

Résonance et consonance dans la Stimulation Basale.

Philip Vanmaekelbergh
Décembre 2023

Mots-clés : Stimulation Basale, communication primaire, résonance, consonance, routines vivantes, création de sens en participant, être ensemble, faire ensemble.

Résumé.

Le point de départ est la question d'Andreas Fröhlich à savoir si les concepts de résonance et de consonance nous aident à mieux comprendre les processus qui se déroulent entre l'accompagnateur et la personne dans la pratique de la Stimulation Basale. Nous utilisons le concept de résonance tel qu'il a été élaboré par le sociologue allemand Hartmut Rosa pour analyser les récits de collègues européens.

Cela nous permet de greffer le concept de consonance proposé par Fröhlich sur la description du "moment de transformation" de Rosa. Nous notons en outre que la notion de 'indisponibilité' est valable, voire une condition nécessaire, dans les deux concepts.

Nous comprenons que l'intégration de la Stimulation Basale dans un accompagnement à long terme équivaut à une succession de processus de résonance entre les individus et entre les individus et leur environnement. Cela prend la forme de routines vivantes.

Un dernier article d'Andreas Fröhlich, le fondateur du concept de la Stimulation Basale, a été publié en 2022. Intitulé "Communication primaire", il traite du contact entre personnes sur la base des signaux vitaux que chacun d'entre nous émet que nous le voulions ou non. Par signaux vitaux, nous entendons le rythme respiratoire, la tension musculaire, la vitesse de mouvement, ...

Une phrase importante de l'article est la suivante :

Il ne s'agit pas de communication préverbale ou extra-verbale, mais de communication physique avec ou sans mots, où la présence (présence ressentie) et la résonance (participation expérimentée) sont au premier plan.

Il s'agit donc de l'expérience d'un être ensemble actif. Les deux partenaires participent. C'est essentiel, même si la prise d'initiative est inégalement répartie.

Dans les contacts qui ont suivi la publication de son article, Andreas a écrit :

Peut-être avons-nous besoin d'un nouveau mot : "consonance".

Pour moi, la re-sonance est vraiment le message corporel, expérimenté : je vis ce que tu vis.

Con-sonance : nous vivons quelque chose en commun. C'est quelque chose de différent. C'est plus. Et cela ne fonctionne pas toujours.

Avec quelques collègues, j'ai pris à cœur la question d'Andreas pour tenter de clarifier les concepts de résonance et de consonance.

Une réflexion préalable.

Dans le concept de stimulation basale, nous nous concentrons fortement sur la personne et moins sur ce qui se passe entre les personnes.

Nous nous concentrons sur les thèmes de sa vie, sur ses besoins, sur les cercles de perception, sur ses compétences telles que décrites dans l'hexagone de la globalité, ...

Par conséquent, nous avons beaucoup appris sur les individus avec lesquels nous travaillons, mais il y a plus ...

Il est utile de garder à l'esprit que toute rencontre donne lieu à une expérience partagée.

Concetta Pagano écrit : *Lorsqu'un être est en relation avec un autre, même sévèrement handicapé, la rencontre se produit sans qu'il y ait d'intentions précises, il y a adéquation.*

Il y a toujours une forme d'alignement lorsque deux personnes ou plus sont ensemble. Il s'agit principalement de la posture, de la vitesse de mouvement, du rythme respiratoire, ...

L'histoire d'une relation commence dès la première rencontre.

C'est ce que nous apprennent Hanne De Jaegher et Ezequiel Di Paolo dans leur concept de "la création de sens en participant", qui explique comment nous nous comprenons les uns les autres et comment nous comprenons le monde ensemble grâce à la manière dont nous bougeons, respirons et vivons les uns avec les autres.

Il est plus important de faire les choses ensemble que d'analyser le comportement et d'interpréter les motivations d'une personne. L'interaction sociale se caractérise par une dynamique relationnelle autonome. Dès le premier contact, des schémas interpersonnels émergent qui vivent en quelque sorte par eux-mêmes et ne peuvent pas être facilement dissipés. La dynamique relationnelle est un troisième facteur en plus, bien sûr, des personnes participantes, qui s'orientent toujours sur leur propre maintien.

Andreas a donc raison de dire qu'il y a "plus" que vous et moi. Ce "plus" est toujours là, mais la question est de savoir s'il a la qualité d'une dynamique qui favorise la connexion et l'évolution. Examinons cette question à l'aide de la théorie de la résonance du sociologue allemand Hartmut Rosa (2022) : la résonance est un processus relationnel déterminée par quatre caractéristiques :

1. Moment du contact
2. Moment d'efficacité personnelle
3. Moment de transformation
4. Moment d'indisponibilité

Pour étudier cette question, j'ai demandé aux collègues de la coopérative flamande d'une part, et aux collègues européens du groupe Interbasal, d'autre part, de décrire une expérience de consonance (ou de résonance ou de communication primaire). La grande majorité des formateurs sont également actifs sur le terrain. Tous ont une grande expérience directe avec des personnes dans les différents domaines de travail où la Stimulation Basale s'applique. Il y a eu de belles réponses décrivant des situations parfois très émouvantes.

J'attire l'attention sur cette méthode de travail. Le point de départ est une question ouverte sur un événement ou une séquence d'événements. L'action partagée est primordiale. Et non pas les caractéristiques ou motivations supposées de la personne, ni une stratégie basée sur celles-ci.

Après avoir brièvement exposé les quatre moments de résonance décrits par Hartmut Rosa dans son livre 'Indisponibilité', j'analyse d'abord une situation présentée par Claudia Garreau, une collègue française. Vous trouverez en annexe la description de sa rencontre avec Diana, une jeune fille sourde-aveugle de 14 ans.

