, RODRIGUEZ M. Où en est la psychomotricité. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. In Press ; 2014 : 75-78

repérage dans le temps, dans l'espace, difficultés de mémorisation, de planification, d'inhibition, de flexibilité mentale et donc d'adaptation. Ils peuvent aussi présenter des troubles praxiques, alimentaires, du sommeil, des difficultés dans le contrôle des sphincters. Ces problèmes ont un retentissement important sur l'acquisition des actes de la vie quotidienne (AVQ) et donc sur le développement de leur autonomie d'enfant. L'immaturation psychoaffective est quasi-toujours présente, ainsi que des troubles de la conscience corporelle.

Il s'agit donc pour moi dans un premier temps d'évaluer l'âge de développement psychomoteur de l'enfant, ses compétences et ses retards s'il y'en a. D'observer s'ils touchent tous les pans du développement ou s'il y'a une dysharmonie. Ensuite, la question est de savoir si les difficultés de l'enfant trouvent plus leur origine de par un contexte neurodéveloppemental ou psychoaffectif. Dans le premier cas, nous réorienterons l'enfant si possible dans des structures de type CMPP (Centre Médico-Psycho Pédagogique), IME (Institut Médico-Educatif) ou en libéral. Dans le second cas, j'accompagnerai ces enfants dans les difficultés citées et de façon transdisciplinaire. La part du neurologique et du psychoaffectif n'est pas si simple à faire, comme on ne peut dissocier corps et esprit. Certains de mes patients présentent donc malgré tout des troubles neurodéveloppementaux : Troubles Spécifiques des Apprentissages (TSA) (dys-), Troubles du Spectre Autistique (TSA), Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDA/H). S'ils restent en CMPEA, c'est que la charge psychoaffective est à traiter avant que l'enfant et sa famille ne soient disponibles à un travail plus rééducatif.

Winnicott disait en 1943 : « *un bébé seul, ça n'existe pas* ». Il en est de même à tout âge de la vie, et donc pour les patients que je rencontre. Cause ou conséquence, nous constatons très souvent des fonctionnements dans le quotidien familial qui vont à l'encontre du bon développement psychomoteur de l'enfant. Les places de chacun sont confuses, les limites floues, mouvantes. Il est fréquent de remarquer en entretien que l'enfant est autorisé à faire des choses de l'âge d'un adolescent, là où il n'est pas responsabilisé pour assurer les tâches d'un enfant de son âge. Par exemple, il est laissé autonome face aux écrans et ne prend pas son bain seul à 10 ans. Ainsi, à cause ou sous prétexte des troubles de l'enfant, la cellule familiale se maintient dans des relations d'emprise, de codépendance, et en même temps, est en difficulté pour partager des moments de qualité ensemble. Certains patients accueillis sont aussi (ou ont été) victimes de maltraitance. Mon travail se situe donc avec l'enfant en séance, mais aussi dans le travail de guidance parentale et auprès des institutions partenaires.

En séance de psychomotricité (individuelle ou groupale), il s'agit en grande partie d'offrir à l'enfant un cadre adapté pour faire des expériences. Expériences motrices, relationnelles, expressives et corporelles, sensorielles, cognitives. Comme le rapporte T. Servillat, « *L'expérience est notre seul professeur* »<sup>6</sup> disait M. Erickson. L'objectif étant que l'enfant prenne progressivement conscience de ses ressources, du fait qu'il puisse s'organiser pour résoudre les petits problèmes de la vie. Qu'il se découvre compétent à sa juste mesure, puisqu'il se confronte aussi à l'échec et apprend à y faire face. Tout en continuant d'accompagner l'enfant dans le développement de ses capacités psychomotrices, dans l'acceptation de ses limites et dans la création de stratégies de compensation les plus adéquates possibles, il est primordial d'accompagner ses parents pour qu'ils puissent aussi créer le contexte qui permettra à l'enfant de transposer le travail en psychomotricité vers son quotidien. En effet, dans le soin, « *le risque que le changement visé ne se trouve pas en accord avec un environnement en constante évolution est grand* »<sup>6</sup>.

Ce travail me met et nous met, institution, souvent en difficulté. En effet, qui sommes-nous pour déterminer quand un fonctionnement familial est bon ou mauvais ? Et quand bien-même nous avons l'adhésion de l'enfant et de ses parents, nous savons bien qu'il n'est pas facile de modifier des modalités relationnelles ancrées, malgré l'envie de changement. Il est important de penser les répercussions écologiques du changement, de se demander qui sera impliqué, touché par ce changement, au-delà de notre patient. I. Bouaziz et C. Gaudin expliquent cela par le fait que « *lorsque cette intention [se débarrasser du problème, guérir] est présente au premier plan, cela génère une tension qui empêche le véritable relâchement* »<sup>7</sup>.

Dans un souci de clarté, précisons que le travail en psychomotricité se fait à travers des médiations corporelles et ludiques en tous genres (parcours, jeux de faire semblant, danse, musique, relaxation, jeux de sociétés, arts plastiques, expériences motrices diversifiées...). La visée n'est jamais la performance pour elle-même mais vraiment de soutenir le développement des compétences de l'enfant en relation avec le psychomotricien.

## 2. L'hypnose

### a) Généralités

Comme l'histoire de la psychomotricité, celle de l'hypnose est intimement liée à cette question de lien entre corps et esprit. A. Touyarot et F. Benchimol expliquent que « *la*

---

<sup>6</sup> SERVILLAT T. Comme un enfant in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; hors-série n°8 : 6

<sup>7</sup> BOUAZIZ I, GAUDIN C. Hypnose, paradoxe, non vouloir in Hypnose et thérapies brèves ; 2016 ; n° 40 : 51

*modernité, fondée sur la raison, s'est construite sur le principe de séparation voire de division : diviser pour comprendre, [...] pour produire [...], pour régner [...], pour mieux apprendre »*<sup>8</sup>. Selon eux, cela nous a menés à un morcellement, à une perte de sens. Pour P. Bloom, « *chez de nombreux patients, les symptômes s'infiltrèrent dans la brèche entre le corps et l'esprit »*<sup>9</sup>. L'état de transe est utilisé depuis la nuit des temps et s'est trouvé au carrefour du spirituel et du soin, d'abord « sous influence » et actuellement à différents niveaux de permissivité. D. Provost parlera de « *conduire dedans »* par l'induction pour « *accéder à des ressources internes et réparer » les liens entre son corps et son esprit »*<sup>10</sup>.

Les technologies actuelles<sup>11</sup> ont permis de constater un fonctionnement cérébral particulier en état d'hypnose (induite ou spontanée), distinct de l'état de veille habituel et de celui du sommeil, et propice à des processus thérapeutiques. L'hypnose est très différente d'une personne à une autre et échappe à la standardisation, aux protocoles tant dans la prédisposition que dans les signes corporels, neurovégétatifs observés. La profondeur de la transe n'est pas corrélée à son efficacité. La pratique expérimentale de M. Erickson est aujourd'hui confirmée par les concepts de neuroplasticité<sup>12</sup>.

Milton Erickson décrivait l'hypnose thérapeutique comme « *un état de conscience dans lequel vous présentez à votre sujet une communication, avec une compréhension des idées, pour lui permettre d'utiliser cette compréhension et ces idées à l'intérieur de son propre répertoire d'apprentissages. Il s'agit d'un processus de comportement dans lequel les patients modifient leurs relations avec l'environnement ; ils modifient leurs relations avec vous et avec tout ce qui se déroule »*. Il rajoute : « *l'hypnose sert au patient à focaliser l'attention sur ce qui est important pour lui »* en contournant le sens critique. D. Ewin parle de « *supprimer toute inhibition émotionnelle de guérison »*. Pour lui, « *lorsque nous changeons une idée (ici, dans un contexte de maltraitance), nous changeons la souffrance »*. En effet, l'hypnose médicale place le sujet au premier plan de son soin, comme celui qui sait, et l'opérateur n'a pas forcément à savoir précisément ce que le patient met au travail à partir du moment où le cadre de base est clairement posé. R. Erickson parle de la pratique de son père, de cette capacité à « *stimuler et capturer l'espoir »* en utilisant « *chaque ressource disponible »*, en nourrissant la curiosité, en

---

<sup>8</sup> TOUYAROT A, BENCHIMOL F. Déliances de l'enfance, reliance de l'adulte in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; hors-série n°8 : 56-70

<sup>9</sup> DABNEY M. EWIN. 101 choses que j'aurais aimé savoir quand j'ai commencé à pratiquer l'hypnose. 1<sup>ère</sup> ed. Bruxelles : Satas ; 2014 : 10 ; 102-105

<sup>10</sup> PREVOST D. Allons-y in Hypnose et thérapies brèves 2015 ; n° 9 : p 64

<sup>11</sup> FAYMONVILLE ME et coll. Functional neuroanatomy of the hypnotic state. J Physiol 2006 ; n° 99 : 463-469

<sup>12</sup> ERICKSON R. Qui était mon père, Milton Erickson ? in Hypnose et thérapies brèves. 2016 ; n°40 : 8-13

puisant dans « *nos ressources inconscientes* » en se connectant à nous-même, en faisant « *confiance à notre esprit non conscient, croire en notre propre capacité à devenir, à observer où nous sommes MAINTENANT* ». D. Ewin dit très bien que « *les patients peuvent aller bien parce qu'ils en sont capables* ». F. Roustang fera le parallèle entre le sommeil profond pendant lequel nous rêvons et l'état de « *veille intense [qui] nous fait accéder au pouvoir de configurer le monde* ». Le sujet peut alors moduler la réalité à partir de ses perceptions, moduler ce qu'il vit, y trouver une autre réponse, plus confortable. F de Broek s'appuie sur plusieurs études pour dire que « *l'hypnose active des réseaux internes (conscience de soi) et entraîne une baisse des réseaux externes (conscience de l'environnement). [...] Cette reconfiguration peut promouvoir l'intégration de nouveaux concepts et une révélation peut survenir* »<sup>13</sup>.

### **L'hypnose formelle**

Elle implique un cadre et une disposition précis : le patient est prévenu, « on y va ». Il y a un temps d'induction de la transe pour permettre la dissociation, cet état de « conscience modifiée » qui permet de déployer d'autres états psychiques, émotionnels, intellectuels, se dégageant de notre logique consciente habituelle et parfois limitante. Cette dissociation des perceptions du quotidien permet d'accéder à ce que F. Roustang appelle « *la perceptude* »<sup>14</sup> : une perception sensorielle plus fine, un « pas de côté » qui permet de découvrir qu'il existe d'autres façons d'être présent à son corps et à ce qui nous entoure et d'y réagir... Ou non. Par son observation, son accordage, par la relation thérapeutique, le praticien pourra alors accompagner – sans diriger – et activer les processus de changements chez le patient. Les suggestions et les techniques d'ancrage peuvent aider à ce que ces changements vécus dans la transe se transposent au quotidien. Vient ensuite la sortie de transe avec la réassociation, le retour à « l'ici et maintenant », aux sensations ordinaires. L. Gross écrit au sujet des différentes phases de la transe hypnotique : « *j'en suis venu à me dire que le but de l'hypnose, au fond, n'était pas dans la dissociation (qui n'est qu'un moyen), mais dans l'association. Que le but [...] était bien l'intégration des souvenirs [...] dans la vie et l'identité du patient, une intégration dans le corps, dans la globalité* »<sup>15</sup>.

---

<sup>13</sup> DE BROEK F. Le mind mapping in Transe ; 2019 ; n°9 : 94

<sup>14</sup> ROUSTANG F. Il suffit d'un geste. Paris, Odile Jacob ; 2003

<sup>15</sup> GROSS L. A côté de la plaque in Hypnose et thérapies brèves ; 2015 ; hors-série n°9 : 107

## **L'hypnose conversationnelle**

La pratique de l'hypnose a grandement évolué depuis les apports de M. Erickson et de l'école de Palo Alto qui ont permis de sortir d'une hypnose « autoritaire », directive. L'expérience clinique et les travaux sur la communication ont ouvert à une « hypnose conversationnelle » plus permissive dans laquelle le patient est davantage impliqué, en interaction avec l'accompagnant. L'entrée en transe est plus informelle et permise par la relation de confiance établie, sans laquelle le patient ne pourrait pas se laisser aller à cet état. Si le cadre est convenablement établi et suffisamment sécurisant, le soignant n'a pas à savoir précisément le contenu de l'expérience hypnotique, puisque nous partons du principe que c'est le patient qui part à la découverte de ses ressources inconscientes pour résoudre son problème.

Nous utiliserons la rhétorique spécifique de l'hypnose formelle <sup>16</sup>:

- différents niveaux de langage (verbal, paraverbal, corporel) afin d'optimiser tous les canaux de communication possibles,
- un choix des mots permissifs et positifs, pour éviter que le cerveau ne fixe son attention sur le négatif,
- une certaine proxémie avec notre patient, pour soutenir l'accordage thérapeutique par l'observation de l'opérateur,
- des phrases courtes, entrecoupées de silences, de respirations et de « saupoudrages » (ajouts de mots connotant du positif) pour laisser émerger le calme et l'action à la fois, favoriser l'assimilation, l'intégration de la nouveauté,
- des séquences d'acceptation, enchaînement rapide de questions fermées dont on sait à l'avance que le patient répondra par l'affirmative, afin d'obtenir une confusion, une dépotentialisation du conscient, et ainsi une meilleure entrée en transe par le désamorçage des résistances. Cela se fait bien-sûr dans un grand respect du patient et ne doit pas être source d'angoisse par perte de repères,
- l'utilisation de choix illusoire qui permet là aussi de faire baisser les résistances, par le maintien d'un certain contrôle,
- le recours à la clarification qui permet de recadrer, reformuler des propos limitants, un discours négatif et enfermant, questionner les croyances et sortir des certitudes,
- un vocabulaire imagé, métaphorique ouvrant à la créativité et donc au changement.

---

<sup>16</sup> SERVILLAT T. Hypnotiser, Techniques d'induction in Hypnose et thérapies brèves Hors-série ; 2015 ; n°9

La vie du sujet en relation avec lui-même et avec ce qui l'entoure se structure et s'organise par l'intermédiaire de sa sensorialité, de ses cinq sens : la Vue, l'Audition, le toucher (et la sensation du corps en mouvement, en respiration, la Kinesthésie), l'Odorat, le Goût. Le VAKOG, cher à la pratique de l'hypnose. Pour induire l'hypnose chez un patient puis soutenir son exploration une fois dissocié, nous l'amènerons à porter son attention sur ces éléments sensoriels. D'abord sur ceux qui lui parviennent ici et maintenant pour trouver des repères sécurisants et l'amener à se centrer sur soi, sur ce qu'il sent, en lui. En fixant son attention sur les perceptions internes, nous amènerons le patient à s'éloigner de son environnement et à partir en explorer un nouveau, celui de la transe. L'attention portée à la sensorialité viendra alors soutenir le voyage intérieur ou imaginaire, lui donner un ancrage dans et par le corps, le rendre vivant. On utilise enfin le VAKOG une fois que l'expérience hypnotique touche à sa fin, pour raccompagner le patient dans un état de conscience ordinaire, en le reconnectant à nouveau à ses sensations de l'ici et maintenant.

Mais l'apport de l'hypnose et d'Erickson ne se limitent pas à ces méthodes d'entrée en transe hypnotique. Comme elle est une façon d'être en relation, d'être au monde, elle est aussi un art de communiquer.

### **La communication hypnotique**

Appelée aussi « *communication ericksonienne* »<sup>17</sup>, elle se situe « *hors transe* » et va au-delà d'une communication thérapeutique ou d'une communication dite « positive ». Comme le dit A. Bioy, « *il s'agit d'induire un léger état de conscience modifiée chez un patient, afin qu'il puisse facilement suivre des suggestions qui lui sont faites et s'appuyer sur son imaginaire pour faire l'expérience d'une réalité différente qui rendra le soin très différent dans son vécu* »<sup>18</sup>.

Il n'existe cependant pas de frontière nette entre « l'hypnose conversationnelle » et la « communication hypnotique »<sup>19</sup>.

### **Le conte métaphorique**

« Métaphore » vient du grec « *metaphora* » qui signifie « transporter », « porter ailleurs »<sup>20</sup>. Il s'agit de considérer deux choses comme similaires, si bien que parler de l'une

---

<sup>17</sup> <https://hypnose-ericksonienne.com/fr/difference-entre-hypnose-ericksonienne-et-communication-ericksonienne/> 20/05/2020

<sup>18</sup> BIOY A. La communication hypnotique. Interview. 2012. Consulté le 20/05/2020 <https://www.hypnose.fr/articles-et-theses/article-la-communication-hypnotique/>

<sup>19</sup> ROUSTANG F. Il suffit d'un geste. Paris, Odile Jacob ; 2003

<sup>20</sup> MORAR S, GOUIN N, BARBIER C. Être à la page in Transes ; 2019 ; n°9 : 33



équivaldrait à parler de l'autre, dans un principe d'analogie. Ce dernier « renvoie à la dynamique psychique du patient » et relève « à la fois du conscient, mais surtout de processus inconscients ». L'utilisation de la métaphore « constitue sans doute l'outil le plus caractéristique et pointu de l'hypnose ericksonienne »<sup>21</sup>. Elle favorise la dissociation, surprend le patient et ainsi, désarme les résistances habituelles, les impasses de la logique. Cela permet d'explorer un ailleurs, un autrement idéal, d'explorer d'autres possibilités, d'autres façons de faire, des ressources présentes mais inconnues. Les métaphores peuvent être construites par l'opérateur mais celui-ci peut aussi s'appuyer sur l'univers métaphorique du patient.<sup>22</sup> La réification est une forme de métaphorisation. Le jeu du portrait chinois, par exemple, permet de prendre un élément isolé (posant problème ou non) et de lui donner une couleur, une forme, un trait de caractère, un poids, une texture et tant d'autres choses encore, qui permettent de percevoir cet élément sous d'autres angles et de construire des liens, des ponts, une nouvelle perception enrichie de l'élément de base.

Les histoires ont toujours été utilisées, dans toutes les cultures. Comme le dit I. Célestin Lhopiteau, elles « peuvent avoir des effets thérapeutiques parce qu'elles ont le pouvoir de modifier ce que nous vivons, elles pénètrent notre vision habituelle du monde pour l'enrichir de liens nouveaux »<sup>23</sup>. En fonction du contexte, la définition du mot « conte » est multiple : « Action de rapporter à quelqu'un un fait réel » ; « Récit d'aventures imaginaires destiné à distraire, à instruire en amusant » ; « Récit, propos invraisemblables auxquels il n'est pas raisonnable de croire ». <sup>24</sup> Le conte peut donc être « vrai » ou pas, instructif ou futile, possible ou complètement saugrenu... Que de confusions ! ... Parfait pour un travail en hypnose !

Comme nous l'explique D. Lafargue, l'univers du conte est rempli de l'imaginaire du « monstre » qui peut prendre une infinité de déguisements, et être ainsi une figure très intéressante pour travailler en thérapie. Cette lutte contre le monstre rapportée dans les contes « représente là un démon intérieur nous incitant à mal agir. [...] Il y apparaît comme un être hostile suscitant la peur. [...] Toute l'intrigue de la narration se résume alors en un combat livré contre lui afin de le détruire, image de lutte menée par la conscience contre les pulsions profondes qui l'agitent ». Il évoque aussi des processus d'empathie envers la créature monstrueuse. L'utilisation de la figure du monstre dans certains contes est là « pour nous faire

---

<sup>21</sup> BIOY A. Analogies et métaphores in BIOY A. CELESTIN-LHOPITEAU I. Hypnothérapie et hypnose médicale. Paris, Dunod ; 2014 : 98

<sup>22</sup> <https://hypnose-ericksonienne.com/fr/difference-entre-hypnose-ericksonienne-et-communication-ericksonienne/> 20/05/2020

<sup>23</sup> CELESTIN LHOPITEAU I. L'hypnose pour les enfants. 2<sup>ème</sup> ed. Paris, J. Lyon ; 2017 : 139

<sup>24</sup> <https://www.cnrtl.fr/definition/conte> 22/05/2020

*prendre conscience de l'importance de notre monde intérieur, de la nécessité de l'accepter et de composer avec lui* »<sup>25</sup>. Il ne s'agit alors plus de détruire ce qui est mauvais en soi mais de l'appriivoiser et d'en faire une force créatrice.

M. Lamourette, dans la même revue défend quant à lui l'importance des héros qu'il utilise dans ses accompagnements hypnotiques. « *Créons un super-héros et transformons les symptômes en super-vilain* ». Externaliser ce qui pose problème, imaginer des personnages qui se comportent « mal », et d'autres, héroïques, qui trouvent des solutions et de la force dans ce qu'ils sont, dans leurs valeurs et surtout, dans leur valeur. Utiliser la métaphore des « *super pouvoirs* » pour mobiliser les « *super ressources* ». Le tout, en étant dans l'émotionnel de l'histoire, à la fois riche, vraie, et décentrée de la problématique directe du patient. « *Le super-héros aura été un miroir de l'inconscient [des patients], une projection de leurs compétences et de leurs ressources. Ni un « moi idéal », ni un « idéal du moi », mais un moyen de se reconnecter à leurs ressources inconscientes et de leur faire retrouver leur identité* ».<sup>26</sup>

Les contes abondent de suggestions pour résoudre toutes sortes de problèmes. Auprès des enfants - mais pas seulement - les contes hypnotiques peuvent être « *à la fois des moyens d'induire l'hypnose et en même temps de suggérer un changement* »<sup>27</sup>.

I. Ignace propose quelques pistes, une recette pour un conte hypnotique réussi : d'abord, aimer raconter des histoires et s'inspirer de son propre imaginaire, des contes qui nous sont familiers, puisque l'enthousiasme est indispensable pour que le patient nous suive et se laisse emporter. Ensuite, connaître le temps dont on dispose pour adapter notre récit, avoir le temps d'y amener toutes les péripéties, résolutions, suggestions nécessaires. On peut imaginer le conte avant la séance ou le créer en temps réel en fonction du patient. Pour donner à notre histoire toute sa portée, il s'agira d'y mettre les formes de la transe hypnotique. Nous pourrions l'amener par ce fameux « Il était une fois », mais aussi plus subtilement : « Cela me fait penser à l'histoire de... » et situer la narration dans un lieu et un temps lointain, imprécis. Il faudra privilégier le VAKOG et l'action, ainsi que les processus d'identification du patient aux différents personnages de l'histoire (sans que les liens ne soient trop évidents)<sup>28</sup>. J.-F. Marquet rajoute, en se basant sur la manière de Joyce Mills, de noter au moins deux mots utilisés par le patient pour

---

<sup>25</sup> LAFARGUE D. Le monstre dans la littérature fantastique in *Hypnose et thérapies brèves* 2014 ; hors-série n°8 : 104-108

<sup>26</sup> LAMOURETTE M. Mon alter-héros in *Hypnose et thérapies brèves* 2014 ; hors-série n°8 : 174-189

<sup>27</sup> CELESTIN LHOPITEAU I. *L'hypnose pour les enfants*. 2<sup>ème</sup> ed. Paris, J. Lyon ; 2017 : 87- 140

<sup>28</sup> IGNACE I. *Création et utilisation de contes métaphoriques en hypnose*. 2018

[https://www.hypnose-therapie-breve.org/Creation-et-utilisation-de-contes-metaphoriques-en-hypnose\\_a225.html](https://www.hypnose-therapie-breve.org/Creation-et-utilisation-de-contes-metaphoriques-en-hypnose_a225.html)  
Consulté le 15/04/2020

évoquer son « problème », trois ou quatre pour évoquer « *comment cela ira quand ça ira mieux* » et encore trois ou quatre en rapport avec « *ce qui lui ferait plaisir maintenant* »<sup>29</sup>.

#### b) *L'hypnose chez l'enfant*

L'hypnose est un état très naturel chez l'enfant, peut-être même plus que chez l'adulte. Il passe en permanence et très vite d'une grande qualité de présence, d'observation de l'ici et maintenant à un monde imaginaire, à des histoires dont il est le héros. A. Bioy et C. Wood décrivent très bien la richesse de l'imaginaire de l'enfant qui lui permet de se situer sur différents plans, différents états de conscience, à la fois dans le formel et le symbolique, et cela, très naturellement. « *Superman* » qui va réussir à mettre le couvert, « *Simba qui apprend à rugir aussi fort que Mufasa pour devenir à son tour le Roi Lion* »<sup>30</sup>. Si l'on suit les indicateurs de transe des adultes (généralement les yeux fermés, la respiration calme, le faciès neutre, la voix peu articulée, avec catalepsie, phénomènes neurophysiologiques), on pourrait passer à côté de ces états de transe chez les enfants. Ils auront souvent besoin de bouger, d'ouvrir les yeux et de les refermer, parleront peut-être davantage en faisant de petits commentaires. « *Chez les enfants, l'habitude de vivre à la lisière entre réalité et imaginaire, ainsi que la rapidité avec laquelle ils passent de l'un à l'autre produisent souvent des hypnoses sans ralentissement psychomoteur* »<sup>31</sup>. On peut être surpris en effet de la vitesse qu'a un enfant pour entrer et sortir de transe, pour y re-rentrer sans qu'on ait besoin de repasser par une phase d'induction. Cela demande d'être très réactif, de s'adapter au rythme et à la temporalité de l'enfant qui n'aime pas trop les « blancs », au risque de « manquer le coche ».

Cette prédisposition étonnante nécessite malgré tout de l'adaptation, d'autant plus avec un enfant orienté en psychomotricité : en plus de choisir les mots en fonction de sa sensorialité, de ses goûts, de ses capacités cognitives, de son âge développemental, il s'agira d'être au plus près de sa manière d'être en corps, dans le respect de sa symptomatologie. Par exemple, s'il est agité, évite toutes les situations statiques et calmes, il faudra peut-être aller le rencontrer dans son hyperkinésie. On pourra inventer une course incroyable dans laquelle l'enfant se trouve confronté à des tas d'aventures stimulantes et la mettre en scène dans un mouvement réel, le saturer au niveau proprioceptif, en quelque sorte, dans la phase d'induction, pour lui permettre une forme de relâchement le rendant plus disponible au travail hypnotique. Alors, les maux du

---

<sup>29</sup> MARQUET J.-F. Enfants hyperactifs in *Hypnose et thérapies brèves*. 2016 ; n°40 : 28-44

<sup>30</sup> BIOY A. et WOOD C. L'importance de la relation en hypnothérapie avec l'enfant in *Hypnose et thérapies brèves*. 2014 ; Hors-série n°8 : 159-172

<sup>31</sup> BIOY A. *L'hypnose*. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. Presses Universitaires de France. 2017 : 39

corps, le mouvement permanent, ne sont plus un ennemi à anéantir mais un allié, soutien au changement, au mouvement intérieur.

