

UNIVERSITE PAUL VALERY
MONPELLIER III

UFR V SCIENCE DU SUJET ET DE LA SOCIETE
Département de psychologie

&

UNIVERSITE MONTPELLIER I
FACULTE DES SCIENCES ET DES SPORTS

DESS DE PSYCHOLOGIE ET SPORT

**L'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE DANS LA
FORMATION DES JEUNES ARTISTES DE CIRQUE :**

*MAINTENIR UNE CONFIANCE BASALE
CHEZ LE JEUNE ARTISTE EN CRISE IDENTITAIRE*

Présenté par : Martine LEROY

Directeur de mémoire : José Luis MORAGUES

Session 2004

Remerciements

Je souhaite remercier chaleureusement José Luis Moraguès, Corinne Gal et Brigitte Leroy Viémon pour leur compréhension et leurs enseignements reçus avec plaisir tout au long de l'année.

Je remercie également Corinne Gal, Laurence Goldschmidt, Jean-Paul Guillemoles et J. Cabassut pour avoir éclairé avec bienveillance mon cheminement dans la pratique.

Un grand merci aussi aux directeurs, aux équipes et aux participants des structures qui m'ont accueillies : le Centre psychothérapique de Saint-Martin de Vignogoul, le lieu d'accueil Via Voltaire et le Centre des arts du cirque Balthazar.

Enfin, un clin d'œil complice pour l'oreille accueillante de Martin Gerbier, compagnon de mémoire et d'aventures.

« Un mouvement bleu peut jaillir. »

Gaston Bachelard

« Et maintenant, baissons la voix et prudence ! Car nous voulons entrer dans le domaine de la création, cet espace dans lequel la forme cachée et la forme qui se cherche tournent l'une autour de l'autre, s'entremêlent et attendent dans la pénombre de leur rêve la venue de la lumière qui leur donnera couleurs et contours, qui illuminera ce qui est devenu une « image ». Celui qui serait assez téméraire pour entrer dans ce monde, brûlant de curiosité, ne trouverait guère qu'un assemblage flou et nébuleux d'images. Car cet espace ne permet pas une approche directe. Il ne répond pas à une exigence concrète. Il ne connaît ni structure, ni nom, ni nombre. Il ne se soumettra pas, il est sourd à toute autorité. C'est l'espace de l'attente créatrice et c'est un sanctuaire. Par conséquent baissons la voix et écoutons les battements de notre cœur, le chuchotement et le murmure de notre propre sang, qui est le son de cet espace. »

Mary Wigman

« Depuis toujours en excès et donc en exil, précipités en avant dans les zones de l'extase et de la détresse, ces affamés de la vie, ces funambules du désir, nous ont donné les plus belles œuvres et la trace des sauts les plus périlleux...plus exactement nous ne pouvons parler que de ceux qui ont pu survivre suffisamment, ceux qui ont pu soutenir l'art du danger. Je précise que mon propos n'est pas de décrire la genèse de tout « don artistique », et il est clair que tous les dénommés artistes ne sont pas concernés par l'art du danger. Ceux que cela concerne ne seront d'ailleurs pas nécessairement reconnus comme des créateurs (ou bien fort tardivement) et ils se trouvent bien souvent incapables d'entrer dans le circuit codé du prêt-à-exposer ou à publier de notre actuel « marché » de l'art et de la culture . »

Sylvie Le Poulichet

SOMMAIRE

INTRODUCTION	1
I – PREMIERE PARTIE : les phénomènes	2
1.1 Terrain d'étude : Balthazar, Centre des arts du cirque	2
1.2 De la demande des formateurs à leurs attentes	3
1.3 Des entretiens avec les stagiaires : corps traversés d'incertitudes	5
1.4 Dégagement du problème : quand l'avenir prend corps	6
1.5 Hypothèse intuitive : idéal du moi et dépaysement	8
II –DEUXIEME PARTIE: à l'aide des grandes idées	9
2.1 De l'amour du cirque au choix du métier d'artiste	9
2.1.1 Narcissisme, idéal du moi et jeune premier	9
2.1.2 Idéal du moi parental : de la crise au changement	10
2.1.3 Le projet comme dynamique de l'idéal du moi	11
2.1.4 La création : entre idéalisation du tout et sublimation du rien	12
2.2 La dimension existentielle du corps en jeu	14
2.2.1 Originaire et existence	14
2.2.2 Spatio-temporalité du sentir	14
2.2.3 La corporalité, expression du motionnel ¹	15
2.2.4 Saisir l'expression de l'originaire	16
2.3 Problématique déroulée par la double hélice des référentiels théoriques	17
III – TROISIEME PARTIE : dans l'élan de l'action	18
3.1 Hypothèse opérationnelle : une intervention qui vise à relancer le mouvement existentiel vers la dynamique désirante	18

¹ Moragues J.L., 2003, p.18 et 95 à 195 .

3.2 Le dispositif	18
3.2.1 Buts et objectifs du dispositif	18
3.2.2 Principes méthodologiques du dispositif	19
3.2.3 Justification du choix du module	19
3.2.4 Justification du choix cas clinique	20
3.2.5 Organisation du dispositif en modules (tableau)	21
3.2.6 Evolution du dispositif	22
3.2.6.1 Module 1 : entretiens clinique de la perte ²	22
• Description du fonctionnement	22
• Exemples cliniques et lectures	22
3.2.6.2 Module 2 : sensations corporelles	24
• Description du fonctionnement :	24
A- Relaxation	24
B- Imagerie sensorielle	25
C- Groupe de restitution	25
• Exemples cliniques et lectures	26
3.2.6.3 Module 3 : actions corporelles	27
• Description du fonctionnement	27
D- Improvisations, solo et création de numéro	28
E- Présentations de spectacles	29
• Exemples cliniques et lectures	28,29
3.2.6.4 Module 4 : entretiens en clinique du lien ³	31
• Description du fonctionnement	31
• Exemples cliniques et lectures	32
3.2.7 Résumé et conclusion du cas clinique	34
3.3 Discussion	35
3.4 Conclusion	36
Bibliographie	37
Annexes	40
Annexe 1 : Relaxation par la sophrologie	I
Annexe 2 : Suite des entretiens avec Alba, autorisation, généalogie	VI
Annexe 3 : Tests et évaluation d'Alba	XIII

² Moragues J.L., 2003, p. 202.

³ Ibid, p.208.

ANNEXES :

Annexe 1 : Relaxation par la sophrologie	p. I
Annexe 2 : Suite des entretiens avec Alba, autorisation, généalogie	P.VI
Annexe 3 : Tests et évaluation d'Alba	P. XIII

INTRODUCTION : « *Crise et création sont les discriminants de l'existence comme telle.* »
MALDINEY¹

« Ceci est une manifestation ... de joie ! » , « C'est pour toi que je fais ça. »

Deux titres de spectacles de cirque actuel, deux cris de jeunes artistes ...

Les avons-nous bien regardé ?...vraiment écouté ?...sommes-nous touchés ?

Ils ont densifié leur présence singulière et ils ont mis leur corps en jeu.

A quelle occasion ? De quelle expérience intime de la faillibilité a surgit l'exploit ?

Crise identitaire ? processus de création ?

Depuis quelques années, les jeunes artistes que j'accompagne m' interrogent...

Arrivés jeunes adultes, en formation au centre des arts du cirque Balthazar, ils cherchent à devenir...peut-être des artistes.

Les formateurs ne comprennent pas toujours les « blocages » techniques ou les « pannes » de créativité auxquels les jeunes comme eux-mêmes se trouvent confrontés.

Pour les futurs artistes, le choix professionnel engage un choix de vie qui provoque des changements importants. Les processus de la dynamique identitaire sont fortement sollicités, tant par les efforts de réaménagement des investissements internes que provoque la formation, que par les exigences d'une pratique corporelle et artistique requise par la création. Très souvent, les jeunes artistes sont traversés d'incertitudes entre « penser » et « sentir ». Comment pourrions- nous mieux les aider ?

Lorsque les enjeux psychiques mettent le moi en crise, le psychologue peut intervenir dans le champ des tensions pulsionnelles dans le registre de « la perte », par un travail d'élaboration, correspondant au module 1 du dispositif.

Il peut également, lorsque la continuité du flux existentiel est menacée, intervenir dans le champ de la confiance basale dans le registre du « lâcher-prise », par un travail psychocorporel qui sera proposé au module 2 du dispositif : à partir de la relaxation et de l'imagerie sensorielle, je propose de tenter un détour pour prendre en compte le temps de la réorganisation psychique, mais aussi un « itinéraire bis » -(en vert sur la carte !)- dans le sens de prendre plaisir à la qualité du paysage et des rencontres.

Nous verrons ensuite si le corps peut exprimer la crise sous forme de création dans les conditions du module 3. Et enfin, nous découvrirons comment le futur artiste en difficulté peut être maintenu en confiance et confirmer ses désirs à travers ses choix, à l'aide du module 4. Pour la partie clinique, nous irons à la rencontre d'Alba(renommée), que j'ai eu le plaisir d' accompagner tout au long de l'année, de surprise en surprise.

¹ Maldiney H.,2001, p.73.

PREMIERE PARTIE : LES PHENOMENES

1.1 Un terrain d'étude : Balthazar, Centre des arts du cirque

Mon terrain de stage est un centre de formation aux arts du cirque. Une grande salle d'entraînement, des bureaux et une salle de réunion accueillent en alternance, selon les moments de la journée, un secteur de pratique amateur ou un secteur de formation professionnelle.

J'y suis psychologue stagiaire dans le secteur professionnel, régulièrement depuis trois ans : le cirque attire une population bigarrée et atypique, cherchant à s'épanouir à la marge d'une société souvent vécue comme aliénante .

Je rencontre des jeunes gens âgés de dix-sept à vingt deux ans qui, après un parcours en amateur de plusieurs années, se destinent au métier d'artiste de cirque. Ils sont entrés au centre des arts du cirque en tant que stagiaires en classe pré-professionnelle en ayant été sélectionnés par l'équipe pédagogique, sur des critères de qualités corporelles et artistiques puis sur leurs motivations et leur projet professionnel, lors d'un entretien avec le responsable pédagogique.

Pendant leur formation au centre régional, d'octobre à juin, ils sont accueillis cinq jours sur sept (35 heures/semaine) et reçoivent des enseignements pratiques et théoriques, ils sont évalués, suivis et préparés pendant neuf mois durant lesquels ils vont préciser l'orientation de leur projet, se préparer aux écoles nationales des arts du cirque (européennes ou étrangères) et à des tournées (séries de spectacles).

Même si ce qui les rassemble est un projet professionnel artistique mettant le corps en jeu, c'est également un projet de vie qu'ils entreprennent. Presque tous ont quitté leur région et leur famille afin de s'établir à Montpellier, ils ont dû chercher un logement, faire de nombreuses démarches administratives et financières, ainsi, isolés de leurs repères familiaux et sociaux, ils vivent un véritable changement sur le plan personnel en étant, quelquefois du jour au lendemain, responsables d'eux-mêmes.

Tout en se lançant dans une démarche artistique créatrice, à la découverte de soi ; ils poursuivent un processus d'autonomisation qui les aidera au passage vers le monde adulte. Les choix professionnels, les efforts d'indépendance, symbolisés par la distance familiale et l'autonomie matérielle, semblent mettre en relief cette fin de l'adolescence menant vers une découverte de soi comme autre.

La transformation identitaire, qui suit la métamorphose commencée lors de la puberté, n'est pas sans risque étant donné l'ampleur de la tâche, comme le dit Winnicott à propos de l'adolescence : « *Chaque individu est engagé dans une expérience, celle de vivre ; dans un problème, celui d'exister* ». ²

Mon travail de psychologue consiste à les accompagner et à les soutenir durant cette période de formation, jusqu'à présent il se déroulait de la façon suivante : un entretien individuel obligatoire minimum par trimestre, voire plus si il y avait des demandes et une heure par semaine de travail en groupe avec les stagiaires ; avec le groupe de formateurs , deux heures par mois.

Au début de cette année, enthousiaste à l'idée d'améliorer le suivi en faisant évoluer le dispositif existant, dans le cadre du DESS, j'ai interrogé l'équipe des formateurs en groupe et les stagiaires en entretiens.

1.2 De la demande des formateurs à leurs attentes

La demande qui m'a été faite émanant des formateurs était formulée comme une demande d'aide et de prévention :

« *aider les jeunes lorsque ça piétine* », « *la créativité et la motivation sont comme arrêtées* », « *y a des blocages* » et « *pour certains jeunes, travailler sur la prise de risque* », « *...car il me semble que quelquefois ils se mettent en danger* ».

A la lecture de la demande se manifeste un souci pour les jeunes et de manière sous-jacente, une difficulté à vivre des arrêts dans la progression qui pourraient correspondre à une baisse de performance (voire un vécu d'échec) du formateur autant que du stagiaire. D'autre part, apparaît une appréhension liée au réel des risques de la pratique mais aussi des craintes qui pourraient faire émerger d'autres formes de questions à savoir : qui met qui en danger ? De quel danger s'agit-il ? Où est-il ?

Lorsque j'invite le groupe à expliquer ces phénomènes, deux sous-groupes se forment. Les formateurs « sportifs » (enseignant la gymnastique, l'acro-sport, le trampoline) me disent les déceptions, les manifestations de colère, de frustration ou bien les manifestations inverses : « *une sorte d'enthousiasme intempestif, amplifié* », par le fait que les effets des cours puissent être « *trop importants, dramatisés* » dit G.

² Winnicott D.W., 1958, p.398.

Extraits :

G : « ils s'énervent pour rien », « ils se comparent trop »

Be : « ils se découragent vite », « la motivation s'en ressent »

G : « il y a des absences et surtout des retards, mais après ça va »

Be : « il faut toujours être après eux », « on peut pas les lâcher »

G : « il y a des bobos, on ne sait pas si c'est vrai ou pas »

Be : « ils se dépriment »

Ils signalent des pleurs à la fin des cours, dans les vestiaires ou lorsqu'ils sont à l'extérieur du centre (course au stade, piscine, gymnase).

Ils expriment aussi combien ils répondent à la demande de prise en charge de certains stagiaires, au niveau de la motivation, à certains moments.

Les formateurs « artistes » (enseignant la danse, le jeu d'acteur, l'expression, la jonglerie, les équilibres, les aériens, la recherche artistique) sont questionnés par l'irrégularité des prestations artistiques et des jeux d'improvisations, sur le plan de la présence (en scène), de l'écoute (du ou des partenaires), par le manque de plaisir de jouer, par le fait de les sentir peu créatifs. Lorsque je les invite à donner une explication à ces questionnements, ils sont perplexes, disent ne pas savoir s'il faut « soutenir ou brusquer, parce qu'après tout ils sont encore jeunes »(B).

Extraits :

B : « même quand l'ambiance est bonne, ils ne s'engagent pas corporellement (...) ils bloquent malgré eux »

C : « ils sont déconcentrés », « ça tient un moment puis ils se dispersent »

I : « pourtant quelquefois c'est là, je sais qu'ils peuvent », « c'est dommage »

B : « ils ne profitent pas toujours comme ils pourraient »

C : « ça dépend, mais je ne vois pas de quoi »

B : « il faut les prendre comme ils viennent et faire le cours selon l'humeur et l'énergie »

C : « ils ne sont pas toujours présents », « on ne peut pas prévoir ».

Ils disent être surpris par des situations « peu professionnelles », « infantiles » au cours desquelles les jeunes semblent ne plus se rendre compte qu'ils sont « au travail » mais leur demandent de mettre en place des « jeux d'enfants ».

Tous me disent avoir ressentis un jour où l'autre qu'ils n'étaient plus seulement « le prof » mais qu'ils étaient sollicités au-delà du cadre, « préoccupés par le problème de tel où tel » ou « un peu gêné par trop de confidences intimes ».

A la fin du groupe de parole, le coordinateur de la formation renchérit disant :

« il faut prendre du recul parce que : ça va de la revendication au dû, en passant par la plainte et la réclamation... mais ça va, il faut mettre les limites, c'est tout ».

Il ressort de ce travail que les formateurs vivent difficilement les blocages et l'irrégularité des stagiaires, ils attendent d'eux non seulement une progression des résultats techniques (savoir faire) mais aussi du comportement professionnel (savoir être). Sont-ils dérangés par « les jeunes » qui amènent de la discontinuité et les engagent dans des rôles de substitution ? A quoi cela les renvoie-t-ils ? Supportent-ils mal le décalage entre la représentation qu'ils se font du jeune artiste professionnel tel qu'il devrait être pour eux (« plus adulte » « plus professionnel ») et celui qu'ils accueillent ici et maintenant (« sorti du nid ») ? Je leur renvoie une question (qu'ils travailleront en groupe par la suite) : Pourquoi porter autant en avant le projet du jeune stagiaire ?

Leur demande serait-elle anticipative ? Ou est-ce ma lecture qui l'est ?

Ayant été moi-même formatrice, je me sens trop proche d'eux pour avoir un regard extérieur pertinent. De plus, sur le terrain artistique comme sportif, les attentes manifestes sont fortes. Le psychologue peut être idéalisé : il va pouvoir résoudre la situation, redonner la confiance, la motivation et ... plus on déposera des plaintes plus les problèmes seront ailleurs ! Je décide de faire un pas de côté en différant dans le temps le travail avec les formateurs et décide de rencontrer les stagiaires pour tenter de comprendre les processus en jeu afin de travailler la demande.

1.3 Des entretiens avec les stagiaires : corps traversés d'incertitudes

Dans les premiers entretiens sur le thème de leur pratique, sont exprimées des plaintes somatiques et émotionnelles, « *stress, angoisse, insomnies, pleurs, déprime, peur, pression..* » sont des mots qui reviennent.

Ainsi que l'expression de mauvaises surprises fréquentes concernant la « *perte de confiance* », des déceptions de « *ne pas lâcher, ne pas se reconnaître, ne pas pouvoir être* ».