J'y ajoute quelques passages de l'article d'Andreas Fröhlich intitulé "Communication primaire".

1. Le moment du toucher.

Nous sommes "intérieurement" atteints, touchés ou émus. Nous nous sentons interpellés, nous voulons faire connaissance, nous développons un intérêt intrinsèque.

Claudia : *Son cri me déchire, me transperce le plexus et se noie dans mon ventre.*

Andreas se tient à côté de Lisa, une jeune fille en situation de polyhandicap :

Tu restes allongée et tu ne dis rien. En t'appelant doucement, je te regarde. Est-ce que tu m'entends, est-ce que tu me vois ? Tu t'étires, tu te crispes - est-ce que cela signifie quelque chose ? Une réponse ? Ou est-ce juste tes muscles qui se tendent à nouveau ?

Lisa, je me tiens à côté de toi, je regarde.

Lisa ne regarde pas.

Elle me laisse tranquille, elle reste dans son coin...

2. Moment d'auto-efficacité (réponse).

Réponse corporelle active (chair de poule, rythme respiratoire, ...)

Nous répondons à l'impulsion appelante, nous allons à la rencontre de ce qui nous touche. L'émotion est un facteur important à cet égard.

Nous invitons, nous nous connectons réellement et vivement. Nous cherchons le contact visuel, nous interpellons, nous touchons.

Claudia : *Je suis avec elle. C'est tout, mais c'est beaucoup.... A côté d'elle, je reste figé, je ne fais rien d'autre que d'accueillir ces émotions, de les entendre et de lui montrer que je le fais vraiment.*

Andreas : *En même temps, nous transmettons : Je suis là. Il y a quelqu'un à côté de toi. Quelqu'un d'autre que toi te répond, te perçoit. Surtout par les signes vitaux que tu montres. Tu n'as pas besoin de parler, tu n'as pas besoin de regarder, tu n'as pas besoin de montrer quoi que ce soit : je vois. Je sens ici et maintenant comment tu es.*

3. Moment de transformation.

Nous nous transformons et nous changeons notre relation dans et par la rencontre : ce n'est plus comme avant.

C'est là que réside l'expérience de la vitalité : nous nous approprions quelque chose dans le sens d'un changement mutuel.

La nécessité d'une interaction entre les trois moments du toucher, de l'efficacité personnelle et du changement montrent clairement que nous devons être suffisamment ouverts pour être touchés et changés d'une part, mais suffisamment fermés pour répondre de manière efficace avec notre propre voix d'autre part.

Claudia : *Diana pointe ses avant-bras vers moi, ses mains voulant me tenir.... Elle m'attrape par les omoplates et me tire vers elle dans l'étreinte de deux personnes qui se connaissent.*

Andreas : *Tu ne te sens pas bien aujourd'hui, c'est évident. Tu es pâle, agité.*

Dois-je rester avec toi ? Puis-je m'allonger avec toi, sur l'oreiller ?

Bien sûr, pas trop près. Juste assez pour que tu ressenties que quelqu'un est là.

Je te tourne le dos. Personne ne te regarde, personne ne te touche, personne ne veut rien de toi. Peut-être entends-tu ma respiration, il fait un peu plus chaud quand quelqu'un est allongé là. Peut-être que je commence à fredonner très doucement à chaque expiration.

4. Moment d'indisponibilité.

Pas de méthode, pas de feuille de route : la résonance ne peut pas être instrumentalisée.

Le résultat est imprévisible. Même lorsque toutes les conditions semblent optimales, l'émergence de la résonance n'est jamais assurée. Et vice versa : la résonance n'est jamais exclue, même lorsque les conditions sont loin d'être optimales.

Claudia : *Que dois-je faire ? Mes sentiments sont confus... Est-ce que ce sont les miens ou est-ce que je ressens les siens... ?*

Pendant un instant, je ne suis plus l'éducateur et vous n'êtes plus l'enfant handicapé, mais nous sommes deux êtres qui partagent une émotion.

Andreas : *Je pense qu'il est extrêmement important de ne rien exiger de l'autre dans de telles situations de rencontre. Ici, il n'y a rien à faire, personne ne doit prouver quoi que ce soit, personne ne doit faire quoi que ce soit pour moi. Si j'arrive à ne rien attendre, alors soudain le moindre signe, le moindre mouvement, une respiration devient un événement personnel qui peut avoir un sens. La communication primaire se rapproche ainsi d'une méditation partagée sur les éléments de base les plus simples de la vie.*

L'histoire de Claudia correspond bien à la définition de la communication primaire. Sa présence proche conduit à l'initiative et donc à la participation de Diana. Diana fait l'expérience qu'elle peut toucher une autre personne avec douceur. Un événement se produit qui les change toutes les deux et qui va colorer la suite de leur collaboration.

La résonance dans la Stimulation Basale.

Nous participons au processus de résonance.

Dans la stimulation basale, nous (nous et la personne) créons des moments de transformation.

Nous établissons ensemble une connexion calme et nous essayons de la maintenir pendant un certain temps.

Nous nous concentrons sur le physique (posture, rythme, mouvement...).

Nous nous rencontrons dans notre posture, notre rythme, notre mouvement, ...

Nous sommes à la frontière de l'action consciente, entre "être" et "faire".

Nous créons de la sécurité et de l'espace, nous nous montrons entre l'être et le faire.

Nous sommes, nous faisons, nous sommes...

Je (accompagnateur) participe au processus de résonance.

Je cherche à me connecter à toi et aux autres.

en faisant cela, je prends le détour direct par la "présence physique".