Pour J.-F. Marquet il s'agit de « *parler le langage du corps et parler le langage du patient plutôt que de le censurer* ». En parlant des enfants TDA/H, il explique comme ces enfants (mais aussi beaucoup d'autres enfants accueillis en CMPEA et qui n'ont pas ce diagnostic posé sur leur comportement) qui font beaucoup de mouvements, agissent comme s'ils n'enregistraient pas leurs expériences. Il parle d'une « *fringale d'action* », de « *papillonnage psychique* ». Comme si le mouvement (moteur et relationnel) ne prenait pas sens, ne faisait pas trace, et ne parvenait donc pas à structurer l'enfant en construction. Il évoque comment la pratique de l'hypnose avec ses patients permet de travailler précisément leurs difficultés :

- de mémorisation,
- de repérage et de gestion du temps et de l'espace,
- d'analyse et de planification
- de gestion des émotions et de la façon de les exprimer
- d'appropriation d'un monde intérieur singulier (par le langage et les images).

### 3. Une pratique intégrative

Comme nous avons pu le voir, la psychomotricité comme l'hypnose médicale et clinique abordent l'accompagnement d'une personne de façon intégrative, c'est-à-dire qu'elles ne se limitent pas à un courant de pensée, à une technique, mais les diversifient, adaptant leurs outils au contexte du patient dans un tout cohérent. Cette approche holistique se base sur l'idée que « le tout est plus que la somme des parties », ces parties s'enrichissant les unes les autres, dans des processus dynamiques et créatifs<sup>32</sup>. Elles ne se limitent pas non plus au cadre des consultations mais visent toutes les deux une autonomisation du patient et l'utilisation des techniques apprises pour mobiliser ses ressources à chaque moment de sa vie. L'hypnose s'emploie peut-être davantage à ce dernier point par l'apprentissage de l'auto-hypnose. Roustang disait d'ailleurs que « *l'hypnose n'est pas simplement une technique mais plutôt une approche thérapeutique, et même une philosophie de vie* »<sup>33</sup>.

---

<sup>32</sup> SERVILLAT T, GARNIER PH. Approche intégrative » in BIOY A. CELESTIN LHOPITEAU I. Hypnothérapie et hypnose médicale. Paris. Dunod. 2014 : 60

<sup>33</sup> ROUSTANG F. Il suffit d'un geste. Paris, Odile Jacob ; 2003

Le « *mode d'approche [du psychomotricien] demeure spécifique dans l'aide procurée à la personne à trouver un vécu harmonieux qui puisse lui permettre d'ajuster ou réajuster sa personnalité aux conditions de l'environnement et de lui donner ainsi de meilleures possibilités d'adaptation* »<sup>34</sup>. M. Erickson disait : « *l'inconscient est tout ce qui n'est pas conscient. C'est un réservoir de ressources* », plaçant ainsi le patient – soutenu par un travail en hypnose – en situation de compétence.

La place du corps est centrale en psychomotricité et en hypnose, sous des formes théoriques et des approches cliniques différentes, et pourtant qui trouvent leur cohérence l'une avec l'autre. Malgré l'approche neurodéveloppementale, l'héritage de la psychanalyse amène le psychomotricien à beaucoup observer le problème et ses causes, là où l'hypnose se concentre sur les solutions et l'avenir. Alors que la première pensera que pour se connaître soi-même, il faut travailler à s'observer, l'hypnose travaillera davantage la connaissance de soi par l'action. La psychomotricité, bien que multiple elle-même, tente de se situer sur les deux pans : observation et action<sup>35</sup>. Pourtant, je reconnais bien la psychomotricité et le travail d'accordage qui nous est cher dans ce qu'A. Bioy et C. Wood écrivent à propos de la pratique de l'hypnothérapie qui vise « *non à l'éradication d'un trouble ou d'un comportement mais d'une évolution vers un autre état, une autre situation, de nouvelles perceptions, une fluidité plus importante* »<sup>36</sup>.

Enrichir sa pratique d'une autre sans appauvrir la première mais en la remettant en question est selon moi un exercice ardu et dynamisant, très enrichissant. Dans son article « *Rouvrir de l'espace après le trauma* », V. Lesage partage sa vision de l'accompagnement en hypnothérapie que je rapproche beaucoup de ma pratique de psychomotricienne en pédopsychiatrie : « *De-même que l'on va aider la guérison d'une cicatrice profonde en injectant un produit pour que la peau se répare, on va aider le psychisme à fabriquer un fluide réparateur qui permettra [à notre patient] de fonctionner de manière plus écologique, moins coûteuse en énergie, et de guérir de ses symptômes les plus gênants. Un fonctionnement qui passe par une réconciliation avec les émotions qui deviennent source de vie canalisée et ne débordent plus de manière inappropriée* »<sup>37</sup>.

---

<sup>34</sup> BALLOUARD C. L'aide-mémoire de psychomotricité. 2<sup>ème</sup> éd. Paris. Dunod. 2011 : 5

<sup>35</sup> BOUTINAUD J, RODRIGUEZ M, MOYANO O, JOLY F. Les thérapeutiques psychomotrices aujourd'hui : perspective dialectique et approche intégrative in Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence. 2013 ; vol.61, n°4 : 250-258

<sup>36</sup> BIOY A. et WOOD C. L'importance de la relation en hypnothérapie avec l'enfant in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; Hors-série n°8 : 159-172

<sup>37</sup> LESAGE V. Rouvrir de l'espace après le trauma in Hypnose et thérapies brèves. 2015 ; n° 37 : 22

Enfin, rappelons que la base de la pratique psychomotrice est le jeu. « The game », organisé, structuré, mais aussi « the playing », au sens winnicottien, spontané, instinctif, naturel chez un enfant qui va bien. L'enfant joue pour explorer, chercher, comprendre, s'occuper, se connaître, s'ouvrir au monde, interagir avec l'autre, créer. Parfois aussi, pour mettre au dehors des affects qu'il ne veut ou ne peut plus garder à l'intérieur. Il joue pour grandir, se construire. Et jouer pour un enfant, c'est très sérieux : il suffit de le regarder avec attention pour s'en apercevoir.

Il se promène alors sur une crête, une crête entre monde extérieur et monde intérieur, entre imaginaire et réel, sans se préoccuper de savoir de quel côté il penche... Et il a bien raison ! Ainsi, le jeu avec l'enfant peut se retrouver en soi, hypnotique, y compris parfois en séance de psychomotricité, où le praticien n'a plus qu'à suivre l'enfant dans cet état de conscience modifiée où le temps et la logique n'ont plus prise. D'autres fois, il suffira de quelques mots, de silence, de respirations pour rendre le jeu hypnotique, et que l'enfant et le psychomotricien soient transportés sur cette crête, tranquillement et intensément à la fois. Ainsi, moi qui cherche de façon très studieuse à intégrer l'hypnose, la transe, à ma pratique, et me heurte parfois à des murs, je me rends compte qu'elle survient à d'autres moments sans que j'y ai œuvré consciemment : elle est là, amenée par cette prédisposition de l'enfance, et je n'ai plus qu'à veiller à l'entretenir pour que le patient et moi continuions à nous promener sur cette si jolie crête.

## B. Les processus d'individuation et le sentiment de soi chez l'enfant pour mieux se vivre

### 1. Construction

L'observation du bébé et du jeune enfant a permis de constater que le petit d'Homme semble naître dans un état de symbiose avec tout ce qui l'entoure. Il est le monde et le monde est fait pour lui. Il n'a pas conscience d'un « dedans » et d'un « dehors », ni d'un temps continu. Des sensations inexplicables, certaines agréables, d'autres terrifiantes, l'agitent. Il a faim, sommeil, chaud, est inconfortable, mais ne peut s'expliquer tout cela, puisqu'il est vierge de tout apprentissage propre. Ses besoins sont assouvis, mais sans qu'il identifie ses parents, et plus particulièrement sa mère, comme à l'initiative de ces réponses. Petit à petit, par ce que Winnicott appellera le « *holding* », « *handling* » et « *object presenting* », c'est-à-dire par la

façon dont le bébé sera tenu, maintenu, porté, manipulé, regardé et comment les objets, le monde, lui seront présentés par ses parents, il développera peu à peu la sensation de son corps comme un tout unifié et continu. Il développera ainsi la conscience de lui et de l'autre. Il passera par différentes étapes structurantes, soutenues par le développement neurologique et l'augmentation de sa motricité volontaire. Cette sortie de l'état de symbiose, de la phase « schizoparanoïde » de M. Klein laisse donc place à une phase de différenciation. Le bébé différencie très progressivement ce qui est lui de ce qui ne l'est pas. C'est le début du sentiment d'être, le début du processus de toute une vie : l'individuation.

Anzieu définit l'individuation comme « *le sentiment d'être un être unique* »<sup>38</sup>. Avec son concept du « Moi-Peau », il tente d'expliquer comment se construit le sentiment d'exister, d'être un « moi différent des autres ». Il argumente que cela se construit en appui sur la peau et l'appareil sensoriel, et fait une analogie entre l'enveloppe corporelle et l'enveloppe de l'appareil psychique. Comme la peau contient et protège l'intérieur du corps, lui donne une forme, une structure, enregistre, garde une trace des expériences telle une mémoire, relie et met en cohérence les différentes informations sensorielles, signe la singularité de chacun par son grain, sa texture, et assure les échanges entre extérieur et intérieur, le Moi-Peau enveloppe de la même façon le psychisme de l'être humain.

Mais n'allons pas trop vite, car avant d'en arriver là, il faut déjà développer et consolider le « sentiment d'être ». Pendant longtemps, l'enfant va donc alterner entre fantasme de symbiose avec sa mère et exploration de son environnement en tant que petit être, dans une forme de boucles circulaires<sup>39</sup>. Un environnement « suffisamment bon » va offrir à l'enfant un sentiment de sécurité et de stabilité, des répétitions qui vont permettre des petits repères temporels, nécessaires pour intégrer les choses, faire des liens de cause à effet, mémoriser, s'adapter à la nouveauté, aux surprises de la vie : nécessaires pour apprendre<sup>40</sup>. Sous l'attention bienveillante de ceux qui s'occupent de lui et par le développement harmonieux de son intellect, de sa vie émotionnelle et de sa motricité, le petit enfant va aller expérimenter de plus en plus loin, de plus en plus longtemps, et devenir de plus en plus autonome. Ce processus s'appuie donc sur l'expérience du corps. Cette conscience corporelle va elle aussi se développer : l'enfant va trouver des repères tels que le haut / le bas, un côté / l'autre côté, le devant / le

---

<sup>38</sup> ANZIEU D. *Le Moi-Peau*. Paris. Dunod. 1995 : 126

<sup>39</sup> CICCONE A. Enveloppe psychique et fonction contenante, modèle et pratique in *Cahiers de psychologie clinique*. 2001 ; n° 17 : 93

<sup>40</sup> MARCELLI D. Entre les microrhythmes et les macrorhythmes : la surprise dans l'interaction mère-bébé in *Spirale*. 2007 n°44 : 126

derrière et apprendre à utiliser ses muscles pour investir sa kinésphère, son espace propre, puis aller à la découverte du monde. Il va comprendre ses besoins grâce aux réponses répétées et cohérentes de ses parents. Il va commencer à manipuler et ses expériences sur les objets vont venir enrichir, ancrer son début de sentiment d'être différencié d'un monde extérieur : il va remplir, vider, encastrer, transvaser, comme si tous les contenants à sa portée devenaient des métaphores de son propre corps et du corps des autres. Il va tester les liens, les ruptures, lâcher un objet, le perdre de vue, le retrouver, intégrer que les choses, et donc peut-être lui aussi, sont toujours là même quand on n'y fait pas attention. Il va se dire que, peut-être même, ces objets et ces personnes ont une vie autonome en dehors du moment où il les anime ! Il va alors pouvoir se décentrer, attendre, et très progressivement, gérer les petites et grosses frustrations de sa vie d'enfant.

S. Robert Ouvray explique que « *le passage de l'impuissance motrice à l'activité volontaire était la capacité naissante de l'enfant à penser et à agir par lui-même car, si tout ne se joue pas avant six mois, l'enjeu psychomoteur du premier semestre est de parvenir à prendre son pied au sens propre et au sens figuré... Quand il parvient à la synthèse tonique du sixième mois et au rassemblement des différentes parties de son corps, la sensation de globalité et d'unité doit être proche de la jubilation* »<sup>41</sup>. C'est à cette période que le petit enfant commence à trouver la position assise et à pouvoir la maintenir. C'est sa première position verticale volontaire, encouragée par ses parents qui acceptent que leur enfant puisse ne pas s'appuyer sur leurs propres corps et qui ainsi, encouragent cette première autonomie. Cette étape est capitale pour la suite : elle « *concentre les différentes acquisitions permettant à l'enfant de s'individualiser, ce qui suppose de pouvoir se séparer pour évoluer de façon autonome. Cette étape ressemble à une appropriation de son corps par l'enfant. Le déroulement des étapes antérieures et la qualité interactionnelle des liens colorent ces nouveaux progrès* »<sup>42</sup>.

Toutes ces étapes font parties des 2 premières années de la vie d'un enfant. Et ensuite, elles auront à se répéter encore et encore, à s'enrichir en fonction de la croissance de l'enfant pour que ce sentiment d'exister, de compter, et aussi de devoir considérer les autres, s'y adapter s'ancre et se consolide. Si cela est suffisamment solide (tout en restant en construction),

---

<sup>41</sup> ROBERT-OUVRAY S. Intégration motrice et développement psychique. 2<sup>ème</sup> ed. Paris. Desclée de Brouwer ; 2007 : 44

<sup>42</sup> BURY V. investissement particulier du bas du corps et de la marche chez de jeunes enfants présentant précocement des troubles graves de la structuration de leur personnalité in Revue thérapie psychomotrice 2003 n°134 : 77



l'enfant, vers 6 ans, sera disponible, apaisé, pour entrer dans les apprentissages scolaires. C'est ce que Freud appelle « le stade de latence », qu'il situe plus vers 7 ans. On y constate aussi une étape de maturité neurologique.

Cette individuation s'inscrivant dans un processus continu sera questionnée à différents moments de la vie, en fonction des préoccupations liées à l'âge : l'adolescent viendra remettre en question ses schémas d'identification parentale et la place de sa propre identité au sein du groupe par exemple. A l'âge adulte aussi, des événements de vie peuvent nous amener à nous reposer ces questions à propos de notre identité, de ce qui nous définit et de la façon dont on souhaite se définir. La question de la liberté et de la responsabilité de soi.

## 2. Troubles de l'individuation et troubles associés : la clinique psychomotrice en unité de pédopsychiatrie

Comme le dit A. Latour, « *il ne suffit pas d'avoir une peau "tout autour" pour se sentir enveloppé, un squelette pour s'imaginer solide, des organes sensoriels pour communiquer et des orifices corporels pour se vivre capable de maîtriser et apprécier les échanges avec son environnement. Le "sentiment d'être..." est cette part imaginaire qui doit s'intriquer avec le somatique propre à chaque individu, quelles que soient les capacités ou incapacités fonctionnelles* »<sup>43</sup>. Ce maillage de l'imaginaire et du corporel est parfois rendu difficile. Nous avons bien vu comme il est fait de petites choses et donc comme il peut être facile de le fragiliser. L'environnement de l'enfant n'a pas à être maltraitant, dans des négligences graves, le bébé n'a pas à être confronté à un traumatisme avéré pour que son développement émotionnel, moteur, cognitif, relationnel se trouve entravé ou non soutenu, et pour que son sentiment d'être, son individuation ne puissent se construire de façon satisfaisante. Sans nous attarder donc sur ce qui peut empêcher un petit enfant, nous constatons un lien entre « *troubles sévères de la structuration temporelle et spatiale, de la latéralité, du schéma corporel, aussi bien dans le corps vécu que dans le corps représenté, ainsi qu'une immaturité motrice avec retard fréquent de l'apparition du langage. Bref, des enfants qui présentent toute la panoplie de nos troubles psychomoteurs [...]* »<sup>44</sup>. L'auteur ajoute qu'il existe un lien entre les perturbations qui ont pu survenir dans la petite enfance, dans cette phase de narcissisme

---

<sup>43</sup> LATOUR AM. Les images du corps pré-contenantes Consulté le 02/04/2020  
<https://corpspsychomotricite.files.wordpress.com/2011/01/2.pdf>

<sup>44</sup> MOYANO O. Les troubles psychomoteurs : une psychopathologie ? in BOUTINAUD J, JOLY F, MOYANO O, RODRIGUEZ M. Où en est la psychomotricité. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. In Press ; 2014 : 75-78

infantile, et l'inhibition constatée de l'apparition ou de l'utilisation adéquate des fonctions instrumentales et de leur bonne articulation les unes avec les autres.

Nous constatons que plus les difficultés de l'enfant auront été précoces, plus l'impact sera grand : en effet, une indifférenciation des sensations conduit à une conscience du corps impossible, insensée. Les premiers liens que fait le bébé entre une sensation de tiraillement dans ses entrailles et la représentation de la faim, entre le sentiment de détente tonique et la compréhension de la satiété associée au sentiment d'être tout dans le regard de sa mère sont déterminants. Cela m'évoque un article de A. Touyarot et F. Benchimol dans lequel ils s'appuient sur un travail de conceptualisation pluridisciplinaire coordonné par M. Bolle de Bal à propos de ce qu'ils nomment « *la reliance* » et plus précisément « *la reliance psychologique* », au sens de « *créer ou recréer des liens, établir ou rétablir une liaison entre une personne et [...] les diverses instances de sa personnalité [...] soit par l'établissement de liens complémentaires, soit par le rétablissement de liens disjoints, soit, évidemment, par les deux à la fois* »<sup>45</sup> En plus de la reliance psychologique, ils distinguent différents niveaux de reliance : à soi, aux autres, au monde, à l'espèce humaine, à des idées, aux choses (au sens physique, moléculaire). Ils associent leur concept à ceux de « *l'attachement, de séparation et d'individuation dont nul n'ignore le caractère central pour la formation de l'identité, de la personnalité* ». Ils parlent de « *déliance* » comme d'un acte de séparation, et donc d'individuation, indispensable à l'acte de reliance. « *L'enfant (l'adulte ensuite) ne peut devenir autonome, responsable, « relié » aux autres, sans passer par des moments de séparation, de perte, de « déliance »* ». Mais pour se faire, ne faut-il pas qu'il y ait eu « *liance* », au sens de ces premiers liens sensoriels et relationnels décrits précédemment et bases de tout ? Ils proposent de concevoir le symptôme comme déliance, soit comme une séparation. La vision psychomotrice verra davantage le symptôme comme une tentative de séparation mais inachevée. Si le comportement pose suffisamment « *problème* » pour nécessiter une consultation, c'est justement qu'il ne trouve pas sa résolution, qu'il ne parvient pas à être fondateur d'autonomisation. Cela justement parce que, bien souvent, l'enfant (et parfois l'adulte), cherche à se « *délier* », à se séparer, alors qu'il n'a jamais été entièrement « *lié* », unifié dans sa relation à lui et aux objets parentaux.

A différents niveaux de gravité, et avec différents niveaux de ressources, c'est cela que l'enfant vient régulièrement mettre en jeu en psychomotricité par son corps et par ses jeux, plus

---

<sup>45</sup> TOUYAROT A, BENCHIMOL F. Déliances de l'enfance, reliance de l'adulte in *Hypnose et thérapies brèves*. 2014 ; hors-série n°8 : 56-70

ou moins riches, ou peut-on dire dans trop de situations, plus ou moins pauvres. Et c'est sur ces trois niveaux qu'il nous faudra l'accompagner par des médiations corporelles, par le jeu (toutes formes de jeux comme nous l'avons déjà vu) : lier/délier/relier. Ce n'est qu'ainsi que ses compétences motrices, cognitives, émotionnelles, relationnelles pourront s'associer, se lier, s'appuyer les unes sur les autres pour soutenir les facultés d'apprentissages et enrichir le sentiment d'exister.

A. Ménard <sup>46</sup> évoque le travail en hypnose dans ces problématiques. Il distingue et hiérarchise l'estime de soi (par la conscience d'un moi), la confiance en soi (par les actes réalisés) et l'affirmation de soi (face et dans le respect des autres), en précisant très justement l'idéal de « *s'aimer suffisamment* », en référence à la mère suffisamment bonne de Winnicott : ni trop peu, ni dans trop d'excès. Chez les patients que j'accompagne en psychomotricité, je rencontre bien sûr des enfants qui manquent de confiance en eux, se dévalorisent et se limitent dans leurs explorations. Mais je reçois aussi beaucoup de ces « *faux-sûrs d'eux* » que l'auteur décrit et qui ont tendance à prendre toute la place tout en étant extrêmement sensibles à ce qu'ils pensent que l'entourage pense d'eux. Ils peuvent mal apprécier leurs compétences en se surévaluant, se mettant ou mettant les autres en difficultés, sans jamais pouvoir accepter leur responsabilité. Dans les deux situations, les expériences répétées de la vie ne parviennent pas suffisamment à s'ancrer. Ce fameux « *feed-back* » qui doit nous permettre d'apprendre de nos réussites et de nos erreurs pour se construire des stratégies, pour trouver ses modalités d'organisation propres dans tous les domaines de la vie n'est pas présent. Dans les deux situations, l'estime, la confiance et l'affirmation de soi ne sont pas justes, en lien avec les compétences réelles, et ne peuvent donc pas trouver leur fonction d'étayage de ces dites compétences. Comme nous l'avons déjà évoqué, dans mon travail, avec mes outils, le cadre et la relation thérapeutiques instaurés, j'essaie d'ouvrir un espace « *suffisamment bon* » pour que les expériences de l'enfant fassent trace et deviennent structurantes pour lui, porteuses de sens, et pour qu'il puisse s'appuyer dessus pour grandir « *suffisamment bien* ». Pour I. Célestin Lhopiteau, « *la communication hypnotique tout comme les séances d'hypnose plus formelles* » peuvent justement « *permettre à l'enfant d'activer ses propres ressources et de mieux se connaître, [...] de développer un fort sentiment de sécurité intérieure, [...] de traverser les émotions et revenir à [ce] sentiment de sécurité, [...] d'être présent ici et maintenant, à soi, aux autres, [...] d'explorer le lâcher prise [...] de développer l'estime de soi* »<sup>47</sup>. Elle parle

---

<sup>46</sup> MENARD A. Affirmation de soi et confiance en soi in BIOY A. CELESTIN-LHOPITEAU I. Hypnothérapie et hypnose médicale. Paris, Dunod ; 2014 : 280-285

<sup>47</sup> CELESTIN LHOPITEAU I. L'hypnose pour les enfants. 2<sup>ème</sup> ed. Paris, J. Lyon ; 2017 : 87- 140

joliment et justement de soutenir l'enfant dans « *l'éveil à lui-même* » et apporte au praticien un étayage par les techniques et illustrations cliniques qu'elle développe. Elle applique et adapte sa pratique de l'hypnose auprès d'enfants qui souffrent de troubles anxieux, de troubles de l'attachement, de retard de développement et des apprentissages (spécifiques ou non spécifiques), de troubles de l'attention et de l'agitation à différents degrés, de troubles du contrôle sphinctérien, de difficultés dans la gestion des émotions et du stress.

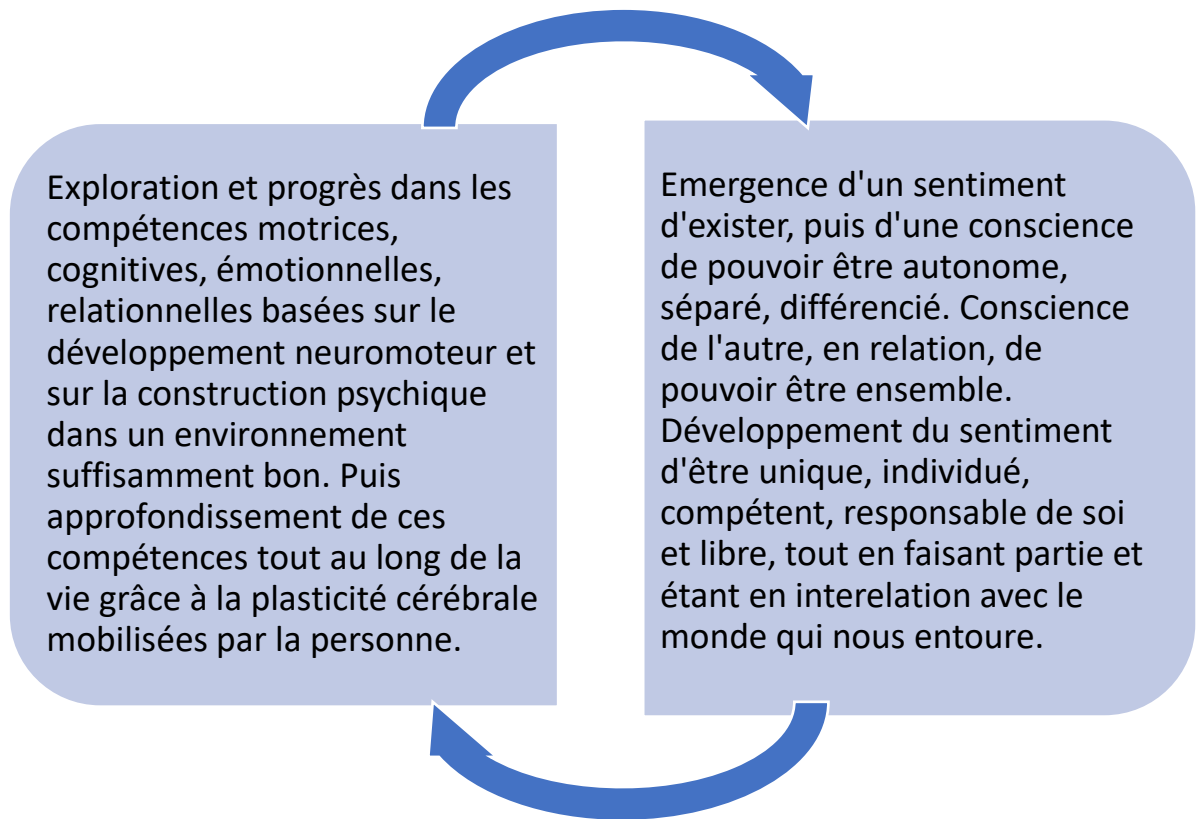
A. Bioy, dans un article sur la relation entre le thérapeute et l'hypnotisé <sup>48</sup>, évoque l'identification primaire, ce moment où la mère et le bébé s'identifient l'un à l'autre, où le bébé commence alors à exister et où s'ébauche le narcissisme. Les processus de séparation ouvrent à une identification secondaire, avec la perception d'un objet total et la différenciation entre la mère et l'enfant. Il postule que dans certains cas, la problématique du patient n'est pas élaborée et nécessite une forme de régression à cet état de fusion, à un état archaïque du psychisme. Il précise ensuite que « *le véritable travail [psychothérapeutique, mais aussi parfois en thérapie psychomotrice par la médiation corporelle] en hypnose se caractérise par une incitation à reconstruire un certain nombre d'identifications secondaires après avoir exploré, via le processus empathique, les identifications primaires* ». Il note « *l'importance des métaphores utilisées dans les suivis hypnotiques et de leurs répercussions psychiques et somatiques sur le patient* ». Peut-être pourrait-on rajouter des répercussions instrumentales : cognitives et motrices.

