

L'haptonomie pour inviter l'enfant à développer son autonomie librement

L'immaturation du petit d'homme à sa naissance oblige les adultes qui l'accompagnent à une réflexion sur la façon de l'aider à pouvoir ce qu'il peut, et non à prendre le pouvoir sur lui en faisant à sa place. La question de l'autonomie est au coeur de la pratique haptonomique.

Nous connaissons tous ces situations d'enfants allongés sur le dos sur un tapis, et qui essayent de se retourner, de s'asseoir, mais qui sont laissés seuls dans cette impuissance, sans aucune assistance comme des tortues qu'on laisserait sur le dos. Est-ce le meilleur chemin pour les accompagner dans leur vie ?

Nous sommes là face à une pensée et un mode de fonctionnement, qui repose sur une logique binaire (ON-OFF). Autrement dit, dans une vision dualiste du « tout ou rien » qui signifie à l'enfant : « *soit tu es capable de faire une action seul, soit je la fais à ta place !* ». Et bien souvent les adultes décident de ne pas l'aider tant qu'il ne trouvera pas la solution par lui-même sans aucune aide.

Pourtant, il apparaît clairement que les besoins d'un jeune enfant au cours de son évolution sont bien plus subtils. En effet, nous pouvons pousser à l'extrême cette logique de ne pas agir à la place de l'enfant tant qu'il ne peut pas agir de lui-même.

Pourquoi lui parler puisqu'il ne parle pas encore ? Pourquoi le prendre dans nos bras pour lui donner à manger ? Pourquoi le protéger du froid ou du chaud en l'habillant ou le déshabillant ? Pourquoi le laver quand il est sale ? Laissons-le se débrouiller seul...

Nous savons pourtant tous que c'est pour lui une question de survie ; la délicatesse de nos interventions se situera dans l'entre-deux : ni faire à sa place, ni ne rien faire.

Des besoins physiologiques et affectifs

Nous n'avons pas d'autre choix que d'accepter notre condition de mammifère né immature. Nos jeunes enfants sont dépendants des adultes pendant un certain temps, ce qui ne veut pas dire qu'ils ne puissent pas vivre une certaine autonomie, à condition que l'on tienne compte des désirs vitaux qu'ils expriment.

La question semble alors de savoir comment les comprendre, les sécuriser, les accompagner et les aider à développer leur autonomie en leur donnant envie de rentrer pleinement dans la vie, y compris dans une aide motrice.

L'expérience du roi de Prusse *Frédéric II*, nous rappelle l'importance de la nourriture affective. Ce dernier parlait neuf langues (le latin, le grec, le sicilien, l'arabe, le normand, l'allemand, l'hébreu, le yiddish et le slave) et il voulait faire une expérience pour savoir quelle était la langue "naturelle" de l'être humain. Il installa six bébés dans une pouponnière et ordonna à leurs nourrices de les alimenter, les endormir, les baigner, mais sans jamais leur parler ni avoir aucun contact affectif avec eux.

Il souhaitait découvrir quelle langue ces bébés "sans influence extérieure" choisiraient naturellement. L'expérience ne donna pas le résultat escompté. Non seulement aucun bébé ne se mit à parler un quelconque langage, mais tous les six dépérèrent et finirent par mourir.

Pour vivre, et même pour survivre, la « prose biologique » ne suffit pas, il est nécessaire de trouver de la « poésie affective » sur son chemin !

L'enfant qui a des besoins pour survivre, a aussi des besoins pour vivre. Il a des besoins d'amour, d'interactions affectives, de partage, et il a besoin de défis. En particulier, l'expérience du défi est d'une grande subtilité et mérite d'être utilisée pour accompagner de très jeunes enfants.

Respecter chaque personne

Il convient sans aucun doute d'observer une grande prudence pour ne pas risquer d'être dans la sur-stimulation et ne pas plaquer ses propres désirs, ses propres souhaits sur les épaules d'un enfant.

Il me semble nécessaire aussi de savoir respecter les moments où l'enfant observe, contemple et découvre le monde, le comprend petit à petit, le reconnaît. Et aussi ces temps tellement essentiels où dans le silence de son intériorité, il laisse « sédimenter » l'expérience qu'il vient de vivre. Il donne sens à son expérience, et pour cela il a besoin de ne surtout pas être dérangé.

Mais tout cela ne signifie pas qu'on ne peut jamais l'amener à découvrir le monde à travers des propositions et invitations motrices.