Je sais qu'"être" est aussi ~~toujours~~ une activité, un peu d'action (respirer, maintenir la tension musculaire, ...).

Je suis attentif à ce que mon corps me dit et je m'appuie sur mon expérience.

Je suis curieux de voir où nous allons aboutir.

Je suis, je fais, je suis...

Tu participes au processus de résonance.

Tu es attentif à ce que tu ressens.

Tu perçois, tu concentres ton attention.

Tu me permets d'être ton partenaire.

Tu participes à notre être ensemble, à notre activité.

Tu es, tu fais, tu es...

La théorie de la résonance de Rosa, avec ses quatre caractéristiques, convient parfaitement pour décrire l'approche de la Stimulation Basale. Il s'agit d'une rencontre où l'expérience corporelle joue un rôle central et dont le résultat est ouvert. Lors de la rencontre, l'accompagnateur et la personne produisent "quelque chose" qui ne pouvait pas être prédit à l'avance.

Ce "quelque chose" n'est pas tant un produit fini qu'un état d'être ensemble, une manière partagée de faire les choses, qui permet d'évoluer dans le temps et l'espace.

Il est utile d'observer ce "quelque chose" avec un certain émerveillement et de le chérir comme le fruit d'un travail en commun.

Il n'appartient ni à l'accompagnateur ni à la personne. Il a été généré par les deux partenaires, mais il est maintenant un peu séparé d'eux. Cela leur donne la liberté de le contempler, d'en profiter éventuellement ou, au contraire, d'y résister.

La liberté de faire face à un résultat imprévisible, de le laisser se dérouler pendant un certain temps, est un élément important. Le résultat n'est pas lié à la personne : ce n'est pas un comportement attendu par l'accompagnateur. Cela réduit considérablement le stress. La personne n'a pas à se plier en quatre pour répondre aux désirs de l'accompagnateur et vice versa.

Non, ce qui vient peut venir et devient le contenu de la résonance, d'un processus continu de résonance du toucher, de l'efficacité personnelle, de la transformation et de l'indisponibilité. Ensemble, l'accompagnateur et la personne préservent un modèle de communication primaire qui alimente en permanence la résonance et peut ainsi évoluer. De cette manière naissent des routines vivantes qui donnent une prise sur la vie.

Sur le faire et l'être.

Dans le cadre de la Stimulation Basale, nous accordons beaucoup d'attention à la distinction entre être et faire. Par faire, nous entendons généralement fabriquer ou adapter quelque chose. C'est ce que nous appelons en général fonctionnel. Dans ce contexte, nous ne pensons pas immédiatement à l'autostimulation qui permet à une personne d'être tranquillement présente. Pourtant, à ce moment-là, elle agit, elle fait quelque chose. Ce n'est pas fonctionnel au sens traditionnel du terme. La fonction réside dans le maintien d'un équilibre de base.

En fait, "être" est toujours aussi "faire". Pensez par exemple aux battements du cœur, à la respiration. Pensez aussi à la tâche d'être et de rester présent de manière stable dans le flux sensoriel en constante évolution. C'est une réalité difficile pour de nombreuses personnes en situation de polyhandicap.

Nous pouvons également appliquer le raisonnement "être, c'est toujours aussi faire" à la rencontre basale. L'accompagnateur et la personne se déplacent l'un vers l'autre, harmonisent leurs rythmes, se parlent et se touchent, réagissent à l'odeur et à la chaleur de l'autre, ... La plupart de ces activités se déroulent en dehors de la conscience. Mais c'est bien ce qui se passe. À un moment donné, ils peuvent constater ensemble : "Tiens, nous sommes engagés ensemble, dans une confiance mutuelle".

Ici aussi, les actions de l'accompagnateur et de la personne ne visent pas simplement à atteindre un objectif fonctionnel. L'accent est mis sur le maintien d'un être ensemble faisable et sur le fait d'agir ensemble ; d'essayer ensemble d'éviter des fluctuations majeures de la vigilance, qui conduisent inévitablement à un passage à l'acte. De cette manière, l'accompagnateur et la personne établissent une relation de confiance dans laquelle chacun peut se montrer.

La difficulté de ce processus réside souvent dans la reconnaissance de la participation de la personne. L'accompagnateur peut facilement avoir l'impression qu'il décide de tout. Cela empêche la connexion et donc la résonance. Un outil approprié pour reconnaître la participation de la personne se trouve dans un article non publié de Sophie Dumont,

orthopédaogogue au sein du groupe français de la Stimulation Basale. Elle classe la participation de la personne comme suit :

La personne est attentive et prête attention à ce qui se passe

-dans son environnement immédiat, dans et autour de son corps :

elle voit et entend, elle sent et goûte, elle sent et ressent,

elle attend et anticipe...

-dans la relation avec son accompagnateur :

la couleur de la voix, la vitesse d'approche,

la pression et le rythme du toucher ...

La personne accepte d'être ensemble et de travailler ensemble

-Elle accepte le toucher

-Elle adapte la tension musculaire

-Elle fait confiance à l'accompagnateur

La personne participe effectivement

-elle tend la main vers l'objet proposé

-elle prend la cuillère, le gant de toilette, la pomme de douche dans sa main

-elle porte la cuillère, la brosse à dents à sa bouche

-elle ouvre la bouche lorsqu'elle voit ou sent la cuillère

-elle tire son bavoir

-elle frotte de petites parties de son corps avec la serviette

-elle soulève son bassin lorsqu'elle s'habille, elle étire son bras à l'intérieur de la manche

-elle tend son pied ou sa main pour se laver

C'est à l'accompagnateur de découvrir la participation de la personne,

de la reconnaître et de l'apprécier

de l'apprécier en paroles et en toucher

afin que la personne puisse la vivre pleinement comme sa contribution

et y trouver l'affirmation de son "être.

