

la place des émotions : inhibition ou stimulation

du corps émotionnel et motile dans les processus d'apprentissage

### Introduction:

En tant que psychomotricienne, j'ai reçu en consultation de nombreux enfants et adolescents en difficultés scolaires, chacun avec ses particularités. Mais la grande majorité d'entre eux avait un point commun: leur labilité voire leur **déficit attentionnel**.

En parallèle à ces accompagnements, j'étais en analyse reichienne. Cette analyse m'a emmenée vers la découverte des différents espaces internes: sensations - émotions - images - pensées. J'ai mieux perçu **comment j'avais engrammé les situations déstabilisantes et la manière de m'en défendre** pour moins en sentir l'intensité émotionnelle. Ces expériences m'ont amenée à vivre tout autrement cette capacité d'attention, qu'on pourrait aussi nommer présence, capacité de contact avec ce qui est....

En effet, de nombreuses études ont démontré combien des situations traumatisantes rencontrées précocément peuvent créer des phénomènes de

retrait affectif,

de tentatives de lutte contre les charges émotionnelles refoulées par de l'agitation, et par voie de conséquence

du sur ou sous investissement mental.

De même, le champ de la motricité peut devenir l'un des axes investis chez de nombreux enfants, souvent stimulée par des charges émotionnelles plus ou moins conscientes.

En voici l'une des narrations possibles.

Le sentiment de sécurité et les compétences archaïques:

Le sentiment de sécurité du nourrisson est tissé, nourri des sensations du contact avec la mère.

Voir, sentir, goûter, entendre, toucher, humer sont des portes d'entrée pour une potentialisation des capacités d'attention et leurs manifestations.

### La sécurité foetale: plaisir et perception du geste fluide ?

Mais avant, pendant et après la naissance.....Noublions pas **le sens proprioceptif et kinesthésique**.

Ce sens qui permet de se sentir, et probablement celui qui fait lien entre les sensorialités qui sont en interface entre les mondes du dedans et du dehors.

In utero, déjà, l'embryon a des capacités motrices en relation avec son environnement: lien motile et sensible, avec un jumeau, mais aussi avec un geste plus technique comme celui de l'obstétricien qui cherche à prélever des informations dans le liquide amniotique.

Une histoire troublante: ce jour là, monsieur François Farges, médecin, s'aperçoit qu'une goutte de sang perle au bout de son aiguille et rejoint le liquide amniotique. L'embryon s'approche de cette goutte de sang, et " des gestes de mains, de pieds " comme pour jouer avec un ballon laissent le gynécologue émerveillé et plein de questions.

L'embryon puis le foetus auraient-ils des capacités perceptives et motiles qu'il "perdrait" avec la naissance et la nécessité de maturation par la myélinisation neuronale ?

Franz Veldam, qui a fondé l'haptonomie, se basait sur ces compétences du foetus pour enseigner aux jeunes parents à entrer en communication avec leur enfant pendant sa gestation, à relationner en se basant sur les affects.

*"L'approche affective désigne tout ce qui concerne les perceptions, les sensations, les sentiments et les affects, qui jouent un rôle fondamental dans le développement et l'existence d'une personne, et permet de l'accueillir sans jamais séparer le corps et l'esprit."*  
Franz Veldman

Le premier sentiment de sécurité, foetal, serait il dans ce sentiment d'existence qui réunit corps-esprit?

Ce lien corps-esprit est mis en avant par les neuro-sciences pour faciliter l'apprentissage, on le retrouve dans l'hypnose, la pleine

présence, ce lien que toutes les grandes traditions invitent à rejoindre ?

### Sécurité maternelle et capacité de contact :

D'autant que en arrivant au monde,

Le nouveau-né est dépendant, son immaturité neuromotrice est importante..

Il ne peut ni se nourrir seul, ni se déplacer. Il n'a que peu d'autonomie.

Cet état de grande dépendance oblige le petit d'homme à être tissé de relation, et d'affects.

