

6075

Le GAPEX Groupe d'Activités Physiques d'Expression

La prise en charge des adolescents à la Protection Judiciaire de la Jeunesse est *particulière* dans le sens où elle doit prendre en compte :

- Le « pas-sage » qu'est l'adolescence avec tous ses paradoxes,
- Les perturbations créées par *un holding*¹ et *un handling* défectueux,
- *L'agir* en tant que manifestation psychiquement et culturellement investie,
- Les défaillances des *capacités réflexives*, c'est-à-dire des capacités qu'a l'adolescent à penser son expérience, à réveiller son imaginaire et à dérouler son histoire en mots plutôt qu'en actes,
- *L'hémorragie narcissique* que représente l'image de soi négative et avec elle, les conduites ordaliques de ces adolescents en quête de sens, de reconnaissance et de légitimité.

Penser la prise en charge de ces adolescents aux caractéristiques psychologiques précédemment décrites, c'est d'abord essayer de restaurer quelque chose de l'enveloppe et de l'étayage défectueux pour leur permettre de se reconstruire et de renaître à eux-mêmes.

La mise en scène

E.Bonnot De Condillac² a écrit « *qu'il n'y avait rien dans l'esprit qui ne soit pensé (pensé) par les sens. Le Moi s'étaie sur les sensations tactiles....* ». Un adolescent à l'identité non confirmée aura tendance à mettre son corps à l'épreuve dans une tentative de recherche d'intensité et de limite pour se sentir exister. Le *corps à corps* avec l'environnement, la frontalité avec le monde est une voie royale de mise à l'épreuve des ressources personnelles. C'est une voie d'étayage sûre. A travers les sensations éprouvées, par la mémoire de l'évènement recueillie en profondeur dans sa chair et ses muscles s'inscrit la trace irréfutable d'une limite personnelle symboliquement atteinte. La trace dessine sur le corps ce supplément d'âme (toujours supplément de symbole) qui prouve à l'individu, son existence, confirme son sentiment d'identité.

En convoquant l'adolescent dans un espace où peut se créer quelque chose de l'ordre de la sympathie au sens étymologique du terme *sumpatheia*, de *sun* : « avec » et *pathein* : « ressentir », où adultes et adolescents peuvent partager des éprouvés communs et sont soumis aux mêmes règles, nous aidons l'adolescent à trouver ses marques, tester ses capacités, à mieux se connaître et se reconnaître, à se différencier des autres, à restaurer une valeur à son existence. C'est en multipliant les situations qui sollicitent extrêmement le corps et les sens, en proposant des *mises en scène* qui engagent l'être tout entier que nous permettons aux adolescents de *se ressentir*, de mettre des mots sur ce ressenti – ou comme la mère avec son nourrisson, de lui prêter nos mots pour l'aider lui-même à mettre en forme son vécu – et pas à pas, séance après séance, jour après jour à reprendre le chemin de l'humanité.

¹ **Le holding**, c'est la façon dont la mère soutient le corps de son bébé ; **le handling**, c'est la façon dont l'entourage maternant enveloppe, contient le bébé. Le *handling* correspond à la fonction *contenante*.

² E.Bonnot De Condillac : Prêtre et philosophe Français, auteur du **traité des sensations** – 1754 – Son œuvre se rattache au courant du sensualisme.

L'adolescent va forcément rejouer sa partition avec les adultes, dans l'aire transitionnelle offerte, aire que nous voulons *espace de jeu* et de *je*, aire d'initiation et de réalisation de soi, aire contenant, bienveillante que nous formalisons en « enveloppe groupale » par le biais du GAPEX : **G**roupe d'**A**ctivités **P**hysiques d'**E**xpression, qui se déroule soit sur un cycle (une séance tous les 10 jours) soit en *transhumance* (randonnée saharienne de trois semaines).

