

Le sujet du mouvement

Raphaël MINJARD¹

Vie psychique

Chacun d'entre nous sait que les événements de notre vie laissent en nous des traces susceptibles de se représenter à un moment ou à un autre de notre existence. Ces traces, signent le fait que nous appartenons à une catégorie du vivant présentant la capacité d'être affecté, d'être transformé par un événement.

Auto-réflexivité

Une des particularités de l'être humain est sa capacité à avoir un mouvement réflexif, il peut réfléchir, il peut penser, mais il peut également réfléchir qu'il réfléchit. Cette autoréflexivité² se trouve répétée, doublée dans le rapport que l'on entretient avec notre corps. Les patients nous le disent : « je ne m'écoute pas », « on me dit que je devrais me calmer un peu, mais je ne vois pas pourquoi » ... un enfant encoprétique de 9 ans me disait : « dès fois je sens pas quand ça sort » ...

Cet enfant, ces patients, nous parfois montrons là au mieux des fragilités, au pire des trous dans la relation que nous entretenons avec notre propre corps. Des défaillances dans la capacité auto-reflexive de : « se voir, se sentir, s'entendre ».

Besoins primaires

Cette capacité s'acquiert dans les premiers moments de la vie et s'articule avec la reconnaissance et la satisfaction de nos besoins primaires.

La construction de notre propre auto-réflexivité est dépendante de la manière dont l'environnement va accompagner l'enfant à se découvrir, à prendre du plaisir à être lui-même à habiter son corps.

¹ Psychologue clinicien, PhD, Maître de conférences en psychopathologie et psychologie clinique, université Lumière Lyon II, Centre de Recherches en Psychopathologie et Psychologie Clinique (CRPPC)
Vice-président de la Société Auvergne Rhône-Alpes Douleur (SARADol)
Correspondant Régional Rhône Alpes Psychologue pour la Société Française d'Étude de la Douleur (SFETD)
www.raphaelminjard.com

² Je ne ferai qu'une référence large et accessible à tout soignant pour ce topo mais qui me semble contenir suffisamment d'éléments pour penser le mouvement psychique : Roussillon R. et Coll, (2007), *Manuel de Psychopathologie et psychologie clinique générale*, Paris, Elsevier-Masson

Le plaisir d'être ensemble

La construction de soi, de sa corporéité, du plaisir à être soi passe par la relation à l'environnement et notamment l'environnement proche du sujet. La construction de soi passe par l'échange avec la mère ou son substitut et passe par le plaisir que cette mère ou son substitut prend à s'occuper de son enfant. C'est-à-dire qu'il faut non seulement que la mère soit attentive aux besoins de son enfant, mais également qu'elle lui témoigne le plaisir qu'elle prend à s'occuper de lui.

Nous avons tous traversé ces étapes et elles nous ont amené là où nous sommes aujourd'hui. Cette construction est également celle qui nous permet de ressentir le monde, d'être affecté par ce que nous vivons. Hors nous ne sommes pas affectés n'importe comment, nous le sommes selon la façon dont on s'est construit.

Affect

Etre affecté signifie que nous vivons à la fois une manifestation corporelle et une manifestation psychique. Par exemple la perte d'un être cher peut nous déprimer et nous faire pleurer.

Ces manifestations sont le signe d'une vie psychique et physique, d'une vie psychosomatique. Une bonne santé physique est marquée de la capacité à tomber malade de temps en temps et une bonne santé psychique de la capacité à nous déprimer de temps en temps. Ces variations témoignent du vivant, de notre « être vivant » au contact du monde qui nous entoure.

Capacité de liaison

Ce dont nous disposons également c'est de la capacité de liaison. La capacité de faire du lien entre les événements de notre vie et nos états émotionnels. Cette capacité est différente selon la manière dont le sujet est organisé, selon la manière dont il s'est organisé depuis sa venue au monde (même avant diraient certains). Un être humain ne peut exister seul, il a besoin de la relation à l'autre, Il ne se construit jamais seul, il se construit au travers de la relation à l'autre et la qualité de cette relation va l'outiller pour toute la durée de sa vie.

Ce travail de lien est donc nécessaire à la vie et pour la vie. Le travail de lien permet une chose fondamentale pour l'être humain, c'est donner / trouver du sens à ce qui nous arrive dans la vie. Et trouver / donner du sens à notre vie c'est ce que l'on appelle vulgairement « avancer ». Jusque-là les choses sont simples.

Sauf que le sens ne se donne pas d'emblée et la causalité n'est pas linéaire. Pire encore le sens du mouvement psychique ne se donne à voir généralement qu'après coup.

La rencontre avec les patients douloureux nous en donne des exemples tous les jours et je vais vous l'illustrer dans un moment.

Résistances

Comme je vous l'ai montré la construction psychique n'est pas sans difficultés et les différents aléas de la vie nous font également produire des moyens de nous défendre. Notre système de fonctionnement a besoin de défenses. Je ne vous ferais pas la liste ici, mais il faut savoir que certaines sont plus coûteuses en énergie que d'autres. Mais il est important de penser qu'une défense engendre un mouvement de résistance.