*"L'affect exprime quelque chose du fond corporel de la pulsion " Assoun*

Cette pulsion s'exprime dans l'acte de têter, ce mouvement puissant qui l'engage tout entier.

Ses capacités de contact sont parfois surprenantes, ainsi que la force de sa présence par le regard, ses gazouillis ou ses cris.

C'est de la tête aux pieds et de l'axe vers la périphérie que la myélinisation le long des neurones se fait, nous permettant aux fur et à mesure de la progression des performances de plus en plus étendues et précises, nous permettant un champ plus large d'autonomie...ou susceptible de l'être, selon les lois de développement céphalo-caudal et proximo-distal.

Tout le développement psychomoteur est corrélé à cette progression, ce qui nous permet de "dater" les étapes non totalement

intégrées.

« L'élément physiologique qui permet les intégrations de la motricité et de l'espace mental de l'enfant est le tonus musculaire. Le tonus est la tension qui siège dans le muscle quand il est innervé. »

### Tonus musculaire et émotionnel :

Nous dépendons de cette qualité particulière à l'être humain qui est un être de langage et de désir. L'immaturation avec laquelle nous arrivons au monde nous plonge dans la nécessité du lien et la relation...de dépendance. Notre histoire s'articule autour de capacités à acquérir pour aller vers de plus en plus d'autonomie, elle est jalonnée d'étapes, de freins, de résistances, d'impulsions, d'accidents, de réalisations.... Témoins en corps de ce désir de grandir et de vivre, avec les protections nécessaires.

Notre tonus se répartit sous forme de « cuirasse »- qui intéresse aussi bien les muscles lisses que le système circulatoire (par l'intermédiaire de l'innervation sympathique des vaisseaux) et donc le fonctionnement des organes jusque dans leur intimité cellulaire- Cette cuirasse a pour fonction de protéger le sujet contre le déplaisir.

Mais l'organisme paie cette protection de la perte de la majeure partie de sa capacité de plaisir et de présence.

### LA CUIRASSE CARACTÉRIELLE

Comment la personnalité se forme -telle ?

Que se passe-t-il dans l'alchimie somatopsychique, tandis que le nourrisson, puis le bébé, participe à la vie familiale, couché bien souvent, vulnérable et exigeant tout à la fois ?

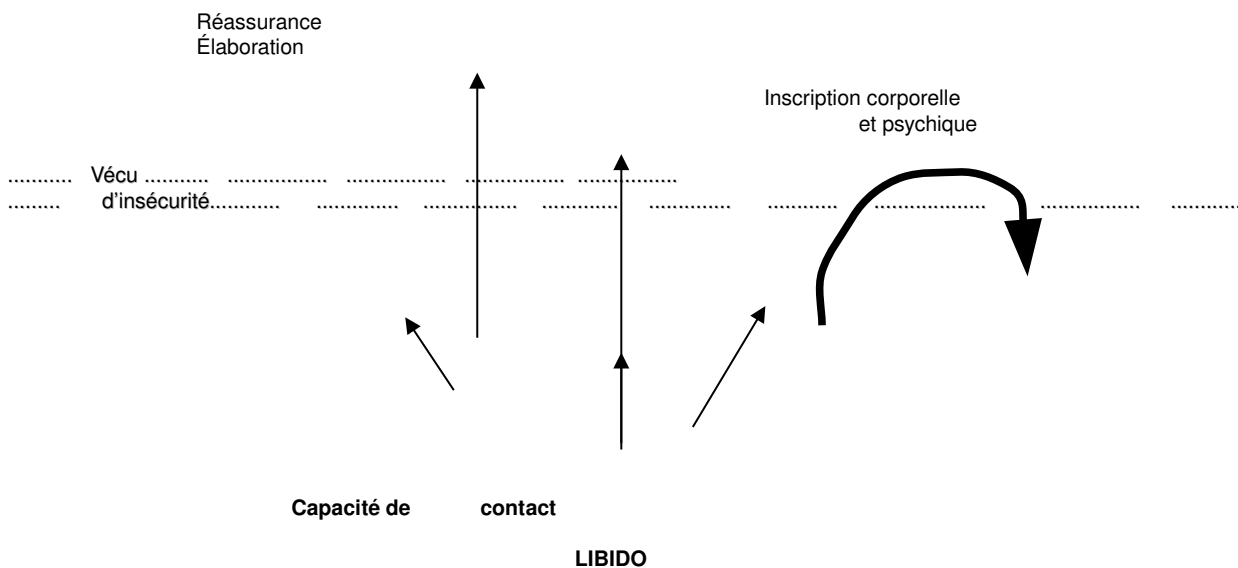
Son caractère se forme, intrinsèquement lié à sa gestualité, à ses réponses toniques à ce et ceux qui l'entourent, à l'attitude de sa mère, de ses parents, ou de ceux qui en font fonction.