Ils me signalent que lorsqu'ils étaient chez leurs parents, ils pratiquaient leur activité de loisir (cirque, danse ou gym) avec plaisir, à la fois soutenus par leurs parents et suffisamment en confiance pour accéder au jeu et au plaisir d'être soi.

Etat qu'ils disent avoir du mal à retrouver, du moins de façon régulière, ce qui les inquiète.

La situation familiale est évoquée comme étant « *plutôt bonne* », il est dit souvent que les parents « *soutiennent* » le projet, par la suite, les situations familiales se différencient et chaque stagiaire exprime soit le sentiment de manque affectif dû à l'éloignement,

soit la difficulté à gérer la vie quotidienne seul, soit la prise de conscience d'une indépendance souhaitée mais difficile à mettre en œuvre, soit que ça va plutôt bien.

Avec les professeurs, ils disent entretenir de « *bonnes relations* », certains aimeraient plus de « *remarques* », de « *soutien* », « *ils devraient nous dire plus souvent où on en est* », « *c'est bien quand on nous booste* », « *besoin d'être guidé* », certains d'entre eux, font des liens profs-parents.

Je repère différents champs à travers lesquels s'expriment leurs difficultés.

Dans le champ familial :

« *Je peux être mieux que ça* », « *Je les déçois* » (mes parents), « *J'ai conscience que c'est pas moi qui faisais* »(avant), « *J'attends d'être guidée ... ça m'angoisse* »...

Dans le champ des enjeux de la performance :

« *Quand je ne suis pas contente de moi, ça balaie tout ce que j'ai construit* », « *j'ai été nul* »

Dans le champ existentiel :

« *Je ne me sens pas moi même* », « *J'ai pas confiance* », « *Je ne me sens plus dedans* », « *Je ne me reconnais pas* », « *Je ne me lâche pas* »

Et dans une ambivalence sentir /penser :

« *Ca bloque, je n'ai pas de prise sur ce que je fais* », « *Je sais que je ne suis pas moi-même, même quand je lâche, je peux être mieux que ça* », « *J'ai deux cotés, un qui fait ce qu'il veut et ce qu'il faut et un qui ne sait pas, qui ne se reconnaît pas* », « *J'aime ça, j'en suis sûre, mais est ce que je vais pouvoir le faire ?* », « *C'est en dents de scie tout le temps* », « *Des fois je suis dedans mais après je me dis : est-ce que tu es faite pour ça ?* », « *Je suis bien mais est-ce que j'ai choisi la bonne voie ?* ».

1.4 Dégagement du problème : quand l'avenir prend corps

Sur le terrain, j'ai dégagé l'émergence de deux voix-voies différentes qui pourraient se résumer à des phrases entendues :

- J'ai des problèmes avec mon avenir : « avant »... « après »... « là-bas »
- J'ai des problèmes avec mon corps : « ici »... « maintenant ».

Les jeunes sont perturbés par le choix professionnel qu'ils ont fait. Ils semblent empêtrés dans des registres contradictoires.

D'un côté, ils sont sommés de faire des choix, de décider, d'assumer, de comprendre les enjeux du projet et d'y réfléchir ; de l'autre, on leur demande de la spontanéité, du lâcher-prise, de prendre du plaisir sans y penser.

En passant des enjeux familiaux à ceux de l'autonomie, du statut d'amateur (sans aucune contrainte de résultat), à celui de professionnel (avec des contraintes de résultats), en allant des objectifs de la formation aux efforts artistiques de la création, ils sont confrontés à des contradictions et à des paradoxes sur plusieurs plans à la fois , pourtant dans un même espace-temps et c'est à travers leurs plaintes somatiques et émotionnelles qu'ils nous disent combien ils sont travaillés au corps.

Lorsque les jeunes stagiaires cherchent un moyen d'exprimer leur mode singulier d'être au monde dans la sphère de la corporalité, à travers la prise de risque requise par l'engagement artistique, des mouvements psychiques viennent perturber le sentiment d'exister.

Alors que l'effort artistique réclame une disponibilité sensorielle, ils se retrouvent sans appui du côté du sentir, la confiance s'estompe laissant place aux doutes quant à leur confiance en eux et dans leur projet. Ils ne sont plus disponibles pour s'exprimer corporellement car ils n'arrivent plus à prendre le risque psychologique du « lâcher-prise » (dans le sens d'être hors des enjeux) nécessaire à leur pratique.

Ils semblent osciller entre un penser et un sentir qui ne s'accordent pas (plus ?).

Cette ambivalence déclenche des doutes et une perte de sens pour les jeunes.

Leur nouveau choix provoque des changements tels que les enjeux narcissiques du pulsionnel sont bousculés, reprennent tout le champ psychique et les privent du plaisir de pratiquer.

Du côté des formateurs on retrouve les mêmes exigences contraires : garants de la qualité technique, les professeurs de sport sont pris dans une demande de motivation pour l'exploit, leurs mises en mots évoquent de fortes demandes sur le plan relationnel, alors que, garants de la qualité artistique, les professeurs artistes regrettent de ne pas arriver à les mener vers le « lâcher-prise », leurs mises en mots évoquent des manières d'être, des dispositions à la présence, des ambiances sur un mode existentiel.

1.5 Hypothèse intuitive : idéal du moi et dépaysement

Suite à ces premières données, la question pouvait se poser de la façon suivante : pourquoi les jeunes stagiaires en formation semblaient-ils fragilisés sur le plan personnel, particulièrement à certains moments ? et ce phénomène était-il en lien avec les diverses manifestations de « pannes » de créativité ou de mises en danger repérées sur le plan professionnel lors d'une formation artistique dans la sphère corporelle ?

Mes premières intuitions étaient que ces fragilités étaient d'ordre identitaires, liées d'une part au passage à la vie adulte et d'autre part aux exigences de la pratique artistique.

Deux pistes de réflexion se dégagent :

-Le sujet se trouvant dans une situation nécessitant le réaménagement de ses investissements psychiques serait l'objet d'enjeux narcissiques le fragilisant, les baisses de performances seraient les symptômes de conflits intra psychiques, renvoyant à l'idéal du moi.

-Le sujet en se confrontant à plusieurs inconnues a un sentiment de mal-être existentiel, il est dépaycé, perdu, il erre sans certitudes, de l'avant à l'après, insatisfait, sans oser, étranger à lui-même, sa spatio-temporalité s'affole, son sentir ne le guide plus.

Au vu de quoi, afin de problématiser le terrain, je reprendrai, dans la revue de la question, le concept de narcissisme et la dynamique moi idéal, moi, idéal du moi ainsi que l'étude du « sentir » et du « se-mouvoir » dans leur dimension existentielle, ceci dans un contexte de crise et de création.

DEUXIEME PARTIE : A L'AIDE DES GRANDES IDEES

2.1 De l'amour du cirque au choix du métier d'artiste ou « qui perd gagne »

Afin de théoriser le problème de terrain, il me faut le saisir de manière croisée voire complémentaire à l'aide de concepts psychanalytiques et phénoménologiques.

Dans le but d'éclaircir les problématiques de la dynamique identitaire de jeunes artistes de cirque en formation, je me suis intéressée plus particulièrement aux questions de l'idéal du moi (dans le registre pulsionnel) et à celles de la dimension existentielle (dans le registre motionnel). Le choix de cette exploration théorique se justifie doublement : par le fait qu'il s'agisse non seulement d'une pratique corporelle mais aussi d'une pratique artistique dont les exigences se contrarient ou se superposent.

2.1.1 Narcissisme, idéal du moi et « jeune premier » :

L'idéal du moi hérite du narcissisme : *« ce qu'il projette devant lui comme son idéal est le substitut du narcissisme perdu dans son enfance. En ce temps-là il était lui-même son propre idéal. »*³

C'est le narcissisme primaire du début de la vie, quand le sentiment de toute puissance naît d'un état d'autosatisfaction complet, qui devient idéal. Cette toute puissance étant ensuite incarnée par les figures parentales, c'est *« l'idéalisation des parents qui constitue une part importante de l'idéal du moi de l'enfant »*.⁴

D'autre part, *« l'amour des parents si touchant au fond, si enfantin n'est rien d'autre que leur narcissisme qui vient de renâître et qui, malgré sa métamorphose en amour d'objet, manifeste à ne pas s'y tromper son ancienne nature. »*⁵

L'enfant est donc en position d'idéal du moi des parents. On voit ici combien la tentation de boucler la boucle narcissique du roman familial peut être problématique : les uns se trouvant en position d'idéal pour les autres, ce qui pourrait quelquefois avoir valeur de *« collusion »*⁶.

Or, qu'en est-il dans le cas du créateur ?

³ Freud S., 1969, p.98

⁴ Freud S., 1969, p.104

⁵ Freud S., 1969, p.96

⁶ Comme en parle Laing, au sens d'une entente secrète.

« *La vie du créateur est sous le signe de la continuité narcissique et de la rupture, tentative de réparation qui ne doit pas advenir : l'enfant qui est dans l'artiste doit rester dans le moi idéal de sa mère mais il doit aussi se dégager de cette position.* »⁷. Nous rapprocherons ces considérations du concept d' « *oscillation* » du narcissisme et de son homéostasie développé par Rosolato⁸, dans le sens de : projet de dominer dans une même saisie les oppositions.

Par ailleurs, l'individu artiste n'échappe pas à la notion de « *contrat narcissique* » (Castoriadis et Aulagnier)⁹, signé avec le corps social artistique.

C'est dire combien la figure du héros – ou du « jeune premier » du milieu artistique – peut renvoyer à un rapport privilégié au narcissisme et à ses failles.

2.1.2 Idéal du moi parental : de la crise au changement

« *Au moment d'entrer dans la vie active, la personnalité retrouve ses identités parentales qui peuvent maintenir dans la soumission, la révolte ou ouvrir au sens des initiatives. La fin des études suscite des remaniements psychologiques et sociaux déterminants auxquels les jeunes adultes peuvent résister. La crainte de l'autonomie côtoie également chez certains la difficulté d'assumer un statut professionnel. Cette attitude s'observe souvent chez ceux qui ont du mal à s'engager par et pour eux-même dans une activité professionnelle. C'est ainsi qu'on peut assister à des périodes dépressives.* »¹⁰.

En effet, si l'idéal du moi parental est très prégnant, il deviendra un obstacle aux tentatives du jeune pour accéder à plus d'indépendance, ce qui ne lui permettra pas d'envisager un projet dans lequel il pourrait mettre en oeuvre ses propres initiatives.

Nous voyons combien la sommation du choix de vie peut venir réactiver la problématique de la séparation et de la perte, il s'agit de renoncer puisque choisir c'est aussi délaisser d'autres possibilités. Le jeune adulte peut se sentir fortement « sous pression » du fait des conflits psychiques et annoncer une crise au travers de sa pratique corporelle par des baisses de performance ou des blessures par exemple, s'inscrivant comme symptômes de remaniements psychiques.

⁷ In Kaës R., 1979, p.143

⁸ Rosolato G., 1978, p.169

⁹ In Kaës R., 1979, p.103

¹⁰ Anatrella T., 1995, p.217

Or, Kaës¹¹ nous dit que « *la crise tient son ambiguïté fondamentale de ce qu'elle libère en même temps de forces de mort et de force de régénération* » et parle de « *crise mutative* » comme moment de déliaison dans le sens de dégagement nécessaire pour opérer une déprise. Crise qui ouvre potentiellement sur des modifications et est créative dans l'après-coup, s'accompagnant de « *mouvements de décharges pulsionnelles* » qui « *constituent les premiers temps d'une mentalisation des éléments sous-jacents à l'épisode critique.* » . Il ajoute que « *le dépassement de ces épisodes suppose que des espaces de retraitements du négatif soient suffisamment fermes et souples pour s'adapter aux convulsions qui traversent l'ensemble.* »¹².

Lors des crises, l'irruption énergétique serait nécessaire à l'émergence d'un processus créateur, « *ses crises mutatives correspondent fréquemment à un mouvement de refondation et permettent une relance de la quantité et de la qualité des investissements* »¹³.

Ce qu'il nous intéresse de prendre en compte ici sera : l'annonce de la crise, le temps de la mutation, la pertinence des espaces de « *retraitement du négatif* » et la relance créative générée par cet espace transitionnel de l' « *entre* »¹⁴, entre la fin d'un équilibre et le début d'un autre, le temps des remaniements.

D'autre part, nous gardons à l'esprit ce que dit P.Watzlawick¹⁵ nous invitant à nous interroger sur le niveau des changements (niveau un : un faux changement et niveau deux : un véritable changement) et sur les vertus du recadrage lors de la résolution de problèmes.

L'accompagnement devrait permettre de faire le deuil de l'idéal parental et de la toute puissance. Accepter cette perte et les changements qu'elle occasionne sera un cheminement nécessaire pour s'engager dans un projet.

2.1.3 Le projet comme dynamique de l'idéal du moi

« *Lorsque l'idéal du moi est authentique, il joue davantage un rôle dynamisant dans le développement personnel et dans les capacités à entreprendre : il n'impose pas à*

¹¹ Kaës R., 1979, p.22à59

¹² Ibid.

¹³ Ibid.

¹⁴ Kimura B. , 2000, p.113 « l'aïda » : l' inconnu comme tension.

¹⁵ Watzlawick P.,1975,p.31à 46

l'individu des contraintes de performances aliénantes mais il stimule à prendre en compte les réalités dans un projet d'avenir. »¹⁶

Chasseguet-Smirgel nous dit comment l'idéal du moi a pu comporter la dimension de projet : « *L'enfant est ainsi guidé par sa mère qui l'aide à projeter « au devant de lui-même » son idéal du moi en alimentant son rôle moteur, c'est à dire en faisant en sorte qu'il garde son aspect de promesse »¹⁷*. Lorsque le jeune adulte peut se déprendre de l'idéal du Moi parental, nommé par J.L.Moraguès, « de première génération »¹⁸, il aura accès à un idéal du moi propre, « de deuxième génération » et donc à son propre projet. Pour cela, le rapport aux parents aura impérativement changé, le sujet sera sujet de son propre désir, bien que ce désir reste sous la loi du désir de l'autre (Lacan). L'idéal du moi se situe à distance du moi et s'offre comme modèle vers lequel le sujet tend comme tension du projet (pro-tension). Chasseguet-Smirgel nous précise que « *dans la manie le moi et l'idéal du moi n'y font plus qu'un. A l'inverse, la misère du mélancolique est l'expression d'une tension extrême entre les deux instances. »*

2.1.4 Création : de l'idéalisation à la sublimation

« *Pourquoi projeter son moi idéalisé dans le monde extérieur si l'on est intimement assuré de sa valeur ? »* se demande Chasseguet-Smirgel et elle nous affirme que seule la création permet l'évaluation du moi dans son entier, d'où son importance pour abolir l'écart entre le moi et le moi idéal.

Il y aurait deux modalités à la création dit-elle: l'idéalisation – l'œuvre est promue par l'effort de combler les lacunes du moi et reste imitative, superficielle voire répétitive - et la sublimation, (introduite par Freud en 1905 dans Trois Essais) , lorsque la libido désexualisée est susceptible d'être déplacée sur des activités créatrices - l'œuvre produite est authentique, originale et profonde . Ce qui différencierait la mise en œuvre de la modalité de création serait la qualité des identifications (archaïques ou post-œdipiennes) et le travail du surmoi. Green lui, estime que la différence n'est pas nette.¹⁹ Que le processus créateur comporte ou non la mise en œuvre de pulsions sublimées, il est une tentative de renforcement de l'estime de soi. De plus, on peut penser que ces modalités : idéalisation et sublimation, puissent varier chez un même individu.

Pour d'autres auteurs comme Guillemin et Anzieu, l'œuvre est un travail du moi.

¹⁶ Anatrella T.,1995 ,p.217

¹⁷ Chasseguet-Smirgel J.,1999,p.34 , 196 et 132.

¹⁸ Moragues J.L. ,2003, p.39 à 90.

¹⁹ Green A., 1990, p. 295.

Un ébranlement créateur se produirait lors d'une rupture des aménagements psychiques. Anzieu parle de « *saisissement créateur* »²⁰ comme première étape et décrit le processus en cinq étapes, du saisissement vers la secondarisation .

L'acte créateur répondrait à un bouleversement intérieur qui nous renvoie à la notion de crise de l'appareil psychique et de remaniement de l'organisation identitaire.

D'autres auteurs nous livrent des éléments nous intéressant : Sylvie Le Poulichet²¹ dans « L'art du danger », étudie les relations entre narcissisme et sublimation et attire notre attention sur « *la sublimation du rien* » ainsi que sur « *l'engendrement de corps étrangers* », substituts du moi.

Faut-il entendre que l'artiste, danseur ou acteur pourrait engendrer comme corps étranger le sien, afin de résoudre une crise identitaire ? en se « *réappropriant une part de soi* », comme dit P. Chouvier²².

« *Car ces mouvements où le moi et le non-moi échangent si facilement leur place entraînent un élargissement considérable de l'expérience, grâce auquel l'individu peut parachever son intégration pulsionnelle et rejoindre ainsi son fond le plus authentique.* »²³ nous assure M. de M'Uzan.

Pour D.Sibony, on peut « *Se perdre et se retrouver* »... « *soi-même divisé et surmontant sa division grâce au mouvement dansant* ».²⁴

Ou encore, pour C.Loisel, le corps va « *montrer l'impossible dire* »... « *quand le langage a fait naufrage et que la pratique habituelle de l'imaginaire a disparu dans la catastrophe, c'est au corps que revient d'accueillir une quête d'adresse et un lieu pour s'inscrire.* »²⁵.

Pouvoir être ce que l'on est -déjà- et ce que l'on est pas -encore- reste l'idée principale que je retiendrai de ces auteurs au sujet du processus de création.

²⁰ Anzieu D. ,1981,p.95.