Être ensemble.

En cherchant un fil conducteur dans les contributions de mes collègues, je ne peux m'empêcher de conclure que l'enjeu est de créer un état d'être ensemble, de faire quelque chose ensemble.

Cela va de (1) situations de corps à corps sans objet, (2) situations avec objet, (3) situations à distance.

(1) Petra rend visite à un ancien élève à l'hôpital.

Je m'assois à côté de toi. Je pose ma main sur ta poitrine et je sens ton agitation. Ma main monte et descend au rythme de ta respiration superficielle. Je prends ta main dans mon autre main. Nous restons ainsi un moment...

Et puis soudain, il y a ce sourire. C'est un moment unique qui reste longtemps entre nous.

(2) Liesbeth en train de donner un bain à base d'huile essentiel à un adulte polyhandicapé.

En te soignant, je suis touchée par la vitalité que tu manifestes en ouvrant brièvement les yeux lorsque tu es entouré de l'eau chaude et de la serviette mouillée qui enveloppe ta poitrine et la maintient au chaud. C'est souvent à ce moment-là que la tension dans les bras et les épaules se relâche lentement et que quelque chose de ton être peut s'adoucir.

(3) Dirk avec une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer dans le centre de soins résidentiels.

Parfois je m'approche, parfois je lui touche l'épaule, je chuchote d'une voix douce, j'acquiesce à ce qu'il dit, je ris de quelque chose qu'il trouve drôle. Il me dirige et m'autorise à prendre parfois le volant et à l'accompagner dans sa chambre au bout d'un certain temps.

Ces exemples et d'autres ne visent pas à apprendre quelque chose de spécifique, mais plutôt à rester tranquillement en contact avec les gens, les choses et les activités qui nous entourent. Être là (tranquillement) et faire (quelque chose) ou participer se fondent l'un dans l'autre.

Le fait d'être ensemble dans le calme n'est parfois pas évident. Cela crée des tensions pour l'accompagnateur également. Si cela fonctionne, il est rassuré et détendu, sinon il doute et s'inquiète.

Unai en contact avec une personne souffrant d'une lésion cérébrale non congénitale.

J'ai soutenu sa tête avec ma main droite et j'ai tenu sa main droite avec ma main gauche. Nous nous sommes regardés dans les yeux. Nous sommes restés ainsi pendant un moment, jusqu'à ce qu'elle détourne le regard et se mette à pleurer. Je lui ai demandé si elle avait mal, si elle voulait changer de position. Elle m'a répondu que non.

Nous avons passé un long moment ainsi. Elle pleurait inconsolablement. Je lui ai serré la main pour lui faire sentir que j'étais là. J'ai fermé les yeux et je me suis laissé porter par sa respiration.

Au bout de 15 minutes, elle s'est arrêtée de pleurer, nous avons respirés profondément et nous nous sommes regardés l'une l'autre.

Je lui ai demandé si elle voulait parler de ce qui s'était passé. Elle m'a répondu que non.

Unai poursuit en écrivant que ces moments se sont répétés plusieurs fois par la suite. Il s'agit simplement de se donner le temps et l'espace d'être l'un avec l'autre sans rien faire.

Inge s'occupe de J., une personne souffrant d'une lésion cérébrale non congénitale.

Au fil des ans, nous avons établi un rituel fixe.

Je choisis consciemment de parler très peu. Je ne dis donc pas grand-chose de ce que je vais faire. Je prends plutôt le temps de lui faire ressentir ce qui va se passer. De cette façon, J. a également le temps de suivre et je remarque ici et là un petit ajustement de sa tension musculaire. Il y a aussi plus de temps et d'attention pour le contact visuel.

J'ai l'impression que cela apporte plus de paix à J. et qu'il peut mieux s'adapter à ce qui va se passer. Parler provoque souvent une réaction : J. s'énerve, se crispe, crie...

Avant de tourner, je place mes mains sous l'omoplate et la hanche. Nous nous regardons dans les yeux. Es-tu prêt ? Un, deux, ... En même temps, je fais un petit mouvement de balancier. Nous faisons une petite pause. J inspire, ...trois. Le "trois" ne vient pas de moi, il vient de J. Il expire et sa tension musculaire se relâche un peu.... Ensemble, nous tournons... Juste pour trouver une position stable ... je laisse ma main glisser sur le milieu du dos. Lorsque ma main arrive entre les omoplates, je le soutiens avec tout l'avant-bras. J'entends un "oui" silencieux.

C'est un rituel que nous avons construit ensemble pendant 20 ans. Il nous est très familier. Et bien que J. ait très peu de mouvements physiques, je remarque invariablement l'ajustement de son tonus musculaire en préparation du retournement, l'inspiration pendant la courte pause et l'expiration à trois.

Ce "retournement ensemble" vers la position couchée sur le flanc m'arrache spontanément un sourire. Comme J. ajuste sa tension musculaire au mouvement à venir, cela ne me demande que très peu de force ou d'effort.

Ce "retournement" ensemble demande beaucoup d'engagement de la part de J. Mais c'est précisément pour cette raison qu'il lui apporte aussi de la sérénité. Il y a moins de cris, il se crispe moins souvent en réponse à un toucher ou à un mouvement. C'est lui qui donne le rythme et qui me dit quand il est prêt à se retourner.

Inge et J. ont pris le temps d'établir cet être et ce faire ensemble. Il est curieux que les mots n'aient pas leur place dans ce processus. Ils perturbent leur processus de résonance qui repose sur un dialogue somatique ou tonique répétitif.