---

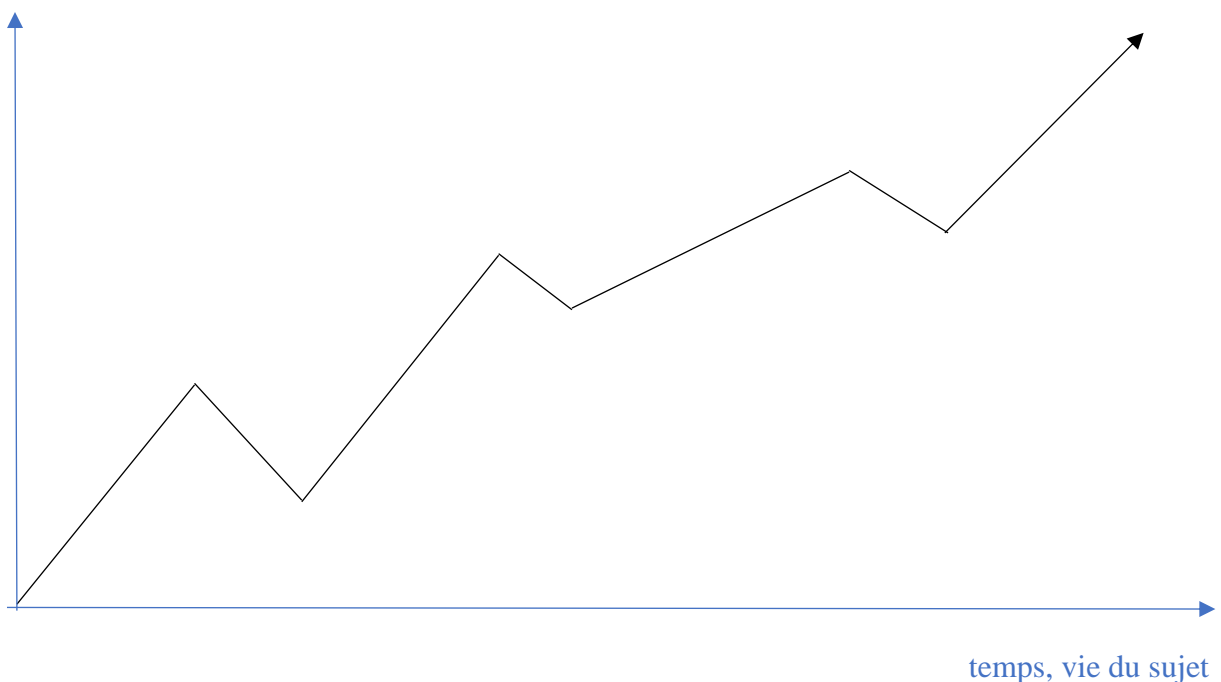
<sup>48</sup> BIOY A. La relation inter-individuelle en hypnose clinique et sa dynamique thérapeutique in Bulletin de psychologie. 2005 ; n° 477 : 391-393

### C. Petite conclusion, problématique et hypothèses de travail

Pour résumer, nous pourrions peut-être schématiser les processus d'individuation comme ceci :



Conscience de soi, de ses compétences, mobilisation, affirmation de soi



Ma pratique psychomotrice auprès d'enfants accueillis en unité ambulatoire pédopsychiatrique, les réussites et les échecs, les difficultés rencontrées, parfois dépassées, d'autrefois pas, m'ont amenée à me demander comment utiliser encore mieux toutes les propositions (souvent imposées) que me font les patients à travers leur mise en mouvement corporelle (souvent très anarchique au premier regard), à travers ce dont ils me parlent, à travers leurs jeux.

### **Comment la pratique de l'hypnose en séance de psychomotricité peut soutenir l'enfant dans son processus d'individuation et l'aider à mobiliser au mieux ses compétences ?**

A partir de mes lectures, réflexions et situations cliniques rencontrées, je pars des hypothèses suivantes :

- Il faut se sentir exister comme une personne séparée, individuée, unifiée et unique pour développer une juste estime de soi et recruter ses compétences psychomotrices.
- L'hypnose, que ce soit par la conversation hypnotique et l'hypnose formelle, le conte métaphorique et tout l'univers métaphorique permet de :
  - o Contourner les résistances de l'enfant.
  - o Le connecter à son monde sensoriel et, par-là, à lui-même.
  - o Le (re)lier à ses ressources.
  - o Le soutenir dans l'exploration de son individualité, de son potentiel d'autonomie, d'être compétent et en relation.
  - o De venir l'apaiser dans sa relation à soi et aux autres pour apprendre et grandir de façon plus sereine.

## II. Clinique de l'hypnose en psychomotricité

### A. Méthodologie

#### 1. Description de la population, de ses problématiques

Les patients dont nous parlerons sont âgés de 7 à 15 ans. Ce sont tous des garçons car j'ai très peu d'orientation de filles par mes collègues. Je les rencontre en séance individuelle hebdomadaire de 45 min. Certains sont suivis depuis des années par mes prédécesseurs, pour d'autres, j'ai entamé l'accompagnement par un bilan psychomoteur.

#### Arthur

Arthur est un garçon de 8 ans suivi en séances individuelles. Je note lors du bilan psychomoteur qu'il présente des **difficultés d'apprentissage** (attention, lecture, écriture, mémoire) avec une **difficulté de latéralisation**, une hypotonie de fond, **un manque de confiance en lui** avec dévalorisation, une **difficulté à se positionner** face à ses pairs et un comportement jugé **immature** par ses parents (utilise une petite voix fluette par moments, ne peut pas se **séparer** du moindre objet donc garde tout). Il se plaint régulièrement de maux de ventre et de tremblements dont il n'identifie pas les causes. Ses parents sont inquiets, le trouvent « trop gentil » et ne comprennent pas son besoin d'être si relié aux autres, à des copains, eux qui trouvent leur confort au sein de leur famille. Il est aussi suivi en orthophonie en libéral.

Je le rencontre depuis 10 mois en lien avec le suivi psychologique. Lui et ses parents investissent bien l'accompagnement individuel et la guidance parentale. Arthur évolue positivement : il s'est latéralisé à droite ce qui démontre un positionnement dans son corps. Il ne se laisse plus malmener par son petit frère, et trouve plus sa place avec ses pairs tout en restant dans la recherche de compromis. Il ne se plaint plus spécialement de maux de ventre et de tremblements. Son attention est plus soutenue, son maintien postural au bureau est plus tonique. Certaines difficultés liées à la mémoire des lettres et à l'apprentissage de la lecture persistent, ce qui nous amène à demander un avis extérieur. Il n'arrive toujours pas à se séparer de ses vieux jouets tranquillement et garde encore tous les rouleaux de sopalin, etc. Au fil du suivi, Arthur a pu m'expliquer que comme il oublie « tout », il garde tout comme trace des expériences passées et des projets à venir. Ça le rassure.

Dans ce contexte d'évolution, je pense à une fin de suivi en psychomotricité, comme un dernier axe à travailler, comme pour acter qu'il s'est inscrit dans un processus d'individuation : **pouvoir se séparer en sachant qu'il est suffisamment solide** pour ne plus avoir besoin d'accompagnement pour le moment et **qu'il a en mémoire** tout ce que nous avons travaillé ensemble. J'essaierai de consolider cela par des temps d'hypnose et de contes métaphoriques.

### Hans

Hans est un adolescent de 15 ans. Il m'est adressé par une collègue psychologue et les collègues qui l'accompagnent sur un groupe « socialisation ». Je le rencontre en séances individuelles depuis 6 mois dans le cadre de **troubles du comportement au collègue** (avec une forte tendance à se retrouver **influencé**), d'une **agitation** (non constatée en séance) avec **troubles de l'attention**, associés à une déficience intellectuelle. Il présente un retard dans les fonctions exécutives, **une grande discontinuité dans ses compétences** d'une séance à une autre, une hypertonie globale. C'est un garçon qui peut « donner le change », acquiescer quand on lui dit quelque chose sans avoir compris, et même, sans s'apercevoir qu'il n'a pas compris. Cela le met très en difficulté puisqu'on lui reproche ensuite de ne pas avoir fait ce pour quoi il s'était engagé. Il n'a pas une réelle compréhension de ses difficultés mais en souffre quand même : il se fait souvent taper par ses « camarades » et se replie pour pleurer seul.

Le travail psychomoteur avec lui s'axe sur le développement de ses fonctions exécutives (mémoire, attention, planification, repères spatiotemporels), sur la capacité à se positionner (choisir un jeu, faire émerger une demande), et sur la régulation tonique (par la relaxation avec induction verbale, tout travail directement corporel amenant trop d'excitation). La question de l'orientation en milieu protégé est aussi centrale.

L'évolution est laborieuse. Hans reste très passif, attendant sur une chaise discrètement devant mon bureau quand il arrive, sans s'annoncer auprès de la secrétaire ou me dire qu'il est là. Tous ces positionnements sont très dépendants de moi qui « lui tire les vers du nez », et les progrès concernant les fonctions exécutives sont constants mais régulièrement, c'est comme s'il n'avait plus accès à rien. Quand je lui demande pourquoi il vient me voir, il hausse les épaules et finit par me répondre, comme pour me faire plaisir « pour apprendre à écrire ». Quand je le questionne, il me répond qu'il veut continuer à venir en séance, même s'il n'arrive pas à argumenter son souhait.

Je lui propose des balades métaphoriques sur la fin de séance dédiée initialement à la relaxation, comme une nouvelle respiration dans ce suivi qui s'essouffle.



## Léon

Léon et un garçon de 7 ans en CP. Je le reçois depuis ses 5 ans ½. Auparavant, mon prédécesseur avait enclenché l'accompagnement et il avait déjà bénéficié d'un suivi psychomoteur en unité de périnatalité petite enfance de sa naissance à ses 3 ans.

Sur le plan psychomoteur, **Léon ne présente aucun retard de développement**. L'indication se fait en raison de **difficultés de séparation** avec sa maman et d'un **besoin d'hyper-contrôle** dans tous les aspects de sa vie, autant dans la relation que dans son corps (encoprésie). La perte de maîtrise amenait beaucoup d'angoisse et le garçon montrait une **pauvreté de l'imaginaire** avec très peu de créativité. Une plainte était récurrente : « je m'ennuie ».

Lorsque je commence ma formation et propose à Léon un travail hypnotique, il a déjà développé plus de souplesse dans son corps (plus de problème sphinctérien, davantage de fluidité corporelle qui permet une bonne entrée dans l'écriture, particulièrement anxiogène pendant le début de son CP). Il a maintenant des camarades, a moins besoin de faire le « petit chef ». Il commence à pouvoir entendre mes conseils et propositions en séance. Beaucoup de situations restent néanmoins très anxiogènes quand elles ne sont pas anticipées et qu'il doit s'adapter (ex : il perd ses ciseaux, scénario anticipatoire de punitions, de retard par rapport aux autres, pas de solution imaginable). Cela amène des **troubles du sommeil**, un **sentiment d'être laissé seul** face à quelque chose d'insurmontable, ce qui l'amène alors à faire beaucoup de **reproches** aux adultes. Il ne veut pas de conseils parce qu'il « sait » et en même temps, **angoisse très vite quand on le laisse trouver son autonomie** ou s'apercevoir qu'il a besoin d'aide. A la maison, ce fonctionnement reste source de conflits permanents. Sa maman ne sait plus quoi faire, ayant toujours l'impression de ne pas réussir à satisfaire son enfant malgré tous ses efforts. Il faut noter que l'histoire de vie de Léon et de sa maman est singulière, avec des traumatismes non traités et des mécanismes de répétition, des fonctionnements en miroirs. La guidance parentale est très importante dans ce suivi et Léon veille aussi à préserver son espace de soin en refusant les temps mère-enfant. Il m'utilise beaucoup comme tiers en me demandant de dire telle chose à sa mère, prétextant qu'ils ne savent pas faire sans moi.

## César

César est un garçon de 8 ans ½. Il est diagnostiqué **TDAH** par le neuropédiatre de l'hôpital d'enfants, mais la **composante psychoaffective forte** fait que la mise sous traitement est repoussée. Il est accompagné en orthophonie en cabinet libéral. Il montre peu d'empathie,

supporte mal la frustration, donne l'impression **d'instrumentaliser l'autre** dont il ne se rappelle pas du prénom. La question du diagnostic reste en suspens. César étant suivi en groupe CATTP depuis longtemps, nous avons décidé en équipe il y a peu que je le recevrai en individuel, en faisant l'hypothèse que ce dispositif donne plus accès à lui, étant moins dispersé dans la relation. Son **agitation** et sa **toute-puissance** deviennent aussi difficiles à gérer avec d'autres enfants qui commencent à le diaboliser.

César fait partie de ces enfants pour lesquels le TDAH vient expliquer tous ses comportements à l'école et dans la fratrie, comme une étiquette qui l'excuse mais à laquelle il finit par coller, et **qui vient définir sa personnalité**. La demande parentale se situe aussi du côté de difficultés graphiques avec une anticipation anxieuse des conséquences futures que cela pourrait avoir sur sa scolarité et avec l'idée qu'il « ne fait pas d'effort ».

## 2. Description du cadre et du dispositif

Les patients me sont adressés pour un accompagnement psychomoteur. Il a été délicat pour moi de trouver comment intégrer l'hypnose à ma pratique. Pas dans la relation à l'enfant et dans les propositions que je pouvais lui faire, mais dans l'approbation des parents dont j'avais besoin pour me sentir légitime. En effet, pour moi l'hypnose vient s'ajouter à ma boîte à outils, comme une médiation, et je ne précise habituellement pas aux parents chaque médiation que j'utilise avec leur enfant. Je me trouvais confrontée à des parents récalcitrants, influencés par les représentations culturelles et parfois effrayantes avec des craintes d'influence. Mais je me trouvais aussi face à d'autres parents tellement motivés à l'idée de l'utilisation de l'hypnose « à la mode » et un peu magique sur leur enfant, que je sentais une attente de leur part un peu oppressante.

Pour moi, l'hypnose est à intégrer au sein de mes séances, et n'a pas vocation à venir remplacer le travail psychomoteur mais à le soutenir. Il m'est difficile de savoir quand je fais de l'hypnose et quand je n'en fais pas, tant cette pratique est venue s'intégrer naturellement dans ma manière d'être. Il y a bien sûr les moments de transe formelle qui sont clairement identifiés au sein d'une séance, mais l'hypnose vient aussi envelopper de nombreux moments, parfois en plein jeu, d'autres fois dans les moments de discussion avec l'enfant ou ses parents à travers la communication hypnotique.

C'est donc dans une certaine ambivalence que j'ai amené l'hypnose en séance de psychomotricité :

- à la fois, en l'intégrant naturellement à mon dispositif d'accompagnement individuel (que certains appellent le « cadre externe »), parfois en nommant les temps d'hypnose, parfois non,
- et en même temps, en sentant que cela chamboulait mon « cadre interne », me sentant tâtonnante, manquant de repères dans cette nouvelle pratique.

### 3. Pistes d'évaluation

Afin de me permettre de prendre du recul sur la pertinence de ma démarche auprès de mes patients, je me suis fixée ces points d'observation spécifiques :

- y a-t-il une **augmentation des prises d'initiative de l'enfant en séance** (dans les choix de jeux, dans son exploration motrice) et un **positionnement plus adapté** (ni toujours d'accord, ni toujours en opposition) ?
- y a-t-il **davantage de questions et d'implication à propos du dispositif** d'accompagnement (vouloir comprendre le temps qui s'écoule et veiller au temps qui nous reste sans tonalité anxieuse, demander quand est le prochain rendez-vous, donner son avis à ce propos, se projeter dans ce qu'il voudra faire la prochaine fois...) ?
- a-t-il une **réflexion sur ce qu'il vient faire en séance** de psychomotricité ?
- y a-t-il un **changement dans ce que l'enfant peut dire de ses difficultés**, un décalage par rapport au discours antérieur ou au discours parental et scolaire ?
- **évoque-t-il des expériences en dehors** des séances où il a pu **faire différemment**, trouver des solutions là où il se serait senti bloqué auparavant ?

## B. L'hypnose en séance

### 1. Arthur

Lors de la 1<sup>ère</sup> séance dont nous parlerons, Arthur justement montre de l'anxiété quand je lui demande ce que nous avons fait ensemble la dernière fois : il se tend, ne fixe plus son regard qui se perd un peu partout, bafouille qu'il ne sait plus. Comme nous sommes déjà installés sur un tapis au sol, je lui propose de déposer son dos contre le mur de coussins, de regarder devant lui et de prendre le temps de respirer. Il me suit avec naturel. Je lui demande de regarder autour de lui et de me dire 5 choses qu'il voit, puis d'écouter et de me dire 5 choses

qu'il entend, puis de me dire 5 choses qu'il sent dans son corps. Un peu surpris et au début, un peu bloqué sur sa capacité à trouver autant de choses, et pour ne pas le laisser trop réfléchir et se dire qu'il n'arrivera jamais à faire ce que je lui propose, nous alternons : il dit une chose, j'en dis une autre. On passe à 4, puis à 3 et il arrive alors à faire seul pendant que je dénombre pour lui. Il chuchote, entend « le bruit du silence » et sent « la détente dans [son] corps » jusqu'à nommer une chose qu'il voit, une qu'il entend, une qu'il sent. Je constate qu'il est très détendu, a les yeux fermés. Je lui propose de vérifier que toutes ses boîtes de souvenirs sont bien présentes dans sa tête (métaphore utilisée auparavant) : il chuchote « oui » en faisant un petit signe de la tête. Je lui dis que peut-être, il aperçoit la boîte des souvenirs de psychomotricité et que peut-être, elle est un peu ouverte, ou qu'il peut l'ouvrir et voir ce qu'il y'a dedans : il rouvre les yeux en se redressant, affiche un grand sourire et me raconte ce que nous avons fait la semaine dernière. Par la suite, dans le cadre des séances, il n'aura qu'à fermer les yeux et prendre une grande inspiration/expiration pour retrouver des souvenirs dont il souhaite me parler et ne me dira plus qu'ils « sont perdus », ou qu'ils « s'échappent ». Quelques semaines plus tard, il me questionnera sur l'aspect neurophysiologique de la mémoire et remarquera que pour lui, les odeurs ont un grand pouvoir pour réveiller des souvenirs. Toutefois, il restera confronté à ces pertes de mémoires régulièrement concernant l'apprentissage de la lecture.

1 mois plus tard, je propose à Arthur qui veut finir la séance par « un temps calme » de faire « un rêve éveillé ». Il accepte avec motivation et choisit de s'installer dans le hamac. Il s'y installe après avoir mis tous les coussins de la salle dedans, qu'il appelle ses « doudous coussins ». Nous racontons le conte du « jardin des miniatures » de Laurence Dudek<sup>49</sup> (cf : annexe 2). Son installation limite mon observation puisqu'il est caché par le tissu. La matière est faite de telle sorte que lui, de l'intérieur peut me voir par transparence. Son souffle est calme, il semble entièrement déposé dans son cocon, serrant un coussin contre lui. J'aperçois qu'il ferme les yeux généralement, et les ouvre de temps en temps. Je l'entends de temps en temps commenter : « whouahou », « ooh ! ». Au moment de l'histoire où le jardinier explique le principe du compost à notre personnage, je vois le hamac s'agiter un peu. Quand le jardinier propose de jeter tout ce dont nous n'avons plus besoin, de vérifier partout, dans les poches, sous la casquette, Arthur se redresse, me regarde, a les sourcils froncés et me fait « non » de la tête et du doigt, puis retrouve son installation, allongé dans le hamac. Une fois le conte métaphorique terminé, Arthur, assis, me demande de raconter une course de Formule 1. Comme je ne suis pas pressée par le temps aujourd'hui, j'accepte.

---

<sup>49</sup> DUDEK L. Petites histoires magiques... pour guérir les soucis du quotidien. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. Hatier 2019

« Les voitures sont prêtes pour le départ, le pistolet tire et les voitures pétaradent. Elles roulent toutes très vites sur le circuit, s'affrontent, le suspense est à son comble et... » il me coupe la parole : « Gagné ! » en serrant les poings que je vois sortir du hamac avec une excitation palpable. « Maintenant, une course au cross » me dit-il.

« Les coureurs sont sur la ligne de départ et...

– Gagné ! ... Un concours de calcul ?

– OK, un concours de calcul, comment ça se passe ?

– Gagné ! Pour finir, un concours d'écriture.

– Ah, bien...

– Gagné ! » et il s'affale dans le hamac.

Je me tais, lui aussi. Je l'entends reprendre son souffle, ce que j'accompagne de ma respiration que j'accentue afin qu'il l'entende. Je lui propose de reprendre sa respiration, de retrouver le soutien du hamac, sa couleur, sa texture et quand ce sera le moment... « tu pourras te redresser ». J'attends encore un petit peu. Il s'assoit dans le hamac, souriant, et me demande si c'est l'heure de se dire au revoir, ce que je confirme simplement. En rangeant la salle et remettant ses chaussures, je retrouve le petit Arthur pipelet. Pour me rassurer plus que de besoin je crois, je lui demande quel jour on est, ce qu'il va faire après, s'il sent que ses chaussures sont bien serrées.

A la rentrée de janvier, un entretien avec Arthur et ses parents nous permet de nous projeter dans un arrêt du suivi. Comme dit précédemment, il reste en difficulté dans certains apprentissages, ce qui reste abimant pour lui et ses parents, mais les objectifs du suivi psychomoteur au CMPEA sont acquis et il me semble important de lui faire confiance et d'alléger le soin de ce garçon qui va bien. Je précise le cadre de l'arrêt aux parents d'Arthur qui sont quand même inquiets : le maintien du suivi avec la psychologue du CMPEA, les préconisations du neuropédiatre vers lequel je les avais orientés il y a quelques mois à appliquer à l'école, la poursuite de l'orthophonie, la courte rééducation orthoptique pour venir consolider la concentration et les compétences visuo-spatiales de leur fils, et le fait que je reste à disposition si besoin pour continuer la guidance parentale. Je demande ensuite à Arthur de combien de séances il a besoin pour se dire au revoir, pensant à deux ou trois, ce qui se fait en général. Il me répond : « cinq ! ». Avec l'idée que je lui ai demandé son avis, nous partons donc sur cinq séances.

La semaine suivante, nous fixons donc un petit prévisionnel de ce que nous allons faire pendant ce temps imparti pour qu'il ait davantage confiance dans le fait de ne plus avoir besoin

de venir me voir. Nous fixons certains jeux qui ont été particulièrement importants pour lui, de prendre le temps de regarder tout ce qu'il a amassé dans sa pochette de séance, de faire du tri pour repartir avec le dernier jour. Sur ce dernier point, il n'est pas très chaud à l'idée de « jeter ». Nous fixons aussi de « raconter les histoires » à deux reprises. Ce jour-là, il me raconte qu'il a réussi à demander à ses parents de fêter son anniversaire avec ses copains pour la première fois de sa vie, et qu'ils ont accepté. De retour dans sa salle d'attente, sa mère me dira qu'elle et son mari ont pris en compte son besoin de liens autres que familiaux, même s'ils n'ont pas le même.

A la fin de la 3<sup>ème</sup> séance de ces cinq prévues, nous gardons un temps pour « inventer une histoire incroyable ». Il est dans le hamac goutte d'eau, avec ce qui me semble être des moments de transe, puis revient, puis repart. On invente une histoire : un cosmonaute qui est dans son vaisseau spatial à l'intérieur bleu clair et bleu foncé (comme le hamac) et immense ! « Il y a au moins 1 000 toilettes ! Comme ça, même si c'est bouché, il y'en a d'autres ». Je lui propose que le cosmonaute ait une trousse à outils pour UN toilette mais il préfère 1 000 WC, « c'est plus sûr ». Mais il s'inquiète de l'apesanteur pour le caca, alors il faut penser quelque chose pour bien fermer la cuvette : on fait un système de fermeture. Je propose quand même un bouton aussi pour expulser le caca et le pipi dans la stratosphère, sinon, le vaisseau risque de devenir trop lourd. « Ah oui ! et le caca se transformera en arbres dans l'espace ! ». Je réponds : « Ah oui tiens ! Comme quoi, ça peut être bien de se séparer de ce qui ne sert plus, ça peut faire des arbres ! ». Lui : « Oui, mais que du caca, le reste, je garde.

- OK. Et après, comment il fait pour s'occuper le cosmonaute ?
- Avec un PlayStation Nintendo Switch et il peut jouer en ligne avec ses amis, et faire des Skype avec sa famille.
- OK, et s'il y a moins de réseau, il faut d'autres choses pour s'occuper ? Des jouets ? Des livres ?
- Oui, quelques livres, le Journal de Mickey ».

Je lui demande comment le cosmonaute fait ses comptes-rendus de travail, par écrit ou par ordinateur ou autre ?

- « Plusieurs solutions : écrire avec un crayon magique dans les airs et ça se retrouve dans l'ordi, ou alors des feuilles, des crayons et des capsules intergalactiques qui sont envoyées sur terre.
- Et pour bouger ?
- Un tapis de course, un livre de yoga.

– Et pour manger ?

– Des pommes de terre, des tas de pommes de terre, des hamburgers, des pizzas... Bon, et des carottes, des oranges pour faire du jus de fruit. Ah ! Et les toilettes elles parlent aussi !

– Pour quoi faire ?

– Des blagues de lapin crétin. Et aussi, il y a des caméras et des missiles et des robots extérieurs pour protéger en cas d'attaque par des extra-terrestres ».

Je lui fais profiter de ce vaisseau spatial avec ce super cosmonaute qui a tout pour être bien tranquille, savoir qu'il va pouvoir se sentir bien pendant qu'il a à être seul à travailler avant de revenir sur terre et retrouver sa famille. J'insiste : « Il a tout ce qu'il faut, tout ce dont il a besoin, tout ce qui est nécessaire pour être bien, à la fois tranquille et concentré dans son travail ». Il prend son temps, se redresse, me dit « Et le cosmonaute, il s'appelle Cap'taine Arthur !

– Ah ! C'est un bon nom pour un super cosmonaute, ça !

– Oui !