²¹ Le Poulichet S., 1996, p.98

²² Chouvier B.,1998, p.128

²³ M'Uzan M.,1972, p.17

²⁴ Sibony D.1995 , p.147

²⁵ Loisel C.2004, p.26

2.2 La dimension existentielle du corps en jeu ou « se perdre pour se retrouver »

2.2.1 Originaire et existence

Les travaux de base concernant l'originaire comme modalité d'exister dans le mouvement nous informent sur les phénomènes présentés sous forme de manifestations corporelles. « *En effet, l'émergence de présence qui s'auto-engendre dans le mouvement témoigne du rôle primordial de ce dernier dans l'exister et confère à l'originaire ce caractère existentiel* »²⁶ nous dit J.L. Moraguès. Le concept d'originaire est nourri par les travaux de P. Aulagnier qui parle « *d'image de la chose corporelle* » ou « *pictogramme* » qui constitueraient un « *fond représentatif* ». Le « *flux existentiel originaire* » est mis en évidence par le courant psycho-phénoménologique (L. Binswanger, W. Blankenburg, H. Maldiney). Pour Winnicott il s'agit de « *sentiment de continuité d'existence* » et Françoise Dolto utilisera le terme de « *mêmeté d'être* » issue du narcissisme primordial. Straus²⁷ parle « *d'être présent à l'expérience sensorielle* », de la « *certitude sensorielle* » qui serait fondatrice de la confiance en soi et à travers laquelle la réalité est donnée « *sans réflexion et antérieure au doute* » ; d'autre part, il insiste sur l'unité et la totalité du sentir et du se-mouvoir. Le corps en mouvement « *saisi* » son monde sans passer par les représentations, de façon globale. De cette expérience sensible naît une temporalité et est engendré un espace.

Le corps est source du sentiment d'exister et garant de la continuité d'exister, la rencontre du sujet et du monde, née du sentir, fonde une « *évidence naturelle* »²⁸.

Par le mouvement, l'être se rend présent au monde et à soi.

2.2.2 La spatio-temporalité du sentir

« *Dans le sentir, le « je » et le « monde » se déploient simultanément pour le sujet sentant ; dans le sentir, le sujet sentant s'éprouve soi-même et le monde, soi dans le monde, soi avec le monde* ». ²⁹Straus insiste : sentir n'est pas connaître, les jugements d'existence et d'attribution y sont postérieurs. Le sujet artiste, pour être authentique, doit pouvoir renoncer à ceux-ci et aux enjeux narcissiques par le « lâcher-prise ».

Straus mentionne une différence entre le sentir et le percevoir : « *l'espace du sentir est à l'espace de la perception comme le paysage est à la géographie* » nous dit-il.

²⁶ Moraguès J.L., 2000, p.149

²⁷ Straus E., 2000 p.378

²⁸ Blankenburg W., 1991 p.144.

²⁹ Ibid, p.374

La géographie est un espace systématisé et finalisé dans lequel je peux me situer, le percevoir est un premier degré de connaître, la perception est orientée. Le paysage est un espace existentiel qui se déplace avec nous, entouré d'un horizon, dans lequel nous sommes « perdus » mais que nous habitons en des « foyers de monde » (nommés par Maldiney) à partir du mouvement, mode d'être au monde du sportif comme de l'artiste de cirque. Maldiney dit que l'artiste est un « homme perdu », pour être dans le paysage, il doit s'y perdre. Dans le paysage, c'est le corps qui ouvre la route.

C'est ensuite que nous percevons la géographie et les repères d'un monde social dans un espace- temps objectif.

Nous pensons aux passages de la vie quotidienne à la vie artistique, d'un état psychologique à l'autre. Pour J.L.Moraguès, « *le corps en mouvement est un passeur de la spatio- temporalité du sentir* »³⁰, spatio-temporalité de l'ici et maintenant, de l'« *experiencing* » de D.W. Winnicott. En activant le sentir, le corps sera garant des passages du paysage à la géographie, d'un registre à l'autre, du mouvement à la parole, de la présentation à la représentation .

2.2.3 La corporalité, expression du corps motionnel :

Ce sont également les travaux de J.L. Moraguès sur l'état de performance qui nous ouvrent à la possibilité d'envisager le corps en mouvement comme être existant en le monde (au sens phénoménologique) médiateur, communiquant par le sentir avant d'être sujet en face du monde (au sens psychanalytique) et de se le représenter, de le parler.

Il met en avant la fonction primordiale du mouvement. Son fonctionnement est le mode originaire d'organisation initial de la pulsion : la motion. Le motionnel s'exprime dans la corporalité de façon plus évidente et déployée chez le sportif, le danseur, l'acteur. Winnicott³¹ mettait déjà en lien « *la motricité primitive* », « *l'expérience du ça* » et la spontanéité du jeu dans sa dimension créatrice. Ainsi, « *la corporalité est l'expérience d'un plaisir lié à ce type de présence qu'elle engendre et qu'elle procure dans la transformation* ». ³² (ce plaisir se différenciant de celui dû à la chute de la tension du registre pulsionnel). J.L.Moraguès nomme ce plaisir « *aïsthésique* », plaisir de la sensation, plaisir à exister par les jeux du corps en mouvement, il précise que cette présence est antérieure à l'émergence du sujet du signifiant. Ainsi les sportifs et les artistes fondent

³⁰ Moraguès, 1994, p.325

³¹ Winnicott D.W.,1969, p.161

³² Moraguès J.L. 2003,p.253

leur présence à partir de leur quête de l'exister, par le mouvement. Ils expriment corporellement, à travers la succession de formes, ils per-forment à partir de l'organisation rythmique du mouvement. «*Le motionnel existe le sujet il ouvre à la mise en représentation du pulsionnel et donc au sujet freudien*»³³ nous propose J.L.Moraguès.

L'état de performance (sportive, artistique voire autre), l'état « hors sujet » de l'exploit, est en marge de la relation d'objet et nécessite le « lâcher prise » des enjeux narcissiques. J.L.Moraguès repère quatre constantes qui caractérisent la dimension corporelle de cet état : désactivation du penser, expérience du corps en mouvement, spatio- temporalité propre au mouvement et densité existentielle du se- mouvoir.

Pour ce qui nous préoccupe, il sera pertinent d'essayer de faciliter l'accès à cet état .

2.2.4 Saisir l'expression de l'originnaire

Si le corps exprime à sa façon, comment s'en apercevoir ?

Il s'agit de savoir comment reconnaître et accueillir la rythmique originnaire de la personne quand elle arrive. Par la spatio-temporalité de sa présence et à travers ce que Binswanger nomme les « *directions significatives* » et Maldiney les « *directions de sens* »³⁴ nous serons au contact de l'originnaire. L'activation du sentir est une relance de l'originnaire qui s'exprimera corporellement et en résonnant à travers les mots.

Si l'originnaire ne fonctionne pas comme le langage, il y transparaît et s'y dépose.

Ce que l'on sent, notre état, notre humeur, est convoqué dans des expressions constellées de mots issus du registre du corps et du sentir, expressions qui seraient à saisir avant que de les comprendre nous propose Straus, comme une poésie corporelle.

J.L Moraguès nous propose d' « *aller au contact du sens de l'expression* » sens pré-existant au sujet (trans-individuel) et expression d'un corps, significatif de l'originnaire.

S'il y a deux sources au sens, l'une a éprouver pathiquement dans la rencontre de l'existant et du sentir, exprimé dans le registre motionnel et l'autre, à écouter dans la rencontre du sujet du langage signifiant, exprimé dans le registre pulsionnel, cela nous amène à donner au mot une fonction de « présentation » de l'expression et une fonction de « représentation » de sens.

Il sera important d' accueillir et d' écouter l'originnaire lorsqu'il se présentera dans le registre du sentir.

³³ Moraguès J.L.,2000, p.155

³⁴ Binswanger L. 1971,p.240 et Maldiney H .,1973,p.210.

2.3 Problématique déroulée par la double hélice des référentiels théoriques

Sur le terrain, nous avons pu constater combien le choix professionnel du métier d'artiste engageait un choix de vie. Les jeunes qui choisissent la profession d'artiste s'engagent fortement de manière personnelle. Ce choix aura de multiples conséquences dans leur vie quotidienne, sociale, relationnelle et intime. Dès les premiers entretiens, il apparaît que ce choix peut être perturbateur d'équilibre et provoquer une crise.

A la lumière de la revue de la question, nous pouvons vérifier que la formation et la création ont des exigences différentes, les jeunes artistes en formation sont aux prises avec deux registres qui correspondent théoriquement au registre « pulsionnel » et au registre « motionnel ».

La psychanalyse freudienne prête à penser que les oscillations allant de l'idéal du moi parental à un idéal du moi propre puissent mettre en crise le sujet. Ainsi ce serait la tension du moi vers l'idéal qui dynamiserait le projet.

Sur le terrain, au vu des troubles psychologiques de huit sujets rencontrés qui manifestent un sentiment de mal être, une atteinte au sentiment d'exister signerait des problématiques identitaires ; le moi paraît affaibli par les exigences de l'idéal du moi . La dynamique de ces processus aura sa temporalité propre : la durée de la crise sera fonction du temps qu'il faudra pour pouvoir renoncer aux enjeux lors de la confrontation à la perte dans le registre pulsionnel.

La phénoménologie envisage le corps comme source et garant de notre sentiment d'exister et de sa continuité, ainsi que partie prenante de notre « mode d'être au monde ».

Sur le terrain, l'artiste est confronté à la question du « lâcher-prise », au détachement du non-enjeu : « être en jeu sans enjeux » et pourtant sous le regard du public. Paradoxe à dépasser et difficulté qui se complexifie par le fait de « passer » du statut d'amateur à celui de professionnel : décider de ne pas décider, choisir de ne pas choisir, met le jeune artiste devant un faux problème qu'il exprime dans ses hésitations entre sentir et penser. Se dégage ici la même problématique que celle du sportif qui passe en haut niveau. Cette situation va nécessiter un réaménagement de l'accès au motionnel. J.L.Moraguès nous indique que c'est par le « sentir » que l'accès au motionnel pourrait être retrouvé et avec lui le plaisir du « se-mouvoir ».

Nous allons pouvoir nous appuyer sur la psychologie d'inspiration psychanalytique qui nous propose d'essayer d'éclaircir les conflits psychiques en soutenant l'élaboration du

sujet du côté des représentations et sur la psycho-phénoménologie qui nous offre l'opportunité de maintenir la confiance basale en rencontrant la personne, dans sa dimension existentielle, l'existant. En pratiquant une saisie de l'expression de l'originaire par les méthodes « énaactives »³⁵, nous allons engager la mise au travail des deux registres, ensemble mais indirectement : le motionnel résonnant sur le pulsionnel et le pulsionnel raisonnant sur le motionnel.

TROISIEME PARTIE : DANS L'ELAN DE L'ACTION

3.1 Hypothèse opérationnelle : une intervention qui vise à relancer le mouvement existentiel vers la dynamique désirante.

La mobilisation des processus psychiques pour faire face aux changements peut se faire à partir d'une activation de l'originaire en utilisant les effets indirects du registre motionnel sur le registre pulsionnel :

Si dans la dynamique de l'adolescence, les enjeux narcissiques perturbent ou mettent à l'épreuve le sentiment d'exister, nous pouvons aménager les conditions d'une prise de risque en réactivant le motionnel.

De cette manière, c'est le détour par le motionnel qui permettrait un dégagement du pulsionnel.

Dans le domaine artistique, la logique du désir devrait pousser les artistes à se détacher de ce désir. Nous allons proposer une ouverture, un accès au motionnel comme « itinéraire bis » et permettre un dégagement des enjeux, afin de renouer avec la confiance basale.

Nous interrogerons ensuite le motionnel pour confirmer la nature du désir .

3.2 Dispositif d'intervention

3.2.1 Buts et objectifs du dispositif

- Offrir les moyens de prendre en compte le pulsionnel et le motionnel par une saisie complémentaire.

³⁵ Enaction : action incarnée, étudiée par Varela F.1993, p.207 et 237.

- Installer des possibilités de travail en clinique de la perte pour faire un état des lieux, éclaircir les conflits et le sens de la crise, accompagner dans la construction du projet, relancer la dimension désirante.
- Installer des possibilités de travail en clinique du lien pour remanier l'accès au motionnel, proposer un détour (« itinéraire bis »), déployer le vivant, rechercher des assises hors dépendance et de l'élan, accueillir l'expression de la corporalité, élargir la dimension existentielle.
- Faire résonner les deux registres indirectement.
- Permettre un repositionnement en aménageant la prise de risque.

3.2.2 Principes du dispositif :

Pour pouvoir travailler de manière complémentaire sur les deux registres (pulsionnel et motionnel) le dispositif requiert des qualités particulières. Il devra être dynamique et pour ce, comportera quatre modules adaptables dans l'espace et le temps et ajustables entre eux selon quatre principes :

1. Principe de complémentarité, qui respecte la globalité de la personne par la saisie des deux registres en clinique de la perte et en clinique du lien.
2. Principe d'alternance, qui vise à respecter la restitution des éprouvés, sensations, émotions, pensées...en alternant les techniques psycho-corporelles et celles de l'entretien clinique.
3. Principe de variabilité, dans l'espace par des lieux différents qui respectent les différents axes de travail (sensorialité, corporalité, expression, représentation)
4. Principe d'évolution, dans le temps respectant la progression des découvertes, les modules étant ajustables entre eux.

3.2.3 Justification du choix des modules :

A partir de ces principes, je décide d'organiser le dispositif sous forme de « modules » dans le sens d'éléments d'une ruche : ajustables, combinables et imbricables.

Module n°1 : entretiens/ clinique de la perte, consistant à faire le point entre la position actuelle et historique du sujet, voire l'intérêt d'un détour par le motionnel dans son cas. Aménagement d'un accompagnement et/ou un soutien à partir de la clinique de la perte et/ou clinique du lien. Ce module pourra donc être maintenu par la suite ou non.

Module n°2 : A- Relaxation ; B- Imagerie Sensorielle ; C- Groupe de restitution.

Dans l'idée que le corps peut être garant de la continuité, je proposerai à certaines personnes de participer à ce module visant l'activation du motionnel, afin de dépasser l'injonction paradoxale du « sois spontané ! ». Il s'agit d'abord de désactiver le penser en se centrant sur les fonctions corporelles par la relaxation, puis d'activer le sentir par

l'imagerie sensorielle et ensuite de restituer l'expérience en petit groupe, en allant de l'image aux sensations du paysage. Ainsi, en faisant un détour, nous temporisons la crise et aménageons un espace entre le penser et l'agir.

Module n°3 : D- Improvisations solo, création de numéro ; E-Présentation de spectacles.

Le module 3 consistera ensuite, à permettre à l'énergie créatrice de la crise de déboucher dans le domaine artistique, ceci par la méthode énaïve, à partir d'improvisations, qui engageront la singularité de la personne et pourront aboutir à la création d'un « numéro » (de cirque) permettant de confirmer cette singularité au regard d'autrui par des présentations publiques sous forme de spectacles.

Module n°4 : entretiens/ clinique du lien, consistera à faire émerger la possibilité d'appuis dans la sphère existentielle (-tiale) puis à faire des liens à partir de la restitution des modules 2 et 3, c'est à dire à saisir ce que les techniques psycho-corporelles auraient pu mobiliser chez et pour la personne dans sa relation d'inconnu, avec sa part d'altérité. Le module est disponible à interroger le motionnel dans un premier temps et à confirmer la nature du désir dans un second temps. Il se combinera régulièrement aux modules 2 et 3 (par exemple, voir page suivante : 2A/4 ou 2A,B/4 ou 3D/4 ou 3E/4 ...)

Le module N° 5 : aura lieu avec un autre psychologue suite à un travail de contre transfert. Après l'étude théorique de la question, j'ai développé la problématique et défini mon hypothèse opérationnelle ; j'ai opté pour un travail avec les jeunes artistes.

Dans le même temps, j'ai pensé ne pas poursuivre moi-même le travail de groupe avec les formateurs. En effet, j'avais fait partie d'une équipe de formateurs quelques années auparavant dans ce centre, ce qui limitait mes possibilités de recul ; ayant exposé mes difficultés à ma garante d'une part et au groupe de réflexion sur la pratique d'autre part, j'ai pris la décision de proposer au groupe de travailler avec un autre psychologue stagiaire, ce qui fut accepté. J'ai modifié le dispositif de départ à cet égard.

3.2.4. Justification du choix du cas clinique :

Le dispositif étant construit sous forme de modules, j'ai pris le parti de présenter un cas clinique à travers les modules successifs, afin de ne pas compliquer la lecture, bien que six personnes y aient participé. J'ai choisi ce cas car il m'a semblé à la fois représentatif au vu de la problématique et surprenant dans la saisie de l'histoire singulière.

3.2.5 Organisation du cadre du dispositif en modules

MODULES	Module 1 Clinique de la perte	Module 2 Sensations corporelles			Module 3 Actions corporelles		Module 4 Clinique du lien
COMBINAISONS		A	B	C	D	E	
TITRES	Entretiens versant pulsionnel	Relaxation	Imagerie Sensorielle	Restitution en groupe restreint	Improvisations solo et création de numéros	Présentations de spectacles	Entretiens versant motionnel
BUTS	Verbaliser : éclaircir, mise en sens	Désactiver le penser en se centrant sur le corporel	Activer le sentir en stimulant l'imagerie	Verbaliser des images à l'éprouver	« Se trouver », exprimer corporellement (possible état de performance) singularisation	Confirmer le « se trouver » par le regard public	Explorer la sphère existentielle, faire des liens représentations/ sensations
OPERATEURS	accueil en face à face, mouvements transférentiels, associations	Co-présence Niveau de conscience	Co-présence Sensorialité	Confiance, empathie, « aire intermédiaire »	Confiance, Jeux, « espace potentiel », Regard de l' « œil extérieur »	« Expérience d'être en piste », Prise de risque, Regard, dont la famille une fois	Co-présence, rencontre en face à face, Altérité, analogies
LE PSYCHOLOGUE	Rencontrer, accueillir, relancer, reformuler	Co-présence, induction en suggestions ouvertes, observation des phénomènes		Ecouter, accueillir l'expression de l'originaire	« Oeil extérieur », observation de la corporalité, consignes et propositions	(Présence au dernier spectacle)	Présence, (être pour, être avec) accueillir l'expression de l'originaire, relier
LIEUX	Bureau « contenant »	Salle d'entraînement adaptée (chauffage, confort, éclairage, musique...)				Chapiteau	Bureau « contenant »
DUREE	45 à 60 min	15 à 30 min	30 min	30 min	15 à 30 min	1 h15	45 à 60 min
FREQUENCE	Un premier pour tous, (13), puis selon la demande 2 ou 3 séances pour éventuelle entrée dans le dispositif	Tous les 15 jours				5 soirées	En fonction des modules 2 et 3, +/- tous les 15 jours
1^{er} trimestre	(8 personnes)	Bases (6 p.)	Tests (6 p.)	(6 p.)			
2^e trimestre	(2 personnes)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)		(6 p.)
3^e trimestre	(2 personnes)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)	(6 p.)