En mécanique la résistance est une force qui s'oppose à un mouvement... oui mais cette force s'origine sans doute quelque part et son sens et son intensité sont sûrement relatifs au mouvement qui tente d'être opéré.

En psychanalyse, la résistance s'oppose au retour dans le conscient de pensées inconscientes qui pourraient participer à la guérison du patient. Ces résistances ne sont pas toujours conscientes. Il y aurait donc en nous quelque chose qui s'oppose à la guérison. Ce quelque chose qui résiste est en lien avec la crainte de voir revenir non seulement des outils pour aller mieux, mais également des choses beaucoup moins plaisantes. Il y a donc un bénéfice à ce que rien ne change. Ce bénéfice n'est pas toujours visible, il se donne à voir au fil de rencontres dans une temporalité que l'on ne peut définir par avance puisqu'elle est relative à la manière dont chaque individu va être capable de se saisir dans la rencontre d'éléments susceptibles de démobiliser les résistances.

Un certain nombre d'approches psychologiques, paramédicales, médicales visent à penser qu'il suffit en utilisant des outils qui ont également pour effet de faire disparaître les symptômes de faire tomber un certain nombre de résistances pour relancer le mouvement. Le risque que vous l'aurez compris est que si l'on touche à certaines résistances, c'est la vie psychique, voire la vie du sujet que l'on met en péril.

Dans la vie quotidienne nos résistances sont à l'œuvre... nous n'avons qu'à penser aux difficultés rencontrées lors du passage de certains services en 12h. Souvent le premier mouvement fut de dire non, puis faut voir, puis on va réfléchir... puis on le fait... Les résistances nous permettent de nous approprier les choses à notre rythme.

Un autre point important de notre quotidien concernant la vie psychique et ses mouvements que je veux aborder est la question du traumatisme.

Traumatismes

Si les événements de notre vie nous transforment, tous ne sont pas générateurs de mouvement. Certains viennent parfois entraver notre mouvement, limiter ou stopper l'élan vital qui nous meut de manière plus ou moins violente, plus ou moins radicale, plus ou moins consciente.

Ces traumatismes nous les repérons par leurs effets. Ils sidèrent, ils empêchent de penser, ils empêchent également de nous mouvoir. Le problème que l'on rencontre c'est que l'on ne sait pas ce qui fait traumatisme car ce qui peut être traumatique pour quelqu'un ne l'est pas forcément pour un autre et ce qui est traumatique à un moment de sa vie ne le sera pas forcément à un autre.

En psychologie et en psychanalyse, on définit le traumatisme comme le débordement de notre capacité à donner du sens, le débordement de notre capacité de liaison. En disant cela on comprend combien le traumatisme à quelque chose de profondément subjectif.

La remise en mouvement de certains patients a parfois valeur de traumatisme. Remettre en mouvement trop vite ou abaisser le seuil de douleur trop rapidement est une source de danger. Le patient n'a plus les ressources suffisantes pour faire face à ses nouvelles capacités et s'en trouve débordé. Bien sûr que la mécanique et la technique nous permettent de faire marcher quelqu'un 3 jours après la pose d'une prothèse de hanche... Mais au fond maintenant que nous possédons la technique nous voyons bien que le problème n'est plus là et qu'il nous faut travailler en amont et en aval pour accompagner les personnes en difficultés dans ce changement et non pas de leur faire croire que la pose d'une prothèse revient à changer de chaussures.

Temporalités...

Cela m'amène à souligner un point : comme vous l'avez sûrement soit observé cliniquement soit éprouvé personnellement, il existe un décalage entre la temporalité biologique et la temporalité psychique. Ce décalage est bien souvent oublié dans notre quotidien. Il l'est également dans les logiques économiques.

Le sens du mouvement

Pour retrouver le sens de la marche, c'est-à-dire la sensorialité de la marche, il faut l'éprouver ou plutôt la ré-éprouver. Ré-éprouver c'est éprouver à nouveau, donc puiser dans quelque chose de soi de déjà là avant qui va venir faire étayage, support.

Régressions

Un dernier mot sur ce que l'on nomme régression. Nous le savons, toute hospitalisation engendre un mouvement régressif à des processus dit primaires. Ce mouvement qui a lieu même dans le temps d'une consultation est un mouvement conduit par l'état de maladie grave qui pousse dans un fonctionnement qui affaiblit les défenses car l'essentiel de son énergie est concentré pour supporter les soins et lutter contre ce qui l'affecte.

Le travail en équipe est donc primordial dans l'accompagnement de nos patients douloureux. Les patients s'en remettent à l'équipe pour subvenir à leurs besoins en laissant émerger leurs plaintes.

On résiste à ce qui dans le changement est en lien avec notre histoire et qui n'a pas reçu suffisamment de sens pour nous permettre de nous construire.

(Ce texte a été purgé de son extrait clinique pour des raisons de confidentialité)