Unai et Inge partagent la tension et la détente avec les personnes impliquées en respirant ensemble, avec une expression faciale, avec un sourire. Cela fonctionne entre elles, mais j'imagine qu'un accompagnateur ait également besoin de partager des expériences similaires avec des mots. L'ouverture ou la volonté de résonner entre collègues à ce sujet est une tâche importante pour toute équipe. Cela permet de s'assurer que l'on ne s'égaré pas dans un vécu sans paroles.

Des routines "vivantes".

À première vue, il s'agit d'une combinaison impossible : la résonance, dont la transformation est un aspect clé, et la routine, dont la répétition est l'élément clé. Et pourtant, concilier les deux est une nécessité pour trouver la confiance de base. Les histoires de Mieke et de Rémi l'illustrent à merveille.

Mieke, éducatrice, pose des attelles à D., un garçon polyhandicapé.

Je m'approche de D., dans son champ de vision. Je lui dis bonjour et je pose une main sur son épaule. Je laisse ma main un moment, je sens sa tension musculaire, j'attends de voir si son attention est bonne. Si elle est bonne, il me regarde et nous pouvons passer à autre chose.

Je parle peu. Trop de langage augmente sa tension. Quelques phrases courtes sont dans nos habitudes : "Bonjour, comment vas-tu ? Comment vont tes jambes et tes pieds ? Est-ce qu'on va voir s'ils sont aussi réveillés ?

Je reste autant que possible à la même hauteur, ou légèrement plus bas que la position de D. Après un contact au niveau des épaules, je déplace mes mains vers le bassin. Je caresse la jambe du bassin jusqu'aux orteils et je répète plusieurs fois. J'essaie de sentir sa tension musculaire et j'observe le visage et le regard de D pour voir s'il suit. Si le regard est plus agité, la tension est également plus élevée. Il faut alors plus de temps avant de pouvoir continuer. Ensuite, je soulève sa jambe, lentement et par petits mouvements, en la soutenant au niveau du creux du genou et du talon/de la cheville.

Je demande avec mes mains et des petits mouvements s'il est prêt. Sa réponse se trouve dans la tension musculaire et dans son regard. Si D. est suffisamment détendu, nous pouvons procéder ensemble et mettre en place l'attelle plantaire. Si D. n'est pas prêt et que la tension dans la jambe et le pied est trop forte, je ralentie un peu, j'exerce une bonne pression avec mes mains et je prends un peu de temps. Lorsque la tension s'est un peu relâchée, j'essaie à nouveau de faire de petits mouvements pour soulever le pied et la jambe dans une bonne position pour mettre l'attelle plantaire. Une fois que le pied est dans l'attelle, je continue à exercer une pression et je ferme l'attelle avant qu'une hyper extension ne se produise à nouveau. Je place le pied de D. sur son appui-pied et je serre les sangles. Je confirme en appuyant sur le pied.

Ensuite, nous répétons l'opération pour le deuxième pied. Pour terminer, j'exerce une pression sur les deux pieds. Je reviens avec une main sur l'épaule et un contact visuel. Le regard et la tension musculaire de D. nous guident tout au long de ce moment. Le contact visuel et le regard calme à la fin indiquent si nous avons bien travaillé ensemble.

Lorsque D. est très mobile, il est plus difficile de mettre les attelles correctement. Et pourtant, dans ces moments-là, il est important de le faire : Parce que sinon il se fait mal en se cognant ou en frottant ses pieds contre quelque chose, et surtout parce qu'il trouve plus de paix quand il se sent englobé et délimité. Ensuite, nous continuons à travailler ensemble de la même manière, avec le temps nécessaire. A la fin, nous trouvons généralement plus de paix. Alors je reste un petit temps, avec mes mains, avec D., dans un moment partagé.

Rémi, psychomotricien, s'occupe de P., une jeune fille polyhandicapée.

La Stimulation Basale m'a appris à entrer en contact avec les personnes avec lesquelles je travaille en me basant sur leurs compétences et leurs aptitudes, y compris l'autorégulation. Lors d'une séance en salle de psychomotricité, P. commence à se balancer d'avant en arrière dès qu'elle s'assoit par terre. Je m'assois derrière elle et je pose mes mains sur son dos. Je guide ce mouvement de va-et-vient sans le diriger. Je suis peut-être au premier stade de la "con-sonance", "je ressens ce que tu ressens", je me connecte à son expérience corporelle. Ici, dans ce mouvement apparemment simple, je ressens l'amplitude du mouvement, les contractions musculaires qu'il nécessite, la respiration et les petites vocalisations qui l'accompagnent.

Puis je pose mes mains sur ses épaules et le haut de ses bras et j'intensifie encore un peu plus le mouvement. P. sourit. Ce mouvement de bascule, d'abord centré sur soi, devient le nôtre,

une activité consciente et partagée qui nous permet d'être ensemble. Je ralentis doucement le mouvement. Je sens d'abord P. se détendre. Peu après, elle me donne quelques impulsions de mouvement plus vives, auxquelles je réponds immédiatement avec la même intensité. C'est dans ce dialogue subtil qu'existe, selon moi, le principe de "con-sonance", dans le jeu des humeurs qui font naître une relation entre 2 ou plusieurs personnes. Nous poursuivons ce dialogue ensemble jusqu'à ce que P. s'allonge contre moi, son dos sur ma poitrine. Nos mains se rejoignent et se posent délicatement sur le haut de sa poitrine. Nous respirons ensemble. Je sens que P. est à l'écoute de ce qui se passe en elle. Nos regards se croisent dans le miroir. Je sens qu'elle perçoit ce qui se passe entre nous et que c'est réciproque. P. et moi parcourrons encore et encore ce chemin de rencontre. Il nous rapproche et nous permet d'avancer ensemble. Nous avons tous besoin de retrouver régulièrement des sensations familières dans notre corps.