3.2.6 Evolution du dispositif

3.2.6- 1 / Module 1 / entretiens sur le versant pulsionnel : clinique de la perte

Description et fonctionnement : Emergence d'une difficulté

J'ai rencontré tous les sujets lors d'un premier entretien d'investigation, après avoir précisé les règles de confidentialité, de discrétion et d'une écoute inconditionnelle.

Une première partie semi-directive visait à recueillir les données du parcours du futur artiste à l'aide d'un questionnaire. Une seconde partie non directive visait à détecter des difficultés éventuelles ou un problème particulier ou un malaise actuel dans la formation. Ensuite, j'ai rencontré à leur demande, huit personnes dont six, après deux ou trois entretiens, ont pu bénéficier du dispositif psycho-corporel et deux ont poursuivi les entretiens uniquement. Les entretiens visaient à :

1. accueillir les problèmes et les angoisses en favorisant la parole et la restitution
2. pouvoir énoncer l'histoire personnelle
3. comprendre les relations d'objets et faire des hypothèses psycho-dynamiques
4. éclaircir les conflits psychiques
5. évaluer les moyens du sujet et recréer du projet

Ceci en accompagnant dans une double écoute, tout en restant prioritaire sur le registre pulsionnel de la clinique de la perte, sensible aux mouvements transférentiels, en relançant, reformulant, revisitant l'histoire du sujet, en se décentrant soi-même pour se centrer vers lui et fonder un climat de confiance, par la contenance du « holding » Winnicottien en face à face.

Exemple clinique : Alba (octobre, novembre, décembre)

1^{ère} rencontre : Quand Alba arrive, elle a dix-sept ans. Elle habitait à 750 km, chez sa mère et fréquentait un lycée où elle était brillante. Elle a deux frères aînés. Ses parents soutiennent son projet. Elle est très proche de sa mère, journaliste ; moins de son père, ingénieur, qu'elle voyait le week-end. Ses parents ont divorcés lorsqu'elle avait quatre ans. A treize ans elle s'est trouvée en difficulté à cause d'un déménagement : « heureusement qu'il y avait le cirque » qui l'a « sorti de là ». Elle a pratiqué la gymnastique en compétition puis elle a préféré le cirque en amateur. A la rentrée elle vit en colocation avec deux autres filles. Pour le cirque, elle ne sait pas encore « si c'est ça que je ferai toute ma vie, mais ça me plaît ». Pourtant elle ne croyait pas être prise aux sélections : « je ne me sentais pas tout à fait prête mais ça me plaît trop ». Alba est joyeuse, affirmée, elle est très réactive et positive tout, elle rationalise beaucoup et fait « la part des choses ».
Je l'informe qu'elle peut me rencontrer régulièrement si elle le désire. Ce qu'elle fera.

2^{de} rencontre : Après un mois et demi de formation, Alba s'est blessée (tendon d'Achille). Lorsque je la rencontre, elle ne sait plus si « elle est faite pour ça », « parce qu'elle a la pression ». Quelquefois, elle n'a « pas de prise sur ce qu'elle fait », elle a l'impression « d'être l'image qu'on attend d'elle, de ne pas être elle-même ». « Elle est angoissée par rapport à l'avenir », elle se pose des questions sur sa motivation et se demande si « elle a fait le bon choix », « elle gamberge trop ». Comme « ça n'allait pas » elle a pris des vacances pour rentrer chez elle. Elle dit : « Je me suis dit : si c'est pas guéri qu'est ce que je vais faire ? Mais c'était guéri ! ... Donc je pensais que ça allait changer..... et c'est pire ! », « je ne me reconnais pas dans ma nouvelle vie ».

Alba a un discours bondissant sans fin de phrase, mais avec beaucoup d'affirmations négatives « je...ne...pas ». Elle a les questions et les réponses. Nous travaillons autour du thème : changer de vie sans l'avoir choisi (divorce, déménagement..) et faire un choix (qu'est ce qu'elle a déjà fait comme choix, que c'est il passé alors, qu'est ce qu'un « mauvais choix » ?...) Je repère quelques figures de détresse et figures fortes dans l'histoire d'Alba qui m'aident à comprendre cette nouvelle étape identitaire. Nous mettons en place d'autres rencontres.

Lors de rencontres suivantes : Alba laisse tomber ses épaules, elle a « grise mine », elle n'est pas coiffée et porte ses vêtements comme des pelures, elle traîne et semble épuisée. Elle me dit qu'elle n'a pas de but, ne va rien devenir, se sent dépassée, se force sans trouver de plaisir, est repartie à la case départ (maison des parents ?) se sent déprimée car elle n'arrive pas à lâcher. Elle pleure le soir, elle a le sentiment de n'être qu'une bonne élève. Elle pense qu'elle n'y arrivera pas. Une autre fois elle se sent « décalée et seule à s'en apercevoir », lors du travail sur la notion « être décalée »... Elle se souvient de sa mère lui ayant dit : « j'ai peur qu'il y ait un décalage et que tu sois trop intellectuelle, mais c'est toi qui choisis ... »

Nous voyons s'amorcer une mise en sens des conflits.

Je lui propose d'envisager deux possibilités autorisantes, destinées à faire parenthèse pour la libérer des pressions :

- un arrêt temporaire ou non de la formation (elle n'est pas « forcée de faire du cirque », elle doit pouvoir imaginer de renoncer, pour peut être sentir ou elle en est ...)
- un travail psycho-corporel : soutien qui permettrait de partir du corps pour retrouver confiance et être plus en mesure ensuite de faire des choix (elle peut temporiser).

Après quelques jours, Alba décide de faire ce travail.

Lecture :

- La blessure d'Alba est une façon de « se mettre en veille » car elle ne se sent pas prête. Ce symptôme vient signifier un conflit psychique.
- La réactivation de la séparation culpabilise Alba vis à vis de sa mère et ôte les conditions favorables à la confiance. Les remaniements de l'idéal du moi font osciller entre 1^{ère} et 2^{de} génération. Si elle « est faite pour ça » elle contredira sa mère.
- Alba doute de son désir, elle perd le plaisir de sa pratique qui pourtant l'avait sorti d'une autre période dépressive. Son sentiment de continuité est perturbé.
- Alba est le siège d'un conflit narcissique et dans le paradoxe « sois spontanée ! »
- Elle est dans l'angoisse de la perte et les repères de ses bases identitaires vacillent.
- Des traits de défense maniaque et de dépression narcissique viennent manifester en alternance la crise identitaire.

Je pense qu'un détour par le motionnel (modules 2, 3, 4) peut aménager un répit nécessaire à la réorganisation de ses investissements, avec mise à distance des idéaux

parentaux et appui sur une confiance basale retrouvée pour l'aider à construire son projet.

3.2.6- 2 / Module 2 / Sensations corporelles : tenant lieu d' « aires intermédiaires »

Description du fonctionnement : la portance

Les trois parties du module constituent un espace dans lequel la personne peut flotter entre la mise à distance des enjeux et la mise en action spontanée du corps. C'est un module destiné à créer de « l'entre » au sens de Kimura et « une aire intermédiaire » dans lequel on peut expérimenter « un monde commun ». La relaxation amène le calme, la permanence de l'environnement, installe un climat de bien-être et de confiance qui met « hors de danger » et qui correspond aussi à ce que Winnicott nomme « la capacité d'être seul » : une personne tient compagnie (soutien du moi), présentifiant à la fois la présence et l'absence. L'imagerie sensorielle génère des sensations allant du familier au non-familier, en respectant la singularité de chacun. La restitution en groupe permet de partager ensemble, tout en étant chacun. Le groupe servant de « moi auxiliaire » dans les situations « étrangement inquiétantes ». Les toutes premières séances seront basiques : relaxation de base, tests de capacité d'imagerie. (voir annexe 1)

A- La relaxation : « relaxare », desserrer, l'étreinte, les tensions, les « nœuds ».

J'ai utilisé la sophrologie comme technique de détente, comme entraînement au lâcher-prise, en tentant d'induire la désactivation du penser et en maintenant une continuité expérientielle dégagee des enjeux, utilisant la respiration, le fonctionnement corporel, comme premiers repères sensoriels de vitalité, générateurs de confiance basale³⁶. Les protocoles de sophrologie ont permis une régression au niveau sophro-liminal. L'alliance sophronique est un rapport existentiel d'altérité, le *terpnos logos* désigne l'action verbale et la manière dont l'animateur adresse la parole au participant, le ton avec lequel il le dirige, la proposition d'adhésion consciente.

L'explication des principes de bases et des protocoles se trouvent en annexe I.

Après quelques séances, les suivantes débouchent sur un renoncement aux contraintes et aux enjeux vécu selon les cas, comme un détachement proche du sentiment de plénitude que certains rapprochent du « tout » unifié (sentiment océanique) et d'autres, du vide dans le sens du rien où quelque chose peut advenir : surprise des images arrivant comme une partie ou des fragments de soi.

³⁶ Dans le sens de B. Leroy in *Exercice de la confiance*, p.68, « conviction intuitive d'exister dans le monde », soutenue par le psychologue.

Je choisis ces moments pour enchaîner avec l'imagerie sensorielle.

B – L'imagerie sensorielle : un laboratoire de sensations

Si l'imagerie est une activité sous forme de simulation d'une expérience, elle est aussi expérience en soi. Elle peut être utilisée pour améliorer les compétences techniques du sportif (gestes, enchaînements) mais aussi améliorer la créativité de l'artiste (combinaisons de mouvement, ouverture de l'imaginaire...). Je l'ai utilisée dans le but d'une activation sensorielle à la suite d'une phase de détente (qui permettait une éventuelle désactivation du penser). Par des suggestions ouvertes, activer le sentir, se créer une carte d'identité sensorielle, se promener dans le paysage en faisant un détour hors du trajet géographique grâce au déploiement de l'éventail sensoriel, élargir l'horizon, permettait de dépasser les paradoxes en pratiquant ce que j'ai nommé un « itinéraire bis » (motionnel). Accéder au sentir amenait au lâcher-prise (déprise) et à la reprise d'une confiance basale à partir de l'émergence d' « îlots du sentir ».

«Le kinesthésique est utilisé comme voie d'accès à l'aïsthésique »(JLMoraguès)³⁷,
le psychologue assure la continuité, maintenant le « holding » par sa présence .

C - Groupe de restitution : une mise en relation

Après un étirement léger, retour à l'état de conscience éveillée. A la suite de la relaxation et de l'imagerie sensorielle, j'ai mis en place un groupe dont les règles étaient les suivantes : parler en son nom (je), possibilité de dire ou de ne pas dire, libre circulation de la parole, écouter (jusqu'au bout) et respecter la parole de l'autre, confidentialité du groupe. Le cadre était le suivant³⁸ :

- Rester dans le lieu même où les éprouvés ont eu lieu, dans le même calme, même climat de confiance (aire intermédiaire de Winnicott).
- Installation d'un cadre contenant par la disposition en cercle, choix libre de la place.
- Prise de parole en étoile sans préséance (filet de sécurité, contenance des angoisses).

Le psychologue incarne le cadre, son attitude est non directive la plupart du temps, semi directive lorsqu'il faut inciter à la parole, à ne parler que de l'expérience qui a précédé, ou faire préciser le plus de détails possibles à partir de la notion de « sentir ». Il s'agit de solliciter, depuis les images, les sensations comme supports d'énaction, de faire émerger la spatio-temporalité, le paysage et le mode d'être au monde de la personne pour l'aider

³⁷ Moraguès J.L.,2003 ,p .226 et 236.

³⁸ Travaillé à partir du mémoire de L.Goldschmidt, « Les A.P.A. du verbe » 1999.

à se découvrir comme « s'auto existant » et à reprendre confiance en elle : amorce de lien entre l'expérience du sentir comme expérience singulière et le désir.

Exemple clinique : (janvier, février)

Après quelques séances de relaxation de base, lors d'un groupe de restitution ,
Alba dit : « J'ai rien à dire je suis complètement transparente, je n'existe pas ...et d'ailleurs vous allez me couper la parole ; je n'ai pas le temps, pas la place ». Elle pleure puis : « je n'ai ressenti que du vide, je suis vidée, vidée de moi, ça m'angoisse ; j'ai rien à dire, je ne suis rien, je suis au bord de...je sais que c'est ridicule ». Ayant déjà abordé ces éprouvés en entretien (module 4) avec elle ; en prenant ce qu'elle apporte, je lui propose de continuer la séance d'imagerie sensorielle à partir du « rien » qu'elle éprouve dans le but de s'autoriser à ne rien ressentir, pour pouvoir sentir quelque chose, (ne pas être dans l'imaginaire artistique de façon systématique). Je lui propose de laisser défiler les images, d'aller dans ce rien et à partir de là, de voir quelle couleur il a, quelle forme et petit à petit, de se créer une carte d'identité sensorielle, un paysage dans lequel on va se promener et se perdre, à partir d'adjectifs dans le registre de « sentir une ambiance » et se laisser profiter des moments où l'on est bien dans ce paysage, cette atmosphère.

Lors d'un autre groupe de restitution après une séance d'imagerie sensorielle,
Alba dira : « le rien, j'arrive bien », « j'attends d'être guidée, je m'appuie, puis je me laisse porter par la vie », « c'est chaud... sensation de soleil sur la peau, de mon poids dans le tapis, c'est diffus, inexplicable, lié exclusivement à cette période de ma vie », « que je me sente comme ça c'est nouveau, ce sont de trop bons moments (silence)...des moments où je me sens séparée du regard de ma mère ».
Elle a un très beau sourire, calme et posé.

Lecture :

- En relaxation : Alba est habituellement en suractivité, elle se remplit d'activités de toutes sortes, la relaxation l'a angoissé, en faisant le vide. Elle s'est retrouvée « au bord ». S.LePoulichet écrit : « ...un bord représente un fragment de réalité investissable, qui ancre la présence du corps dans le monde...qui organise l'articulation d'un plein et d'un vide, puis celle d'une présence et d'une absence, cela pourrait être désigné comme une forme première de sublimation »³⁹. C'est un moment très important pour Alba qui accepte de renoncer, il déclenchera toutes sortes de phénomènes.

- En imagerie sensorielle : Alba, acceptant d'explorer l'état du rien, reprendra contact avec son paysage et découvrira un espace intérieur insoupçonné, ainsi que des « îlots du sentir » sur lesquels elle pourra s'appuyer pour exister. Après le passage par le vide, une fois dans le rien, son absence à elle-même accueille une nouvelle identité sensorielle.⁴⁰ C'est dans ce laboratoire des sensations qu'Alba retrouve le plaisir d'exister : elle profitera du holding de la guidance pour se laisser aller au flux de la confiance basale, à déployer son paysage et l'explorer, elle-même surprise par l'effet réparateur de ces moments. S. Le Poulichet dit encore que c'est « l'expérience d'un épaississement de la voix qui développe une cavité au-dedans, ouverte à un nouvel espace au-dehors. ..où le corps cesse d'être appréhendé comme vide et transparent, livré à la dimension persécutive du regard (ou du non regard) et du jugement de l'autre. ».

³⁹ Le Poulichet S.,1996, p.18

⁴⁰ In Granger, J. Garelli 2003,p.145, écrit que la pensée taoïste à quelque chose à nous apprendre sur les méditations face au néant universel.

Après cinq séances, je pense qu'Alba est prête à passer à l'action corporelle et je lui propose le module 3.

3.2.6 – 3 / **Module 3** / Les actions corporelles : tenant lieu d' « espace potentiel »

Description du fonctionnement : plaisir du jeu

Le module 3 regroupe les étapes de mises en actions corporelles. A partir de propositions consignées, la personne en confiance va mobiliser son corps, expérimenter ses états et laisser émerger des sensations, des émotions quelques fois non identifiées, inconnues, correspondant à l'auto-engendrement de soi par une mise en scène corporelle. Elle fondera une part d'identité nouvelle par un acte créateur qui nourrira son sentiment d'exister. L'improvisation laisse émerger la corporalité par énaction.

La personne est soutenue par la consigne de départ et la guidance, c'est le rôle de « l'œil extérieur »⁴¹ qui travaille sur la singularité, au plus près de la spatio-temporalité : il appelle l'inédit en créant un vide. A partir de ces improvisations quelque fois naît un solo, que le jeune artiste développe sous la forme d'un numéro (de cirque), en créant des liens entre l'originaire et son imaginaire stimulé.

L'énaction a suscité des mouvements psychiques internes et débouche sur une historisation des sensations, la personne se réapproprie un fragment d'histoire personnelle qui a émergé de l'originaire. D'un vécu non familier naît un vécu familier. De la crise jaillit la création, cette dynamique aboutissant à une mise en spectacle, validée par le regard d'autrui, qui est aussi un regard social.