La grande difficulté, pour être juste dans nos propositions, est d'apprendre à connaître et reconnaître, anticiper qui est cet enfant, quels sont ses appétences, ses désirs. Mais aussi quel est son tempo pour répondre, quelle est sa façon propre de répondre, quelle est sa typologie ?

Frans Veldman, qui a découvert l'haptonomie, affirmait clairement que l'émerveillement, la joie et le plaisir de vivre permettent de développer le courage de vivre et nourrissent l'aptitude à vivre. En cela, il s'inscrit dans le chemin ouvert par Baruch Spinoza, qui considérait que construire la joie est notre principal travail d'humain...

Le soutien haptonomique, une invitation à la relation

En haptonomie, nous parlons d'invitation, ce qui laisse la possibilité à toute personne invitée (y compris le bébé) de refuser, de ne pas répondre à celle-ci.

L'adulte a le devoir de ne jamais forcer un enfant dans un geste si l'enfant n'en est pas encore là, ou s'il n'est pas disponible à ce moment-là. Il faut savoir reporter certaines actions s'il n'est pas prêt. Pour cela, il ne faut pas partir d'un préétabli ou d'a priori qui nous empêcheraient d'explorer avec lui ses capacités et ses désirs du moment.

Nous évoquons souvent le soutien de l'enfant dans un projet psychomoteur, mais il n'y a pas d'urgence à ce qu'il développe ses compétences motrices le plus vite possible. L'urgence est de le soutenir dans son engagement au sein du monde des humains et dans sa disponibilité aux interactions humaines, et cela passe par un soutien de ses facultés

motrices “en devenir”, et par un véritable engagement de l’adulte, à la fois moteur et affectif, perçu et vécu par l’enfant.

Mouvement ensemble et présence au monde

Il ne faut pas oublier qu’un enfant est un être qui a vécu pendant les 9 mois de sa vie intra-utérine une expérience de mouvement. Il pouvait se mouvoir et plus ou moins interagir avec son monde environnant.

Après sa naissance, il découvre subitement des mains qui le saisissent et une force, inconnue jusque là, qui va changer considérablement son rapport et son interaction au monde : la pesanteur.

Il régresse dans sa motricité et il ignore que cela va évoluer favorablement pour lui dans les mois à venir. Nous pouvons dès sa naissance le rassurer par notre façon de le porter et l’aider à percevoir que le mouvement reste possible, et découvrir ce qui s’ouvre à nous dans le monde de la pesanteur.

Nous devons parfois aussi aider certains enfants à patienter face à l’envie d’aller « plus vite que la musique ». Pour éviter que la frustration de ne pas pouvoir être assis seul ou de ne pas pouvoir être debout prenne trop de place, on doit l’accompagner dans le vécu de son autonomie, par exemple en l’aidant à pouvoir se retourner, ramper, etc., et en même temps on peut commencer à l’accompagner à découvrir les stades suivants de la station assise et debout (accompagnement qui guide l’enfant par l’invitation, et qui ne se substitue pas à lui).

Lorsque le mouvement est porteur de désir, on peut dire que d’une certaine façon, il n’y a plus de mouvement puisque le rapport au temps et à l’espace ne sont plus les mêmes : il n’y a que de la danse ! Ce qui compte à ce moment là, c’est l’instant, c’est l’intensité (et l’immensité !) de notre présence au monde. L’attention de l’enfant (et la nôtre !) ne sont plus centrées sur le geste mais sur le soutien à son intentionnalité vitale, à son désir de vivre.

Nous rentrons dans la subtilité, d’un service « à la personne », spécifique, en fonction de la personne et de ce qu’elle exprime.

« **Suggérer, c’est créer. Décrire, c’est détruire** » nous disait Robert Doisneau.

Certains enfants, très moteurs, se précipitent dans une gourmandise motrice. Nous pouvons par moment les aider à « ralentir », à percevoir la légèreté des points d’équilibre, à sentir qu’ils se mettent en mouvement dans un monde d’interaction et qu’ils doivent en tenir compte. Pour eux, comme pour chacun, cette découverte est capitale car l’un des sens de l’éducation est d’aider à comprendre comment vivre en harmonie avec les autres et non pas s’attendre à ce que les autres s’adaptent à soi. Par ailleurs, découvrir le mouvement ensemble, de concert, dans une synergie motrice totale est une expérience extrêmement réjouissante et essentielle dans la construction de cet être en devenir. Dans ces conditions, l’autre peut partager avec l’enfant sa réjouissance à vivre son autonomie motrice, sans être une entrave à sa propre liberté.