Le GAPEX permet d'utiliser des médiations telles que le sociodrame, les arts corporels, la randonnée initiatique... Le sociodrame, s'est la mise en jeu de scènes de la vie sociale, les arts corporels, des exercices relationnels à partir de la lutte pour amener l'adolescent à s'exprimer, à se dérouler en acte avant d'en dire quelque chose in situ, en terme de *ressenti*. Pour la brièveté du propos, nous laisserons la transhumance saharienne de côté car elle se joue dans un environnement *extra-ordinaire* et touche des domaines plus profonds qui entraîne une certaine régression.

Les séances sont structurées de la même façon, quel que soit l'objet-support utilisé. L'appartenance à un groupe à *mediation* impose à ses membres le respect d'un certain nombre de règles, règles qui agissent sur *l'esprit de corps* du groupe et qui participent à son identité. Le rappel incessant des règles pendant une séance de sociodrame ou d'art corporel crée une *enveloppe sonore* qui contient les débordements des adolescents, limite le trop-plein des excitations, protège chacun de lui-même et des autres et rend ainsi possibles les échanges entre les participants. Régulé par ses règles et les valeurs de respect, de tolérance, de responsabilité qui les sous-tendent, le groupe devient *un contenant* des pulsions, des affects, des fantasmes qui circulent entre ses membres. Il facilite la constitution *d'une enveloppe psychique* que chacun peut intérioriser.

Sociodrame³ et art corporel

Mettre en jeu des scènes de la vie sociale, c'est créer une histoire, inventer des personnages, investir des rôles, rentrer dans la peau d'un personnage *imaginé*. L'un des objectifs du sociodrame est de favoriser l'expression, la mise en mouvement de l'élaboration mentale.

Jouer un personnage, c'est donner du corps à un être imaginaire à qui on va prêter une perception, une mémoire, un jugement, un raisonnement, habillé dans un statut et surtout animé par l'émotion, l'affectivité, l'angoisse, les images intérieures et les fantasmes projetés, échos de souvenirs anciens, enfouis dans la peau, les articulations, les viscères.

Jouer favorise l'expression car jouer, c'est manifester une pensée en déroulant une action, c'est manifester des sensations et des impressions à travers un geste, une parole, des mimiques, un regard... C'est forcément montrer quelque chose de soi sous couvert d'un rôle. L'acteur peut toujours dire que le personnage qu'il vient d'investir n'est que pure fantaisie de son esprit. Il reste protégé par son personnage.

S'il n'y a rien dans l'esprit qui ne soit pensé (pensé) par les sens, personne n'est dupe. Ce qui est joué est tiré de la personne qui se cache sous la peau du personnage, avec la

³ « **Du jeu et des délinquants. Jouer pour pouvoir penser** » de JP Vidit- B.Balzani- G.Ribot-Kainz chez De Boeck ; Col Oxalis – 2002-

mémoire de ses propres perceptions et de ses expériences antérieures. A partir d'un signe senti et dit, d'un geste, d'un mouvement, d'une réplique... Tout à coup, le souvenir surgit entraînant avec lui des liaisons entre l'avant-ailleurs et le maintenant-ici. Le personnage peut alors essayer de comprendre le sentiment qui l'a envahi, qu'il avait évacué, dont il n'avait plus de souvenir. Il a la liberté d'en dire quelque chose ou non, d'essayer d'en parler devant le groupe en sachant qu'il parlera au nom du personnage joué. Il est important de respecter ce niveau de défense, surtout dans la période fragile de l'adolescence, et qui plus est, lorsqu'elle est gravement problématique. Chacun des participants, en se projetant dans le jeu peut laisser émerger quelque chose de sa peau. Le corps porteur du passé, le corps support de l'oubli, le corps origine de la mémoire retrouvée, ce corps parlant dans la peau d'un autre : c'est la règle du jeu !