La partie spectacle du module 3 tient ses effets thérapeutiques de par sa valeur de reconnaissance et d'autonomisation. Lors de la présentation de spectacles, c'est « l'expérience d'être en piste »⁴² qui sera l'opérateur du dispositif. Cette expérience est l'occasion d'une prise de risque quelque fois physique, toujours psychologique pour l'artiste. Sur l'expérience d'être trouvé là où on pense être et de pouvoir s'ouvrir à soi en avant de soi, Maldiney écrit : « *L'adolescent ne veut pas être aimé avant d'être soi, c'est à dire aimé pour un autre. Il veut être compris selon son être propre* »⁴³.

La temporalité de cette expérience consiste d'une part, en une continuité de soi dont est garant le corps, qui est aussi porteur du plaisir de la corporalité (avec possibilité d'état de performance) et d'autre part, en une temporalité événementielle qui peut aménager une prise de risque au regard de l'autre et dans ce sens, avoir la valeur initiatique d'un

⁴¹ « l'œil extérieur » est un opérateur étudié dans mon mémoire de maîtrise 2002, p.19 et p.25.

⁴² « l'expérience d'être en piste » est un opérateur étudié dans le mémoire de maîtrise, p.21 et p.35

⁴³ Maldiney H. ,2001,p.77

passage. Le spectacle a deux versants : l'intime et l'universel qui donnent lieu à une double expérience : celle du sujet et celle de l'altérité.

Ainsi, le jeune adulte, à partir d'une crise identitaire, peut s'engager dans une démarche artistique qui viendra confirmer ou non la nature de son désir. Le psychologue accompagnera les personnes en alternant les actions corporelles du module 3 (méthode énaactive de l'oeil extérieur) avec des entretiens du module 4, clinique du lien .

Cette alternance vise à déployer l'expérience jusqu'à une possible mise en sens, quelques fois nous le verrons, sous forme de révélation (dans les deux sens du terme).

Exemples cliniques : sous forme de debriefing (février à juin)

D/ Improvisations : « la corde verticale »

Après l'exercice d'imagerie sensorielle sur le thème du rien. Alba va retrouver une activité de manière tout à fait solitaire : « maintenant j'ai plus(+) confiance en moi, je me sens à l'aise. J'ai fait une heure ou deux de corde toute seule, dessus, je suis dans un monde aérien, la corde devient comme le seul espace possible et mon personnage évolue dessus à différentes hauteurs comme si c'était son territoire personnel et là ça m'a fait trop de bien, j'ai retrouvé le plaisir de faire de la corde et maintenant ça me fait plaisir à chaque fois que je monte dessus. », « J'étais toute seule dans le petit chapiteau j'y suis allée molo parce que ça faisait une semaine que j'avais rien fait mais c'était vraiment pour moi, avant j'arrivais plus trop à travailler pour moi, je me posais trop de questions quand j'étais dessus et ça m'arrangeait qu'on me regarde pas ».

Lecture :

- Dans un premier temps, Alba retrouve le plaisir seule, désinvestie de toute relation d'objet, on peut penser qu'elle a bénéficié des séances du module 2 et que, comme l'explique Winnicott dans « la capacité d'être seul », dans « je suis seul » : il y a « seul » et il y a « je suis » ; « Je suis seule donc je suis », sur la corde Alba fait l'expérience d'exister par et pour elle-même.

- Elle retrouve son paysage et une certaine présomption par la prise de hauteur : pour faire de la corde il faut des compétences d'aériens, c'est un domaine qu'Alba affectionne particulièrement, pour elle, c'est essentiel, (essence-ciel ?) d'être « dessus ».

D/ Solo et numéro : « la corde, la poule et le ballon »

- Séance 1 : lors d'une improvisation, Alba avait fait émerger une poule, elle dit :
« la joie de se sentir poule, d'être tout à coup autre et de rentrer dans un personnage, de la devenir à tel point que l'on a plus conscience de ce que l'on peut être habituellement. Une parenthèse dans ma vie, un accord entre le corps et l'esprit. C'est plutôt l'esprit qui devient tributaire du corps. Se sentir poule, se sentir autre et quelque part, plus proche de soi ».

- Séance 2 : lors d'une autre improvisation Alba joue avec un ballon de baudruche, elle dit :

« J'ai voulu faire la poule là, cette idée d'œuf je sais pas d'où elle est sortie, à un moment je disais à L.(une amie) avant l'impro : moi qui déteste manipuler des objets je

me retrouve avec un ballon, là je me dis : pourquoi je me suis mise à vouloir un ballon ? c'est pas une question que j'ai envie de jouer avec mon ballon, j'en était même plutôt encombrée... »

- Séance 3 : une autre fois encore Alba fait la poule qui grimpe à la corde avec le ballon, celui ci éclate et elle fait une « chute » le long de la corde (exercice technique), elle dit : « la poule c'est un personnage qui parle et qui devient animal à la suite de la perte d'un enfant » (silence...) et me sentant en hypostase, elle continue : « elle a adopté un ballon dans son nid, elle découvre cet œuf et là il faut qu'il éclate, je l'ai serré sur mon ventre et à l'éclatement du ballon j'ai vraiment ressenti la douleur que je voulais exprimer. A partir de ce moment, tout n'est que plaisir car c'est cet état de désarroi qui a commandé tous mes gestes et il n'y avait plus qu'à se laisser guider... » (silence) « l'apothéose c'est la chute : comme une délivrance, l'air qui frotte sur la peau, la sensation de tomber en tourbillon. Prendre la farine à pleine main et s'en enduire le visage comme laver l'être que l'on a construit avec une partie de soi. C'est à la fois doux et rêche, ça tire la peau. » (Il s'en suit un entretien module 4).

Lecture :

- Alba a retrouvé la confiance et le plaisir, elle nous présente d'abord à son insu et en plusieurs séances une part de son histoire.

Nous verrons l'importance identificatoire de ce moment en entretien au module 4.

- Alba exprime corporellement une perte, à partir de jeux d'« ilinx » (vertige) et de « mimicry » (simulacre) comme écrit Caillois dans *Les jeux et les hommes*⁴⁴, elle retrouve une expression primitive incarnant un animal et Caillois nous rappelle que cela se passe dans un monde surnaturel : l'autre monde. Alba, dans une rythmique imprévue et ludique, recrée des liens entre l'originale et l'imaginaire autour des thèmes de la naissance (œuf, chute) et de la mort (douleur et désarroi). Son corps en action semble avoir stimulé son imaginaire.

- Ainsi, Alba a spontanément créé un objet artistique : le numéro en devenir, en se réappropriant une part de son histoire. A l'occasion d'une crise identitaire, elle a pu prendre place par le corps à partir d'un travail psycho-corporel créatif, promu par l'expression des mécanismes originaires.

E/ A la suite d'une présentation de spectacle : la voix (A : Alba ; M : Martine)

A : « C'est mon œuf, c'est mon bébé, la grosse différence c'est que maintenant je parle une espèce de grommelot⁴⁵, ça c'est bien parce que ça devient naturel que je parle comme ça. »

M : -« Qui parle ? » A : -« C'est mon personnage de femme-poule, là où je vois que ça évolue c'est que je fais des sons mais je mets beaucoup plus de grommelot dedans, c'est dans ce sens là qu'il a évolué », « je pensais que ce serait plutôt un truc latent qui se révélerait à un moment donné cette histoire de poule et puis finalement ça a évolué », « il fallait que j'ai un langage », « du coup l'histoire doit se révéler comme ça... il y avait tellement de choses qui se passaient dans notre numéro... »

M : -« tu peux dire ce qui se passait ? » A : -« Parce qu'il est très lié à G.... »

M : -« Lié ? » A : -« Là ou c'est lié avec G. c'est qu'on arrive toutes les deux, en fait le propos c'est que...ça se voit pas tout de suite mais...on monte chacune en hauteur pour chanter et donc on arrive et le truc c'est que G. chante pour moi et ça me fait bouger,

⁴⁴ Caillois R., 1958, p.153.

⁴⁵ En jeu d'acteur, le grommelot est un langage grommelé, incompréhensible hormis quelques mots.

après c'est moi qui chante pour elle et ça la fait bouger et moi j'arrive avec mon ballon ».

M :-« Et tu es dans quel état ? de quelle humeur ? » A :-« Bien , oui joyeuse, après quand on se remet à chanter c'est de la joie plus que de la gaieté. Et j'ai mon ballon sur la tête. Et quand je chante je joue un peu avec mon ballon parce que je suis heureuse tout ça. Et là il tombe. »

M :-« Le ballon tombe...de haut ? » A :-« C'est mon gosse, je m'en occupe, j'ai eu peur pour lui ! moi je me précipite à sa rescousse, ça me fait peur, je suis heureuse de le retrouver, je le remonte dans ma corde, dans mon nid et puis là je m'amuse avec et puis comme je le connais pas bien donc, c'est là que le drame va arriver : je le casse et ça me rend toute folle ». « Et donc pendant ce temps là G. s'est mise en position de porteur et là elle me chante une chanson pour me consoler et là je monte avec elle dans le tissu, on fait un passage à deux et on finit en cocon toutes les deux, je finis dans son cocon. Tu vois il y a beaucoup de choses qui se passent. Et puis alors je chante maintenant, ça c'est très étonnant, j'aurais jamais cru chanter sur scène »... « et voilà je m'enduis du sang de mon enfant ... ».

M :-« C'est le sang, la farine ? » « Pour moi...enfin du sang...oui c'est un peu le truc vital de l'œuf. »

Lecture : être en relation

- Alba en s'ouvrant au chemin des sons, par le grommelot (début de parole) et le chant, s'ouvre à la relation. C.Loisel parle du chant comme d'une parole guérisseuse :

« Grommeler représentait exactement ce détachement des signifiants, nécessaire à un point de passage vers la perception d'un sens, l'entrée dans un code que je pouvais m'approprier, avec lequel je pouvais jouer »⁴⁶

Passage de l'espace thymique à l'espace orienté : la production de paroles s'articule à des effets de rythme à saisir au plus près des corps et fait de nous des parlants : existants et sujets. A propos de la voix, et je l'étends au chant, Le Poulichet écrit : *«La mise en perspective de la voix a ce pouvoir d'investissement narcissique d'un contenant(...) l'image du corps n'est plus réduite à un objet soumis à la demande de l'autre, mais elle donne lieu à un corps-cavité source de désirs vers l'autre. »⁴⁷Entre Alba et G. peut s'exercer un rapport transitif ou gémellaire, l'une chante pour l'autre, dans un cocon. (S'en suit un entretien).*

E/ autre présentation de spectacle : l'état de performance

M :-« Quels sont les mouvements agréables ? » A :- « Ce que je préfère c'est sortir de soi pendant un numéro, la parenthèse qui se crée dans ma vie à ce moment là, c'est difficile de se rappeler les mouvements précis, c'est l'air, le corps, la peau. .. » « On sent qu'on se dépasse physiquement, de rebondir tout ça, j'adore ça. On sent bien qu'on fait appel à tout ce qui nous entoure on a le sol qui nous repousse on fait appel à tous ses membres. C'est quelque chose de mobilisateur. C'est peut-être pour ça qu'on fait ça. Dans la vie courante on est toujours dispersé. Moi je sais qu'en plus, je me concentre vachement quand je fais une acrobatie ou quoi que ce soit. C'est rare que j'y aille comme ça. J'essaie de bien sentir ce que je fais, ça fait partie du plaisir aussi qu'on a. En même temps on est très conscient de soi et c'est un moment à soi où on fait vraiment ça pour soi et pas pour les autres. J'ai vraiment l'impression d'avoir du plaisir à le faire, ça vient comme une évidence en même temps on se surprend soi

⁴⁶ Loisel-Buet C. 2004, p.116.

⁴⁷Le Poulichet S .2003, p.53

même », « j'avais envie de vouloir des trucs et maintenant j'ai compris que je peux pas me forcer à vouloir, je peux pas prévoir de faire ci, si a ce moment là j'ai pas cette envie là, je le ferai pas c'est sûr. Et j'ai compris que ça pouvait trop me servir, on a des trucs qui viennent comme ça d'un coup et faut pas en avoir peur il faut les saisir, après ça donne peut-être rien mais...j'ai l'impression d'être plus...pas philosophe mais je suis mieux avec l'avenir, je m'entends mieux avec l'avenir. », « La création j'ai vachement aimé je trouve que ça a libéré des trucs, enfin en tous cas pour ma part au niveau des relations et tout ».(silence assez long)... « Le temps, j'arrive mieux à être patiente en me disant : on verra bien et d'ici là je vais profiter de ce que j'ai, je me projette moins qu'avant, je pense que cette année, mis à part que j'ai eu des problèmes, j'ai bien réfléchi, j'ai appris vachement sur ce que j'ai envie de faire, je suis sûre de vouloir faire du cirque, là-dedans, mon projet ça peut changer à tout moment mais c'est pas grave, je sais pas où ça peut me mener et je peux pas le savoir et ça, je le gère beaucoup mieux ». (S'en suit un entretien).

Lecture :

- Alba évoque cet état particulier, hors des relations d'objet, qui lui procure un plaisir esthétique qu'elle relie d'elle-même ensuite au dépassement du paradoxe, ce qui lui permet de revenir sur la relation aux autres puis sur le temps , le projet et l'inconnu.
- Je relie la notion de capacité d'être seul et le jeu de l'enfant - ayant oublié l'univers des adultes autour de lui - premières ébauches d'un idéal du moi propre(?) avec le niveau de concentration de cet état.
- Nous voyons qu'elle a pu confirmer son désir et que le détour permis par le travail du motionnel et la clinique du lien, l'y ont aidé.

3.2.6 - 4 / **module 4** / entretiens : clinique du lien

Description du fonctionnement : évidence /corps s'exprimant , surprise / corps exprimé.

Le module 4 évolue en alternance avec les modules 2 et 3 selon une fréquence établie lors des premiers entretiens (suite à la demande d'accompagnement), lorsque j' invite la personne à intégrer le dispositif psycho-corporel. J'ai rencontré six personnes dans ce cadre. Les entretiens se déroulent à partir d'une thématique repérée dans les modules 2 et 3, ils sont inspirés de l'analyse existentielle deBinswanger et des propositions de Watzlawick, respectant trois temps de la rencontre : un accueil dans l' « être avec » et « être pour », afin de rencontrer la personne, d'accéder à son atmosphère dans sa position actuelle, un temps de saisie de l'expression pour laisser se déployer les trouvailles originaires par analogies dans un climat de confiance créé par une co-présence dans un « monde commun » et un temps de collaboration dans l'intuition double afin de surprendre les liaisons entre ce que Binswanger nomme « la vieille image » et le « nouveau semblable ». Ces entretiens visaient à :

- accueillir la rythmique originaires de la personne, son thème, l'essence commune des différentes figures
- présenter les éprouvés et leur espace thymique
- prendre en compte la relation d'ouverture à l'inconnu

- investiguer et favoriser la verbalisation des sensations et des images en laissant jouer leurs effets indirects et rejaillir des processus psychiques archaïques.
- Recréer des liens entre les registres en interrogrant le motionnel puis en activant des « allers-retours » entre originaire, primaire et secondaire.

Exemples cliniques : (février à juin)

Lors d'un entretien après le module 2 / AB

Alba, qui s'est sentie vide en relaxation, déploie ce sentiment, comme étant vidée de son temps et de son espace, elle dit :

A :- « depuis que j'ai été arrêtée (blessée), je suis déboussolée »

M :- « ah bon comment ? » A :- « comme l'aiguille des heures qui tourne fou », « ça va tellement vide ». (lapsus sur vide et vite).

M :- « qu'est ce qui va vite ? » A :- « moi, je cours tout le temps...j'avale le temps »

M :- « c'est bon ? » A :- « ça goûte rien, ça ne me remplit même pas, je cours ça passe à travers moi »

M :- « et ça va où après ? » A :- « derrière et j'ai peur que ça me rattrape »

M :- « ça tourne en rond ! ? comme quoi ? ».

Alba fait des analogies sur son « hyperactivité qui tourne à vide » malgré ses « plannings bien remplis ». Je lui propose de faire de la place au présent :

M :- « comment le vois-tu ? Comment t'y prendrais-tu ? »

A :- « il faudrait qu'il rentre chez moi et que je garde la porte ouverte avec mes pieds »

M :- « tes pieds ? » A :- « oui, mes pieds bien ancrés au sol comme ça »(Elle montre).

Lecture :

- Alba est dans une temporalité qui étouffe le présent. Le passé et l'avenir viennent se télescoper dans un vide sans épaisseur, le temps a perdu sa saveur et la traverse, il lui échappe, (projet trop incertain). Son futur est un passé qui la rattrape, elle se trouve dans une temporalité circulaire sans présent, entre protension et rétention qui donnent à voir des formes alternées : en avant de soi (maniaques) ou en arrière de soi(dépressives).

- Alba sent la tension directionnelle (significative) qu'il lui faut soutenir entre terre et ciel, (élément- terre et essence-ciel). Elle a eu des périodes dépressives cette année et très vite j'ai senti que nous travaillions ensemble sur quelque chose d'important se jouant autour de la séparation, de la perte et du deuil.

Un entretien fait suite au module 3 / D

Après les trouvailles de la corde, la poule et le ballon, l'entretien atteste de transformations survenues : « Quand j'avais fait l'impro, c'était en lien cette histoire d'œuf qui éclatait, moi ça me faisait penser à ma mère qui a perdu un bébé je peux pas dire que j'avais envie de raconter ça parce que l'idée m'en est venue...je me suis dit : c'est pas possible que ça n'ai pas de rapport quelque part un peu »

M :- « A la perte d' un enfant... » A :- « Elle a perdu un bébé juste avant moi en fait, mort subite du nourrisson... », « Je pense pas que j'avais besoin de l'exprimer, c'est une anecdote, je pense que c'était... il y avait cette histoire et ça m'a plu je trouvais que ça m'était quand même assez personnel. », « Je peux pas dire j'ai fait ça parce que ...non, c'est pas vrai, c'est un hasard mais c'est vrai que ça me plait parce que je suis une poule : c'est personne... et que j'arrive à livrer une partie de ma personne de la vie courante », « j'ai pas l'impression de délivrer un message au travers de ça, inconsciemment peut-être, mais c'est pas quelque chose de voulu ».