Mieke et Rémi prennent tous deux le temps de se mettre à l'écoute. Ils commencent par tâtonner. Ils constatent ensemble comment ils se sentent et s'il y a une envie de se rencontrer, de continuer à faire des choses ensemble.

Au cours de l'activité, il y a des moments où l'on vérifie si les deux partenaires sont toujours d'accord. La concordance des mouvements et des rythmes respiratoires permet de s'en assurer. Une communication primaire régulière guide la collaboration. Ainsi, il y a toujours des moments où les deux partenaires peuvent indiquer, à partir de leur expérience, si le déroulement de l'activité commune est correct ou non. En d'autres termes, il y a toujours des moments où la collaboration peut se transformer.

Mieke et Rémi prennent le temps, lorsqu'ils terminent, de laisser résonner l'activité.

Mieke écrit : Ensuite, je reste un peu plus longtemps, avec mes mains avec D., dans un moment partagé.

L'activité passée peut tranquillement prendre place dans les muscles et les tendons, dans la mémoire de l'accompagnateur et de la personne. Le souvenir peut donner plus de confiance lors de l'occasion suivante.

C'est ainsi que l'on crée des routines "vivantes".

Il ne s'agit pas d'actions fixes plus ou moins techniques exécutées unilatéralement par un animateur. C'est le fruit d'une collaboration dans un processus continu de résonance : deux personnes continuent à affiner leur activité commune. L'activité peut évoluer vers une base de compréhension mutuelle encore plus nuancée et plus solide.

Uli, ergothérapeute, s'occupe de W., un élève atteint de troubles du spectre autistique qui n'a pas de langage verbal et qui a besoin d'un soutien accru.

Ci-dessous son commentaire sur la notion de routine.

L'objectif pourrait également être que cette routine lui permette de se calmer plus rapidement dans les situations difficiles, lorsqu'il se sent mal. Pour cela, il est préférable que la situation soit déjà familière et fasse partie de la routine quotidienne.

Une séance ritualisée de prise de conscience du corps peut également être utilisée ultérieurement pour préparer une phase de travail si elle s'est avérée efficace.

Il est bénéfique que les activités liées au corps soient incluses de manière régulière et répétée dans la routine quotidienne - de sorte qu'une routine, une certitude et une attente puissent se développer. Si les activités sont effectuées en conjonction avec les activités quotidiennes, il y a souvent une situation "one-to-one" qui se répète de manière fiable.

Sylvie, psychomotricienne, s'occupe de G., un adolescent souffrant d'un polyhandicap sévère.

J'ai travaillé avec G. une fois par semaine pendant de nombreuses années. Notre relation a évolué en ce sens. Les premières rencontres ont été difficiles. Nous avons appris à nous connaître mutuellement. D'invitation en invitation, G. a fait des progrès : il a abandonné ses comportements agressifs et il a appris à s'asseoir à califourchon sur un cylindre.

Nous ressentons le contenu et surtout l'atmosphère des séances comme familiers et sûrs. Nous partageons notre expérience par un regard, des sons, un toucher, un mouvement commun. Nous sommes en consonance.

Blandine, psychomotricienne, s'occupe de Mme G., atteinte de la maladie d'Alzheimer depuis huit ans.

Je suis passée par beaucoup d'émotions lors des séances avec Mme G. Il y a eu de la joie lorsque je l'ai entendue chanter une phrase pour la première fois. De la tristesse parce qu'il lui fallait toujours beaucoup d'efforts avant de montrer ses compétences. Mais surtout, j'ai trouvé apaisant d'être à côté d'elle, de lui tenir la main et d'attendre qu'elle lise les titres des chansons, qu'elle lève les yeux vers moi et que j'entame doucement la chanson, que nos respirations se rejoignent, qu'elle dise un mot, parfois un seul...

Résonance et consonance.

Pour explorer le concept de résonance, nous avons travaillé avec la définition de Hartmut Rosa et le schéma des quatre aspects caractéristiques. Je pense que nous pouvons greffer le concept de consonance, tel qu'Andreas Fröhlich le décrit (nous vivons quelque chose en commun), sur le concept de transformation de la théorie de Rosa, comme ce qui naît de la rencontre et qui émeut et change les deux partenaires.

Bien qu'il s'agisse souvent d'une simple expérience directe, ces moments ont un impact profond sur la relation entre l'accompagnateur et la personne. Dans les deux cas, ils renforcent la confiance mutuelle dans le fait qu'une vie commune peut être organisée avec moins d'inconfort et plus de satisfaction.

Il peut s'agir d'aspects courts et courants de la vie quotidienne, comme par exemple vérifier après quelques minutes si la position assise est toujours confortable, ou d'une activité plus importante, comme le décrit Jan, ergothérapeute auprès de G.

Jan, ergothérapeute auprès de G., un homme en situation de polyhandicap, dans la piscine.

Dans l'eau, je peut tenir Gunther contre mon corps et j'ai pensé que je pourrais peut-être imiter son fredonnement et faire en sorte que les vibrations que je provoque dans ma

poitrine soient ressenties contre son corps. J'ai essayé de faire durer mon bourdonnement un peu plus longtemps que lui à chaque tour, pour qu'il puisse percevoir le mien en plus du sien. Pendant ce temps, nous allions et venions dans l'eau agréablement chaude.