– Continue de prendre le temps dans ce vaisseau spatial, peut-être que tu te promènes ou que tu restes tranquille, tout est très bien ».

Rapidement, il me dit : « Et il va atterrir ». A ce moment-là, je m'aperçois qu'il est à terre, sur le dos, sans qu'il y ait eu d'à-coup : il est sorti du hamac.

« Il atterrit où ?

– Dans l'Océan Pacifique, mais c'est un peu dangereux, la prochaine fois, il faudrait que tu me fasses bien atterrir sur Terre ».

La semaine suivante, nous faisons le fameux tri dans sa pochette de suivi. Quand nous l'avions évoqué, il avait grimacé alors que j'avais dit qu'il pourrait décider de ce qu'il voudrait garder et emmener chez lui et de ce qu'il voudrait jeter, n'en ayant plus besoin. A ma grande surprise ce jour, il se pose devant tous ces dessins, bouts de papiers où nous avons écrit les scores d'un match, des astuces pour écrire les lettres dans le bon sens et de la bonne taille, etc. et prend le temps, silencieusement, de faire le tri. Il choisit de jeter une partie de ces souvenirs à la poubelle et me dit « je m'en souviendrai, je n'en ai pas besoin ». Nous nous mettons d'accord pour que la semaine suivante, il récupère sa pochette et que nous reracontions « l'histoire du cosmonaute mais qui atterrit sur Terre ».

Mais nous ne nous reverrons que deux mois et demi plus tard pour cette dernière séance, du fait du confinement, et dans un bureau inconnu et presque sans matériel, en raison des règles d'hygiène.

Lors de cette dernière séance donc, il ne se souvient au départ pas de l'histoire en question. Mais dès que j'évoque le « Capitaine Arthur, cosmonaute », tout lui revient en mémoire. Il souhaite modifier certaines choses : la couleur du vaisseau (rouge, orange, jaune avec des flammes), rajouter des pouvoirs aux robots défenseurs, ajouter deux voitures (une pour l'espace, une pour la vie normale) et une bibliothèque. Il souhaite aussi rajouter son copain mais je rappelle qu'il part seul dans son vaisseau et lui demande de me rappeler comment il peut garder le lien : les jeux en ligne avec la Nintendo et Skype. Alors que son vaisseau s'était échoué au milieu de l'Océan Pacifique la dernière fois, il prévoit aujourd'hui d'atterrir sur « l'île de la fiesta ».

Une fois cet inventaire fait, j'amorce l'entrée en hypnose par un VAKOG dans ce bureau dans lequel nous n'avons pas nos repères. Il décide de s'installer allongé sur le tapis après avoir testé les différentes surfaces par le toucher (chaise, carrelage, tapis en sky). Comme je lui propose de regarder autour de lui, de prendre des repères, son regard se porte partout, comme s'il était anxieux à l'idée de ne pas avoir tout noté. Je lui propose de fermer les yeux ce qui semble lui convenir davantage et suis plus directive sur les sons à écouter, les parties du corps à recenser. Tout le long de la séance, il oscillera entre des petits mouvements, de la détente et la mise en mouvement un peu molle de ce qui est évoqué. Je lui propose de commencer par retrouver son vaisseau, d'observer les coloris, les formes, la taille puis de vérifier que tous les systèmes de défense sont en place (caméras, missiles, robots). Je lui laisse le temps et lui propose un signaling de la main quand il est prêt à entrer dans son vaisseau. Un petit temps passe et il me fait signe. Je lui propose qu'il soit le seul à pouvoir trouver la porte et à savoir comment l'ouvrir et la refermer. Petits mouvements de doigts, comme s'il pianotait. « Ensuite, tu vas vérifier que tout est en place dans chaque pièce, que tout ce dont tu as besoin s'y trouve... dans les toilettes... les systèmes de fermeture, d'évacuation et de blagues de lapins crétins sont activés... dans la salle de sport et de jeux, la PlayStation Nintendo pour jouer en ligne... ton petit livre de yoga pour t'aider à retrouver le calme si besoin [allongé sur le dos, il prend la posture du lotus] ... tes livres pour les histoires et apprendre plein de choses... Et si tout est en place, tu peux aller dans la cuisine... [Un temps, puis petit signe de tête] ... Aller dans la cuisine et vérifier qu'il y'a assez de pommes de terre, de pizzas, de carottes et d'oranges, et tout ce dont le corps a besoin pour rester en forme, plein d'énergie... C'est bon ? ... [Petit signe de la tête].



Très bien, alors tu es prêt à partir en voyage spatial ». Il quitte sa position du lotus, met les pieds au sol en restant allongé sur le dos, semble tenir des manettes. Légers tremblements puis détente à nouveau. « Le décollage a été un peu mouvementé et peut-être que tu trouves ta vitesse de croisière dans ton vaisseau spatial. Tu es aux commandes, tu sais veiller au bon fonctionnement de ton vaisseau, en prendre soin, le réparer s'il tombe en panne, et si besoin, tu es en lien avec la base terrestre grâce à ton crayon magique et à la capsule intergalactique. Je vais te laisser donc suivre ton voyage quelques instants en t'organisant comme tu le souhaites, à ton rythme, allant de pièce en pièce, guidant ton vaisseau, voilà... C'est très bien... Tu es libre de suivre ton chemin comme cela, et tu peux aussi utiliser la voiture de l'espace si tu as besoin de sortir découvrir une nouvelle planète, suivre un bel astéroïde... Légers mouvements de bascules droite/gauche. Voilà, c'est très bien... Et comme tu sais très bien t'y prendre, je vais te laisser naviguer ainsi quelques minutes en silence... ». Il reste ainsi environ une minute, à basculer avec quelques mouvements des bras et des jambes, puis il bascule totalement d'un côté, se recroqueville, se retrouve en boule contre le sol. Il reste quelques secondes. Je ratifie et respire assez fort pour qu'il sente ma présence active. Au moment où je veux lui proposer un ancrage, je l'entends dire tout bas : « Atterrissage... en douceur... ». Il rouvre les yeux, souriant, me dit qu'il va prendre sa voiture pour aller faire la fête sur l'île de la fiesta. Il est alors revenu à un état de conscience habituel il me semble, et je lui propose l'ancrage de serrer la main gauche pour retrouver toute la force du Capitaine Arthur, mais il gigote, veut me raconter la fête sur l'île. Je n'insiste donc pas sur mon projet d'ancrage et l'écoute me raconter l'histoire de l'île fiesta. C'est là-dessus que nous nous séparons et que je lui souhaite bon voyage pour la suite.

## 2. Hans

Lors de cette première séance que nous évoquerons, nous sommes le 2 janvier. Hans me dit qu'il vient de loin, qu'il était en vacances chez son parrain et est revenu pour sa séance sans me montrer ce qu'il en pense. En le questionnant, je comprends qu'il aurait préféré ne pas venir. Aux vacances précédentes, face à une situation similaire (trop fatigué pour venir), je lui avais dit qu'il pouvait avoir envie de faire des pauses dans les séances hebdomadaires et lui avais expliqué comment l'exprimer à moi ou à sa mère. Après que j'ai continué à lui poser des questions, ne me satisfaisant pas de réponses évasives, nous finissons par nous mettre d'accord qu'il ne viendra pas la semaine prochaine, mais qu'il souhaite venir la dernière semaine des vacances.

Il est quand même volontaire pour travailler et choisit un jeu pour des enfants d'environ 5 ans, dénotant de son immaturité intellectuelle (1.2.3 Cochons). C'est la troisième semaine consécutive qu'il fait ce choix et je dois continuellement lui expliquer les règles et les stratégies pertinentes. Dès qu'une partie est terminée, il veut en refaire une nouvelle. Je le questionne sur ce point et il me répond que c'est « pour comprendre, pour pas oublier ». Pour moi, il soulève là un point important : sa difficulté à garder une trace de ses expériences pour pouvoir ensuite passer à des étapes supérieures de développement. J'y vois là aussi l'ébauche d'une demande de soin, la première évocation d'un « problème » de la part de l'adolescent. Je me saisis de cela pour lui proposer « une relaxation un peu différente de d'habitude, une histoire hypnotique ». Il accepte et s'installe comme d'habitude allongé sur le tapis. Je lui propose, comme c'est une nouvelle expérience, de prendre une nouvelle installation : j'obtiens qu'il se positionne semi-allongé sur le dos. Je lui lis l'histoire de « l'Arbre des expériences » de Laurence Dudek (cf : annexe 3). Il me semble maintenir un certain contrôle, garde un mouvement circulaire du pouce. Peut-être est-il trop soumis à mon regard dans cette position. Surprise de la longueur de l'histoire pourtant connue, je m'arrête au premier étage de l'arbre, celui de « ceux qui écoutent » et amène la réassociation comme elle est proposée dans le livre. Comme toujours, il prend un peu de temps pour émerger, se redresser et se lever. Comme je m'excuse de n'avoir pas pu finir l'histoire, il demande à ce qu'on raconte la suite la semaine prochaine.

Quinze jours plus tard, Hans m'explique un jeu vidéo qu'il aime beaucoup en ce moment (réparer une voiture) et me raconte son plaisir à avoir bricolé avec son parrain pendant les vacances. Il ne sait pas pour quoi est fait le petit bâtiment qu'il a contribué à construire mais il peut faire des hypothèses : « C'est peut-être pour... » là où quelques mois auparavant, il avait fait un stage en pépinière et n'avait aucune idée de ce qu'il avait semé pendant deux semaines. Dans la discussion, je m'aperçois aussi qu'il sait quel jour on est, quel jour nous serons demain, et à quelle date sera la rentrée. Je lui fais remarquer ce grand progrès. Il sourit.

Il veut jouer à nouveau à 1.2.3 Cochons. Aujourd'hui, il organise le jeu, me demande quelle couleur je veux et me propose de commencer, à mon grand étonnement. Je n'ai pas besoin de rappeler les règles, il réutilise les astuces de la fois dernière pour s'organiser sur le plateau et enrichit sa stratégie. Il fait beaucoup moins d'erreurs. Il peut compter seul qu'il a gagné deux parties et moi une, et en déduire qu'il a gagné, ce qui lui est impossible habituellement. Il souhaite aussi continuer « l'histoire de l'arbre ». Il s'installe de  $\frac{3}{4}$  comme la semaine dernière de sa propre initiative et se met sur le côté, dos à moi. Il prend un coussin qu'il serre contre lui, les bras croisés, ce qui me permet d'apercevoir sa main gauche. Je reprends l'histoire du début

et peux cette fois-ci aller jusqu'au bout. Hormis une immobilité, un souffle régulier et de petits mouvements automatiques des doigts, je n'ai aucun accès à ce qui se passe pour lui. Sortant de transe, il me répond : « C'était bien ». Il me dit qu'il a réussi à voir les arbres et qu'ils étaient gros. Afin de m'assurer de sa réassociation, je propose un réveil corporel par auto-tapotements vifs et rapides.

La semaine suivante, il commence par me dire qu'il ne sera pas là « le 13 » en mettant les choses dans leur contexte mais qu'on se verra la semaine suivante. Comme je sais que lui et sa mère ont eu un entretien avec le médecin de l'unité (à ma demande) au sujet de son orientation en IMPro (Institut Médico-Professionnel, donc en milieu protégé), je lui demande comment cela s'est passé. Il ne sait pas. Il ne sait pas non plus de quoi ils ont parlé. Il dit ne pas avoir compris. Puis, il se redresse sur son siège et me dit avec conviction et une certaine tension : « Moin mi veu pas aller à l'IMPro, moin lé pas handicapé ! ». Comme nous avons déjà discuté de tout cela plusieurs fois, je n'insiste pas. Je rappelle simplement que notre travail à tous, c'est de chercher avec lui la façon, le lieu dans lequel il pourrait se sentir le mieux possible avec lui-même et avec « son ban 'camarades » pour devenir un adulte le plus autonome et le plus libre possible.

Il se souvient bien de ce que nous avons fait la semaine dernière mais n'est pas force de proposition. Je propose de jouer au Mastermind, jeu de déduction auquel nous avons déjà joué. Même si je dois dire à voix haute mon raisonnement et lui faire dire le sien pour qu'il mette en place des ajustements, je constate des progrès. Il est particulièrement expressif montrant davantage d'implication. Dans mes mots, j'induis à de nombreuses reprises qu'il se souviendra de toutes ses stratégies efficaces les prochaines fois.

Il souhaiterait qu'on raconte encore « l'Arbre des expériences » mais je souhaite proposer une induction par le mouvement, d'une part pour m'entraîner, et d'autre part pour l'inciter à un travail moteur, comme je constate une hypertonie segmentaire persistante (notamment dans les doigts au jeu précédent). Je lui propose donc de partir en moto, de s'y installer, de la démarrer et de se promener dans la salle. Il choisit une moto noire. Je lui demande d'aller toucher ce que je nomme (« du vert comme de l'herbe, du bleu comme le ciel », etc.) et de faire ses propositions. Il est peu créatif mais souriant. Il se montre très mobile, varie ses points d'appui, change de rythme, regarde la salle comme s'il la découvrait pour la première fois. Je suggère que nos motos nous amènent à l'entrée d'une forêt. Il prend le temps de s'installer sur le tapis, se pose, puis change d'avis. Il se lève et va chercher de quoi s'installer comme les dernières semaines. Je crois que c'est la première fois que je perçois chez Hans une

réflexion sur ce dont il a besoin/envie et l'action qui en découle, sans que j'aie à intervenir. Il ferme les yeux et je lui propose de se reposer un instant à l'entrée de cette forêt, peut-être adossé à un arbre, et de respirer tranquillement après cette balade pleine d'énergie. Il reste immobile un long moment et je n'observe pas de mouvements des doigts ni des yeux. Lorsque je lui propose de se lever pour repartir en moto et revenir « ici et maintenant », il ouvre immédiatement les yeux, baille et me dit que « c'était bien ». Quand je le questionne, il me dit qu'il a vu le même arbre que la semaine dernière et répond « ppp » à mes autres questions qui ne doivent pas avoir grand intérêt.

La fois suivante, en fin de séance, il me demande encore « l'Arbre des expériences ». Prise dans la consigne du livre qu'il n'est pas nécessaire de raconter plusieurs fois l'histoire, et aussi prise dans mon envie de m'autonomiser face à ces scripts tout faits, j'hésite. Je comprends qu'Hans a besoin de répéter les expériences pour qu'elles fassent trace, et accepte donc. Cependant, j'amène une induction par un VAKOG et une attention portée à sa respiration à la place de l'induction proposée dans le livre. J'instaure aussi un signaling du doigt afin qu'à chaque étage, il puisse me signifier s'il a besoin de s'y arrêter ou s'il souhaite passer directement à l'étage supérieur. Il souhaitera visiter chaque étage et j'insisterai sur le fait qu'à chaque étage, il « comprend » : il « comprend ce qu'il entend », il « comprend ce qu'il apprend », il « comprend ce qu'il sait ». A la fin, sur la terrasse qui offre une vue sur toute la forêt, j'ajoute : « Et tu comprends tout cela... tu comprends aussi ce que tu es... ce que tu veux... Et tu prends le temps pour sentir comme tu comprends tout cela ». Après l'avoir fait redescendre de l'arbre et quitter la forêt, et lui avoir proposé de sentir à nouveau sa respiration, il rouvre les yeux. Je lui demande comment il se sent. Il me répond : « Bien ». Je ne pose pas plus de questions.

La séance suivante, comme je n'ai pas pris le temps de prendre du recul sur ce suivi et que je n'arrive pas à enlever de moi l'hypothèse que compte tenu de sa déficience intellectuelle importante, Hans ne saisit peut-être pas grand-chose de ce que je lui propose dans ce temps d'hypnose, je lui propose autre chose. A savoir, de faire évoluer ensemble l'histoire et que pour cela, j'aurai besoin qu'il réponde à mes questions par un mouvement du doigt. Il accepte et choisit que nous restions sur l'image de la forêt. Il s'installe comme à son habitude de  $\frac{3}{4}$ , allongé puis se tourne, dos à moi, la main gauche visible de ma place. A chacune de mes questions, il ne répondra pas par le signaling proposé mais verbalement. Il me dira donc « ppp » quand je lui demande s'il voit des couleurs, et comme je lui proposerai de regarder tout autour de lui, en l'air, etc., il me dira « du rouge » et une autre couleur que je ne comprendrai pas. Je l'amène à regarder le sol, la texture, les couleurs et il me dit : « Mi lé en savate ». Comme je lui propose

de se promener et lui demande ce qu'il voit, il me répond : « des grands arbres, avec un gros tronc ». Je lui demande s'il en voit un contre lequel il aurait envie de s'installer en particulier, « un peut-être plus grand, plus gros, plus beau... » : il me répond : « Non ». Je lui propose de continuer à chercher mais comme rien ne vient, je lui dis « Peut-être que c'est simplement de se promener qui est agréable, reposant, et que l'on peut continuer comme ça ». Je lui demande si on va quelque part, mais il ne répond pas. Je me tais, puis je lui demande si c'est tout plat, si ça monte ou si ça descend : « Ça monte ». Je parle alors des muscles, de la respiration qui s'adaptent, qui se mobilisent, trouvent de la force et comme c'est agréable de sentir ce corps qui est capable, et aussi cette attention, c'est intelligence qui sait où poser le pied, comment être vigilant etc. Je lui demande : « Ça monte encore ? – C'est plat » me répond-il. J'accompagne sur le repos, la sensation que c'est de nouveau plus facile, et peut-être même plus facile que sur le plat d'avant, et que le corps accélère peut-être, est peut-être encore plus à l'aise sur ce plat qui va tout seul. Puis je me tais pour qu'il profite de ce moment seul en ajoutant qu'il pourra revenir ici et maintenant quand il saura qu'il a terminé. Comme il reste sans rien faire un long moment (ou un moment que je trouve long), je finis par l'accompagner vers le retour à une conscience « normale ». Pendant toute cette promenade, j'observe de nombreux mouvements automatiques des doigts de la main que j'aperçois. Comme il nous reste un peu de temps et peut-être, comme pour vérifier « qu'il s'est bien passé quelque chose », qu'Hans a bien au accès à un monde intérieur, je lui propose que l'on dessine chacun notre balade. A mon étonnement, il accepte volontiers et se montre précautionneux des couleurs choisies, prend le temps de regarder sa feuille, de réfléchir ou de ressentir. Il souhaite aussi que l'on se montre nos dessins et commente le sien « Là, c'est la porte (dont il n'a pas été fait mention), et là, le chemin... là, c'est la paysage ». Avant de partir, au moment où je lui remets le carton pour le prochain rendez-vous prévu la semaine prochaine, il me dit qu'il sera en stage à l'IMPro la semaine prochaine, « en cuisine », et qu'après, il sera chez sa grand-mère à St-Paul en vacances : il me demande si on peut attendre la rentrée pour se revoir, ce que je confirme en souriant et en modifiant la date sur le carton.

La fois suivante, pour la première fois depuis que l'on se connaît, Hans vient m'annoncer discrètement qu'il est arrivé et me dit qu'il patiente dans la salle d'attente. Une fois l'heure de notre rendez-vous arrivé, il s'installe et me raconte son stage avec quelques détails sans que j'aie à lui poser de question. Quand je lui demande ce qu'il a préféré entre ses trois expériences de stage, il hésite, puis se prononce : « la cuisine ». Une fois tout raconté, je lui demande ce que l'on fait aujourd'hui : il ne sait pas. Je propose de bouger : « Non », de faire

une séance d'hypnose avec la forêt ou autre chose : « Non ». Je lui demande ce dont il a besoin : « ppp », avec son éternel haussement d'épaules. Je lui demande ce dont il a envie. Il réfléchit, se redresse, me regarde et me dit « 1.2.3 Cochons ».

La semaine d'après, le projet scolaire et préprofessionnel est signé avec le collègue, l'IMPro, Hans et sa maman. La mise en application est prévue pour la rentrée d'août 2020. Je leur propose un entretien pour la semaine suivante afin de faire le point sur le suivi et sur le projet d'accompagnement en psychomotricité de Hans. Je demande aussi à ce dernier de réfléchir à la question d'ici la semaine prochaine, s'il pense qu'il a besoin de continuer à venir en séance ou pas, et pourquoi.

Le jour J, Hans annonce à sa mère et à moi qu'il veut arrêter le suivi. Elle est très surprise, moi pas. Je demande à l'adolescent de nous expliquer ses raisons : il nous répond qu'il sait quel jour on est, il sait trouver son chemin et allumer son GPS s'il est perdu. Il ajoute : « Mi ravage plus et moin néna bon camarade i ravage pas et lé gaillar moin ». Madame ajoute de nouvelles inquiétudes comme freins à l'arrêt de suivi mais que je replace comme des apprentissages de l'adolescence qu'elle saura accompagner et cadrer en tant que mère. Je rappelle que les entretiens occasionnels avec ma collègue psychologue seront toujours proposés. Hans ne souhaite pas faire de dernière(s) séance(s) pour se dire au revoir, mais il pense à me saluer avant de partir, là où il partait toujours sans un mot les autres fois.

### 3. Léon

La première fois que je propose une expérience d'hypnose à Léon, c'est par l'intermédiaire d'un conte métaphorique issu du livre de Laurence Dudek, « La maternelle », qui évoque la colère (cf : annexes 1 et 4). Léon s'installe sur le tapis, adossé aux coussins. Il ferme rapidement les yeux, reste immobile tout du long. En sortie d'histoire, il me semble dubitatif voire un peu attaquant, me dit : « J'ai rien suivi à ton histoire, j'ai dormi tout du long ». Comme je lui dis que ça n'a pas d'importance, il me dit : « C'est vrai que les gromleumleu, ça fait des nœuds qu'on ramène partout... » et rajoute « ça doit être trop drôle de se rouler dans les feuilles ». Comme je ne lui fais pas remarquer qu'il ne devait pas dormir tant que cela, il part de séance en disant : « Elle était trop bien cette histoire ».

La semaine suivante, Léon ne demande pas de temps pour déposer tout le négatif de sa semaine comme il le fait habituellement. Nous partons donc sur le projet de construire un parcours. A noter qu'habituellement, Léon refuse beaucoup de supports, me reprochant que

« c'est trop dur » et « pourquoi tu m'aides pas plus, tu vois pas que j'y arrive pas ou quoi ? ». Aujourd'hui, il veut installer tout ce qu'il refuse habituellement. Comme cela lui évoque son héros favori, Aquaman, je lui propose avant de commencer de vêtir sa tenue : son pantalon, ses gants. Il mime l'action. « Mais j'ai pas de trident ! ». Craignant pour sa sécurité s'il fait le parcours avec un bâton, je lui réponds : « Ah mais on sait bien, Aquaman, que ta force n'est pas dans ton trident, elle est en toi ! ». Cette réponse lui convient puisqu'il se lance dans le parcours. Je n'ai pas grand-chose à ajouter ensuite, il est dans son histoire, combat des méchants, gravit des volcans sous-marins, se faufile dans des crevasses étroites et répète plusieurs fois le parcours. Son regard se porte vers ce qu'il imagine, comme si c'était là. Il dit plusieurs fois : « Ah je suis bloqué !! », « Ah non, je vais mourir ! » mais ne m'interpelle pas pour lui dire comment se débloquent, il trouve ses solutions. Je ne fais qu'appuyer – « Oh là là... », « Oui, c'est très bien comme ça ! ». Sur le dernier passage du parcours, je cherche à renforcer ce qui vient de se passer. « C'est incroyable de voir comme ce qui pouvait gêner, empêcher, limiter avant est facile aujourd'hui, comme quand tu es face à un problème, tu trouves des solutions... Et c'est ça la grande force d'Aquaman, car des problèmes, il lui en tombe toujours dessus : sa grande force, c'est de ne pas se laisser bloquer par ses problèmes, de trouver des solutions et des alliés. Et ça, tout le monde ne sait pas continuer à penser quand il y a un problème, c'est une sacrée force ! ». Il finit le parcours dans le cerceau de fin, debout, les yeux fermés. Il reprend calmement son souffle, pose sa respiration en souriant.

La fois suivante, quand je vais le chercher dans la salle d'attente, il est en train d'écrire, très fier : « Les fenêtres sont ouvertes » (notons qu'il n'y a pas de fenêtre autour de lui). Je lui demande pourquoi il a écrit ses mots : il avait envie, « c'est de l'autodictée ». En nous dirigeant vers la salle de psychomotricité, il me dit : « J'ai beaucoup de questions pour toi aujourd'hui, mais une vraiment, vraiment importante ». Une fois arrivé, il me demande : « Pourquoi je suis tout le temps en colère, et triste, pourquoi je boude tous les jours ? J'ai besoin que tu m'expliques ». Je propose qu'on écrive sa question pour lui donner toute son importance et s'en souvenir, parce que ce sera compliqué d'y répondre totalement en une fois. Je n'arrive pas à prendre de la distance vis-à-vis de sa demande ce jour-là, l'hypnose ne me vient pas, je cherche à lui répondre alors que ce n'est pas ma place. Quand j'essaie de prendre sa question comme une demande de travail – « Tu voudrais qu'on travaille sur cette colère, sur cette tristesse » –, il me répond que non, il veut juste savoir pourquoi. Quand je lui demande comment il voudrait que ce soit, autrement, il me répond : « Je veux plus être triste ni en colère, ni bouder », mais n'arrive pas à imaginer comment ce serait alors, en plein.

La fois suivante, je propose à Léon un temps d'hypnose : il accepte mais veut que ça vienne du livre, « pas que tu inventes, tu lis ». Je choisis « Emmon le canard » (cf : annexes 1 et 5). Il est assis en tailleur, droit, maintient son tonus sans s'adosser aux coussins. Ses yeux sont fermés, ses mains sur ses genoux. A la fin, comme il garde la même posture, les yeux fermés, ne bouge pas, je lui demande ce qu'il entend autour de nous. « Le bruit de la mare ». Je le guide donc pour qu'il retrouve les sons de la salle autour de nous. Comme il est question dans l'histoire d'une oie qui fait un cadeau au canard, je lui demande : « As-tu vu le cadeau ? ». Il me répond que oui. « Tu as envie de me raconter ou tu veux le garder pour toi, comme un trésor ? ». Il me dit : « Je veux te dire ! C'était de l'eau ! ... De l'eau pour faire des flaques, des mares, des cascades partout, même à la maison ». En me disant cela, il se roule à terre, fait des cabrioles, revenant à lui. En rangeant la salle, il me dit : « Tu te souviens, tu m'avais dit que Maman pourrait venir en séance pour jouer avec nous et j'avais dit non... Peut-être qu'elle pourrait venir... ». Je lui réponds que c'est lui qui sait, et donc, que c'est à lui de l'inviter si c'est ce qu'il veut. Il ne le fera pas.