« Là c'est différent, c'est plus spectaculaire dans le sens c'est plus à regarder », « c'est pas que je fais la poule c'est que quand je suis en scène c'est un personnage qui est en moi. »⁴⁸

Lecture :

- Alba prend conscience des liens entre vécu et création.
- Elle énonce un drame familial: « une anecdote »(!), qui appelle une double lecture : clinique du lien et de la perte.
- Elle montre ce dont elle ne peut parler: cet enfant mort l'habite. Il est d'autant plus difficile de s'identifier à la mère (la poule : c'est personne), qu'il habite aussi la mère et que cela vient réactiver l'identification à « l'enfant perdu », dans le temps et dans le paysage .
- C'est « spectaculaire » : il faut « plus regarder » pour comprendre « le sens », quelqu'un est en elle, s'en est-on rendu compte ? mais alors, peut-on lui dire qui est-elle ? Elle demande à être identifiée, aidée, confirmée dans ses identifications.
- Alba, en mettant en scène un drame, appelle le regard d'autrui pour répondre au « qui suis-je ? ». On voit que le moi-corps est en crise et que la problématique de l'identité émerge et « tente des sorties », tant sur le versant motionnel que pulsionnel.
- Il ne s'agit ici que d'illustrer, pour une compréhension longitudinale du cas (être ou ne pas être un enfant de remplacement), je propose au lecteur l' annexe 2 .

Après le module 3 /E sous forme de bilan :

- A : *« Après j'ai pas envie de m'enfermer dans ce machin(le n°), je suis contente parce que j'ai d'autres envies d'autres idées, en même temps j'ai l'impression que j'arriverai jamais à liquider complètement ce truc. Je pense que c'est une question de personnage, c'est une question de style aussi. C'est ma manière d'être en scène, chez moi, ça a donné une poule, après c'est vrai que pour l'instant je sais pas trop comment le gérer, au sens l'abandonner totalement ce serait dur, le reprendre ce serait difficile aussi, j'ai envie de passer à autre chose en même temps j'ai toujours des idées qui me viennent par rapport à ça. »* M : - *« Tu peux dire ce qui vient, comment ça vient... ? »*
- A : *« C'est clair qu'il y a des différences, je vais pas dire ça y est je suis contente parce que j'ai retrouvé ce que je croyais avoir perdu, j'ai retrouvé une cohérence dans quelque chose de nouveau, mais après c'est quelque chose de nouveau par rapport à ce que j'ai vécu, ce que j'ai réfléchi, mais après c'est dans la continuité, j'ai gardé plein de trucs d'avant c'est pour ça que ça va beaucoup mieux et puis je me sens capable de faire des choses et ça je l'avais perdu. »*
- A : *« Je pense aussi que ce truc(le n°) m'a appris à faire ce que j'aimais faire, c'est ça aussi, il y a une période de l'année où j'étais tellement exigeante que je me forçais à faire des trucs, ce qu'on aime pas faire, c'est ce qu'on fait le moins bien généralement, moi je voulais progresser dans les trucs que je maîtrisais pas et j'évitais les choses qui étaient faciles pour moi et je me suis aperçue que c'était pas très bien pour moi, de se mettre en danger et tout, il faut s'appuyer sur ce qu'on aime faire, j'ai pas de lutte à faire, ça c'est naturel et c'est vrai qu'il faut s'appuyer dessus et ça je l'avais pas compris, pas du tout, je faisais l'inverse. C'était difficile quoi. Je me forçais à faire ce qui était en contradiction avec ce que j'aimais faire »*
- A : *« Là j'ai l'impression de m'être retrouvée, enfin d'avoir appris trop de trucs sur moi, comme je disais ça a été trop dur mais j'ai aucun regret même pas de me dire : j'ai pu passer à coté de la formation à un moment ou quoi. Ca m'a servi, je sais que j'ai*

⁴⁸ La suite du travail en entretien révélant toute une part de l'histoire d'Alba se trouve en annexe 2

appris pleins de trucs sur moi, pas forcément des trucs agréables mais...au moins maintenant je les accepte, peut être que la prochaine fois où j'irai pas bien, j'arriverai mieux à le gérer. », « Pour l'instant je ne me pose pas de questions pour savoir si j'ai envie de continuer mais après, j'accepte l'idée que ça va me revenir de douter, ça je l'accepte, j'en ai pas peur et en même temps, j'ai envie en ce moment, parce que je me rends compte que je peux exprimer des choses que j'ai envie d'exprimer, en me faisant plaisir, c'est la base et ça me donne trop confiance, plus que savoir si ça plait, enfin est-ce que je suis capable ou pas, ça pour ça, oui »

- *« Je fais gaffe à bien savoir ce que je veux, à aller dans un truc qui me plaise vraiment »*

- *« A Rosny (sélections nationales), je me sentais trop à l'aise, à la fin quand je suis rentrée ma mère m'a dit : alors ? j'ai dit : ah c'était trop bien et elle : oui, non mais d'accord, mais ça s'est passé comment pour toi ? pour moi c'était super on avait passé une super journée, et voilà, même avec mes copines c'était pareil : à chaque fois je zappais si je pensais que c'était bien parti (pour le concours), je disais : ah ouais c'était chouette ! », M :-« Tu zappais ? », A : « Oui, j'oubliais, ça glissait... »*

- *« Je suis bien, je fais ce que je veux, je sais que c'est moi...je vais passer le permis, faire un stage de trapèze, trouver un appart... »*

Lecture :

- Alba sent que, de ce « machin », de ce « truc », elle ne peut pas tout exprimer.

Elle ne peut le nommer : il reste innommable, entre l'histoire vécue et la production artistique. Elle sent que c'est un fragment consistant qui l'a marquée et lui confère un style, un paysage, une part d'identité ; abandonner ou reprendre le « rôle », de l'enfant mort ? de la mère ? Le travail d'identification à l'objet perdu est compliqué par les deuils familiaux. (voir en annexe 2 : la grand mère et la mère ont perdu un enfant chacune.)

- Elle fait la part des choses entre ce qu'elle a gardé et ce qu'elle a perdu pendant son passage dans la continuité, il s'agit bien de la cohérence identitaire, qui serait à rapprocher de ce que Binswanger nomme « vieille image » et « nouveau semblable ».

- Elle prend conscience de son changement de position face au paradoxe. Elle a encore peur de l'inconnu mais s'appuie sur ce qu'elle relie : plaisir, confiance et estime de soi.

- En restant proche d'elle-même, elle prend la responsabilité de ses choix, l'idéal du moi semble s'être dégagé des idéaux parentaux.

- Elle « zappe » : elle glisse dans l'oubli des enjeux afin de rester dans le plaisir.

- Elle a des projets qui lui « plaisent vraiment » et qui dans cette mesure, lui appartiennent.

3.2.7 Résumé et conclusion du cas clinique :

Une jeune fille entrée en formation artistique se blesse , ne se sent pas prête, se pose des questions sur ses choix et ses projets. Elle ne prend plus de plaisir, doute, stresse et perd confiance. En formation, elle perd ses moyens (blocages) et dans sa vie, elle ressent un malaise diffus (hésitations). Elle a des difficultés d'adaptation qui expriment un conflit lors de cette période de transition .

Réussir à s'approprier ce projet lui demande de remettre en question les idéaux parentaux, or le travail de la perte de l'objet est compliqué par le statut d'enfant dit : de remplacement. Ses sentiments de confiance et de continuité en sont fortement perturbés.

Après quelques entretiens au premier trimestre, elle participe au dispositif psycho-corporel et est suivie en alternance (1 x 15/J) en entretiens de Janvier jusqu'en Juin.

Les expériences sensorielles lui permettent de mettre à distance les enjeux, elle « se vide », retrouve confiance, les actions corporelles spontanées font émerger un plaisir du se-mouvoir et stimulent l'imaginaire identificatoire. Le dispositif facilite son autonomie et lui permet de s'approprier un projet artistique dans un style personnel.

L'activité artistique, servant de support métaphorique, lui donne l'occasion d'affronter les remaniements, de se repositionner et de confirmer son désir.

L'intervention, globalement, a semblé opérante pour cette personne en crise identitaire.

3.3 Discussion

Toute entrée dans un dispositif d'aide, accompagnement ou soutien, demande à être étudiée au cas par cas et je pense le module 1 indispensable pour cette raison : le travail de la demande, l'évaluation et la proposition de la mise en place d'un cadre.

A partir de là, le dispositif devrait pouvoir fonctionner dans de nombreuses situations et pour diverses populations ; à mon avis, les modules 1, 2, 4, resteraient efficaces, dans la mesure où il y a : non restriction à la pratique de la relaxation et accessibilité à l'imagerie sensorielle pour le module 2 (tests).

Le module 3, conçu pour les arts du cirque, devrait pouvoir s'adapter à la danse, au théâtre, aux autres arts en général et à certaines pratiques corporelles ou sportives ; une fois le contenu ajusté, son fonctionnement resterait le même à deux conditions : un contenu défini en fonction de la pratique (musique, peinture, patinage...) et une population concernée auparavant par cette pratique en particulier. S'il ne me semble pas nécessaire que le psychologue ait pratiqué, il devrait être finement sensible à la personne dans sa démarche créatrice singulière et outillé afin de recomposer ses savoirs.

Le dispositif concernait 6 futurs artistes, jeunes adultes en délicatesse identitaire, dans les problématiques fréquentes liées aux remaniements de l'idéal du moi ; situation compliquée par les difficultés liées au paradoxe de la spontanéité, caractéristique du métier d'artiste qui peut perdurer de façon crise ou chronique chez l'adulte.

C'est pourquoi, il me semble que les modules 1, 2, 4, peuvent être mis en place à titre préventif afin de libérer les tensions psychiques du jeune adulte en phase d'adaptation ; alors que le module 3 peut réduire les effets inhérents ou amplifiés par le contexte artistique, particulièrement dans le cas de personnes fragiles sur le plan narcissique.

Enfin, une difficulté de mon travail a consisté à différencier le travail du pulsionnel de celui du motionnel : quand et comment ? ...Lors des rencontres, heureusement pas de morcellement existant/corps/sujet, mais une personne à comprendre (dans le sens du contact), en son entier. Il m'a semblé qu'être disponible aux phénomènes, particulièrement en ce qui concerne la base identitaire, demandait une solidité du cadre et une présence entière permettant d'accueillir ce qui se présentait.

C'était un appel de la confiance basale que d' « être-là », avant toute volition, dans l'estime inconditionnelle de l'autre. Je pouvais m'en tenir aux thèmes : pratique corporelle ou vie personnelle, les modules étant orientés, mais le plus souvent c'est dans l'après coup, selon la teneur des entretiens, que j'ai trié le matériel recueilli.

3.4 Conclusion

A la suite de ce travail, il m'apparaît que dans un certain nombre de cas, repérés lors des entretiens cliniques d'investigation, lorsqu'il y a déstabilisation du continuum identitaire engendrant une crise, la proposition de tenir à distance les enjeux narcissiques pour maintenir la confiance basale se justifie pleinement.

Elle est à considérer positivement car elle permet non seulement de temporiser mais aussi de susciter une évolution structurante via le corps médiateur.

Se pose la question de savoir si c'est la crise identitaire qui provoque l'élan vers la création artistique de par la force de créativité dégagée par la crise elle-même.

L'occasion de créer quand se déclenche une crise identitaire, se présenterait alors comme un processus auto- thérapeutique.

Dans ce cas, l'accompagnement psychologique pourrait consister à baliser le chemin des tentatives de réaménagements, comme prévention nécessaire dans le champ artistique.

Il est remarquable que les sujets en demande d'aide, évoluent dans des contextes familiaux extrêmement bienveillants : parents très présents, mères étayant peut-être trop, car on voit apparaître ensuite un affolement à se singulariser dans un environnement inconnu, vécu comme étranger et inquiétant.

Dans le domaine artistique, la méthode éactive peut consister à improviser librement mais aussi à utiliser la répétition, le connu, (sous forme de consignes), pour susciter l'émergence de variations inconnues, (sous forme de dépassement des consignes).

Au sein de cet espace potentiel, une mise en relation des registres originaire, primaire et secondaire peut avoir lieu, les entretiens venant consolider ces liens après coup.

Dans les cas de défaillances narcissiques plus importantes, le psychologue pourra intervenir de façon plus soutenue mais il me semble que se présente une question éthique incontournable : celle des rapports entre l'art et la santé mentale.

Y a-t-il un prix à payer pour l'artiste ? ou bien l'art est-il salvateur ?

Art de l'existence, du détachement, aventure en soi-même ou pratique palliative aliénante, prothèse toujours nécessaire et jamais suffisante ?

Viennent danser sous mes yeux en farandole de l'art à la folie : Van Gogh, Artaud, Beckett, Dali et d'innombrables autres⁴⁹ ...et Freud lui-même amateur de cocaïne !
Ne pas idéaliser...est-ce si simple ?

⁴⁹ Parcours artistiques où naissance et mort se télescopent : VanGogh, né un an jour pour jour après un frère mort né, même prénom ; Dali, né un an après un frère mort, même prénom...

BIBLIOGRAPHIE

- ABRAHAM N. et TOROK M. 1987. *L'écorce et le noyau*. Paris, Aubier Montaigne.
- ANARGOS-KLINGER A. 1998. *Créations, psychanalyse*. Paris Puf.
- Et d'autres auteurs
- ANATRELLA T. 1995. *Entre adultes et adolescents*. Paris, Cerf.
- ANDRE J. 2004. *L'imprévu en séance*. Paris, Gallimard
- ANZIEU D. 1981. *Le corps de l'œuvre*. Paris, Gallimard. 1998.
- ANZIEU et de nombreux autres auteurs 1979. *La sublimation*. Paris, Tchou.
- ATHANASSIOU-POPESCO C. 2003. *Le narcissisme de soi à l'autre*. Psychanalyse en mouvement. Paris, Delachaux et Niestlé.
- ATTIGUI P. et NICHET J. 1998. *L'art questionne la psychanalyse*. In Art et thérapie N° 64,65 Blois, CNL.
- AULAGNIER P. 1932. *La violence de l'interprétation*. Paris, PUF.
- BACHELARD G. 1943. *L'air et les songes*. Paris, José Corti.
- BACHELARD G. 1948. *La terre et les rêveries du repos*. Paris, José Corti.
- BINSWANGER L. 1947 :traduction. *Introduction à l'analyse existentielle*. Paris, Ed. de Minuit. 1971.
- BINSWANGER L. 1987. *Mélancolie et manie*. Paris, Puf.
- BLANKENBURG W. 1991. *La perte de l'évidence naturelle*. Paris, Puf.
- CAILLOIS R. 1958. *Les jeux et les hommes*. Paris, Gallimard.
- CHAMOND J. 1999. « Composantes basales de la confiance et rapport au monde. L'apport de la phénoménologie à la psychopathologie ». in *L'information psychiatrique*. N.3 Mars 1999, pp. 245-251.
- CHASSEGUET SMIRGEL J. 2003. *Le corps comme miroir du monde*. Paris, Puf.
- CHASSEGUET-SMIRGEL J. 1999. *La maladie d'idéalité*. Essai psychanalytique sur l'idéal du moi, Emergences. Paris, l'Harmattan. 2002
- CHENE P.A. 2003. *Initiation à la sophrologie Caycédienne*. Paris, Ellebore.
- CHOUVIER B. et al 1998. *Symbolisation et processus de création*. Paris, Dunod.

- DE M'UZAN M 1977. *De l'art à la mort*. Paris, Gallimard. 2000.
- DURET P. 2001. *Sociologie du sport*. Paris, Payot.
- FELDENKRAIS M. 2003. *Energie et bien-être par le Mouvement*. St jeandebraye, Dangles.
- FREUD S. 1919. *L'inquiétante étrangeté et autres essais*. Paris, Gallimard. 1985
1919 "Das Unheimliche" pp. 211- 263.
- GENTIS R. 1995. *Le corps sans qualité*. Ramonville St Agne, Erès
- GOLDSCMIDT L. 1999. *Les A.P.A. du verbe*. Mémoire de maîtrise. Montpellier.
- GRANGER B. et CHARBONNEAU G. 2003. *Phénoménologie des sentiments corporels. Tome I et II*. Grenoble, Le cercle herméneutique.
- GREEN A. 1990. *La folie privée*. Paris, Gallimard.
- GUILLAUMIN J. 1998. *Le moi sublimé*. Psychanalyse de la créativité. Paris, Dunod.
- KAËS R et al. 1979. *Crise, rupture et dépassement*. Inconscient et culture. Paris, Dunod.
- KIMURA B. 2000. *L'Entre*. Grenoble, Millon.
- LACAN J. 1966. *Ecrits I*. Paris, Seuil.
- LE BRETON D. 1990. *Anthropologie du corps et modernité*. Paris, Puf.
- LE POULICHET S. 1996. *L'art du danger*. De la détresse à la création. Paris, Ed anthropos.
- LE POULICHET S. 2003. *Psychanalyse de l'informe*. Paris, Aubier.
- LEDOUX M. 1992. *Corps et création*. Paris, Les belles lettres.
- LEROY-VIEMON B. 1998. « L'exercice de la confiance : un risque maturant ».in *Lieux et liens de confiance sous la contrainte de la commande sociale*. pp 64-73.
- LOISEL-BUET C. 2004. *La danse à l'écoute d'une langue naufragée*. Lille, Ed. Arcanes et Ed. Erès.
- MALDINEY H. 2001. *Existence crise et création*. Fougères, Encre marine.
- MALDINEY H. 1973. *Regard Parole Espace*. Lausanne, Ed. l'âge d'homme, 1994.
- MALDINEY H. 1997. *Avènement de l'œuvre*. St Maximin, Théétète éditions.
- MAZET P. et LÉBOVICI S 1996. *Mort subite du nourrisson: un deuil impossible?*. Paris, Puf.