Il était difficile de percevoir s'il "entendait", en l'occurrence s'il percevait, mon bourdonnement. Mais il s'est laissé faire, suivant calmement les mouvements de l'eau et ne faisant pas de crise d'épilepsie. Au bout d'un moment, on aurait dit deux moines bouddhistes fredonnant à voix basse, envoyant une sorte de résonance dans l'eau. A-t-il aimé cela ? En tout cas, il n'a pas réagi en s'excitant et en bourdonnant ou en vocalisant plus fort. Au bout d'environ huit minutes, voire plus, son bourdonnement s'est tu, et j'ai également cessé progressivement mes bourdonnements et mes vibrations.

Les petits et grands moments de consonance s'inscrivent dans la relation entre deux (ou plusieurs) personnes. Dans l'instant, profitons ensemble de ces moments d'harmonie. Mais ne les considérons pas comme définitivement acquis. Ils restent l'enjeu d'une résonance ultérieure, d'une vérification prudente de la mesure où ils conduisent à nouveau à une expérience positive.

Parfois, cela ne se passe pas sans heurts et il y a alors un risque de routines tendues et crispées. Le processus de résonance du toucher et de la connexion reprend pour tenter de trouver quelque chose de nouveau en termes de position, de rythme. En faisant confiance au temps et par la reconnaissance mutuelle, nous cherchons un nouvel équilibre faisable pour que la personne puisse suivre et participer à l'activité commune avec une attention calme.

Il est tout à l'honneur de l'accompagnateur et de la personne lorsque, dans les moments de dissonance, ils parviennent à maintenir un calme suffisant et à contenir le stress. Ils peuvent aller de l'avant sans fuir, sans se figer ou sans être surexcités. Ils apprennent.

Découvrir le monde et se développer.

Notre collègue française Sophie Dumont a une jolie expression pour exprimer l'apprentissage basal par le corps : "apprendre par corps". Cette expression est dérivée de l'expression bien connue "apprendre par cœur", qui est une entreprise presque purement cognitive.

Mais apprendre par le corps, est-ce vraiment apprendre ?

Le démontrer a été un moteur important dans l'histoire de la Stimulation Basale. Nous-avons dû le défendre et nous le défendons encore dans des conversations avec des personnes qui situent l'apprentissage principalement dans le domaine cognitif et/ou fonctionnel. Mais en regardant la liste de participation de Sophie Dumont, je pense qu'on ne peut s'empêcher de considérer chaque élément comme un contenu possible d'apprentissage. La Stimulation Basale aide la personne à se rencontrer dans son environnement, à être présente. Elle l'aide à s'ouvrir, à s'interroger. Il s'agit là d'une condition essentielle à toute forme d'apprentissage.

En néerlandais, l'expression 'apprendre par cœur' se traduit littéralement par 'apprendre par dehors'. Nous pourrions être tentés d'inverser l'expression en 'apprendre par dedans' pour le travail en Stimulation Basale. Mais ce ne serait pas correct.

L'expérience de soi va de pair avec l'expérience de l'environnement direct. Elle en est inséparable. Apprendre sur le monde, c'est aussi apprendre sur soi, sur la manière dont on interagit avec l'environnement et avec ceux qui nous entourent. Il s'agit toujours d'un apprentissage "intérieur" et "extérieur" à la fois. La personne se déplace, se perçoit, se maintient et apprend sur elle-même en résonance avec son accompagnateur et avec l'environnement direct.

L'accompagnateur, à son tour, apprend à connaître la personne. En bougeant ensemble, en trouvant un rythme et une proximité appropriés, la personne émerge avec ses besoins et ses souhaits, avec son plaisir et son inquiétude. Curieux, en fin de compte.

Philip Vanmaekelbergh.

Je remercie chaleureusement le professeur Andreas Fröhlich, mes collègues flamands et européens pour leur contribution à ce texte :

Jan Pauwels, Mieke Lecompte, Ann Van Dale, Ann Augustijns, Liesbeth Baeten, Dirk De Schryver, Inge Vercruysse, Nancy Demeyer, Petra Debbaut, Ilse Michiels, Denys Guion, Blandine Bruyet, Concetta Pagano, Sylvie Payen, Rémi Sage, Uli Reisenberger, Sabine Knoblauch, Dora Messina, Unai Zubillaga, Gemma del Moral, Giorgio Calendi, Sara Manerba, Sophie Dumont, Dany Gerlach, Claudia Garreau, Laetitia Hanser.

Biographie:

Bienstein, C, Fröhlich, A, (2021): Basale Stimulation in der Pflege, Bern.

Büker, U., Ewers, I., Klüss, A., (2013): Berührungspunkte, Kinderzentrum Pelzerhaken.

Bullinger, A. (2004): Le développement sensori-moteur de l'enfant et ses avatars, Ramonville Saint-Agne.

De Groef J. (2010): De instelling als "good enough mother", Visieteksten Zonneliëd, Borchtlombeek.

De Jaegher, H. (2016): Deelnemend zin-geven, Systeemtheoretisch Bulletin, Antwerpen.

De Jaegher, H. (2018): Denken over liefde hoeft geen schrik aan te jagen, Borgerhout.

Di Paulo E., Cuffari E., De Jaegher H. (2018): Linguistic bodies, Cambridge Massachusetts.

Fröhlich, A, (2014): Activités de la vie journalière de l'enfant gravement handicapé, Bruxelles.

Fröhlich, A. (2015): Basale Stimulation, Düsseldorf.

Fröhlich, A. (2015): Basaal Leven, uitgave VSBS.

Fröhlich, A. (2020): Primaire Communicatie, website VSBS.

Pagano, C. (2020): La stimulation Basale, Toulouse.

Pagano, C. (2022): La stimulation basale, c'est quoi?, Toulouse.