Les semaines suivantes, j'ai imaginé pour lui une histoire reprenant l'image des fenêtres ouvertes et fermées, de l'air qui peut y circuler ou y stagner, qu'on peut laisser circuler ou étouffer. Mais Léon refuse de refaire de l'hypnose, et je ne veux pas le prendre par surprise, je veux son accord. Une fois, il finit par me dire : « Bon... d'accord... », mais je sens-là qu'il finit par consentir pour avoir la paix et pour me faire plaisir. Or, cela va à l'encontre de tout le travail que nous faisons ensemble. Je m'en aperçois et lui propose que s'il veut un jour retenter l'aventure, il pourra me le dire. Il ne le fera pas mais continuera son travail pendant encore quelques mois, avec une dernière période d'opposition, d'ambivalence qu'il pourra gérer autrement, sans se murer à l'intérieur de lui après s'être mis à dos ses proches. Je ne lui propose pas de temps d'hypnose mais sens que mes mots ont changé, ma posture, et que d'une certaine façon, je saupoudre les séances de ce conte métaphorique que j'avais imaginé pour lui. De ces quelques semaines que l'on aurait pu voir comme une régression, Léon a su rester à l'écoute de l'autre, faire des compromis, demander à s'isoler un peu pour « sortir sa colère et revenir mieux », et surtout, il a pu relever toutes ces solutions qu'il arrivait maintenant à trouver à la maison, à l'école. Il a pu verbaliser avec sa mère qu'il n'aurait peut-être plus besoin de venir me voir. Nous avons donc arrêté naturellement l'accompagnement en psychomotricité qui durait depuis ses premiers mois de vie.



#### 4. César

Les premières séances établissent le changement de cadre impliqué par le suivi individuel. César s'en saisit pour décharger beaucoup de « colère » par le jeu symbolique et la boîte. Quand il raconte ça à sa maman, cela amène de l'inquiétude chez elle, la peur qu'il se mette à faire ça n'importe où, n'importe quand.

Rapidement, il montre plus d'intérêt pour ce que les adultes pensent de lui : « Est-ce que tu es fière de moi ? ». Je lui demande si lui est fier de lui. Sa maman néanmoins se fatigue de cela : « Il fait une tour de Kapla qu'il fait tout le temps et il vient me demander si je suis fière alors que je veux qu'il travaille ». Avec une roue des émotions accessible aux enfants, il exprime qu'il est « fier et joyeux et excité », montrant le bain émotionnel intense dans lequel, je pense, il nage souvent. A cette occasion, il me parle d'un dessin animé où « un enfant méchant devient gentil et il dit : « C'est bizarre d'être gentil » d'une voix robotisée. Je lui demande si d'après lui pour cet enfant, c'est « bizarre bien ou bizarre pas bien ». Il me répond : « Je sais pas moi » et n'arrive pas à imaginer, à « inventer ». Je crois qu'on dit souvent à César qu'il est « méchant » ou « pas gentil » et trouve intéressant qu'il montre un début de questionnement à ce sujet. Je lui propose que la semaine prochaine, on travaille avec une histoire hypnotique pour voir si ça l'aide à imaginer. Il est d'accord. Nous avons déjà discuté du fait que j'étais en train de me former en hypnose et César et sa mère étaient d'accord pour utiliser cet outil s'il me paraissait pertinent à un moment du suivi. César à ce moment-là claque des doigts, tend les bras devant lui et avance à l'aveugle. Je lui dis en riant qu'on n'est pas au spectacle et que ça ne se passera pas comme ça. Il semble déçu.

La semaine suivante, il arrive avec un robot qu'il a construit et veut me le montrer. Il attend que je dise que je suis fière de lui. On fait un jeu de société pendant lequel je trouve son vocabulaire très dénué de sensorialité et de sensibilité. Je m'aperçois que cela commence à m'irriter. Je retrouve le César du groupe qui semble ne pas tenir compte de l'autre, de ce que l'on dit. J'ai d'ailleurs dû écrire au tableau les différentes étapes de la séance pour essayer de structurer un peu le tout et de sauvegarder mon « cadre » ... Peut-être pour essayer de me sauvegarder moi aussi... Alors qu'on joue, son robot vient « pousser la vague », ce qui n'est pas du tout dans les règles du jeu : ça casse tout. Je ne sais plus vraiment de quelle façon, mais on est à nouveau debout, on joue avec le gros ballon. Par précipitation, par manque d'analyse à propos de son corps dans l'espace et du mien, il rentre dans le ballon sur lequel je suis appuyée, ce qui me déséquilibre et je tombe à terre. Il ne montre pas de réaction, continue de jouer avec

le gros ballon. Ce moment est compliqué : j'essaie de lui expliquer en quoi j'aurais besoin qu'il s'excuse pour continuer d'avoir envie de jouer avec lui (peur de me faire mal, colère de son manque d'attention et ensuite de son manque de préoccupation). Comme je ne me suis pas fait mal, il ne comprend pas, mais finit par me dire un « Pardon » qui sonne creux. La semaine suivante, il ramènera cette histoire de « pardon ». En attendant, il faut finir cette séance. Et comme on l'avait écrit au tableau, on est censé raconter une histoire dans le hamac. Encore une fois, je m'accroche à mon « cadre » établi, à ce qui a été décidé et ne prends pas le temps de me demander si c'est vraiment le meilleur moment pour lui proposer un premier conte métaphorique. Je lui raconte « Les ailes papillonnantes » issu du livre de L. Dudek (cf : annexes 1 et 6). Je m'étonne qu'il se pose aussi facilement dans le hamac. Sur le temps d'induction, il me dit qu'il « entend » son cœur et j'aperçois qu'il pose sa main sur sa poitrine, ferme les yeux. Je m'apaise, commence à raconter l'histoire du papillon. « J'ai une question ». Comme il est préconisé dans ce livre de reporter les questions des enfants, je lui réponds : « Plus tard ». Il insiste. Je lui réponds : « A la fin de l'histoire, César. – Mais j'ai peur d'oublier. – Je te fais confiance pour garder ta question dans un coin de ton esprit et la reposer plus tard. Et si tu oublies, ce n'est pas grave ». Il reste ensuite silencieux jusqu'à la fin du conte. Dès que j'ai fini, il me pose sa question : « Est ce que le papillon c'est une chenille au début ? ». Il me semble alors qu'il a réussi à retenir l'impulsivité de me poser sa question mais qu'il s'y est accroché si fort pour ne pas l'oublier qu'il a décroché de l'histoire. Je réponds à sa question sur le cycle du papillon en insistant sur la symbolique de la transformation. Il reprend son robot et se met à parler comme si sa mâchoire était désolidarisée du reste de son corps, comme un robot. Je lui dis que peut-être, il se sent parfois plus robot que papillon et que pour un robot, c'est compliqué de ressentir les émotions. En regardant ma roue des émotions (il y figure une douzaine de sentiments dont l'excitation), il me répond que lui, il sent « la colère, la tristesse, la joie et le zen ».

La semaine suivante, il arrive en séance en me faisant signe qu'aujourd'hui, il est muet. Il écrit au tableau qu'il a fait ce pari avec un copain. Je lui propose qu'on communique donc aujourd'hui avec le corps et en « boulguiboulga », langue connue aussi sous le nom de « yaourt » et apprise en formation autour de la danse thérapie et de l'expression primitive. Cette idée lui plaît beaucoup. On fait donc un temps de jeu moteur en boulguiboulga et lors duquel il théâtralise ses émotions en pouvant y amener des nuances. Il part ensuite dans un espace de la salle aménagé en ébauche de cabane. Très silencieusement, on se comprend pour rendre le lieu plus confortable (on y met un toit, des coussins à l'intérieur). Il est totalement à l'intérieur,

allongé en boule. Et moi, j'ai le haut du corps qui passe par la « porte » et repose sur un coussin près de lui. Il n'y a plus de bouluiboulga dans l'air, César s'est posé. J'apprécie d'abord ce moment, si rare avec ce garçon. Et arrive un peu d'anxiété : généralement, le calme ne dure pas très longtemps avec ce garçon... Puis, je me mets à raconter « l'histoire du petit garçon qui était muet ».

« Un petit garçon qui était muet. C'est-à-dire... qu'il ne parlait pas. ... Jamais... Et comme il était muet, il s'exprimait en bougeant... En bougeant beaucoup... En bougeant énoormément. Mais comme il ne parlait pas et que les gens n'ont pas l'habitude de regarder bien attentivement... et bien les gens, ne voyait pas comme il était sensible. Et oui ! Sensible ! Ce petit garçon voyait tout, entendait tout, sentait tout. Mais c'est très compliqué de tout voir, tout entendre, tout sentir... Vous n'imaginez pas ! Le petit garçon n'arrivait pas à faire le tri dans tout ça, alors, il ne savait pas où donner de la tête, il était envahi... Chaque information qu'il captait, il voulait y faire attention... Résultat, il se laissait toujours déconcentrer et il s'agitait dans tous les sens. Et ces gens qui n'ont pas l'habitude de bien observer et qui sont un peu inattentifs à tout ce qui les entoure ne faisaient attention qu'aux mouvements du petit garçon muet. Ils disaient de lui qu'il était pas sage, qu'il était méchant, qu'il n'écoutait rien. Alors... le petit garçon... à force d'entendre ça partout... se mit à croire à ces mots-là. Mais ce que ce garçon ne savait pas, et c'est tout à fait normal de ne pas le savoir, c'est qu'il est normal de ne pas pouvoir tout gérer ce qu'on voit, ce qu'on entend, ce qu'on sent. Et ce qu'il ne savait pas aussi, c'est qu'il est tout à fait normal de ne pas tout comprendre, et de ne pas toujours faire ce qu'il faut, quand il faut ».

César m'interrompt, restant calme et gardant les yeux fermés. Il me dit : « Tu peux recommencer ? ». Je ne comprends pas. « Tu peux tout redire, depuis le début ? ». OK... il est comme ça César, surprenant. Un peu frustrée parce que j'avais en tête une suite pour mon histoire, je reprends depuis le début. « Alors, c'est donc l'histoire du petit garçon muet ». Je reprends mon histoire jusqu'à ce que disent les gens de lui. Il m'interrompt à nouveau : « Au jeu du maire, le garçon a touché le t-shirt mais l'autre enfant a pas senti, et pour le coup, il a dit : "tu m'as pas touché", et comme le garçon a dit "si je t'ai touché", l'autre lui a dit "t'es qu'un menteur, je suis plus ton copain". Redis ça.

– Ah !... Alors en jouant, le garçon a touché le...

– Au jeu du maire, tu dois dire "au jeu du maire", tu dois dire comme moi.

– Hou, je comprends, je vais faire de mon mieux mais c'est difficile pour moi de bien me souvenir de tous ces mots exactement.

– Bon, je continue alors. Et du coup, il est plus son ami. Tu peux répéter ça ?

(Je ne fais pas remarquer qu'il a lui-même changé le mot « copain » en « ami »).

« Et du coup, il n'est plus son ami.

– Non ! Il *EST* plus son ami.

– Oh là là, c'est bien compliqué cette histoire... Et du coup, il est plus son ami.

– Et plus personne est son ami, il est dans l'ombre, il est muet, il est seul.

– Ah, il est seul...

– ... Oui, tout seul, totalement seul. Il a dit pardon par ce que ça marche à tous les coups mais les autres ne veulent plus jouer avec lui parce qu'il triche tout le temps... Dis steplé !

– Il demande pardon parce qu'il regrette et que c'est très efficace.

– Non, dis « ça marche à tous les coups ».

– Aaah oui ! Ça marche à tous les coups !... Mais s'il demande pardon, est-ce qu'il regrette ?

– Oui !

– Mais il regrette quoi au juste ?

– ...

– Parce que le garçon, il n'a rien fait de mal ?

– ...

– Et quand il dit pardon, est ce qu'il sourit ? Il rit ? Il regarde ses baskets, tout penaud ?

– Oui, le dernier... Il est triste... [A ce moment, César est tout mou sur le tapis, semble vivre le regret dans son corps, son visage est préoccupé, ses yeux, toujours fermés]

– Ah oui ?

– Et en colère [Son corps se tend légèrement, son visage se durcit]

– Ah bon

– Non, il est que en colère... puis que triste.

– Et il est en colère contre qui ?

– Contre les autres... et après il est en colère contre lui... ... Au jeu du maire, le garçon a touché le t-shirt de l'autre enfant ».

Je ne comprends pas tout de suite, mais César a encore recommencé l'histoire pour inventer un autre déroulement possible. Son débit verbal s'accélère. « Le garçon ne demande

pas pardon, si, non. Il y a un petit diable sur une épaule, et un ange sur l'autre. Il fait comme ça (et César se redresse et tourne vite la tête de droite à gauche, comme s'il regardait l'ange et le diabolin, tout en gardant les yeux fermés). Au début, il écoute le diable. Puis, il revient en arrière, écoute l'ange, et demande pardon. L'autre lui pardonne et ils redeviennent amis, fin ». César s'assoit, les yeux grands ouverts, déjà en train de sortir de la cabane. « Il est l'heure ou on joue encore ? ». Je lui réponds que nous avons débordé un petit peu et que mon prochain patient va arriver. Il met ses chaussures, et, retrouvant son impulsivité habituelle, je ne trouve qu'à lui dire : « C'était une sacré histoire cette histoire du garçon muet » et lui de répondre : « Ah oui, t'as vu ! ».

La semaine suivante, sa mère se plaint du comportement de César. « Il est plus opposant, sort de sa place d'enfant, ça n'en finit pas ». Elle me dit qu'elle valorise les bonnes choses et essaie que ça soit reconnu par tous dans la famille mais que le négatif prend le pas, qu'elle aimerait être autre chose qu'un gendarme. Pour illustrer cela, elle me raconte l'évènement du matin : elle le prive d'écran pour la journée car il a fait une bêtise. Boudeur, il lui refuse le bisou d'avant de partir à l'école. Elle lui dit qu'alors, il sera privé encore plus longtemps d'écran. J'essaie de reprendre avec cette maman sur l'importance de pouvoir rester maître de son corps et de ses démonstrations d'affection, l'importance des bisous volontaires et la non-nécessité de surenchérir si elle sait que la sanction de base était pertinente. Le droit aussi de César de bouder parce qu'il n'est pas content. Elle entend, se détend, mais cette vignette est très représentative des rapports familiaux.

La semaine encore suivante, César demande « une musique de forêt » pour le temps calme, pour se « camoufler ». Je le trouve alors très attentif à ses sensations, il peut dire sa difficulté à sentir son corps si ses muscles sont relâchés, sans mouvement. Il me parle aussi de la « douleur à l'intérieur qui est irréparable » de ne plus voir les enfants du groupe CATTP. Je lui rappelle les raisons qui nous ont fait prendre la décision que je le reçoive en individuel pour le moment et non plus en groupe. Il me dit : « Je ferai de mon mieux » (je comprends « pour devenir apte à rejoindre le groupe », ce que je n'ai pas voulu induire). Je lui réponds qu'il fait toujours de son mieux. A plusieurs reprises, quand on évoque le négatif, il me dit : « Ça, c'est à cause de mon TDAH », mais il ne sait pas ce que ça veut dire, ne peut pas m'en dire plus.

Lors de la séance suivante, pour la première fois, César et sa mère sont en train de jouer calmement ensemble dans la salle d'attente. J'ai presque l'impression de déranger, j'attends qu'ils estiment avoir fini leur tour de Kapla, et observe en silence.

En lien avec les mots de César la semaine précédente – « C’est la faute de mon TDAH » –, je lui propose les 3 dessins inspirés d’une technique de Joyce Mills vécue en formation. Je suis confrontée au fait que la continuité ne soit pas le fort de César et que bien qu’il se souvienne quand je lui rappelle ses propos, il n’est plus dans cette préoccupation, il veut « faire un autre jeu ». Il accepte néanmoins ma proposition et s’installe sur le petit bureau. Nous sommes côte à côte. Je tente de réaliser une induction hypnotique mais César a déjà les feutres en mains, prêt à dessiner. Je cherche néanmoins à l’amener à fixer son attention sur sa respiration et sur ses sensations kinesthésiques, sur la position de son corps sur la chaise, sur le feutre dans sa main. Il n’aime pas trop l’idée de dessiner les yeux fermés alors il alternera ouverts/semi-ouverts/fermés. Nous commençons par dessiner « un endroit dans lequel tu te sens bien » sur la partie gauche de la feuille. Il ferme un peu les yeux et je sens une sorte de créativité automatique, instinctive. Il se dessine devant le magasin *Starjouet*. Puis, je l’invite à décaler sa main tout à droite, sur le dernier tiers de la feuille pour dessiner « ton TDAH ». Il le qualifiera tout bas, pour lui, de « monstre virus ». Enfin, je positionne sa main sur la case du milieu et lui demande de dessiner « la vie quand c’est bien, qu’il n’y a pas de TDAH ou qu’il n’est pas gênant, qu’il se tient à sa bonne place... un chemin entre les deux ». Il commence à dessiner dans cette case, puis vient rapidement compléter le dessin de droite (« TDAH ») et celui de gauche (l’endroit où il se sent bien) en y ajoutant sa maman et des cœurs. Il se tourne brusquement vers moi et me demande avec insistance d’y écrire « Allons acheter des jeux tous les deux ». Puis il reprend son dessin. Je le laisse faire en validant : « C’est très bien... continue tant que la main a à continuer ». Il pose le feutre, me dit que c’est fini et passe sans transition à aller jouer dans la salle. Il ne souhaite rien en dire. Je n’insiste pas, lui propose de ranger le dessin dans sa pochette : il me demande de le faire pour lui. (cf : dessin en annexe 8).

La semaine suivante, César s’installe dans un hamac en forme de goutte d’eau pour le temps de fin de séance. Il y reste très en mouvement, jusqu’à « avoir envie de vomir » mais il veut y rester. Pour ce faire, je lui mets comme condition de trouver un peu de calme car une des règles en psychomotricité, c’est de « ne pas se faire mal ». Il se pose un petit peu et me demande : « Raconte-moi une histoire de ton livre, s’il te plaît ». Je commence l’histoire d’ « Emmon le canard » (cf : annexe 5), en deux parties. Je ne propose pas l’induction proposée dans le livre car elle ne me semble pas adaptée à son agitation. Je lui propose simplement de regarder l’intérieur de sa bulle, les couleurs, de sentir le tissu, comme il est tenu par cette bulle, et de prendre le temps de la respiration. Lorsque je fais les pauses, les silences du conte, César m’interpelle en me demandant de continuer. Je continue de marquer des petits silences mais les

raccourcis pour limiter l'impatience ou l'anxiété que cela semble amener chez lui. Une fois le conte terminé, il est un peu plus calme. Je parviens ainsi à lui proposer de regarder partout autour de lui, dans sa bulle bien confortable, et puis de s'étirer. Les bras... le dos jusqu'au sommet de la tête... les jambes. Je lui demande si l'oie a donné quelque chose au canard. Il me répond que non et s'en va pour remettre ses chaussures et partir. Pour regagner la salle d'attente, il faut sortir du bâtiment, descendre un escalier extérieur et marcher sur une passerelle puis sonner pour que la secrétaire ouvre ou, dans mon cas, utiliser ma clé pour ouvrir. César a toujours tendance à courir jusqu'à la sonnette et appuyer dessus, dérangeant inutilement ma collègue. Comme à son habitude, César descend en courant, et moi qui marche derrière lui, je lui dis de loin : « Non, ne sonne... » et je m'interromps : il m'attend devant la porte sans avoir eu l'impulsion de sonner et sans secouer la porte. Je rebondis en commentant « Oh, ma réaction a vraiment été trop rapide, un peu nulle aussi : parfois les adultes, on croit tellement connaître les enfants qu'on a des réflexions qui les empêchent un peu d'être autrement, on va trop vite, on prévoit les bêtises avant qu'elles n'arrivent... A se demander si on n'en provoque pas quelques-unes... ». Comme j'ouvre la porte, César s'engouffre à l'intérieur et raconte la scène à sa maman, très fier de ce pied de nez.

La semaine suivante, alors qu'il est tout calme dans la salle d'attente, César arrive dans la salle de psychomotricité, attrape les échasses, et parcourant l'espace, il me demande « la suite de l'histoire, celle du canard ». L'installation est très compliquée, il gigotte, se relève, revient, s'assoit, s'allonge, veut le hamac, puis non, puis... J'ai beaucoup de mal à le soutenir dans cette demande qui me semble paradoxale. Je m'en tiens à l'idée qu'il faut s'installer dans le calme pour pouvoir profiter d'un conte hypnotique, et lui ne cesse de bouger, parler. Je lui dis que ce n'est peut-être pas le meilleur moment pour lui, en me disant à la fois que pour une fois, il a eu un projet continu d'une séance à l'autre. Il insiste : « Non, raconte-moi la suite, je suis prêt ». Bien... Il finit allongé sur le tapis, près de moi. Comme j'ai posé une main sur son dos pour l'aider à se poser « dans ta tête et dans ton corps » – par ce qu'en psychomotricité, nous appelons le « langage tonico-émotionnel » –, il me dit : « Tu peux me masser en même temps ? ça me fait calme... Non pas comme ça... comme ça ». Je lui demande s'il veut qu'on reparte du début de l'histoire et raconte les deux parties aujourd'hui : « Non, seulement la suite ». Je raconte donc la suite d'« Emmon le canard » (cf : annexes 5). Une fois l'histoire terminée, César ne se redresse pas. Il reste posé (pas calme pour autant) et me demande « une autre histoire ». Je lui explique les raisons pour lesquelles je ne suis pas trop pour et il insiste. J'accepte en précisant que ce sera « une séance d'histoires hypnotiques, sans jouer dans la salle comme

d'habitude » : il comprend la limite temporelle. Je commence donc à feuilleter le glossaire pour choisir une histoire en lien avec sa problématique, mais il me demande de lui lire les thèmes, il veut choisir. Compte-tenu des contraintes que je lui impose dans les jeux plus « rééducatifs », je trouve intéressant de lui laisser la liberté de choisir ce sur quoi il veut travailler, là, maintenant, par le conte métaphorique. Et il ne veut pas que j'explique les thèmes, il veut que je lise. « Violences éducatives ordinaires. Verrues. Sommeil. Mutisme sélectif. Hypersensibilité. Hyperactivité. Stigmatisation. Séparation des parents (notons que ses parents évoquent ce projet depuis un mois). Performances scolaires. Patience. Tristesse. Peur. Culpabilité. Humiliation. Colère. Injustice. Hyper-empathie. Concentration. Confiance en soi. Courage. Appartenance. Angoisse d'abandon ». « Tu peux redire ? » Je commence donc dans l'autre sens. Rapidement, il m'interrompt : « Celle de l'abandon ». Je commence donc l'histoire du « gros champignon qui voulait abriter tous les moustiques de la forêt » de L. Dudek (cf : annexes 1 et 7). Il écoute attentivement, ses yeux sont fermés mais par le massage, je sens qu'il n'est pas totalement relâché. Je perçois aussi que si j'arrête de le masser, si je change mon ton (assez expressif) ou si je fais des silences trop longs, il pourrait passer de « on » à « off » en un instant, comme il le fait si souvent. Je me sens en hypervigilance, j'ai du mal à me sentir moi... Peut-être est-ce comme ça qu'il se sent le plus souvent ? Une fois l'histoire terminée, il veut jouer. Je lui rappelle ce qu'on avait dit à ce propos. Il est déçu mais entend. Il me dit qu'il aurait voulu danser. Je lui propose de faire « la danse du au revoir » comme une réassociation et on se met à gesticuler dans tous les sens en chantonnant un peu n'importe comment, en se regardant et en se souriant.

Je suis partagée dans ces débuts de pratique d'hypnose avec César. J'ai peu de signes de transe, voire, je peine à « caser » mes histoires du fait de son hyperkinésie, et en même temps, il est en demande et je perçois quelques changements dans le discours qu'il porte sur lui, dans son attention à moi et dans sa relation à sa maman. J'imagine donc pour lui un conte métaphorique debout, voire avec des mouvements du tronc et des bras. L'image d'un arbre ancré au sol, enraciné et dont les branches évoluent en fonction de la météo, des animaux environnants, de ses envies et besoins... Je l'écris, je me prépare pour la séance suivante...

Puis, c'est le confinement.

...

Je retrouve César deux mois plus tard. Lors de la première séance, il me semble prioritaire d'évaluer l'impact de cette période sur son état émotionnel, relationnel et sur ses



apprentissages, d'autant que des violences éducatives sont pressenties au sein de son foyer. On parle du Coronavirus et de tout ce qu'il nous empêche de faire (la salle a été entièrement réaménagée, les jeux auxquels il a accès habituellement sont « interdits », je porte un masque). Comme je dis : « Ah, il est vraiment super casse-pied ce virus ! », il me répond : « Oui, il est encore plus casse-pied que moi ! ». Je lui demande qui dit ça : « Mon frère, ma sœur etc. ». Puis il passe à autre chose. Je lui propose que la semaine suivante, nous reprenions nos « histoires d'avant » avec l'histoire d'un arbre. Il accepte.

La semaine suivante, je reprends mon projet de lui proposer mon conte métaphorique. Comme nous avons évoqué avec sa mère juste avant la séance la possibilité de reprendre rendez-vous avec le neuropédiatre pour la question du traitement, il me demande de lui réexpliquer une fois seuls. Il s'énerve, me dit : « Ce TDAH, il est pas moi, c'est pas moi ça ! Il est dans moi mais c'est pas moi, je veux qu'il sorte ! ». Nous en profitons pour le dessiner au tableau, ce TDAH, comme je le vois, et comme il le voit. Il passe vite à autre chose.

En fin de séance, comme convenu la semaine précédente avec lui, je lui propose l'histoire de l'arbre pensée pour lui. Et les choses ne se passent pas exactement comme prévues, je me retrouve finalement à suivre César dans sa motricité, dans ses mouvements, au rythme d'une sorte d' « hypnose conversationnelle métaphorique » ?

« Alors... ça me rappelle l'histoire... de l'arbre... l'arbre de la semaine dernière. Je vois que... des branches ont poussé à cet arbre.... Est-ce que tu les vois ?

– Oui. [César, qui a voulu garder un tube à percussions et un ballon de baudruche avec lui, tape dans le ballon]

– Ouais... Et... oh là là ! Cet arbre, j'ai l'impression, a des branches... indomptables. Oh là là, elles se cognent, et elles cognent aussi... elles cognent... un petit écureuil ou un petit oiseau qui aimerait se poser sur ses branches. Peut-être que l'arbre voudrait l'accueillir sur ses branches ? Et qu'il n'arrive pas... pour le moment, à contrôler ses extensions. Ses grandes branches.

– Non, c'était un méchant oiseau.