- MC DOUGALL J. 1989. *Théâtres du corps*. Paris, Gallimard.
- MERLEAU-PONTY M. 1945. *Phénoménologie de la Perception*. Paris, Gallimard.
- MORAGUES J.L. 1994. *Psychologie de la performance sportive*. Thèse de Doctorat, Montpellier, Université Paul Valéry.
- MORAGUES J.L. 2003. *psychologie de la performance Corps motionnel, corps pulsionnel*. Publications Montpellier 3.
- MORAGUES J.L. 2000. *Originnaire, mouvement et présence*. L'art du comprendre.
- MORAGUES J.L. 1996. « Ethique et technique en psychologie », in *Revue Homo XXXV*, Toulouse, Presses Universitaires du Mirail.
- PAVELAK B., KLEIN J.P. et MOFFARTS C., PONTALIS J.B. 2003. *La présence*. In art et thérapie N°82,83, Paris, Inecat.
1976. *Narcisses*. Paris, Puf.
- RANK O. 1979. *L'art et l'artiste*. Paris, Payot.
- ROSOLATO G. 1978. *La relation d'inconnu*. Paris, Gallimard.
- SIBONY D. 1995. *Le corps et sa danse*. La couleur des idées. Paris, Seuil.
- STRAUS. E. 1935. *Du sens des sens* ». Grenoble, Millon, 1989.
- SUSUKI, FROMM, MARTINO 1998. *Bouddhisme zen et psychanalyse* . Vendôme, PUF.
- THIS C. 1999. *De l'art à la psychanalyse*. Paris, Ensba.
- VARELA F. 1993. *L'inscription corporelle de l'esprit*. Paris, Seuil.
- WATZLAWICK P 1975. *Changements*. Paradoxes et psychothérapie. Paris, Seuil. 1981.
- WEAKLAND J et FISCH R.
- WIGMAN M. 1990. *Le langage de la danse*. Paris, Chiron.
- WINNICOTT D.W. 1958. *De la pédiatrie à la psychanalyse*. Paris, Payot .
- WINNICOTT D.W. 1975 : traduction. *Jeu et réalité L'espace potentiel*. Paris, Gallimard, 1993.

ANNEXE 1 : RELAXATION PAR LA SOPHROLOGIE

Le cadre théorique de la sophrologie :

La sophrologie caycédienne : En 1960, le professeur Alfonso Caycedo, colombien d'origine basque, docteur en médecine et chirurgie, spécialiste en neurologie et en psychiatrie (disciple de Binswanger), fonde la sophrologie à Madrid. Il développe ses recherches à partir de l'hypnose, qu'il abandonne, des méthodes orientales (yoga et zen) et de la phénoménologie.

Il organise la sophrologie sur le plan théorique, à partir du courant phénoménologique de la philosophie de Husserl pour ce qui concerne la réduction philosophique (mettre le phénomène entre parenthèse, suspendre le jugement, revenir à la chose elle-même) et Heidegger puis Binswanger pour la dimension existentielle reprise dans le concept de « vivance ».

La « sophroanalyse vivantielle » n'attend ni explication ni interprétation, **l'animateur soulignera et mettra en relief ce que les phénomènes font découvrir au participant.**

Son action est guidée par trois principes qui se prolongent en une philosophie de vie :

Le principe d'action positive :

dynamiser le positif car toute action positive dirigée vers la conscience se répercute sur tous les éléments psychiques de l'être. **L'activation des contenus positifs** permet une spirale qui induit des attitudes positives au quotidien et améliore l'intégration dynamique de l'être (phénomènes présents, latents et sous-jacents).

Le principe du schéma corporel comme réalité vécue :

Tout passe par le corps, le schéma corporel s'enrichit de notre histoire dans une globalité corps-esprit. Importance de **la corporalité évolutive** .

Le principe de la réalité objective :

Prise en compte de **l'effet que nous produisons sur l'environnement**, perception de notre propre état de conscience dans la relation.

Le sophrologue rencontre le sophronisant : **l'alliance sophronique est un rapport existentiel d'altérité**, le ternos logos désigne l'action verbale et la manière dont le sophrologue adresse la parole au sophronisant, le ton avec lequel il le dirige, la proposition d'adhésion consciente.

Le processus vivantiel est évolutif et représente la transformation qui s'établit au cours de la pratique grâce à **l'accueil des possibles par étapes : découverte, conquête, transformation.**

Les exercices sont proposés à partir de trois techniques clefs :

La SBV : sophronisation de base vivantielle/détente de base, conscience du corps

Le SDN : sophro- déplacement du négatif/évacuer les tensions

La SSV : sophro-stimulation vitale/stimuler la vitalité, dynamiser

Et selon quatre degrés :

-RDC I : le corps, le schéma corporel/techniques de présentation

SRS : sophro -respiration synchronique/respiration

SPP : sophro -présence du positif/positif du moment présent

-RDC II : l'esprit, l'image de soi/techniques de futurisation

SAP : sophro -acceptation progressive/accepter le futur

SPF : sophro-programmation future/évocation a posteriori
-RDC III : la rencontre corps/esprit, la réflexion sur soi/techniques de prétérisation
SMnSP : sophro-mnesie senso-perceptive/passé positif potentialisé
-RDC IV : méditation existentielle/techniques de totalisation
SPV : sophro-présence des valeurs/ valeurs fondamentales de l'être.

Méthodologie de la relaxation :

1- Mise en condition d'imagerie sensorielle, désactivation du penser ou gestion du stress : stress :

- connaître les mécanismes du stress (facteurs internes, facteurs externes, enjeux), repérer la réaction normale modérée de la réaction nocive exagérée
- accepter la situation non modifiable (objective) et modifier la situation perceptive (subjective), relativiser, analyser ses erreurs
- activer la concentration, réguler la motivation, planifier mentalement
- développer la confiance et l'estime de soi, définir et clarifier ses objectifs

Imagerie sensorielle :

- être à l'écoute du monde intérieur et repérer les manifestations chez chacun, apprendre à se connaître
- se stabiliser, se centrer, s'occuper de soi
- délaisser les pensées parasites en développant les images sensorielles
- activer le sentir globalement (interaction des sens)

Choix d'exercices et arguments : relaxation , visualisation et verbalisation

Exercices statiques du 1^{er} degré -RDC I- à partir d'une SB, basés sur la respiration : stabilisation du rythme, centration sur soi à partir d'une fonction vitale, s'occuper de soi en se sentant respirer, prendre conscience d'une respiration active, respirer avec plaisir

- SB : détente, relâchement des tensions par itinéraire corporel
- SRS : auto conditionnement à la détente, création d'une image positive, repérage des points forts, court projet personnalisé
- SPP : renforcement positif à l'intérieur de soi, confiance en soi
- Exercice du karaté : en option pour les personnes ayant besoin de libérer de l'énergie
- Exercice du paysage : choisir un paysage et à partir de l'ambiance générale, sentir et préciser le plus de sensations possible : température, climat, sons, odeurs, goûts, matières, couleurs, mouvements et rythmes...

Exemple de guidance de base pour la détente :

Après vous être promenés dans la pièce et avoir ôté les objets et bijoux qui pourraient vous gêner, vous allez choisir un endroit pour placer votre tapis et vous allonger sur le dos...

Si vous voulez bien vous laisser aller, vous allez relâcher tous les muscles... vous pouvez fermer les yeux... et sentir votre nuque, vos épaules, vos bras reposer sur le sol...(etc : itinéraire corporel vers les pieds...) vous êtes étalé sur le sol , calme, apaisé...

Petit à petit vous allez prendre conscience de votre respiration, de son rythme...de plus en plus paisible ...du trajet de l'air en entrant, en sortant...

Je vous propose maintenant, à chaque expiration de creuser le ventre jusqu'à ce qu'il n'y ai plus d'air, et de le laisser se regonfler tout seul...à chaque inspire... par le nez...tranquillement...laissez l'air vous inonder...le rythme s'installer, en étant actif dans l'expire, vous sentez vos abdominaux...tout à la fois la force et la quiétude vous envahir...

Vous pouvez penser à une odeur agréable, des fleurs, un parfum...

Vous pouvez ensuite, à chaque expirer penser à une situation agréable, à une image ou une musique...ou un mouvement que vous appréciez particulièrement...

...

*Vous allez choisir un moment agréable... et vous pouvez évoquer ce moment à chaque inspiration ...afin qu'il se diffuse dans tout votre corps à chaque expiration, cette sensation vous appartient et vous la mobilisez pour qu'elle se répande dans chaque cellule de votre corps...vous pouvez peut être profiter de ce bien-être ...
avant de respirer plusieurs fois à fond et de vous étirer dans cette confiance puis, quand vous le désirerez, vous ouvrirez lentement les yeux...à votre rythme de reprise...
(puis verbalisation des sensations)*

Nous pouvons enchaîner sur l'imagerie sensorielle dans le cadre de notre dispositif ,ou bien sur les exercices d'improvisations .

2- La préparation avant les improvisations :

La personne doit se mobiliser globalement - corps et esprit - pour « entrer dans la corporalité expressive » des arts du cirque.

Objectifs : renforcer la disponibilité à l'expression de la corporalité requise par le jeu corporel.

- Développer la présence : sentir l'état tonique par la proprioception, développer l'intériorité sensorielle
- La confiance : se faire confiance mutuellement, être relié aux autres
- L'écoute : être un capteur et récepteur sensible
- L'énergie : être à l'écoute du monde interne et externe, les mettre en accord, se détendre ou se dynamiser

Choix d'exercices et arguments : exercices dynamiques et verbalisation

Présence :

- la salutation au soleil : préparation mentale et physique de yoga mobilisant toute les articulations et la respiration , avec possibilité de ritualisation autonome qui s'apprend progressivement en se compliquant et qui peut se répéter en boucle si on le désire.
- miroir solo : méditation sur soi, s'accueillir positivement

Deuxième degré de RD

Confiance :

- portage en fœtus :le groupe se place autour d'un tapis de gymnastique (ou une couverture solide) de 3x3m , la personne qui le désire se place au centre en « fœtus » ou « chien de fusil », ensuite le tapis est soulevé du sol doucement, puis légèrement bercé et déplacé dans la pièce ; il est ensuite reposé très lentement au sol et le groupe reste et assiste au « réveil » de la personne à son rythme de reprise.
- guidage aveugle :en duo, l'un guide en ayant établi un code de sa main dans le dos, l'autre ferme les yeux et se déplace ; puis vice versa.
- poids et contre poids :en duo, appuyé l'un sur l'autre , recherche de toutes les positions en contact qui permettent un déplacement, épaule contre épaule, dos à dos etc...et qui mobilise les fonctions de porteur et de porté ou des deux de façon variable.

Ecoute :

-miroir en duo : deux personnes se tiennent debout face à face et l'un est « moteur », il guide l'autre qui l'imité symétriquement dans tous ses gestes qui sont lents et permettent un suivi, puis l'autre devient le moteur et ensuite cette fonction passe de l'un à l'autre « à l'écoute », (sans verbaliser de consigne), l'énergie se transfère de l'un à l'autre sans rupture après quoi on verbalise les éprouvés .

Energie :

-barattage

-pompage des épaules

-relâchement/contraction :(principe de Jacobson).Se faire le plus petit possible puis le plus grand possible et expérimenter plusieurs positions, s'ouvrir et se fermer comme une fleur ou être le flux et le reflux de la mer...trouver son propre mouvement pour se déployer et se replier, sentir les différents moments de l'action et les états toniques relatifs correspondants.

3- Consolidation du travail des numéros vers le spectacle:

Objectifs : consolider le travail de l'acteur et le projet

Choix d'exercices et arguments :

-SPP : reprendre l'exercice de façon autonome

-SMnSP : RDC III se remémorer le passé de façon positive et renforcer la confiance en soi, ces exercices permettent de s'appuyer sur un support positif (lors du spectacle par exemple) pour aller vers l'avenir (ici, les nouveaux apprentissages par exemple) se réapproprier son passé comme on a envie de le vivre aujourd'hui. Dessiner ce souvenir agréable.

-SAP : RDC II affronter le futur en l'acceptant, projeter de nouveaux objectifs professionnels et envisager les difficultés possibles pour mieux les appréhender.

-SPV : RDC IV reprendre conscience des valeurs essentielles de l'existence comme supports aux projets, s'approprier les valeurs de bases au delà des difficultés, se relier aux autres et mieux cerner le sens de sa vie.

Evocation guidée, puis choisie parmi des propositions, puis propre.

-L'assise en silence

CONCLUSION

Il semble que ce travail de soutien à la créativité artistique à partir d'une connaissance authentique de soi, grâce aux techniques psycho-corporelles soit tout à fait adapté pour les jeunes artistes de cirque.

Ceux-ci ont pris à cœur la relaxation, ils ont posé énormément de questions afin de pouvoir mené à bien leurs séances de façon autonome.

Chacun a pu commencer à repérer les exercices qui lui étaient les plus nécessaires et je travaille avec certains à la demande en fin de séance collective.

Il apparaîtrait que dans le domaine artistique, il soit bienvenu de laisser la liberté de personnaliser les exercices, en particulier l'imagerie.

Les artistes ont un riche imaginaire et sont en difficulté lorsqu'ils reçoivent des consignes trop précises , ils « s'en vont » dans d'autres images.

Je suis toujours partie d'une SBV ou SRS pour amener ensuite les différents exercices mais quelquefois il m'a été nécessaire de réajuster les consignes que je comptais mettre en place, ce que j'ai fait en les rendant moins directives. (C'est pourquoi j'ai rapporté ici le canevas des exercices et non la guidance elle-même.)

Les personnes les plus stressées, choisissent leurs exercices en fonction des activités à mener, pour les autres il semble que cela soit secondaire, ils profitent des séances dans leur ensemble sans se soucier des différentes préparations.

ANNEXE 2 : ENTRETIENS AVEC ALBA

Suite de l'entretien après le module 3/D page : 33 et 34 / AVRIL
Histoire d'Alba

A : « (...) c'est un personnage qui est en moi. »

M : « en toi... »

A : « Oui enfin, il est né avant moi alors je l'ai toujours su, je me souviens pas quand on me l'a dit, quand j'étais petite fallait pas... on avait un placard avec plein de bordel de photos et tout et elle aimait pas trop qu'on aille regarder, parce qu'on pouvait tomber sur des photos du bébé, c'est des trucs que j'ai toujours su et puis pour moi le divorce de mes parents c'est vachement lié à ça aussi. **C'est de là que ça a commencé à mal aller, enfin que ma mère a commencé à être mal. Ca a duré 10 ans avec le divorce par dessus ça aide pas non plus... mon père est dépressif de nature ma mère c'est pas dans sa nature mais elle a vécu des choses qui ont fait que** », « C'est un truc qui m'a marqué en plus ma grand-mère aussi a perdu un bébé c'est vrai que... »

M : « Ta grand-mère maternelle ? »

A : « Oui, par contre elle, elle en parle pas du tout et puis c'était après la guerre il y avait beaucoup d'enfants qui mourraient comme ça, moi je sais que ça peut détruire des vies de perdre un enfant comme ça, c'est vraiment pas anodin, même un bébé : il avait quoi 4 ou 5 mois, ma mère je l'ai pas connu avant, peut-être qu'elle s'est rapprochée de ça, maintenant ça l'a foutu en l'air... » ,(long silence),

« C'est surtout de se dire tout peut aller bien dans la vie et la mort ça vient vraiment à l'improviste ça guette tout le monde c'est pas que je suis parano ou quoi ... », « moi j'ai pas peur pour mes proches ou quoi je me dis jamais... sauf s'ils ont accident ou quoi, moi j'ai vraiment conscience de ça : le destin qui frappe et on peut rien faire. Ma mère c'est pas une dépressive ou quoi, on a beau aller de l'avant quand ça arrive... »

M : « quel âge il avait dis-tu ? »

A : « C'était un bébé de quatre mois je crois. »

M : « Un garçon ? »

A : « Ouais. Moi ça par contre, je l'ai appris récemment, j'avais jamais fait gaffe et ma mère s'est gourée récemment sur ma date de naissance le 28 au lieu du 26. Je me suis moquée d'elle en lui disant : oh tu connais même pas ma date de naissance. Et elle m'a dit « Oh tu sais j'ai toujours un peu du mal avec Tristan », il est né vraiment un an avant moi : le 28 novembre et moi le 26... mais c'est marrant parce que je l'ai jamais vécu comme remplacer quelqu'un, je l'ai jamais vécu comme ça. Et d'apprendre ça, je savais qu'on était né à un an d'écart mais à ce point là je savais pas... »

M : « Quand est-ce que tu as appris ça ? »

A : « Je sais pas, cette année vers mon anniversaire, ça m'a pas fait de peine... »

M : « Quand tu as eu 18 ans »

A : « Oui, sûrement qu'elle s'est déjà trompé quand j'étais plus petite, vu que ma mère, elle a aucune mémoire et qu'elle peut même bien se tromper sur celle de mes frères ou quoi. On y prête pas attention. C'est vrai que je lui en veux pas du tout ou quoi, quand j'étais petite on me demandait : mais ça va t'as pas l'impression de remplacer ton frère ? mais j'ai jamais eu ce sentiment, après j'ai toujours eu conscience que je serais pas là si il avait survécu. » (silence)

M : « être là, ne pas être là ?... »

A : « Ah non, c'est sûr que non ! Elle m'a eu à 40 ans ma mère ! mais en même temps je pense que j'ai pas cette impression parce que le mariage de mes parents s'est défait, moi

j'étais une fille. Jamais je peux remplacer ça, il aurait pas eu du tout la vie que j'ai eu. En plus ma mère...pour moi j'étais un peu son remède. Elle me l'a toujours dit quand j'étais petite, elle me disait que j'étais sa maman. »

M : « être la maman de sa maman ? »

A : « Ben ouais, elle me disait : ah t'es ma petite maman... elle me l'imposait pas mais c'est vrai que je m'occupais d'elle, on s'occupait tous les trois d'elle mais quand j'avais quatre ans je prenais soin de maman !