La mémoire corporelle est tissée de l'histoire des liens avec l'autre, de l'adaptation ou des difficultés rencontrées au cours de l'apprentissage vers l'autonomie.

Ces empreintes se lisent dans ce que Wilhelm Reich appelait :

**la cuirasse caractérielle** qui se construit au fur et à mesure de la vie à partir des premières émotions refoulées :

Schéma cuirasse caractérielle



La force de vie, Libido, se manifeste dans le contact que l'enfant établit avec ceux qui l'entourent. Les situations non intégrables (parents en difficulté de vie, maladies ...) provoquent des émotions que l'enfant tente de contenir pour ne pas être submergé : s'il peut

bénéficier d'un entourage rassurant, sécurisant, la force de vie balaie les tensions et permet à l'enfant de retrouver son équilibre et sa joie de vivre.

Dans le cas contraire, les émotions sont refoulées et contenues par des inscriptions corporelles et psychiques, (comme des barrages restreignant la spontanéité et la libre circulation de l'énergie et des émotions). Ces inscriptions se structurent les unes par rapport aux autres, constituant une manière d'être en relation avec le monde et qui parfois freinent ses capacités cognitives : c'est la *cuirasse caractérielle*, notion définie par Wilhem Reich (1897-1957). 1

*"Reich montra que les différents traits de caractère dépendaient les uns des autres et que, pris tous ensemble, ils formaient une défense unitaire contre toutes les émotions qui étaient ressenties comme dangereuses d'une façon ou d'une autre. C'est cette défense que Reich appela la cuirasse du caractère. Reich démontra que cette cuirasse prenait origine dès l'enfance au cours de situations où l'assouvissement d'une certaine pulsion instinctuelle était déniée à l'enfant, et que l'énergie de cette même pulsion s'était dissociée en sorte qu'une partie maintenait réprimée l'autre partie."*

Wilhem Reich et l'orgonomie, de Ola Raknes

Cette cuirasse se manifeste essentiellement par la manière de faire : \*

**comment** la personne entre ou non en relation,

**comment** elle fait,

**comment** elle s'exprime,

plutôt que par ce qu'elle dit ou fait.

Grâce à cette cuirasse, l'individu se protège de l'émergence des impressions et émotions non désirées.

L'utilisation de cette force de contrôle est source de fatigue, de désintérêt, de confusion mentale voire de maladie.

A l'adolescence, les pulsions se font sentir de manière puissantes, du fait de la ré-organisation hormonale. Les émotions peuvent devenir envahissantes.

Et l'individu a souvent tout autant envie de guérir que de se conforter dans ce qu'il connaît.

Par contre, Reich s'était rendu compte que la dissolution de la cuirasse caractérielle amenait automatiquement un changement au niveau du tonus musculaire :

plus de souplesse et de fluidité dans les gestes, une meilleure coordination, la tension chronique se relâche.

Le plaisir d'apprendre et de travailler ré-apparaissent.

La respiration est ressentie dans tout le corps, accompagnée de mouvements naturels, comme une vague.

La capacité d'attention: perception du corps et réappropriation de notre espace interne, avec les autres, améliore les échanges et potentialise le sentiment d'existence et de sécurité interne.