– Ah, d'accord ! C'était un méchant oiseau [César cogne le ballon]. Et l'arbre voulait s'en défendre ? [César cogne plus fort le ballon] ... Et l'arbre coinçait l'oiseau dans ses racines, il pliait son tronc, et de ses branches... tapait l'oiseau. Et l'oiseau n'avait de cesse... que de s'échapper ! [Il tape calmement le ballon avec le tube, ne se débat plus, oriente son mouvement, se calme puis s'immobilise]. L'arbre regardait l'oiseau...

– Hmm [César gémit puis se remet à se défendre du ballon].

– C’était un oiseau très très méchant. Il n’avait de cesse de venir embêter notre arbre. [Il tape moins fort, se calme]. Et l’arbre avait décidé qu’il ne se laisserait pas faire. Il tapait, cognait, enrageait ! [Il tape forte mais moins fréquemment]. Mais comme il faisait... Ce petit oiseau, très malin, n’avait de cesse, de se faufiler... Oh !... S’échapper, vagabonder [il tape fort et vite]. L’arbre...

– Hrrrrr [grognement]

–... était fou de rage. Il sentait ses racines gonfler, ses arbres... ses branches se raidir. Toute la sève montait en lui pour enrager ! [Il tape fort]. Il ne se laissait pas faire. Ce n’était pourtant qu’un petit oiseau. L’arbre mettait beaucoup beaucoup d’énergie... dans cette bataille entre le petit oiseau. [Il tape lentement et fort]. C’était devenu, son unique but... Se venger... De cet oiseau. [Le bâton lui échappe des mains]. Il en perdait des branches, des feuilles. Ah la la... Il avait mal au tronc ! Il se fatiguait... il s’épuisait... ! [Il récupère le tube et frotte le ballon avec]. Quand un jour, un petit écureuil passa par ici... Il vit l’arbre s’échiner, se fatiguer avec ce petit oiseau malin... L’écureuil demanda à l’arbre : “Que fais-tu ?”

– C’est un méchant oiseau, il veut me piquer les pommes. [César tape doucement et calmement le ballon].

–Il veut te piquer les pommes... Que fais-tu avec les pommes ?

– Je garde pour des... pour des personnes qui sont gentilles, qui disent les mots magiques. Ce que lui il me pique sans me demander [Il tape plus fort pour marquer ses propos].

– Il te pique ces pommes, sans te demander ! Quel casse pieds ! [Il tape plus fort] Aah ouiiii !

– Grrrrr !!

– Et... alors, que fais-tu pour l’en empêcher ? [Il tape le bâton contre le sol]. De la musique ? [Il tape fort sur toutes les surfaces]. Pas d’problème... peut-être qu’il n’aime pas ça. Ah, regarde : il ne vient plus. J’ai l’impression que le méchant oiseau n’aime pas le bruit. [Il tape partout, pas trop fort mais en faisant du bruit ; et le bâton lui échappe à nouveau]. Oh. Oh la la... Tu continues de perdre des branches dans cette histoire... Et le petit écureuil devait malheureusement partir... Déjà... [Sonnerie du Timer annonçant la fin de séance]. Il dit à l’arbre : “ Je te souhaite de trouver une solution... Peut-être que je repasserai te voir la semaine prochaine”.

– Je ouééé...

– Peut-être que... tu auras trouvé une solution. [César bloque le ballon avec son tube]. Tu as réussi à attraper l’oiseau ! ... Et maintenant, que vas-tu en faire ?

– L'éclater.

– L'éclater ? ... Mais c'est un oiseau...

– Est-ce qu'il va s'éclater ? [César essaie de l'éclater avec le tube].

–... In-éclatable ! [Puis il tape, calmement, suivant le ballon dans ses mouvements].

L'oiseau, qui avait fini de manger, qui avait le ventre bien rempli de pommes, décida de s'en aller, pour aujourd'hui [Le ballon s'éloignant, j'en profite pour l'attraper, le ranger. César se met à taper fort sur le gros ballon qui traîne, faisant beaucoup de bruit]. Il décida de s'en aller, ce qui énerva beaucoup l'arbre qui n'avait pas pu trouver de solution. Il se mit à taper sur tout ce qui l'entourait. Ah... Ça l'épuisait... tout ça... Il finit par s'endormir. S'endormir de fatigue et de rage. Oh lala... Nous n'avons pas pu trouver aujourd'hui de solution à notre arbre mais... je suis sûre... qu'il y en a une que nous pourrions trouver une prochaine fois [Il retape un peu le sol, mollement] ... Et l'arbre regardait tout autour de lui... et vit... Qu'est-ce qu'il vit autour de lui ? [Calme, silence].

–... Des animaux, soupire César

– Des animaux. Il dit au revoir aux animaux... et revient... ici... dans la salle de psychomotricité.

– Houhou ! [A la manière d'un hibou].

– Coucou ! Qu'est-ce qu'il y a autour de toi ? [Il regarde, très calmement, immobile, debout, détendu, surpris]. Et oui ! [Pour ratifier sa surprise] ... Tu peux me dire ce que tu vois autour de toi ? Là... maintenant ? ... [Il semble un peu désorienté] Me dire 3 choses César, avant de partir. [Il part vers la porte, comme il le fait souvent, de façon impulsive en fin de séance, sans transition] Non... on part pas comme ça ! [Je le retiens en posant mes mains sur ses bras, en me mettant à genoux à sa hauteur, face à lui, et reste silencieuse et calme] ...

– ... Des plantes... [Son regard n'est pas tourné vers la verdure de l'extérieur].

– Ouais... tu vois des plantes ? ... dehors ? [Il tourne la tête vers la fenêtre, vers des arbres]

– Oui

– ... Ouais...

– Des nuages... des montagnes [sur un ton rêveur, sur le soupir, lentement comme si cela demandait un effort de diction] ... Et voilà, y'a 3 choses ! [Sur un ton habituel, dynamique, retrouvant une tonicité haute et un regard direct, vif, prêt à partir. Il se dirige vers la porte].

– Tu m'aides à ranger s'il te plaît ?

– Pfffff...

César m'aide puis je le raccompagne dans la salle d'attente.

Je continue le suivi de César chaque semaine et pour le moment, les séances ne nous amènent pas à des temps d'hypnose formelle avec des contes métaphoriques. Et en même temps, c'est maintenant lui qui me dit parfois : « Viens, on va regarder par la fenêtre ce qu'on voit... viens, on va écouter ». Je vois ces petits moments de VAKOG comme des moments d'intégration de ce qui vient de s'être joué en séance, où le temps n'a plus prise et où seul compte le plaisir d'être et d'être ensemble. Il y a peu, il me raconte comme sa maîtresse et sa mère sont fières de lui, de ses progrès à l'école et que ça le rend lui aussi très fier. Comme je lui fais remarquer qu'on a donc bien avancé sur nos axes de travail et lui demande s'il se souvient de ce que c'était, pour la première fois, il ne me parle ni de son TDAH, ni de son agitation, ni de son défaut d'attention. Il me répond : « Je viens te voir pour faire attention aux autres et garder du calme et pour plus avoir besoin de venir te voir... Oh !? ... Et si je redeviens terrible, je pourrai continuer à venir toutes les semaines ?! ». Pour la première fois, il évoque les conflits très violents avec son frère comme une coresponsabilité. Il laisse entrevoir qu'il cherche des compromis mais montre son découragement et sa tristesse que ça ne change pas (là où il n'y avait avant que de la colère et du « Je veux l'étrangler !!!! »). Cette discussion est l'occasion pour nous d'actualiser sa demande et de continuer à affiner le travail en psychomotricité.

### III. Discussion théorico-clinique

#### A. Rappel de la problématique

A l'aube de la rédaction de ce mémoire, entre la deuxième et la troisième semaine de formation, mon questionnaire était celui-ci :

**Comment la pratique de l'hypnose en séance de psychomotricité peut soutenir l'enfant dans son processus d'individuation et l'aider à mobiliser au mieux ses compétences ?**

Deux grandes hypothèses ont guidé mon travail :

- Il faut se sentir exister comme une personne séparée, individuée, unifiée et unique pour développer une juste estime de soi et recruter ses compétences psychomotrices.
- L'hypnose, que ce soit par la conversation hypnotique et l'hypnose formelle, le conte métaphorique et tout l'univers métaphorique permet de :
  - o Contourner les résistances de l'enfant.
  - o Le connecter à son monde sensoriel et par là, à lui-même.
  - o Le (re)lier à ses ressources.
  - o Le soutenir dans l'exploration de son individualité, de son potentiel d'autonomie, d'être compétent et en relation.
  - o De venir l'apaiser dans sa relation à soi et aux autres pour apprendre et grandir de façon plus sereine.

Comme je l'expliquais précédemment, en plus d'évaluer l'évolution des compétences psychomotrices de mes jeunes patients comme je le faisais auparavant, j'ai particulièrement observé certains points chez les patients auxquels je proposais des expériences hypnotiques. S'il y avait des modifications dans leurs prises d'initiative, dans leur implication quant au dispositif proposé et au projet de soin en psychomotricité. S'il y avait des changements dans le discours qu'ils portaient sur eux-mêmes et leurs difficultés dans le cadre des séances, mais aussi dans ce qu'ils pouvaient me raconter de leur quotidien.

## B. Confrontation des observations à la problématique : apports et limites

### 1. Avec l'enfant en pédopsychiatrie : une expérience survoltée

Mon début balbutiant de pratique de l'hypnose m'a vite sorti des préjugés de calme, de silence et d'immobilité de cette approche, ainsi que de mes inquiétudes d'une trop grande influence que je pourrais avoir sur mes jeunes patients. Ils ne se laissent emmener que là où ils peuvent aller, que là où ils ont besoin d'aller et ils y vont à leur image : posément s'ils ont le tempérament calme, avec excitation s'ils sont agités. Ce n'est qu'ensuite que l'hypnose soutient une ouverture sur une autre façon d'être, d'exister au monde.

Cela m'a amené beaucoup de surprises, m'a sorti de ma zone de confort et m'a par moment mise à mal pour maintenir mon cadre, « faire le pitbull » comme dirait A. Bioy et ne rien lâcher. Comme avec César quand nous nous sommes retrouvés à raconter deux contes métaphoriques en une séance. Avec lui encore, quand j'ai perdu le fil de mes trois dessins, m'éloignant contre mon gré de la technique de Joyce Mills. Je me rends compte aussi de l'importance de manier une hypnose « formelle » dans d'autres cadres pour consolider ma pratique auprès du public que j'accompagne, prendre confiance en moi et me sentir sécurisante comme je pouvais l'être auparavant, dans mes séances « sans hypnose ». Et en même temps, l'importance de m'adapter, de sortir de cette formalité si l'enfant m'y amène, de limiter les temps de silences pour ne pas le perdre, de ne pas faire traîner l'induction s'il est déjà dans un ailleurs.

Au-delà de ces difficultés auxquelles j'ai de moins en moins à me confronter, j'ai pu constater comme cette nouvelle approche a fonctionné comme un catalyseur dans mes accompagnements.

J'ai pu constater chez chaque patient **une présence plus... présente. Une attention enfin portée sur soi** : sur ses **sensations**, sur ses **mouvements émotionnels**. Une **implication** dans le suivi au-delà du plaisir de venir jouer en tête à tête avec une adulte. Les **demandes** d'Hans quant au travail à faire en psychomotricité et au dispositif. Les **oppositions qui se transforment** de Léon et ses fenêtres qui s'ouvrent. Le **discours de plus en plus riche et singulier** de César à propos de son comportement agité et du rôle que chacun y joue dans sa famille. La **possibilité** pour Arthur de se dire au revoir sereinement, **de poursuivre son individuation** sans moi, **plus sûr de ses compétences** et malgré ses faiblesses, et aussi **plus maître de sa mémoire**. Le **développement de l'attention** et des **compétences visuospatiales**

de César qui est sorti des scores de la dysgraphie. **La prise de position** d'Hans dans son projet scolaire et professionnel et le développement d'une forme de sagesse pour mieux choisir ses camarades et fuir la malveillance des autres. Pour chacun, **la prise de conscience très douce de sa responsabilité** dans le fait de se maintenir dans des comportements problématiques qui empêchent d'être bien avec soi et avec les autres, ou **dans la possibilité de choisir de se faire confiance et d'utiliser toutes les compétences psychomotrices présentes en soi.**

Dans mon expérience débutante de l'hypnose, il me semble donc avoir trouvé un soutien, un outil supplémentaire, un catalyseur comme je le disais, pour mon travail de psychomotricienne, pour accompagner davantage mes patients vers une individuation à leur niveau d'enfant et vers, non pas tant le développement de leurs compétences, mais plutôt la mise en accès libre des compétences présentes en eux pour grandir plus sereinement. Ce travail de lier/délier/relier dont nous parlions précédemment, à travers une approche intégrative.

Je proposais comme hypothèse que l'hypnose permettrait de « contourner les résistances ». J'irai désormais plus loin sur ce point. Que ce soit Arthur et son refus de vider ses poches pour mettre dans le compost du « Jardin des miniatures », Léon et son scepticisme comme façon d'être au monde, César et son agitation explosive et parfois débordante, ou Hans et sa déficience intellectuelle limitante dans les possibilités d'élaboration, il ne m'a finalement pas semblé « contourner » tout cela. Au contraire, j'ai l'impression que l'hypnose m'a permis de les traverser avec mes patients sans chercher à les éliminer, comme je l'aurais peut-être fait avant, mais en les explorant, les utilisant comme force, en jouant avec, en rebondissant dessus. Cela a, je crois, profondément changé la conception de mon travail, de ne plus faire « malgré les difficultés », mais au contraire, de leur donner une juste place, voire de les considérer comme faisant partie des compétences, des atouts de mes patients, de voir quelle utilité elles ont, et pas seulement « faute de mieux », comme dans la conception psychanalytique des défenses que j'avais auparavant.

**Il me semble aujourd'hui que c'est comme cela que le sujet peut réellement prendre conscience de soi, confiance en soi et s'affirmer dans ce qu'il est pour trouver son autonomie et son lien au monde, s'individualiser corporelle et psychiquement.** En tout cas, c'est de cette façon que j'ai pu voir, à travers l'expérience de l'hypnose en psychomotricité, mes propositions rééducatives et thérapeutiques se transformer et faire davantage trace pour Arthur, Hans, Léon, César et aussi pour mes autres patients et leur famille.

## 2. L'éternelle question de la demande

En psychomotricité, comme dans beaucoup de métiers du soin, on ne nous apprend pas à nous préoccuper de la demande. A la rigueur, on écoute la plainte et on pense que ce que le patient ou sa famille souhaite, c'est la supprimer. Avec le bilan psychomoteur, on objective des compétences et des difficultés. Puis nous « prenons en charge » nos patients et leur famille, nous les « étayons » pour qu'il n'y ait plus de problème. Mais nous sommes alors face à une contradiction : on prétend soutenir pour aller vers, vouloir leur autonomie, mais sans se préoccuper de là où ils veulent vraiment aller. On sait pour eux, à leur place, dans une forme de paternalisme soignant. Et trop souvent, on sent que l'on patine, on s'épuise à porter le patient qui n'avance pas, pas assez vite, ses parents qui se plaignent que les difficultés de leur enfant persistent. J'ai beaucoup aimé l'image d'Arnaud Goucher : celle d'une balade en tandem. Si l'un s'arrête de pédaler, soit l'autre continue et s'épuise (le soignant), soit il s'arrête et on fait une pause, on revoit l'itinéraire, on regarde le paysage...

Comme nous l'évoquions dans l'introduction, j'imaginai le recueil de la demande comme une nouvelle base préalable à mon travail auprès de l'enfant et de ses parents. Mais comme ont pu me le montrer Hans et Léon particulièrement, l'expérience de cette nouvelle démarche m'a confrontée à l'impossible réponse de certains patients, ou à la discontinuité de celle-ci d'une séance à l'autre. Et je comprends aussi comme il est facile pour essayer d'avancer de chercher à orienter cette demande vers ce que l'on pense être bon pour notre patient. Je m'aperçois que le recueil de la demande est parfois un travail en soi, un processus, un temps nécessaire à l'émergence de la prise de conscience du trouble puis à l'envie d'autre chose. Cela nécessite au préalable une conscience de soi, de ses forces et de ses zones de fragilité, une entrée sur le chemin de l'individuation. Je garde donc cette conviction de l'importance de faire émerger une demande chez mes jeunes patients et chez leurs parents (qui peuvent différer l'une de l'autre), mais je commence à me demander si le moment où elle peut se formuler clairement n'est pas, justement, le moment où l'on entrevoit que le travail en psychomotricité en centre médico-psychologique est presque terminé...

## 3. La fin... un début ?

Hormis Arthur, avec chaque patient évoqué, j'étais en difficulté pour imaginer, projeter leur vie sans soin en psychomotricité, tant leurs difficultés semblaient ancrées en eux et dans les fonctionnements familiaux, et tant les troubles du comportement envahissaient leur quotidien à la maison et à l'école. Je me sentais découragée par avance de suivis qui n'en



finiraient pas. Et pourtant... L'hypnose m'a surprise dans ce qu'elle est venue accélérer, comme si toutes les pièces s'étaient enfin emboîtées les unes dans les autres. Comme si de pouvoir aller ailleurs, autrement par la transe, permettait aussi d'être enfin en soi, ici et maintenant.

Je crois aussi que cette formation, cette pratique de l'hypnose et ce processus d'écriture de mémoire m'ont permis d'être plus attentive à l'autonomisation de mes patients, de leur mère, de leur père dans leur parentalité. Là où j'arrêtais souvent mes suivis en étant un peu inquiète sans vouloir le montrer – « parce que quand même, il y a encore des choses qui restent un peu compliquées... mais bon, il y a d'autres enfants sur la liste d'attente » –, je me sens beaucoup plus confiante, non pas parce que tout va bien, mais parce que je sais qu'ils sauront faire, quoi qu'il arrive, et aussi trouver d'autres étayages si besoin.

De la même façon, je crois que j'ai eu besoin de m'appuyer sur les histoires de L. Dudek au départ pour me sentir plus en sécurité, pour oser proposer des expériences d'hypnose à mes patients sans prendre trop de risques de « faire une bêtise ». Et aujourd'hui, je constate que je n'ai pas ouvert ce livre depuis des mois, sentant l'autonomisation en cours, voire peut-être, l'individuation ? R. Erickson évoque la sagesse de son père de laisser l'autre faire ses propres erreurs, et je vois comme les miennes sont instructives et débouchent malgré tout sur un apprentissage, autant pour moi que pour mes patients<sup>50</sup>.

#### 4. Et l'autohypnose dans tout ça ?

Je crois aussi que la systématique utilisation des « Petites histoires magiques » de L. Dudek au début de ma pratique de l'hypnose était une façon d'expérimenter au même titre que mes patients, découvrir avec eux l'hypnose en séance de psychomotricité, avant de pouvoir y mettre davantage de moi, de ma créativité, de ma confiance. La prise d'autonomie vis-à-vis de ce livre a donc pu se faire progressivement. Puis elle s'est trouvée bouleversée par cette suspension du temps et de la formation en raison du contexte sanitaire mondial. Je crois alors avoir cherché refuge dans des lectures effrénées, espaçant et repoussant de plus en plus la mise en pratique qui me semblait de plus en plus inaccessible. C'est finalement la pratique de l'autohypnose qui, je crois, m'a permis de proposer à nouveau des expériences d'hypnose à mes patients, renforcée par la perspective de la reprise de la formation.

---

<sup>50</sup> ERICKSON R. Qui était mon père, Milton Erickson ? in Hypnose et thérapies brèves. 2016 ; n°40 : 8-13

C'est donc à la fin de la troisième semaine de formation que je me rends compte que je n'ai pas invité mes patients à pratiquer l'autohypnose. Pourtant, Léon m'a bien dit qu'il faisait « de l'autodictée » avec ses « fenêtres ouvertes » !

Je peux leur conseiller de prendre le temps de respirer ou de noter 5 choses qu'ils voient, entendent, sentent quand ils se trouvent débordés, que ça ne va pas à l'école, à la maison, mais ça ne va jamais plus loin. Je ne pense même pas à leur demander s'ils l'ont fait entre deux séances. Comme si j'estimais que c'était trop compliqué pour eux, que ce serait mettre de l'énergie dans une cause perdue d'avance. Je m'étonne de constater que j'ai plus de mal que je ne le pensais à percevoir et considérer mes petits patients comme des êtres en perpétuelle construction, capable d'autonomisation, de responsabilisation dans le processus de soin, puisque je les imagine en échec face à cette chose « compliquée » qu'est l'autohypnose.

... Et si ce n'était pas si compliqué ?

## Conclusion

Comme un livre dont on lit régulièrement la quatrième de couverture et des commentaires dans des journaux, et dont on parle comme si on l'avait lu, j'ai enfin pu me plonger dans l'expérience de l'hypnose à travers ce diplôme universitaire d'hypnose médical et clinique, à travers ma pratique personnelle, professionnelle, à travers mes lectures et la rédaction de ce mémoire. Ce processus de transformation – déjà présent auparavant et je l'espère, présent toute ma vie professionnel et personnelle – a été partagé et enrichi par chaque collègue de formation, aucun ne faisant mon métier ou n'exerçant dans le même domaine que le mien, ne comprenant au départ par bien ce en quoi consistait ma pratique. Et pourtant, chacun cherchant cette ouverture des possibles où tous les mondes du « prendre soin » peuvent se rencontrer, se nourrir les uns les autres, entrer en effervescence, se relier malgré des réalités différentes.

Je ne perçois pas clairement les contours de ce que sera ma future pratique professionnelle de psychomotricienne et hypnopratricienne, et quelle place je donnerai à la pratique de l'hypnose formelle auprès de mes patients, et peut-être de leurs parents. C'est une question qui m'est posée par certains collègues, avec ce besoin peut-être de pouvoir garder chacun bien rangé à sa place, dans quelque chose de rassurant et de clairement défini. Peut-être aussi pour avoir recours à un outil supplémentaire à travers moi, en oubliant mon identité professionnelle initiale. Peut-être enfin par curiosité et intérêt pour la pratique de chacun. Mais c'est assez éloigné de mon expérience de formation, de mon expérience de l'hypnose qui, au lieu de s'ajouter, s'associe, relie, enveloppe ma pratique psychomotrice dans une approche toujours plus intégrative. Cette formation n'a rien changé... et pourtant, elle a tout changé.

Ce que je perçois, c'est le changement dans ma façon d'aborder la « problématique » de mon patient, d'accueillir sa famille. De légers changements dans les mots utilisés, dans l'usage de métaphores que j'évitais avant avec ses parents par peur de ne pas faire assez sérieuse, dans les silences que je laisse s'écouler. Des changements de rythmes : laisser parfois plus de temps, et à d'autres moments, oser donner l'impulsion qui permet de gravir une étape, de révéler un changement, d'acter et de consolider une prise de décision. Il me semble aussi percevoir encore mieux les changements écologiques amenés par l'évolution globale de mon patient et oser davantage accompagner l'enfant et sa famille dans ces réaménagements nécessaires.

L'hypnose ne vient pas répondre à toutes mes questions, pas plus qu'elle ne vient résoudre la question de la liste d'attente toujours plus longue pour être accueilli au CMPEA et en psychomotricité. Cependant, je constate avec étonnement un bénéfice inattendu à la pratique de l'hypnose en séance : ce liant, à la fois souple et solide qu'elle offre à ma pratique psychomotrice pourtant globale, mais qui parfois peut-être épars voire morcelée par les contraintes institutionnelles et par l'intensité des histoires de vie des enfants que j'accompagne. Et c'est je crois, ce liant qui a permis à mes patients d'ancrer davantage les expériences motrices, cognitives, émotionnelles et relationnelles vécues en psychomotricité, et ainsi, de pouvoir s'autonomiser plus rapidement et s'affranchir du besoin de soin. J'ai pu constater cela en séance individuelle, mais aussi au sein des groupes que je coanime, autant avec les enfants qu'avec les adolescents, qui ont su m'étonner de leur implication dans le soin après des temps d'hypnose formelle et de contes métaphoriques vécus à la fois pour soi et auprès des autres.

« Comme un livre dont on lit régulièrement la quatrième de couverture et des commentaires dans des journaux, et dont on parle comme si on l'avait lu... ».

Cette formation, bien que prolongée par le contexte actuel, touche finalement à son terme. Et heureusement, je sais qu'il existe encore d'autres livres, d'autres histoires autour de l'hypnose, et aussi autour des pratiques intégratives liées à la psychomotricité. Je sais que ma formation à l'hypnose, ainsi que ma formation globale ne demandent qu'à se renouveler et s'enrichir encore, jour après jour, et je reste curieuse, les yeux grands ouverts sur ce qui m'attend.