M : « Elle avait besoin de beaucoup de soins ? »

A : « Non, mais c'est vrai qu'elle était seule, qu'on était souvent toutes les deux, moi je lui faisais souvent des massages des trucs comme ça. Mais après elle était une maman pour moi, ça c'est clair, c'est pas moi qui m'occupait d'elle, c'est vrai qu'on a toujours discuté...pas forcément des discussions qu'on a avec un gosse. Je veux pas dire qu'elle aurait pas du le faire mais ça a toujours été très franc et des fois elle se confiait à nous, enfin aux frères aussi, c'est vrai que c'est assez particulier ; même maintenant elle le dit toujours... même au spectacle , je crois qu'elle m'a appelé « maman » . Mais ça, elle le fait jamais, je sais pas d'où c'est sorti et puis on a rigolé et elle a dit : tiens ! ben oui c'est ma petite maman . C'est un lapsus révélateur et tout ...je pense pas que ça m'ait traumatisée ou quoi. Et puis après, moi j'étais petite, c'était surtout mon frère cadet quand ça allait vraiment pas qui allait discuter avec elle. Moi ça me faisait trop de peine et l'autre se taillait vite fait. On a chacun eu notre rôle. »

M : « Une stratégie face à la difficulté ... ? »

A : « Oui y avait mes deux frères et puis moi et ma mère c'est vrai que c'était différent ».

M : « Deux frères plus grands... »

A : « Oui, bien sûr V. c'était le plus grand, il avait beaucoup de mal à rester quand ça allait pas, il était super renfermé et tout mais en même temps, il assurait pour plein de trucs, il s'occupait de nous : on est parti tout seul au ski avec lui, il avait 15 ans, il gérait, pour ça c'était super. Chacun on a eu nos différentes manières de réagir. S. il était génial avec ma mère et en même temps, c'est un gars violent : il se battait tout le temps, il foutait rien en cours. Dès qu'on le cherche lui, ça le gêne pas de se faire taper, il fait peur parfois S. ... ».

M : « Tu disais qu'à 13 ans ça avait été difficile pour toi ... »

*A : « Oui ça allait pas du tout, on a tous eu du mal. C'est ça qui est dur pour ma mère, c'est super dur, chacun on a gardé des traces de ça. Moi je suis pas très stable, S. il a fait des dépressions horribles, V. c'est plus la morosité permanente. On a chacun nos trucs. C'est vrai que pour ma mère, c'est dur parce qu'elle a tout fait pour que ça aille bien. **Et elle s'aperçoit qu'on a des traces. Pour moi cette année ça a été dur aussi, je culpabilisais de pas aller bien. Parce que je sais qu'elle ça lui faisais trop de peine. Elle m'avait dit une fois : je suis contente parce que toi tu es équilibrée et voilà, je suis pas si équilibrée que ça. »***

Lecture

Alba nous raconte ici son histoire d'enfant dit « de remplacement », je m'inspirerai de la recherche intitulée « Mort subite du nourrisson : un deuil impossible ? l'enfant suivant » pour la compréhension du cas.

- Deuil et anniversaire

Les auteurs nous informent des constantes repérées dans leurs recherches : Les naissances suivantes ont souvent lieu un an après la mort subite, elles sont l'espérance de réparation narcissique pour les parents : « *C'est le manque, le vide qui entraîne les parents dans cette nouvelle conception à laquelle les pères finissent par consentir, fléchir, espérant voir céder la dépression de leur compagne.* ». Mais très souvent les couples se séparent par la suite.

Freud, dans la « Passagereté » écrit : « *La libido se cramponne à ses objets, même lorsqu'un substitut se trouve disponible.* »

Ici, la naissance à lieu à un an et deux jours près, or la mère d'Alba se trompe de date et lui souhaite l'anniversaire de sa majorité (18 ans), à la date de naissance de son frère mort, ce qui réactive brutalement la problématique d'Alba, enfant de remplacement pour la mère, d'autant plus qu'elle est dans une étape importante de son autonomie, de la séparation et de la perte.

On comprend pourquoi Alba s'est trouvée blessée dans les jours suivant (tendon d'Achille).

Alba vivra une phase dépressive de plusieurs semaines jusqu'à se perdre dans le rien pour se retrouver et reprendre son histoire sous forme de n°.

Alba fait un travail sur « la part des choses », malgré un vécu douloureux, elle a du mal à en vouloir à sa mère, elle la protège pour la garder comme bon objet auquel s'identifier.

- Enfant de remplacement et répétition

Pour les auteurs, l'enfant de remplacement est une notion utilisable pour la mère mais difficilement pour l'enfant, ce qu'Alba verbalise très bien dans les entretiens.

C'est d'abord la mère qui lutte contre l'effondrement dépressif et contre la perte, ici, c'est redoublé transgénérationnellement, la mère via la grand mère, se trouve dans la répétition : la dépression et le travail de deuil d'enfant font partie du travail d'identification et c'est bien ce que nous retrouvons avec Alba.

Les auteurs confirment : « *C'est à cette partie perdue de soi-même qu'est identifié le bébé mort, et c'est à ce bébé mort, (donc à « soi-même » perdu) qu'est identifié le bébé actuel.* »

- Le « si » mélancolique

Alba dit : « *Je serais pas là si il avait survécu* », ce « si » nous semble à rapprocher du « si » des mélancoliques (dont parle Binswanger), en déterminant un faux futur, il annule le présent et signe une perturbation de la temporalité, versus dépressif qu'Alba a pu jouer dans le dispositif.

Lors de certains moments plus dépressifs, elle a transformé ce « si » par : *si il survit un peu* – trop, dans l'imaginaire de la mère, *je ne suis pas vraiment assez-* là dans l'imaginaire de la mère, je suis « *perdue* » par et pour ma mère, je suis ce vide pour elle, je ne suis rien, ce qui renforcera la phase dépressive dans un premier temps puis après un travail sur le rien, dans un second temps, cela déclenchera un effort d'identification / différenciation, soumis au regard de la mère lors du spectacle.

- La réparation et l'artistique

Les parents ont eu un double travail psychique en tension à faire : travail de deuil du bébé mort et travail d'identité du bébé actuel.

Le bébé doit être un autre et non le même (figure évolutive du narcissisme primaire).

Les auteurs nous disent que l'enfant, grâce à ses différences, à sa singularité peut relancer le travail de deuil de la mère et en ce sens réparer, ici Alba est un « remède » .

C'est donc en créant sa propre identité que l'enfant répare, d'où peut naître la confusion : il ou elle est, la réparation, mais que suis-je d'autre ? en cela il se peut que le domaine artistique vienne servir de terrain d'épreuve avec le risque de la répétition : prouver à soi et aux autres toujours plus de soi mais jamais suffisamment...

Il s'ensuit des répercussions sur le travail d'identification dans le sens complexe d'emprunter et de prêter à l'autre.

Alba parlera de retrouver de la « cohérence », de continuité à travers le changement , mots évoqués dans le même sens par les auteurs de la recherche, c'est pourquoi le maintien de la confiance basale et le tissage de liens m'ont apparu comme les fondements de cet accompagnement, comme opérateurs d'une évolution mais aussi comme moyens de prévention.

-Identité, traces et idéal du moi

Alba fait le constat de la réalité : ce drame a laissé des traces, elle, sensée être un enfant de l'espoir, idéalisée par sa mère, ne peut pas participer au déni de la mort, elle en ressent de la culpabilité (elle n'équilibre plus sa mère), ce principe de réalité l'a déséquilibrée et en même temps c'est dans ce mouvement de déséquilibre qu'elle peut « passer », telle une funambule, de l'idéal du moi parental à un idéal du moi propre.

Suite de l'entretien près le module 3 /D pages : 30, 31, 32 / JUIN
dans l'après coup des spectacles

J'aurai plusieurs entretiens avec Alba au cours desquels j'ai très peu parlé. J'étais à la fois toute présente à elle et en même temps sans mots devant l'histoire déroulée : nous nous sommes entre-tenu dans un fond de vie partagé.

Ses parents ont vu le spectacle :

A :- « Là y a eu ma mère vendredi avec mes deux frères et le lendemain mon père et sa copine et mes deux frères qui sont revenus. V. a filmé... C'était chouette. Et comme là tous mes doutes de cette année tout ça je leur en avais parlé, ils étaient contents. »

M :-« Toute la famille»

A :-« Maman était ravie. Mais elle est toujours ravie de ce que je fais alors...à chaque fois c'est : oh ben de toute façon c'est ce que t'as fait que j'ai préféré ! c'est toujours comme ça. Quelque part je me dis : avoir des compliments c'est super, je sais que si j'en avais pas, se serait dur mais en même temps j'y apporte pas spécialement d'importance parce que ça lui plairait de toute façon. Je crois que mes frères étaient assez surpris ça j'étais assez contente

et ma mère a bien compris le sens de mon numéro. Elle m'a dit : hola ça m'a toute retournée cette histoire de bébé , j'étais assez contente, je l'ai pas fait pour elle mais qu'elle ait capté le message, je suis assez contente. »

M :- « vous en avez parlé ? »

*A :-« Non-non, moi je lui ai juste dit que c'était pas un hasard, pas du tout. Mais on en a pas vraiment parlé, en plus elle est arrivée pour le spectacle et elle est repartie le lendemain à midi alors...on a pas eu trop l'occasion. Ca lui a bien plu c'est clair. Quant à mon père il a vachement aimé aussi mais lui...il a vachement aimé, il a été surpris du spectacle en général parce que je pense qu'il s'attendait pas...enfin c'est du « nouveau cirque », il était là : oui j'ai trouvé que c'était plein de poésie, bon, c'est pas très technique mais j'ai adoré parce que ... il m'a écrit un petit mot après qui dit : **j'ai vu des jeunes qui arrivaient à s'exprimer mieux qu'avec des mots**, et j'ai trouvé ça très juste et lui, il a adoré. Je pense qu'il a été surpris et agréablement. Mais par la forme du spectacle et pour moi, il était content, il a vu que j'avais l'air heureuse sur scène et c'était le cas donc... », « mes frères aussi auraient très bien pu le capter, je sais pas si c'est le cas, je pense qu'ils ont vu... après ils ont bien vu aussi que je faisais pas un truc mélo ou quoi donc... mais mon père j'en sais rien. Avec mon père on a jamais trop parlé de ça. De toute façon mon père c'est la première chose qu'il m'a dit : je suis content de t'avoir vu heureuse sur scène et ça valait le coup de se prendre la tête c'est exactement ça. »,*

*A : - « **Pour moi, le salut final, c'était comme accueillir la nouvelle Alba !** »*

M :-« est-ce que c'est aussi ta manière de dire : regardez, on peut en parler je sais tout »

A :-« oui c'est ma manière de dire ça, parce que pendant un moment, on en parlait pas trop parce que c'était dur pour ma mère mais ça n'a jamais été tabou et peut-être aussi que ça a été un moyen pour moi de m'approprier cette histoire parce que c'est arrivé avant que je naisse et en même temps, ça a eu trop d'influence sur ma vie, peut-être que c'était aussi pour moi le moyen de lui dire que je l'avais vécu finalement. Mais je pense qu'elle en avait conscience, on se connaît énormément avec ma mère..... c'est vrai qu'avec mon père, - maintenant qu'on en parle - , ce serait bien qu'on en discute, lui demander si lui a saisi d'où ça pouvait me venir. »

Lecture :

- L'enfant idéal

« Ces bébés, porteurs de tant d'espairs, sont aussi chargés d'être des bébés parfaits.(...)ils semblent bien remplir ce rôle. » écrivent les chercheurs, de plus « Un pouvoir très grand est prêté à cet enfant, qui lui aurait permis de triompher de la mort et par sa vie même de se révéler plus fort que la puissance de la mort.(...) Investi de ce pouvoir, il représente pour les parents la projection de leur toute puissance narcissique et serait à ce titre tout à fait réparateur. » plus loin : « Elle , c'est sacré. » disent les parents, et encore :« Ces enfants sont « victimes » du regard dont ils ont été l'objet. Ils ne peuvent exister en dehors de lui, c'est la direction du regard qui permet l'investissement.(...) Ils veulent montrer ce qu'ils savent faire dans quelque domaine que ce soit. », « toute défaillance chez l'enfant vient réactiver la blessure des parents. »

Nous comprenons combien il peut être difficile pour ces jeunes ensuite, de s'émanciper de ce projet parental et nous retrouvons les raisons pour lesquelles Alba pouvait avoir besoin non seulement d'un accompagnement, comme tout adolescent artiste, mais aussi d'un soutien personnalisé adapté à certaines phases de son évolution, ce qu'a permis le dispositif jusqu'à «l' accueil de la nouvelle Alba » lors du spectacle.

- Verbaliser

Alba a souligné plusieurs fois que si « cela (la mort, le bébé) n'était pas tabou », pour autant « on en parlait pas ».

L'événement est trop douloureux, vécu comme indicible, évidemment repéré comme ayant eu une influence mais nié comme pouvant encore en avoir actuellement.

Or, lors de nos rencontres, nous en avons parlé, Alba a pu m'en parler sans que j'en sois détruite, j'ai accueilli ses difficultés, elle m'a quelquefois malmenée : je ne lui répondais pas, elle ne viendrait plus, elle irait voir un psychologue (!) etc

Je suis restée solide, « au rendez-vous ».

Pour Alba, en parler, c'était et c'est pouvoir parler d'elle, être reconnue pour elle-même, exister.

Elle va, à la suite du dispositif et au vu de l'importance qu'a pris le regard dans les relations parentales, utiliser cette communication, s'exprimer de façon « spectaculaire » : il faut « capter » le regard de la mère et « s'exprimer mieux qu'avec les mots » envers le père ...

qui lui écrit un mot et dont elle dit « qu'il(l' ?) a adoré » .

Alba peut ensuite envisager d'en parler à son père, ce qui permettra éventuellement de remettre en mouvement la situation oedipienne afin qu'Alba puisse poursuivre sa route sur le chemin de l'émancipation .

« Ce serait le processus « normal » à l'adolescence, d'abandon et de renoncement aux objets d'amour oedipiens infantiles et à l'enfance même du sujet, puis d'investissements de substituts avec au passage identification (ou renforcement des identifications) aux objets perdus ; c'est par là même que l'adolescent développe sa personnalité et renforce son identité définitives. »¹

AUTORISATION d'utilisation de données

Je soussignée, ALBA, autorise Martine Leroy psychologue stagiaire à utiliser les données de mes entretiens, visualisations, improvisations et spectacles effectuées durant l'année 2003-2004 en tant que stagiaire de la formation professionnelle « préparation aux métiers des arts du cirque » à Balthazar, Centre des arts du cirque de Montpellier.

Pour valoir ce que de droit,

A Montpellier, le août 2004

¹ Corcos M.,Bochereau D., Jeammet P.1999 , « Les troubles maniaco-dépressifs à l'adolescence »Masson, p.63.

ANNEXE 3 : TESTS D'ALBA

1- Test de dépendance à l'exercice Heather A. Hausenblas et D. Symons Downs

Les résultats montrent :

- Effets de manque : non, pas de dépendance avérée : items 1,8,15
- Tolérance, besoin d'augmenter la quantité , non : items 3,10,17
- Manque de contrôle, désir persistant à réussir, oui : items 4,11,18
- Passe du temps à l'exercice physique mais sans excès : items 6,13,20
- Exercice pratiqué sans augmenter la quantité ou le temps : items 7,14,21.
- Ne fait pas passer les autres activités en arrière plan : items 5,12,19
- Prend en compte la blessure, oui : items 2,9,6

2- Echelle de recherche de sensations de Zuckerman (S.S.S.)

A la lecture de la grille de corrections ,les résultats montrent :

- Recherche de danger et d'aventure : 10 items sur 10
1A ,10A,15B,16A,21B,27A,29A,30B,34B,39A
- Recherche d'expériences :3 items sur 10
4B,11A,32A
- Désinhibition :5 items sur 10
6A,9B,20A,22B,40A
- Susceptible à l'ennui : 5 items sur 10
2A,24B,26B,31A,37B

3- Test de capacité à la visualisation : Sport Imagery , questionnaire de Maertens(1982)

Bonne capacité de visualisation au départ : la clarté des images vues et les sensations corporelles prédominent sur la clarté des sons et de l'humeur.

A précisé sur son test: « *Vue du mouvement mais ça n'est pas moi, par contre je me reconnais aux sensations qui me viennent.* » Vue : externe , kinesthésie : interne.

Résumé :

Le jeune adulte en formation aux arts du cirque est soumis à de fortes pressions issues des enjeux de sa formation et des exigences de la création artistique.

A cette occasion, il peut manifester des troubles psychologiques de l'ordre de la crise identitaire.

Dans ce cas, le psychologue peut intervenir en vue d'éclaircir les conflits psychiques, en pratiquant une « clinique de la perte » ; mais aussi en proposant un détour par les techniques psychocorporelles qui permettent de maintenir la confiance basale en pratiquant une « clinique du lien ».

Cela permettra au jeune artiste de retrouver confiance en lui pour affronter les remaniements psychiques, d'exprimer sa corporalité à travers la création et de se repositionner pour éventuellement confirmer la nature de son désir et la valeur de son projet.

Mots clefs : Crise d'identité - confiance basale - idéal du moi - corporalité - création

Abstract :

The young adult training in the arts of circus is submitted to strong pressure arising from what is at stake and from the demands interns of artistic creativity.

At this occasion, he may show psychological disorders related to an identity crisis.

In this case, the psychologist is able to intervene in order to clarify psychical conflicts through practising a “clinical approach of loss” but also by suggesting a bypass based on psychobodily techniques which allow to maintain one's basic confidence through a “clinical approach of bond”.

This will enable the young artist to regain his confidence to confront psychical reorganization, to express his bodily style through creation and to readjust himself in order to confirm the nature of his wishes and the value of his project.

Key words: Identity crisis - Basic confidence - ideal ego – bodily style – creation