

Ressentir – tripoter – taper – des perceptions corporelles intenses pour sortir de l'isolement

Ursula Bükér *

(Ce texte est le résumé d'une conférence donnée lors d'un colloque international de la stimulation basale® à Offenbach a/Main, Allemagne, en 2010)

Il existe des personnes qui sont extrêmement limitées dans leur compétence de contact. Les causes en sont multiples, comme p. ex. des handicaps psychiques ou physiques, des maladies graves, une démence ou encore des abandons graves.

Tout en cherchant d'une manière désespérée une sortie de l'isolement, souvent ces personnes se retirent et se concentrent sur leur propre corps. De multiples façons, elles essaient d'entrer en contact avec elles-mêmes. Nous observons divers comportements: p. ex. tripoter, gratter, mordre, se taper etc. Le retrait peut être si extrême et constant, qu'aucun moyen ne semble exister pour atteindre ces personnes dans leur isolement qu'elles semblent avoir choisi d'elles-mêmes, ou pour les protéger des blessures.

Lors des soins quotidiens, ce comportement représente souvent un grand défi et nous amène à nos propres limites.

Chez tous les êtres humains, certains comportements stéréotypiques font partie d'un répertoire comportemental habituel. Dans des moments de grande tension, ces comportements se manifestent souvent d'une manière inconsciente. Il s'agit d'une possibilité de se décharger d'un état d'excitation à travers le corps.

Ces comportements sont acquis dans la prime enfance. Le nourrisson apprend déjà à régulariser des états d'excitation à travers le corps. Il tète, mord, suce, lèche, tripote, tape. Ces stratégies de résolution pour contrôler des impulsions créent des couplages dans le cerveau et amène à des connexions.

Les adolescents et les adultes se réfèrent à ces expériences réussies. Ils se servent de stratégies d'autorégulation semblables, mais trouvent des formes socialement acceptées.

L'autorégulation se fait toujours encore à travers des activités corporelles, souvent il s'agit de mouvements répétitifs.

Chez les personnes handicapées, nous observons fréquemment des autostimulations dans des situations en apparence de détente extrême. Une situation en apparence sans stress peut être vécue, au contraire, de manière extrêmement menaçante par des personnes qui sont limitées dans leurs compétences perceptives. Le manque de stimulation sensorielle les déstabilise profondément. De ce fait, les autostimulations sont pour la personne handicapée une solution d'urgence pour se procurer un minimum d'informations sensorielles. Ce comportement est l'expression d'un besoin indispensable d'être en contact avec soi-même ou avec l'environnement.

Pour atteindre la personne handicapée, on doit essayer de comprendre ce que ce comportement signifie pour elle.

En reconnaissant le domaine sensoriel dans lequel la personne cherche particulièrement à se stimuler, cela nous amène à accompagner et à renforcer cette activité à travers des propositions sensorielles – corporelles, en référence à l'approche de la stimulation basale. Plus tard, notre proposition peut être variée et devenir un échange communicatif.

Dans un premier temps, des résistances doivent être fréquemment désamorçées. Ceci demande une démarche particulièrement précautionneuse.

Lors de la conférence, des expériences spécifiques de mon activité thérapeutique sont illustrées, particulièrement en présence de comportements automutilants.

C'est souvent difficile de trouver des personnes de référence pour assurer cette démarche. Des autostimulations et des autoagressions réveillent en elles un refus massif. Ces comportements ne correspondent pas à leur propre vécu.

Les rites religieux et ces formes d'autostimulation qu'ils comportent sont différents. Ils existent dans beaucoup de cultures, un effet réciproque entre le corps et l'esprit est en général accepté.

Chez des personnes handicapées, on a de la peine à accepter l'autostimulation comme étant une forme d'expression intuitive pour satisfaire un besoin.

Seule une rencontre avec une attitude d'ouverture sans condition permet d'accepter ces comportements comme étant une réaction corporelle nécessaire et adéquate pour cette personne.

Cette attitude de base demande un changement de vision, des jugements fixes doivent être surmontés.

Si cela réussit, la personne handicapée répond avec ouverture à nos propositions et est prête à s'engager dans de nouvelles expériences.

Grâce à des possibilités élargies d'entrer en contact avec son propre corps, de nouveaux moyens s'ouvrent finalement aussi à la personne handicapée pour entrer en relation avec d'autres personnes.

** **Ursula Büker** est psychologue et formatrice en stimulation basale®. Elle collabore depuis des années étroitement avec Andreas Fröhlich. Elle travaille dans un établissement pour enfants et adolescents polyhandicapés à Pelzerhaken, Allemagne.*

Traduction de l'allemand en français par T. Musitelli/J. Rossier – juillet 2010