## Bibliographie

- ANZIEU D. Le Moi-Peau. Paris. Dunod. 1995
- BALLOUARD C. L'aide-mémoire de psychomotricité. 2<sup>ème</sup> éd. Paris. Dunod. 2011
- BIOY A. La relation inter-individuelle en hypnose clinique et sa dynamique thérapeutique in Bulletin de psychologie. 2005 ; n° 477 : 391-393
- BIOY A. L'hypnose. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. Presses Universitaires de France. 2017. 39
- BIOY A. CELESTIN-LHOPITEAU I. Hypnothérapie et hypnose médicale. Paris, Dunod ; 2014
- BIOY A. et WOOD C. L'importance de la relation en hypnothérapie avec l'enfant in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; Hors-série n°8 : 159-172
- BOUAZIZ I, GAUDIN C. Hypnose, paradoxe, non vouloir in Hypnose et thérapies brèves ; 2016 ; n° 40 : 51
- BOUTINAUD J, JOLY F, MOYANO O, RODRIGUEZ M. Où en est la psychomotricité. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. In Press ; 2014
- BOUTINAUD J, RODRIGUEZ M, MOYANO O, JOLY F. Les thérapeutiques psychomotrices aujourd'hui : perspective dialectique et approche intégrative in Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence. 2013 ; vol.61, n°4 : 250-258
- BURY V. investissement particulier du bas du corps et de la marche chez de jeunes enfants présentant précocement des troubles graves de la structuration de leur personnalité in Revue thérapie psychomotrice 2003 n°134 : 77
- CELESTIN LHOPITEAU I. L'hypnose pour les enfants. 2<sup>ème</sup> ed. Paris, J. Lyon ; 2017
- CICCONE A. Enveloppe psychique et fonction contenante, modèle et pratique in Cahiers de psychologie clinique. 2001 ; n° 17 : 93
- DABNEY M. EWIN. 101 choses que j'aurais aimé savoir quand j'ai commencé à pratiquer l'hypnose. 1<sup>ère</sup> ed. Bruxelles : Satas ; 2014
- DE BROEK F. Le mind mapping in Transe ; 2019 ; n°9 : 94
- DUDEK L. Petites histoires magiques... pour guérir les soucis du quotidien. 1<sup>ère</sup> ed. Paris. Hatier 2019

- ERICKSON R. Qui était mon père, Milton Erickson ? in Hypnose et thérapies brèves. 2016 ; n°40 : 8-13
- FAYMONVILLE ME et coll. Functional neuroanatomy of the hypnotic state. J Physiol 2006 ; n° 99 : 463-469
- GROSS L. A côté de la plaque in Hypnose et thérapies brèves ; 2015 ; hors-série n°9 : 107
- LAFARGUE D. Le monstre dans la littérature fantastique in Hypnose et thérapies brèves 2014 ; hors-série n°8 : 104-108
- LAMOURETTE M. Mon alter-héros in Hypnose et thérapies brèves 2014 ; hors-série n°8 : 174-189
- LESAGE V. Rouvrir de l'espace après le trauma in Hypnose et thérapies brèves. 2015 ; n° 37 : 22
- MARCELLI D. Entre les microrhythmes et les macrorhythmes : la surprise dans l'interaction mère-bébé in Spirale. 2007 n°44 : 126
- MARQUET J.-F. Enfants hyperactifs in Hypnose et thérapies brèves. 2016 ; n°40 : 28-44
- MORAR S, GOUIN N, BARBIER C. Être à la page in Transes ; 2019 ; n°9 : 33
- PREVOST D. Allons-y in Hypnose et thérapies brèves 2015 ; n° 9 : 64
- ROBERT-OUVRAY S. Intégration motrice et développement psychique. 2<sup>ème</sup> ed. Paris. Desclée de Brouwer ; 2007 : 44
- ROUSTANG F. Il suffit d'un geste. Paris, Odile Jacob ; 2003
- SERVILLAT T. Comme un enfant in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; hors-série n°8
- SERVILLAT T. Hypnotiser, Techniques d'induction in Hypnose et thérapies brèves Hors-série ; 2015 ; n°9
- TOUYAROT A, BENCHIMOL F. Déliances de l'enfance, reliance de l'adulte in Hypnose et thérapies brèves. 2014 ; hors-série n°8 : 56-70
- YALOM I. Et Nietzsche a pleuré 17<sup>ème</sup> ed. Paris. Librairie Générale Française 2010

## Sites internet

- BIOY A. La communication hypnotique. Interview. 2012. Consulté le 20/05/2020  
<https://www.hypnose.fr/articles-et-theses/article-la-communication-hypnotique/>
- GIROMINI F. Psychomotricité : les concepts fondamentaux. Paris. Université Pierre et Marie Curie 2003. Consulté le 15/03/2020  
[https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20\(76%20pages%20-%20586%20ko\).pdf](https://www.psychanalyse.com/pdf/LES%20CONCEPTS%20FONDAMENTAUX%20DE%20LA%20PSYCHOMOTRICITE%20-%202004%20(76%20pages%20-%20586%20ko).pdf)
- IGNACE I. Création et utilisation de contes métaphoriques en hypnose. 2018  
[https://www.hypnose-therapie-breve.org/Creation-et-utilisation-de-contes-metaphoriques-en-hypnose\\_a225.html](https://www.hypnose-therapie-breve.org/Creation-et-utilisation-de-contes-metaphoriques-en-hypnose_a225.html) Consulté le 15/04/2020
- LATOUR AM. Les images du corps pré-contenantes  
<https://corpspsychomotricite.files.wordpress.com/2011/01/2.pdf> Consulté le 2/04/2020
- <https://www.cnrtl.fr/definition/conte> Consulté le 22/05/2020
- <https://hypnose-ericksonienne.com/fr/difference-entre-hypnose-ericksonienne-et-communication-ericksonienne> Consulté le 20/05/2020

## Annexes

### Contes métaphoriques extraits de « Petites histoires magiques... » de Laurence DUDEK

#### Annexe 1 :

##### INDUCTION PROPOSEE

*Installe-toi bien confortablement dans un fauteuil, sur un coussin bien accueillant, ou dans un lit : n'importe où, pourvu que tu te sentes si bien que tu n'aies plus besoin de changer de place. Et tu peux prendre le temps de trouver la position qui te convient le mieux. Quand tu es bien installé(e), fais-moi un petit signe avec la tête, ou avec la main pour me faire savoir que c'est OK. [On attend le signal de l'enfant]. Très bien ! Maintenant nous allons prendre deux ou trois grandes inspirations/expirations comme ceci[...]en aspirant l'air par le nez [on le fait soi-même] et en soufflant bien par la bouche pour faire sortir l'air jusqu'au bout[...]. Voilà, encore une fois[...]. Et puis tranquillement une troisième fois [...]. Tu sens que ton corps se détend, comme s'il devenait tout mou [...].*

*Maintenant, tu peux fermer les yeux pour écouter seulement ma voix sans te fatiguer [...]. Voilà tu te reposes, et tes yeux fermés font comme un écran de cinéma dans ta tête, un écran sur lequel tu vas pouvoir voir des images apparaître. Regarde bien, je vais t'aider. Regarde l'écran derrière tes paupières [...] et tu vas y voir apparaître un lion, ou un chien [...] tu le vois ? Quel animal est arrivé sur l'écran ? Décris-le-moi tout en gardant les yeux fermés pour bien le regarder : de quelle couleur est-il ? [On attend la réponse et on valide sans commenter : c'est un écureuil ? OK...]. De quelle taille ? Il est debout ou assis ? Il bouge ? Que fait-il ? [On s'assure que l'animal qui apparaît est une image bienveillante et apaisante : tu te sens bien avec là ? c'est un ami ? la réponse Si la réponse est « non », on fait venir un autre qui est amical et avec lequel l'enfant se sent en sécurité]. Ok voilà, maintenant que tu as vu cette image tu sais que tu vas pouvoir en voir d'autres celles qui viendront en écoutant ma voix [...] et on va pouvoir commencer à raconter l'histoire.*

##### SORTIE DE TRANSE PROPOSEE

*Et maintenant que l'histoire se termine, elle va finir aussi sur ton écran. On va laisser les personnages retourner dans leur univers et l'écran va s'éclairer pour toi, c'est la fin de l'histoire ... Prends le temps de rester encore un peu avec les images... On va laisser aussi le lion, le chien ou l'écureuil, [l'animal qui a été décrit par l'enfant]. repartir : on le salue et on le remercie de nous avoir accompagné(e)s pendant ce moment ... On le laisse retourner dans son domaine ... Et toi, tu vas aussi revenir ici avec moi, en reprenant trois inspirations bien profondes... en te préparant à retrouver l'endroit où tu es assis(e) ici avec moi, la maison... Et quand tu seras bien revenu(e) dans la réalité et prêt(e) à reprendre le cours de la journée ou de la soirée, tu pourras ouvrir les yeux.... Voilà, coucou ! Bienvenue !*



## Annexe 2 :

### LE JARDIN DES MINIATURES

*Cf : Induction...*

*On va faire un petit voyage en fermant les yeux, comme si on allait partir en promenade dans un pays que tu ne connais pas encore, dans un pays extraordinaire, un pays très beau que tu vas découvrir tout en gardant les yeux fermés pour voir des images comme au cinéma, comme s'il y avait un écran dans ta tête derrière tes paupières closes... Comme quand tu regardes un dessin animé. Pour la première fois... On va aller se promener dans cet endroit imaginaire. Pour y faire des rencontres agréables et bénéfiques pour toi et y découvrir des choses qui vont te faire plaisir.*

*Tu peux commencer par imaginer que tu es devant la porte de ce pays magique. Cette porte est différente des portes des maisons ou de celles des appartements. Elle est même différente des portes des jardins et des parcs, elle ressemblerait plutôt à un large rideau de lumière douce qui fait comme une cascade derrière laquelle se trouve cette autre dimension, où tout est possible, comme dans les dessins animés, dans les livres ou dans les rêves... Tu respires bien profondément pour te préparer à entrer. Quand tu te sens prêt(e) à passer de l'autre côté tu fais un grand pas en avant pour traverser le rideau de lumière et hop, tu te retrouves de l'autre côté ... et tu respires profondément ...*

*En arrivant de l'autre côté, tu sais tout de suite que c'est un endroit très agréable : la lumière est douce et d'une jolie couleur, La température est parfaite, il fait beau. Peut-être entends-tu des chants d'oiseaux un peu plus loin dans le parc, dans les arbres... des coccinelles sur les fleurs s'il y en a, je ne sais pas, regarde bien autour de toi et découvre cet endroit aussi merveilleux que le plus merveilleux des rêves que tu as jamais fait. Tu sens qu'ici tu es libre de faire tout ce que tu as envie de faire et que tu peux laisser aller... Et tu sens aussi avec ton nez... ça sent très bon... une odeur délicieuse comme un parfum de fleurs mélangé avec l'arôme de choses bonnes à manger... des fruits peut-être je ne sais pas, C'est toi qui découvre tout cela avec curiosité... Tu avances guidé par ton nez, tu respires et tu suis un chemin parsemé de toutes ces bonnes odeurs, afin de découvrir où elles te mènent...*

*Ce chemin débouche sur un jardin dans une verrière... À l'intérieur, il y a toutes sortes de choses qui sentent très bon et qui attirent le regard par leurs jolies couleurs... En observant bien, tu découvres que tu peux entrer dans la maison de verre pour avancer vers le jardin... Regarde, il y a peut-être des fleurs, peut-être des fruits, peut-être des objets parfumés comme tu en as déjà vu ailleurs... Et puis, dans cet espace, il y a un jardinier... ou une jardinière je ne sais pas, regarde qui se présente à toi. Parfois c'est un lapin blanc qui s'occupe du jardin... c'est en tout cas un expert qui connaît tout ici, c'est son domaine, c'est le plus grand connaisseur de la nature de ce jardin...*

*Dès qu'il s'aperçoit que tu es arrivé(e), il vient t'accueillir avec beaucoup de gentillesse et tu sais déjà que ce sera un véritable ami pour toi... Il te propose de visiter son domaine : le jardin et toutes les autres parties de cet espace et de te servir de guide pour la visite. Vous pouvez*

*commencer à visiter ensemble... grâce à ton guide le jardinier expert, tu découvres tout ce qui pousse ici... Bien sûr, il te montre les végétaux, les plantes : il y a dans ce jardin toute sorte de fleurs de fruits et de légumes, d'arbres aussi... Et puis au fur et à mesure que tu avances, il te montre aussi d'autres choses... : il y a des objets, des jouets, des animaux... des personnages... et tu te sens très content(e) d'observer ce mouvement et l'activité qui s'organise en ce lieu. Tu prends du temps pour t'asseoir tranquillement et entendre, voir, sentir, tout ce qu'il y a à écouter, regarder et ressentir.*

*Pour continuer la visite, ton guide t'emmène vers une autre partie du jardin. C'est là qu'on procède au recyclage des encombrants C'est un grand récipient, plus grand qu'un bassin à poissons et large comme un bac à sable. C'est là que l'on débarrasse les choses dont on ne veut plus et qui sont encombrantes : les compositions ratées, les vieilles souches moisies, les gants troués, les aliments périmés, ce qui est amer et tout ce qui s'ensuit... C'est un endroit très utile, même si ça n'est pas le plus joli... Ton guide se propose de te débarrasser ici de tout ce dont tu ne veux plus et qui ne te sert à rien : des choses qui prennent trop de place chez toi et qu'on pourrait recycler pour en faire de l'engrais, pour favoriser de nouvelles plantations améliorées, et pour libérer de l'espace. Il t'expliquera comment... Tu cherches dans tes poches pour y trouver tout ce qui peut être jeté et débarrassé... Prends le temps de bien regarder dans toutes tes poches et en sortir ce qui vient et qui n'est pas bon pour toi... et même peut être ailleurs, je ne sais pas, dans tes chaussures, sous ton bonnet... Et quand tu as bien tout débarrassé et mis cela dans le grand récipient, ton guide vérifie que tout est fait. Il te montre comment tout cela est recyclé, transformé... Cela disparaît définitivement pour enrichir la terre du jardin... et tu te sens très content d'avoir profité de ce grand nettoyage des encombrants. Tu respires... soulagé(e), et joyeux(se)... prêt(e) à continuer la visite...*

*Maintenant, le jardinier te conduit dans la remise. C'est là où sont gardées les graines extraordinaires qui font pousser tout ce que tu as déjà vu en entrant dans le jardin, et aussi tout ce que tu n'as pas encore vu... Dans cette remise, il y a des étagères pleines de petits tiroirs transparents dans lesquels on peut voir les graines multicolores et de formes et de tailles différentes... Ton guide jardinier t'invite à plonger ta main dans l'un des tiroirs pour y choisir des graines que tu vas faire pousser toi-même... et tu sens les graines glisser sous tes doigts. C'est doux et agréable... Tu prends une graine après l'autre, jusqu'à remplir ta main de ce qu'elle peut contenir, et le guide te fait signe de le suivre jusqu'à un carré de jardin dont il confirme que c'est ton jardin personnel, là où tu vas pouvoir faire pousser toi-même les graines que tu as choisies... Il te donne un petit arrosoir magique, qui contient toujours de l'eau, quelle que soit la quantité que l'on verse, il est toujours rempli d'eau de source. Tu lances une première graine sur la terre de ton carré et tu l'arroses un peu... Dès que tu verses cette eau magique sur la graine extraordinaire, elle commence à pousser. Et tu découvres ce qui pousse avec plaisir, comme une surprise merveilleuse, un cadeau inattendu, quelque chose qui participe au bonheur et à la croissance... Grâce à la magie de ton guide, tout ce qui apparaît correspond à ce que tu attendais, sans avoir besoin de le lui dire... : je ne sais pas de quoi il s'agit, je n'ai pas besoin de savoir, je fais confiance à ton guide pour cela... Et je sais que ce qui pousse fait partie d'une fête, une fête avec de la musique, des jeux, des amis, des endroits pour sauter, courir, rire, manger, jouer, se reposer... Tu lances les graines une par une sur le*

*sol, tu les arroses et tu regardes pousser tout ce qu'on peut désirer pour s'amuser, se développer, faire des expériences nouvelles et pleines de ressources... Tu peux en profiter, entrer dans ton carré de jardin, là où se trouve cette fête et toutes ces expériences et y passer du temps... C'est comme si tu avais toujours connu cet endroit, comme si tu grandissais depuis ta naissance dans cet endroit... Ainsi tu t'appropries les choses, tu t'habitues à évoluer dans cet espace de liberté, très vite, comme les graines qui poussent très vite... A la vitesse de ton imagination et jusqu'à aujourd'hui... Prends bien le temps de respirer profondément... Dans ton jardin, sous la bienveillance de ton guide qui veille à ce que tout se passe bien pour toi...*

*Maintenant que tu es arrivée dans le présent et que tu as grandi avec toutes les expériences nouvelles et anciennes que tu viens de vivre... à la vitesse de la lumière... ton guide te propose de récolter ce que tu as fait pousser pour emporter avec toi... Il te montre un panier dans la remise, un panier que tu peux porter facilement... si bien que tu vas pouvoir emporter avec toi tout ce que tu es venu vivre ici, comme si cela pouvait tenir dans un tout petit espace, dans ta main peut être, ou dans un petit coffre ou un pendentif en forme de coquillage. Prends ce qu'il y a dans ton panier magique et garde-le bien précieusement avec toi, comme on ramène un souvenir de voyage en rentrant chez soi... un souvenir qu'on garde en soi et qui est disponible chaque fois qu'on en ressent le besoin, sans même devoir y penser... Et chaque fois que tu en auras besoin, tu pourras revivre ce moment comme un rêve... dans un moment où ton esprit n'est pas très occupé, ou pendant ton sommeil... Il y a sans doute d'autres choses qui vont pousser et que tu pourras découvrir au fur et à mesure de la vie... toujours en respectant ta croissance, les besoins qui correspondent à ton âge, ton évolution, ton environnement, dans le respect de l'écologie et de qui tu es vraiment...*

*On va maintenant remercier le maître du jardin, le guide expert qui t'accompagne toujours, on va le remercier et lui demander de continuer à bien prendre soin de tes transformations intérieures et des graines que tu as fait pousser... On lui demande de te raccompagner à l'endroit où il est venu te chercher tout à l'heure... et on va lui dire au revoir, sachant que tu pourras revenir le voir ici ou ailleurs... Il va repartir dans le pays imaginaire et toi tu vas prendre le chemin du retour pour revenir ici, en reprenant le même chemin que tu as pris pour partir... et réaliser le parcours qui te ramène jusqu'à la porte en rideau de lumière... pour revenir ici dans cette pièce où tu vas revenir avec moi... Tu te prépares à faire un grand pas pour traverser à nouveau le rideau... Tu te souviens de ce qu'il y a ici, comment nous sommes assis, comment tu es habillé(e)... Tu bouges un peu les doigts, les mains, tu peux bailler si tu veux. Et quand tu seras bien revenu(e), bien éveillé(e), bien ré-installé(e) dans cette journée, prêt(e) à reprendre la vie quotidienne, tu pourras ouvrir les yeux... Voilà, bienvenue !*

*Cf : sortie de transe...*

### **Annexe 3 :**

#### **L'ARBRE DES EXPÉRIENCES**

*On va faire un petit voyage en fermant les yeux, comme si on allait partir en promenade dans un pays que tu ne connais pas encore, dans un pays extraordinaire, un pays très beau que tu*

*vas découvrir, tout en gardant les fermés pour voir des images comme au cinéma, comme s'il y avait un écran dans ta tête derrière tes paupières closes ... comme quand tu regardes un dessin animé ... pour la première fois [...]. On va aller se promener dans cet endroit imaginaire, pour y faire des rencontres agréables et bénéfiques pour toi et y découvrir des choses qui vont te faire plaisir [...]*

*Tu peux commencer par imaginer que tu es devant la porte de ce pays magique. Cette porte est différente des portes des maisons ou de celles des appartements Elle est même différente des portes des jardins et des parcs : elle ressemblerait plutôt à un large rideau de lumière douce qui fait une cascade derrière laquelle se trouve cette autre dimension, où tout est possible, comme dans les dessins animés, dans les livres ou dans les rêves [...]. Tu respirez bien profondément pour te préparer à entrer. Quand tu te sens prêt(e) à passer de l'autre côté, tu fais un grand pas en avant pour traverser le rideau de lumière et hop, tu te retrouves de l'autre côté [...] et tu respirez profondément [...]*

*En arrivant de l'autre côté, tu sais tout de suite que c'est un endroit très agréable : la lumière est douce et d'une jolie couleur, la température est parfaite, il fait beau. Peut-être entends-tu des chants d'oiseaux un peu plus loin dans le parc, dans les arbres ... des coccinelles sur les fleurs s'il y en a, je ne sais pas, regarde bien autour de toi ... et découvre cet endroit aussi merveilleux que le plus merveilleux des rêves que tu as jamais fait... Tu sens qu'ici tu es libre de faire tout ce que tu as envie de faire et que tu peux te laisser aller [...].*

*Tu avances dans une belle allée bordée d'arbres anciens, dont les racines dépassent sur les côtés du chemin ... et tu peux t'amuser à enjamber les racines pour te familiariser avec cet endroit [...]. Tout au bout de cette allée, il y a un arbre plus grand que les autres, qui occupe une place centrale. Comme un pilier, tellement grand qu'on a pu y fabriquer une porte et un escalier dedans. Tu avances jusqu'à la porte de cet arbre extraordinaire et tu découvres qu'elle s'ouvre facilement et qu'à l'intérieur il y a de la lumière... et que tu peux entrer pour visiter cet endroit merveilleux [...]. En arrivant dans l'escalier, tu regardes vers le haut et tu vois qu'il y a plusieurs étages qui comportent des paliers, comme cela existe dans les immeubles avec des appartements. Tu décides de monter à l'escalier pour rendre visite aux personnages qui peuplent ce lieu [...].*

*Au premier étage, il y a ceux qui écoutent, c'est écrit sur la porte de leur palier. Tu entres dans leur espace et tu découvres ces personnages. Ils sont très gentils, très beaux et magnifiquement vêtus [...]. Ils sont calmes et silencieux, on entend seulement le bruit de leur déplacement dans ce lieu [...]. C'est peut-être le frottement de leurs longues robes sur le sol en bois .... ou le bruissement des feuilles de l'arbre qui se diffuse au travers des branchages [...]. Ils écoutent avec grand intérêt ce bruit, ainsi que tous les autres [...] qui sont à écouter [...]. Ils écoutent également tout ce qu'il y a à entendre [...]. Tu les observes, tu admires leurs mouvements, tu regardes bien ce qu'ils font et comment ils font pour faire ce qu'ils ont à faire [...]. Et tu découvres leur secret qu'ils partagent volontiers avec toi car tu es leur invité. Ils te font confiance et ils sont très heureux de te faire écouter ce qu'ils écoutent [...].*

*Au second étage, il y a ceux qui apprennent. Ils sont très beaux et très bien habillés. Ils apprennent des tas de choses utiles et bénéfiques qu'ils font entrer dans une immense réserve spécialement conçue pour recueillir ce qu'ils apprennent [...]. Dans cet espace que tu visites auprès d'eux, ils peuvent tout apprendre bien sûr et ils peuvent aussi exercer ce qu'ils ont appris, en faisant un bel entraînement à ces nouveautés, pour les assimiler comme on fait du vélo ou de la balançoire [...]. Tu vois la lumière qui brille tout autour d'eux et les couleurs qui les entourent [...]. Ils ont à leur portée des tas d'images, d'objets, d'outils qui servent à apprendre et ils apprennent toujours avec beaucoup de plaisir [...]. Tu prends le temps d'observer ce qu'ils font et comment ils font pour faire ce qu'ils ont à faire[...]. Ce qu'ils ont à réaliser .... et tu découvres leur secret, qu'ils partagent volontiers avec toi car tu es leur invité(e). Ils te font confiance et ils sont très heureux de t'apprendre ce qu'ils ont appris [...].*

*Au troisième étage il y a ceux qui savent. Ils sont magnifiquement vêtus et très bienveillants. Ce sont des sages, comme le sont les grands singes. Les éléphants et les girafes [...]. La sagesse profonde qui est en eux leur vient de ce qu'ils savent ... et tu découvres leur immense savoir avec beaucoup de facilité ... Ils t'accueillent, tu leur parles, leurs gestes sont doux et agréables à voir ... Quand tu connais bien ce qu'ils font et comment ils font pour faire ce qu'ils font, tu sens que tu es prêt(e) à partager avec eux leur savoir et recevoir leur secret qu'ils te transmettent avec confiance car tu es leur invité(e) [...]. Et maintenant tu sais ce qu'ils savent ... et tu sais que tu sais [...]. Comme dans un miroir ...*

*Au dernier étage, tout en haut de l'arbre, il y a le sommet. C'est une terrasse pleine de verdure, très accueillante, fraîche et parfumée où les trois groupes des étages du dessous viennent se rassembler à l'occasion de cette cérémonie de bienvenue qu'ils ont préparée pour toi [...]. Et ce qu'ils ont préparé de plus précieux pour toi : ils en ont fait une liste [...] qu'ils te montrent peut-être [...] ou bien ils la gardent secrète, ça n'a pas d'importance. L'important c'est que, dans cet instant, tu reçois tous ces cadeaux [...] avec ce que tu as découvert dans les étages [...]. Et tu sens que c'est bien installé en toi et que tu pourras utiliser tout cela désormais. Même si tu n'en connais pas encore tous les effets bénéfiques, tu sais que ça va être utile dans ta vie, que ça va t'apporter une grande amélioration [...]. Tu prends ces cadeaux et tu remercies les membres de ces trois groupes. Tu ressens de la satisfaction et même peut-être de la fierté, pour avoir su les rencontrer les écouter et les comprendre ... Pour repartir et redescendre du sommet de l'arbre, ils t'indiquent la sortie : ils te conduisent jusqu'à la porte par laquelle tu es entré(e) tout à l'heure et tu prends le chemin du retour ... Tu peux faire une petite promenade en revenant dans l'allée des arbres aux racines, en sautillant, ou en chantonnant ... jusqu'à arriver au rideau de lumière derrière lequel je t'attends pour que tu reviennes avec moi ici [...]. Prends le temps de réaliser le parcours qui te ramène à l'entrée et de traverser de nouveau le rideau, en te réinstallant ici dans cette pièce, avec moi, en pleine forme, prêt(e) à me raconter ce que tu auras envie de raconter [...]. Voilà ! Bienvenue !*

#### **Annexe 4 :**

#### **LA MATERNELLE**

*Il était une fois une petite fille qu'on avait envoyée très tôt à l'école maternelle et qui donc y était restée très longtemps. [...]. C'était une petite fille sensible qui n'aimait pas qu'on la réveille. Cela mettait son corps en marche arrière et son cœur en tournoiement. Pour se soulager, ou pour se venger (on ne sait pas, cela dépend des points de vue), elle donnait des coups de pied dans les feuilles mortes chaque fois qu'elle se trouvait dans la cour de récréation, en arrivant à l'école [...].*

*Et dans la classe, elle passait presque tout son temps à grommeler intérieurement en baissant la tête, sans pouvoir exprimer ouvertement ce qu'elle ne voulait pas [...]. La maîtresse était mécontente elle aussi et la petite fille n'était pas heureuse. Cela faisait vraiment beaucoup trop de tracas et c'est ainsi qu'elle avait fini par détester la maternelle ...*

*Il faut savoir que des grommellements qui ne peuvent pas sortir tout de suite font des nœuds qui s'entrelacent et deviennent de plus en plus indénouables à mesure que le temps passe ... Chaque soir, elle ramenait tout ça à la maison, dans un cartable qui devenait de plus en plus lourd pour elle et que sa maman portait avec résignation sur le chemin du retour de l'école [...].*

*Et tous les jours on la réveillait. Et tous les jours, elle renversait exprès son bol de chocolat sur la table à l'heure du goûter .... Voir couler le chocolat sur la jolie toile cirée de la cuisine et finir par s'évacuer sur le carrelage la soulageait. Mais elle ne savait pas pourquoi [...]. Un jour, alors qu'elle se préparait une fois de plus à lancer un pied en avant pour « shooter » dans les feuilles mortes, la petite fille qui s'appelait Mauve, entendit un appel : « Que fais-tu ? disait la voix. A quoi cela sert-il de te mettre en colère contre les feuilles ? Elles ne t'ont rien fait ! Et en plus, elles sont mortes ». C'était la voix de la Sage de la forêt qui, tous les jours, faisait un petit tour près de l'école car elle prenait plaisir à regarder et à écouter les enfants jouer. Elle avait remarqué depuis longtemps manège de la petite fille et, ce jour-là, elle avait décidé qu'il était temps de l'aider. Je n'ai pas un joli nom, dit la petite fille. « Comment t'appelles-tu ? reprit la Sage. On m'appelle « Mauve ». Mauve comme la couleur et j'ai toujours peur que l'on se moque de moi. C'est le nom que t'ont donné tes parents, dit la grande Sage. Sils l'ont fait, c'est qu'ils l'aimaient ... On gagne souvent à découvrir qui on est [...]. On gagne toujours à s'accepter et à s'aimer [...] ».*

*Sur ce, la Sage de la forêt disparut et la petite fille resta plantée là, perplexe, se demandant pourquoi elle avait eu cette apparition qui ne l'aidait en rien, pensait-elle [...]. Alors, elle recommença à grommeler de plus belle, tapant du pied dans les feuilles mortes. Soudain, la Sage réapparut ! Elle échangea deux ou trois mots sans intérêt avec la petite fille puis disparut à nouveau. Mécontente, la petite se remit à grommeler et à taper dans les feuilles mortes... Et... Devinez quoi ? La sage réapparut [...]. La petite fille comprit alors que c'était son coup de pied dans les feuilles qui faisait venir la Sage : elle grommelait, elle tapait et la Sage apparaissait, « Quelle est cette étrange chose ? se demandait-elle. Y aurait-il par hasard un message caché derrière ce phénomène ?*

*Elle se souvint aussitôt qu'il n'y a pas de hasard et se mit à chercher le message. Une petite voix amie à l'intérieur d'elle-même lui souffla le message suivant : « Agis ! Agis et tu verras les*

choses autrement ! ». C'était bien mystérieux. La petite fille n'y comprenait rien. Alors, fâchée, elle donne un nouveau coup de pied dans les feuilles. Ce qui fit aussitôt réapparaître le Sage et le soleil se mit à briller [...].