Ainsi en est-il au niveau *des arts corporels*. Le corps est le vecteur essentiel à la relation. Apprendre à le connaître, c'est non seulement mieux *habiter sa maison intérieure*, mais aussi mieux inviter son interlocuteur à *entrer en relation*. La peau est *le cadre*, tout comme *la scène de théâtre* que nous nous donnons. La séance se déroule sur un tapis de lutte, dans un espace bien limité. Après chaque exercice, le groupe s'assoit en rond pour se donner le temps d'une prise de parole par rapport au ressenti de chacun dans l'exercice. C'est un *terrain de jeu* où s'imposent des règles spécifiques et où les mouvements et les expressions prennent un sens accentué. Le cadre que nous proposons aux adolescents est en quelque sorte *un hébergement psychique*.

Quand un adolescent ne contient pas son émotion, je la reçois, je l'accueille, je la pense, je lui donne forme, je la mets en mots, je la contiens. Notre cadre est vivant, bienveillant, significatif. Il fait fonction de pare-excitation ce qui permet aux adolescents d'aller loin dans l'expression de leurs ressentis car ils se sentent protégés, donc sécurisés.

Nous sommes dans *la clinique éducative* qui, permettant des échanges verbaux et affectifs participe à la perlaboration⁴ tout en relançant la mentalisation.

Les séances se déroulent traditionnellement de la même façon, dans un endroit géographique bien repéré (complexe sportif), avec les mêmes intervenants :

- Un bonjour appuyé par un poignée de main.
- Chacun prend place dans l'hémicycle (en rond autour de l'animateur), se présente par son prénom : ce qui permet de noter les absents, les excusés et les retardataires, et de recomposer systématiquement *le groupe* dans sa configuration d'*enveloppe*.
- Rappel des règles systématiquement réécrites sur paper-board : règles universelles et règles inhérentes au bon fonctionnement de l'activité.
- Consigne par rapport à l'exercice physique ou choix d'un scénario par vote nominatif.
- Déroulement du jeu scénique ou de l'exercice physique.
- Après le *Stop*, ressenti de chacun, acteur ou spectateur (en rond).
- Nouvelle séquence, nouveau ressenti, puis visionnement de la production filmée.
- Ressenti sur toute la séance
- Collation, temps informel de récupération et sas de sortie de l'activité.
- Poignée de main : au revoir à la prochaine fois. Bonne semaine.

⁴ Perlaboration : mot emprunté à JP Vidit au cours d'une conférence vidéoscopique : « *sorte de travail psychique qui permet au sujet d'accepter certains éléments refoulés et de se dégager de l'emprise des mécanismes répétitifs* » (« Vocabulaire de la psychanalyse » J.Laplanche – JB. Pontalis p 305)

Le GAPEX, en tant *qu'expérience pensable* aura favorisé l'expression d'un certain vécu et peut-être conduira l'adolescent à s'engager dans un travail de psychothérapie. L'adolescent dit souvent : *«Je ne suis pas fou pour aller chez un psy ! »*. Le fait de sentir son corps se délier et se dénouer, après une expérience où il a été capable de mettre des mots sur des émotions vécues par le biais d'un jeu ou d'un exercice physique peut lui donner l'envie de continuer cette mise en forme bénéfique.

La mise en scène permet la mise en mouvement et du corps et de l'élaboration mentale. Le GAPEX permet de réenclencher les capacités réflexives de ces sujets par l'appui sur un cadre, une enveloppe groupale et une mise en scène suffisamment attrayante pour les accrocher et les inviter à entrer dans un temps d'exploitation du vécu, d'expression des ressentis et de restauration de l'imaginaire. *La contenance vient avec la forme*, la mise en mots des ressentis. La transhumance saharienne est pensée sur le même modèle, avec les mêmes objectifs si ce n'est qu'elle fait « décoller » l'adolescent qui, du coup, *s'accroche malgré lui*.

Mots clés : *Mise en scène, enveloppe, cadre, imaginaire, mettre des mots sur le ressenti, mettre en forme le vécu.*