Nous constatons que d’autres enfants se mettent moins spontanément en mouvement. Ils semblent plus passifs. Parfois ils n’osent pas s’aventurer dans le

mouvement qui les mettrait en déséquilibre, mais parfois aussi ils « rencontrent » le monde d'une autre manière, davantage par le regard ou l'audition. Ils doivent être respectés et entendus dans leur typologie, mais nous devons aussi les amener à découvrir qu'il y a une nécessité vitale à se mettre en mouvement et que le déséquilibre n'est pas synonyme de danger. Si ces mouvements sont porteurs de plaisir et de désir d'aller vers, ils viendront justement nourrir leur typologie. Toutefois, nous devons veiller à ce que ces enfants vivent le mouvement, sans être consciemment centrés dessus, car bien souvent ils sont sur la défensive, dans la méfiance et la peur du déséquilibre. Pour dépasser la crainte du déséquilibre, il est nécessaire qu'ils apprennent à anticiper davantage et à pouvoir jouer avec leur déséquilibre plutôt que lutter contre lui. Cet apprentissage anticipatif doit véritablement se faire dans une ambiance qui ne demande rien et qui n'attend rien, mais où l'adulte n'est pas non plus dans la surprotection. Cela signifie que les enfants doivent sentir notre confiance dans le déploiement de leurs facultés (adaptées à leur âge), y compris dans leurs chutes, ou dans leurs retards à effectuer un geste. Il est nécessaire de les aider à relativiser ces petites erreurs qui seront bien- tôt dépassées.

La verticalité comme soutien de l'élan vital

L'une des spécificités bien connue de l'haptonomie dans ce domaine, est de faire appel, le plus tôt possible, à la verticalité de l'enfant.

Attention, nous ne sommes pas dans la recherche d'une performance motrice et il n'est pas facile de transmettre notre façon de porter l'enfant car cela ne se résume pas à une technique de portage.

Il s'agit de percevoir comment accueillir l'enfant et l'aider à vivre cet accueil dans le vécu de sa base. Cela lui donne la sensibilité et la disponibilité de se tenir dans sa verticalité spontanée, en même temps que l'adulte perçoit et soutient le déploiement de son élan vital.

Ce soutien est à la fois un accueil et un appel à l'ouverture, à l'entrée dans le monde dans un vécu d'autonomie.

Nous observons que l'enfant redresse naturellement, de façon non volontaire, sa colonne vertébrale et tout son être dans une verticalité où l'intensité du regard et de la présence sont totalement différents.

L'équilibre est un mouvement perpétuel, il n'existe pas en tant que tel. Nous le recherchons, nous tendons vers ; il n'est jamais acquis définitivement. Il est cependant possible de vivre en profonde sécurité avec cette aptitude à anticiper et réaliser avec réjouissance notre danse au monde.

Il existe toujours des mouvements, des contrepoids, des anticipations inconscientes qui vont amener et susciter des actions, souvent non prévues, pour retrouver le chemin vers l'équilibre. Nous entrons dans la créativité, dans la liberté, dans la sécurité motrice, lorsque nous ne nous positionnons plus en observateur de cet équilibre, ou de nos gestes, mais que nous nous présentons dans la direction de ce vers quoi nous tendons.

La vie n'est que mouvement, et recherche à s'approcher de ces moments où l'on peut vivre un instant, dans le même espace-temps qu'autrui, la rencontre.

« ...

*Au 'still-point', là est la danse,
Mais ni arrêt ni mouvement.*

*Et ne l'appellez pas fixé...
Là où il n'y aurait nulle danse
Encore que là, il n'y ait **que** la danse. » T. S. Eliott, traduit par Frans Veldman.*

Conclusion

L'accompagnement haptonomique est un véritable soutien au plaisir de vivre de l'enfant, à travers l'invitation à la découverte de son élan vital, porté par ce qui le meut et l'émeut. Le plaisir, la joie sont au rendez-vous, pour l'enfant comme pour l'adulte qui découvre, chaque fois encore, la force de l'élan de vie dans la rencontre.

Vincent XAMBEU

*Masseur-Kinésithérapeute D.E
Haptothérapeute*

Mail : pinsonxambeu@yahoo.fr

Formateur au CIRDH-FV

*(Centre International de Recherche
et de Développement de
l'Haptonomie-Frans Veldman)*

[9 bis Villa du bel Air](#)

[75012 PARIS, France](#)

NOTES

(1) VELDMAN F. dans son ouvrage « L'haptonomie, science de l'Affectivité » PUF

(2) SPINOZA dans son ouvrage « L'éthique »

(3) DOISNEAU R.