Alors, La petite fille, on ne sait pas pourquoi se roula dans les feuilles jusqu'à ce que celles-ci lui collent à la peau [...]. Elle se sentait vivre et vibrer tandis que la partie sage, qui était restée dans les feuilles mortes depuis bien trop longtemps et qui lui revenait, entraînait en elle et grandissait [...]. Bientôt, sentant que tout ce qui lui était nécessaire était bien établi à l'intérieur de son histoire, elle se relève, se secoue un peu pour s'ébrouer. Puis elle sortit de la cour de récréation et entra chez elle [...] pour remercier ses parents de lui avoir donné le nom d'une si belle fleur.

## **Annexe 5 :**

### **EMMON LE CANARD**

Cf : Induction...

Il était une fois, un petit canard qui voulait aller dans l'eau. Mais sa maman, très occupée à prendre soin d'une petite sœur canard prénommée Siloé qui était née quelques mois auparavant, ne voulait pas l'y emmener. Elle disait à Emmon que ça n'était pas possible et qu'il devait attendre[...].

Car elle n'avait jamais envisagé que le petit canard ait pu se rendre seul à la mare, où ses amis les canards, les poules d'eau, les cygnes et les ragondins s'amusaient tous ensemble. C'était une jeune maman canard qui était soucieuse de bien faire et qui s'inquiétait qu'il n'arrive rien de fâcheux à ses petits. Sauf qu'Emmon ressentait si fort le besoin d'aller dans l'eau, qu'un jour il décida de s'y rendre par ses propres moyens[...].

Oh je sais ce que vous pouvez penser : « Et le papa canard n'aurait-il pas pu conduire son fils jusqu'à l'eau pour l'aider à apprendre à se débrouiller sans sa maman, comme le font les canards qui grandissent ? Les canards qui grandissent ? Les canards qui grandissent ? »[...]. Certes, mais le papa d'Emmon était un canard sauvage, qui voyageait donc beaucoup en dehors du nid et qui ne rentrait que rarement à la maison et toujours pour peu de temps... C'était embêtant... Mais c'était ainsi ... Et quoi qu'il en soit, Emmon était donc parti seul, marchant d'un bon pas vers la mare ... dont il ne connaissait pas encore le chemin, bien décidé par lui-même.

C'est ainsi qu'il avait commencé à quitter le nid pour montrer à sa mère qu'il était capable de se débrouiller sans elle quand c'était nécessaire pour faire ce qui était bon pour lui (car chacun sait que le bain est très utile pour les petits canards et qu'ils en ont besoin) et pour découvrir son environnement [...].

Petit à petit, le petit Emmon avait réussi à suivre un chemin régulier et sûr vers la mare. Ainsi, il permettait à sa maman de s'affairer à ses activités de mère canard, tout en gardant les pattes dans l'eau. La vie avait donc un peu changé, juste assez pour qu'Emmon prenne la route qui lui

*convenait pour rejoindre le petit monde de la mare aux poissons rouges, verts, jaunes et bleus [...].*

*Bien sûr, il y avait encore beaucoup de choses à découvrir dans la mare autour, et sur le chemin. Mais, globalement, on peut dire que la vie était devenue plus souriante depuis le premier bain. C'est souvent comme ça chez les canards, au début l'eau paraît froide, mais chaque bain apporte le plaisir qui permet de se mouiller sans grelotter. Emmon avaient donc pris le temps d'explorer la mare, de papoter avec les grenouilles, de partager les nénuphars, de s'éclabousser et de jouer à cache-cache dans l'herbe fraîche [...].*

*Cependant le grand cœur d'Emmon le bien nommé, était lourd de questions, comme des petits nuages qui empêchent de profiter pleinement du moment présent. Il se souvenait des oiseaux migrateurs (ce sont des oiseaux qui changent de maison à chaque saison et qui passent beaucoup de temps à voyager) et de leur ombre qui planait au-dessus de la mare. Il ne savait pas pourquoi, mais cette image lui faisait toujours un petit chagrin [...].*

*Par une belle nuit sans nuage, Emmon fit en rêve un voyage durant lequel il rencontra une oie sauvage qui lui expliqua pourquoi chez les canards sédentaires (ceux qui ne voyagent que pour aller en vacances), même si on envie les migrateurs, leur indépendance, leur liberté et leur force de caractère et même si dans chaque conversation on fait des coin-coin admiratifs, on craint toujours secrètement qu'un petit vent ne vous emporte vers un horizon inconnu [...].*

*Et je te laisse regarder les images de l'oie qui explique à Emmon. Regarde ce qu'elle lui montre écoute ce qu'elle lui dit et peut être même qu'elle va lui foire un cadeau, lui donner quelque chose (ça peut être un objet, un souvenir, une image ou une musique peut être un quelque chose qu'il pourra emporter avec lui et garder bien précieusement en se réveillant tout à l'heure, quand le matin sera venu [...]. Et quand tu auras fini de voir, d'entendre et de ressentir tout ça tu me feras un petit signe en hochant la tête, comme pour dire « oui » [ On attend que l'enfant fasse un signe de tête, cela peut prendre de quelques secondes à quelques minutes ; c'est en général plutôt rapide). OK!*

*Emmon s'était donc réveillé le matin du rêve de l'oie muri du cadeau qu'elle lui avait offert. Suivant son conseil, il avait gardé le présent bien précieusement et il s'en servit maintenant chaque fois qu'il en avait besoin.*

*Cependant la maman canard voyait bien qu'Emmon n'était pas encore tout à fait serein et elle se faisait encore du souci. Il faut savoir que les mamans canard sont souvent soucieuses, parce qu'il faut s'occuper doublement des plumes des enfants canards. Eh oui, il faut le double de soins pour les canetons : le lissage des plumes pour aller dans l'eau et leur aération permanente, car les canards peuvent aussi voler [...]. Et c'est précisément cela qui faisait bien du trac à la maman canard qui ne savait plus toujours où donner de la tête. Mais le plus fort de tout chez les canards, c'est que grâce à ces doubles soins, leur cœur est aussi doublement attaché à leurs petits, et tout cela les rend très uniques.*

*Par un beau jour d'automne, la maman canard avait donc pris la décision de faire tout coûte*



*que coûte, pour qu'Emmon soit plus heureux et que cela rende toute la famille sereine [...] Elle avait donc pris son baluchon et son courage à deux mains, pour aller rencontrer au cœur de la forêt, tout en haut d'un chêne percé, un grand-Duc, qui était un oiseau très sage et très bienveillant. Elle avait marché longtemps et elle s'était égarée plusieurs fois avant de trouver enfin le grand arbre qui abritait ce sage vénéré et respectable. Il l'avait accueillie en lui disant qu'il l'attendait [...].*

*Elle n'était pas surprise, car ou fond d'elle-même elle savait que les Grands-Ducs accompagnent ceux qui savent les écouter. Elle lui avait raconté son chagrin et ses inquiétudes pour son petit canard pas toujours heureux et elle lui avait demandé un conseil de sage pour que tout rentre dans l'ordre[...].*

*Elle avait écouté les paroles du grand sage, avec beaucoup d'attention. Il y était question de remparts, de montagnes d'un dragon qui crache des flammes à intervalles réguliers, de Touaregs et de pommes de terre [...]. La maman canard n'avait pas tout compris, mais elle avait bien senti que cela était juste Elle était très décidée, car cela était de la plus grande importance et elle s'était sentie rassurée. En sortant de la forêt elle avait fait un détour par les vergers ensoleillés et elle avait cueilli six pommes bien mûres pour le repas du soir et pour marquer cette journée d'une douceur qui deviendrait quotidienne [...].*

*Pendant ce temps, en attendant que sa maman revienne, le petit Emmon avait flâné autour de la maison, en respirant le parfum des fleurs d'automne. Et tout à coup, il avait senti un petit vent qui soufflait doucement et qui chassait un par un tous les petits nuages afin de lui permettre de profiter du moment présent [...]. Car, en partant précipitamment vers la forêt du Grand-Duc, sa maman avait oublié de mettre le paravent qu'elle posait toujours habituellement pour éviter les horizons inconnus [...].*

*Emmon, se rapprocha de sa sœur Siloé et ensemble, ils s'assirent fièrement face au vent pour profiter pleinement de cette toilette inhabituelle. Siloé dit alors à Emmon : « Je crois que le vent a tourné, regarde, tous les petits nuages s'envolent vers le ciel et nous nous sommes bien assis, là, près de notre maison [...]. Oui, répondit Emmon, et regarde le paravent s'envole lui aussi ».*

*Les deux petits canards se mirent à rire, d'un grand éclat de rire qui résonna dans la clairière. Ils riaient tellement que les coccinelles se mirent à rire aussi puis les escargots, les grenouilles, les autres petits canards, les oiseaux de toute sorte, les arbres et même les fleurs, qui sont si réservées, se mirent à rire en chœur [...].*

*Et tout autour d'eux riait sans retenue, avec un tel bonheur et un tel soulagement, que le ciel se colora d'une lumière nouvelle. Le papa canard qui revenait du travail et qui était si sérieux, se prit à rire aussi, et avec lui tous ses dossiers, son ordinateur portable, son costume de travailleur et même ses lunettes [...]. Quand la maman canard arriva près de la maison, elle entendit ce rire si communicatif et elle sut, désormais, qu'ils avaient gagné tous ensemble, parce que c'est comme ça, chez les canards, même lorsqu'on est loin, on est au bon endroit [...].*

*Cf : Sortie de transe...*

## **Annexe 6 :**

### **LES AILES PAPILLONNANTES**

*Cf : Induction...*

*Dans les prairies et les jardins, quand le soleil brille et que l'air est doux comme une caresse, on voit souvent des papillons qui volettent autour des fleurs et qui se posent pour butiner... Butiner, c'est passer d'un endroit à un autre, sans rester très longtemps sur place pour se nourrir de ce qu'on y trouve tout en restant alerte et en mouvement...C'est ainsi qu'on a inventé le verbe « papillonner » : en observant le vol des papillons qui ont toujours l'air de ne pas savoir où ils vont, d'avant en arrière, de haut en bas, dedans, dehors, à gauche à droite et puis encore à gauche, puis à droite... Bref, cette histoire, tu l'as compris, est pleine de rebondissements, de va et vient et d'allers-retours...*

*C'est l'histoire d'un petit garçon prénommé Teddy Chacha, qui aimait tant les papillons qu'il essayait toujours d'être avec eux. Dès qu'il le pouvait, il courait au jardin et suivait les papillons en imitant leur papillonnage, sautillant pour mieux les voir et sentir le battement de leurs ailes sur son visage... quand il réussissait à s'approcher suffisamment. Il arrivait même qu'en les poursuivant, il sorte du jardin et se retrouve dans la prairie voisine...où paissaient tranquillement des vaches et des moutons. Mais ceux-ci ne l'intéressaient pas, il semblait même ne pas les voir tant il était absorbé par les ailes papillonnantes de ses semblables...Ses semblables, oui, car Teddy, à force de papillonner, avait été considéré par son entourage (sa famille, ses amis, sa maitresse, et même le docteur) comme un vrai papillon. Et chacun disait de lui des tas de choses qui le laissaient penser qu'en effet, il en était un...Le problème pour Teddy Chacha, c'était que les gens autour ne voyaient souvent en lui que les défauts du papillon : on le disait « distrait », « inattentif », « instable », etc. Et personne ou presque ne voyait ses jolies ailes poudrées, sa légèreté, sa douceur d'âme...Il était donc souvent mal vu, se sentait mal aimé. C'était une vraie souffrance pour lui qui, ne sachant pas encore bien qui il était, commençait à croire qu'il n'était pas assez ceci, trop cela, et que c'était ainsi...*

*Personne ou presque ne comprenait que papillonner était seulement une partie de son savoir-faire : c'était comment il pouvait faire et pas qui il était. Et plus les autres croyaient qu'il était ainsi, plus il le devenait, sans pouvoir en sortir. Il était comme englué dans de la mélasse... Il se sentait en quelques sortes comme un papillon épinglé dans une vitrine, que des gens observaient sans comprendre, car les vitrines ne permettent, ni de toucher, ni de sentir, ni d'écouter, ni de se connaître...Elles ne font qu'exposer les enfants comme les papillons au regard des passants qui passent...*

*Ce que Teddy ne savait pas encore, c'est que tous les papillons du monde entier ont en commun un secret merveilleux : ils ont appris depuis la nuit des temps à faire des transformations utiles et nécessaires pour assurer leur bien-être. Apprendre à voler de leurs propres ailes, mais aussi se poser, se reposer, reconnaître les fleurs qu'ils choisissent soigneusement en fonction de leurs*

*besoins naturels et éviter celles qui sont amères... Les papillons ont plusieurs naissances, ils savent passer de l'état d'œuf à celui de vermisseau, puis chenille frétilante et joyeuse...Ils ont la capacité de tisser autour d'eux-mêmes un cocon protecteur pour se laisser du temps afin d'évoluer vers leur lente transformation...Ils apprennent à changer pendant leur sommeil : chaque fois qu'ils dorment, chaque jour qui passe, chaque nuit. Et, chaque matin au réveil, ils sentent mieux la maîtrise de leurs ailes qui poussent et savent avec confiance, qu'au final, ils feront ce qui est leur nature...*

*C'est ainsi que Teddy Chacha, qui avait cru qu'il était un papillon avant d'avoir pu apprendre à en être un, ce mit à faire lui aussi ce qui était à faire pour réaliser étape par étape la formation adaptée à son véritable statut de jeune garçon plein de ressources. Et chaque matin, il sortait de son sommeil mutatif avec une grande inspiration, un peu plus sûr de lui, construit et plein d'assurance. Il découvrit aussi que chaque papillon est unique et que personne ne peut savoir mieux que lui de quoi il est fait ni ce qui est bon pour lui. Il choisit lui-même les couleurs de ses ailes et découvrit le secret de leur mouvement maîtrisé.*

*Petit à petit, son entourage devint plus respectueux de sa personne et s'aperçut de ses grandes qualités. Ayant fini de découvrir les papillons, il se mit à explorer le monde et à se faire des amis qui, comme lui, avait appris à se poser et à se reposer, à s'aimer et à aimer être qui ils étaient. Et tout ceci faisait que Teddy Chacha se sentait beaucoup mieux dans sa vie de tous les jours. Un beau jour de printemps, il dit à sa maman et à son papa qu'il ne voulait plus qu'on l'appelle ainsi. Il voulait un prénom qui soit vraiment le sien et qui lui irait mieux.*

*Cf : sortie de transe...*

## **Annexe 7 :**

### **LE GROS CHAMPIGNON QUI VOULAIT ABRITER TOUS LES MOUSTIQUES DE LA FORET.**

*A était une fois, dans un pays nordique, un énorme champignon. Il était devenu grand et fort, parce qu'il avait un jour compris que sa fonction était d'offrir un abri à tous les moustiques de la clairière. Avait-il vraiment bien compris ou était-ce juste une idée ? La suite nous le dira sans doute [...]. Dans les pays nordiques, il y a énormément de moustiques et plus le champignon grossissait, plus il en venait vers lui. Et il en venait, il en venait... Encore et encore [...] Chaque fois que des nuages, contenant leur colère, noircissaient, se gonflaient de pluie et finissaient par un orage, le gros champignon avait pris cette habitude d'abriter tous les moustiques car, comme il a déjà été dit, il croyait que c'était son travail [...]. Sans rien dire, il se déployait du mieux qu'il pouvait, comme s'il avait des ailes et qu'il était chargé de protéger tout ce petit monde [...]. Un jour ou plus encore que les autres jours, l'électricité était dans l'air et l'eau dans gaz, le ciel devint très noir et gronda très fort [...]. Les moustiques étaient si nombreux que la place à l'abri manqua sous le gros champignon qui faisait pourtant des efforts pour maintenir tout le monde bien au sec, bien au chaud [...]. Plus le tonnerre grondait plus il arrivait de moustiques [...]. Et plus il arrivait de moustiques, plus la tension montait sous le*

*chapeau du champignon qui commençait à penser que bientôt il ne pourrait plus abriter tous ceux qui en avaient besoin et peut-être même plus rien abriter du tout [...] !*

*Et il se sentait se recroqueviller de peur, malgré toute l'eau qui le gonflait et le dilatait [...]. Alors, sentant bien qu'il n'y avait pas de place pour tout le monde, l'armée de moustiques se mit à vrombir : il y eut des disputes et des bagarres. Certains furent assommés, d'autres seulement bousculés mais tous furent choqués de ce qui leur arrivait, et chacun sentait bien que rien ne serait plus comme avant [...].*

*Quand l'orage s'arrêta, on n'entendit plus qu'un lourd silence, bien pesant dans la clairière [...]. Le gros champignon ne bougeait pas. Il ne frissonnait plus de peur mais il avait écarquillé les yeux : la surprise le stupéfiait [...]. Sous lui, il ne restait que quelques moustiques, vraiment très peu. Les autres, bien qu'il restât des places confortables, s'étaient enfuis à la recherche d'un abri plus sûr [...].*

*Dans un premier temps, le champignon se sentit moins utile, un peu désœuvré. Presque perdu [...]. Puis il se mit à réfléchir très fort, car l'orage lui avait rafraîchi la tête et, du même coup, avait éclairci ses idées [...]. Et tandis qu'il réfléchissait très fort, le champignon ne faisait pas de bruit [...]. Il restait immobile car il avait encore sous lui quelques moustiques endormis. Le champignon pensait que quand ceux-ci se réveilleraient, ils le remercieraient de les avoir abrités jusqu'à la fin de l'orage [...]. Il se dit qu'après tout, ces quelques moustiques-là valaient bien à eux seuls toute une armée de moustiques infidèles et ingrats. Régénéré par cette pensée, il releva la tête et se secoua. Son mouvement réveilla les moustiques qui s'étirèrent en baillant : « haaaa » [...]. Ils s'étonnèrent d'avoir autant de place pour déployer leurs ailes ! « Eh oui, leur dit le champignon, voyez-vous, pendant votre sommeil, il s'est passé quelque chose. Quelque chose que je besoin de vous raconter (et il s'arrêta un instant pour respirer une bonne gorgée d'air [...]). Mais le résultat en est que maintenant vous êtes bien plus à l'aise sous mon chapeau qu'avant l'orage. Et moi aussi je me sens mieux [...]. Figurez-vous que je m'étais tant déployé que je ne pouvais plus voir le sol de la clairière. Mon menton était si énorme qu'il me cachait la terre ... et je ne voyais plus les feuilles tombées des arbres ni les petites bêtes qui couraient dessus et s'abritaient dessous [...]. Mes yeux se sont ouverts à nouveau. Aujourd'hui, je vois la beauté de cette nature et de ce qui m'entoure [...] : de ce beau ciel que j'ai au-dessus de la tête [...].*

*Les moustiques ne comprenaient pas tout du discours du champignon mais ils en ressentaient suffisamment la bonne intention pour avoir envie de se blottir tendrement contre son pied en le remerciant de les avoir si longtemps protégés [...]. Alors, le champignon se sentit fondre de tendresse [...]. Il était si ému que des larmes coulèrent le long de ses joues. Et les larmes coulaient, coulaient [...] Le champignon se détendait, se sentait soulagé, se sentait plus léger. Il savait bien qu'en lui quelque chose avait changé [...].*

*Se posant sur son nez, un jeune moustique lui dit : « Maintenant que le soleil est revenu, pourquoi ne viens-tu pas te promener avec nous dans la forêt ? Nous serions heureux à notre tour de te rendre service car l'amitié est un échange de civilités. Toi qui es resté si longtemps planté là... ou même endroit... ça te dégourdirait les jambes ! »*

*Le champignon n'avait encore jamais pensé qu'il pouvait se déplacer. Il pensait qu'il était enraciné une fois pour toutes, assigné à la tâche de rester disponible, au même endroit pour que les autres le retrouvent facilement. Enthousiasme par la proposition, il se souleva et réussit à sauter joyeusement sur son pied, avançant ainsi de deux pas dans la clairière. Puis il avança de dix pas dans la clairière... Et il en fut très fier !*

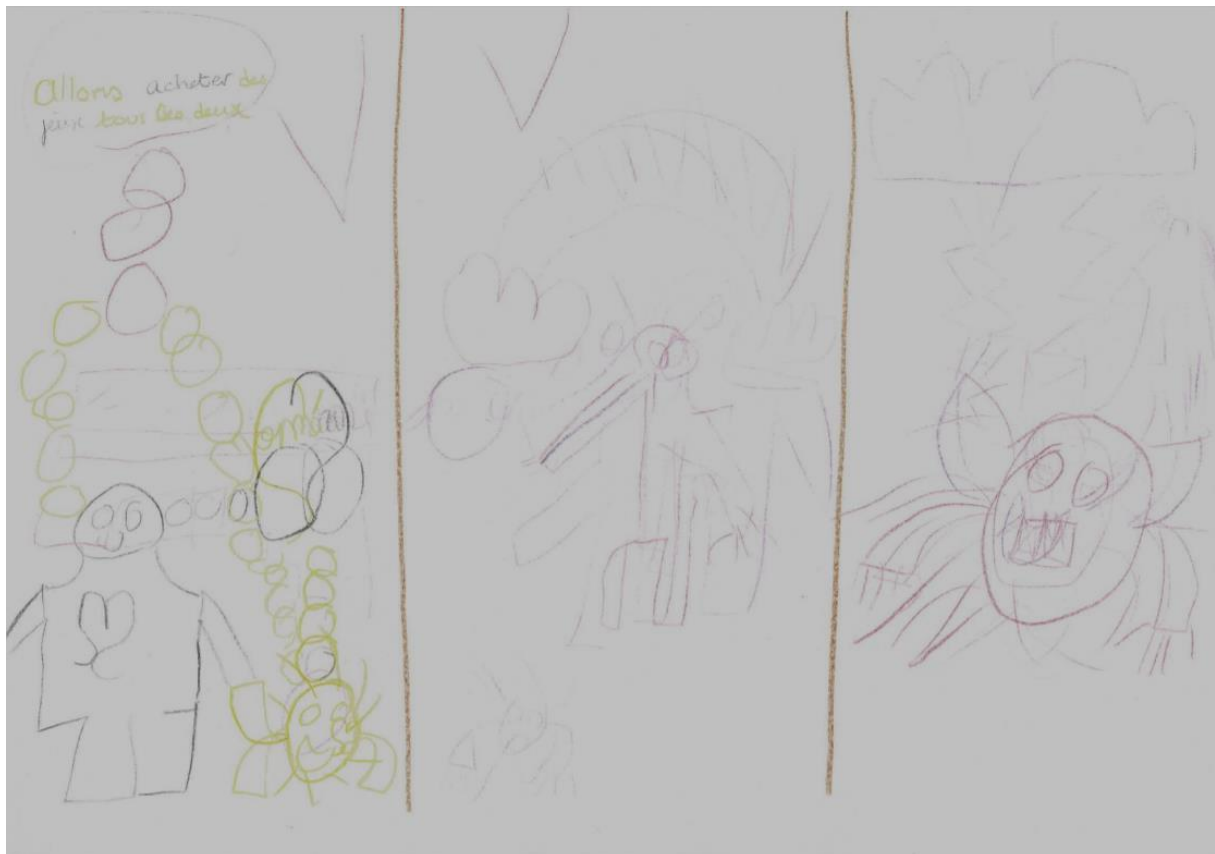
*Ses premiers sauts l'essoufflèrent un peu et il ralentit la cadence. Mais il sentit qu'il prenait plaisir à se déplacer et il devint joyeux à l'idée de bouger. Quelques moustiques encore l'accompagnaient en chantant joyeusement autour de lui...*

*Les sauts du champignon avaient déplacé quelques feuilles mortes et des moustiques en avaient reçu sur la tête. Ils rirent de se voir ainsi chapeautés et cela leur donna une idée.*

*« Regarde, dirent-ils au champignon, les feuilles nous serviront de parapluie au prochain orage. Tu peux être rassuré et continuer tranquillement ton chemin... ». Arrivés à l'orée de la forêt, ils se séparèrent. Les moustiques lui ayant montré le chemin à prendre. Le champignon sentit bien qu'il était temps pour eux de voler de leurs propres ailes et pour lui de prendre un peu de bon temps. Il fut tenté de se retourner mais, se souvenant de son lourd passé, il décida le cœur léger de continuer seul sa route vers des cieux plus cléments et vers de nouvelles aventures joyeuses et légères...*

### **Annexe 8 :**

Dessin de César d'après les trois dessins de Joyce MILLS.





## Résumé et mots clés

L'individuation qui amène le sujet à avoir conscience de lui-même en tant que personne singulière, distincte des autres corporellement et psychiquement, est un processus continu et parfois semé d'embûches. En psychomotricité en pédopsychiatrie, de nombreux enfants peinent à développer cette conscience d'eux-mêmes nécessaire à la mobilisation de leurs compétences pour s'inscrire dans la relation et dans les apprentissages.

Ce mémoire porte sur la façon dont l'hypnose peut soutenir le travail de psychomotricien, tant thérapeutique que rééducatif, dans l'émergence du sujet, corps et esprit, et dans l'affirmation des petits patients en tant que tels.

Mots clés : hypnose, conte métaphorique, psychomotricité, enfant, pédopsychiatrie, individuation, compétences psychomotrices.