Rofidal, T., Pagano, C., (2018): Projet individuel et Stimulation Basale, Toulouse.

Rosa, H., (2013): Leven in tijden van versnelling, Amsterdam.

Rosa, H., (2022): Onbeschikbaarheid, Amsterdam.

Saulus, G. (2009): Le concept d'éprouvé d'existence, CAIRN.INFO.

Vanmaekelbergh, P., (2017): Basale Stimulatie, een orthopedagogisch project, tijdschrift VtvO, jg. 36, nr. 3.

Annexes.

1. Claudia Garreau raconte l'histoire de ses contacts avec Diana, une jeune fille sourde-aveugle. Des extraits sont inclus dans l'analyse des quatre étapes du processus de résonance selon Rosa.

Sur un air de sonate.....

Diana, 13 ans, les yeux en amande, la peau velours, les cheveux longs et épais avec des reflets de pleine lune, élancée comme une danseuse étoile.

En colère, Diana est une amazone déchainée, qui saute partout, qui mord ce qu'elle trouve de dur, qui se jette par terre. Son cri, qui est peut-être une libération d'émotion pour elle, une décharge, est comme un déchirement pour moi. Le son de sa colère transperce mon plexus et il se noie dans le bain de l'estomac. Cela me laisse perplexe et je n'en fais rien. Je suis avec elle. C'est tout, mais c'est beaucoup. Diana n'y peut rien non plus. C'est plus fort qu'elle. Alors elle crie d'une voix puissante, son corps est en ébullition, son esprit se vide. A côté, je reste figée, je n'en fais rien à part accueillir ces émotions, les entendre et lui montrer que je le fais vraiment. Est-ce consonantique ? Toutes les deux, nous vivons la violence de ces émotions, elle, en tant qu'émetteur, moi, en tant que récepteur. La réponse n'est pas visible, mais elle est bien présente. Le silence est la réponse. Son corps en ébullition est confronté au mien qui est immobile, sécurisant et qui n'essaie pas de se sauver. Je regarde, je reçois et j'absorbe les ondes de colère, de tristesse, d'incompréhension, de douleur inexplicable....

Un accord de sonorités, construit de manière harmonieuse, car c'est la même violence émotionnelle que nous vivons toutes les deux....

Joyeuse, Diana fredonne. Sa voix est chantante, comme une sonate dans un théâtre antique d'été. Le corps bouge en douceur, elle saisit mes mains pour les toucher des bouts des doigts. Ses pommettes en soie remontent et j'aperçois la délicatesse de son sourire. Son état de calme, de paix, m'entoure comme une bulle. La réponse que je lui donne est la même. Je suis là, sans rien faire. Mais je ressens. Elle ressent ce que je ressens. Notre accord émotionnel est un pacte invisible, arrêté dans le temps, qui est là aujourd'hui, mais qui ne sera pas là demain. Omar Khayyam, poète persan du 11^{ème} siècle, a dit : *Sois heureux un instant. C'est instant, c'est ta vie.*

Un jour, je dois emmener Diana en balneo. Elle ne peut pas y aller car la piscine présente un problème technique. Je suis désespérée mais j'essaie de ne pas le montrer. Mais Diana le ressent. Je pense ... Je lui propose un bain. Et je reste à côté d'elle. Je n'utilise pas de technique, pas de stimulation....Je suis présente, avec mon corps, mon âme. Deux êtres pareils, deux êtres d'émotions. Par moment, Diana me cherche avec les bouts de doigts. Je tends ma main, elle s'en saisit avec délicatesse. Elle chante en écho et je la regarde tout le temps. Elle doit sentir ce regard posé sur elle. Enfin...je crois....J'accorde ma respiration sur la sienne, Mon regard est le reflet de mes émotions, de ce que je veux pour elle. Le silence est calme, apaisant. Il y a que la respiration, le son chantant de Diana, et des bouts de doigts qui se croisent....

30 minutes après, le bain s'arrête. Diana se lève et reste immobile devant moi. Je fais pareil et j'attends. La tête baissée, Diana oriente ses avant-bras vers moi, les mains dans une intention de prise. J'ouvre grand les yeux et je me laisse surprendre. Elle saisit mes omoplates et me tire vers elle dans une étreinte de deux personnes qui se connaissent. Mes bras restent immobiles, le long du corps. Je fais quoi ? Est-elle consciente de ce qu'elle fait ? Elle, qui n'accepte pas que je la touche, que des bouts des doigts...Elle, qui me fuit, juste après avoir vérifié ma présence...Puis, elle se retire. Ah, je me dis, c'était une coïncidence, un geste rebelle, primaire, vieux comme le monde, archaïque...Mais elle le refait ! 1 fois, 2 fois, 3 fois, 4 fois....et je finis par l'enlacer aussi.

Le temps s'arrête. On est pareil. Mon ressenti est confus...c'est le mien ou je ressens le sien...ou j'accepte de ressentir le sien parce que j'ai partagé le mien avec elle... ? Et je rejoins Concetta Pagano sur la faculté enfantine de capter l'essentiel en restant en lien avec son ressenti et celui de l'autre et l'immédiateté de la relation « je-tu » où l'on devient présence de l'autre (Martin Buber).

Le temps d'un instant, il n'y a plus d'éducatrice, plus de personne en situation de handicap. Il y a deux êtres qui partagent une émotion, en toute consonance, sur une aire de sonate...sans son.

Diana, 14 ans, née au Cambodge, réside à Apsa86 (Association pour la promotion des personnes sourds et aveugles), personne sourde et aveugle, ne parlant pas.

2. Pour terminer en beauté et en profondeur : la lettre de notre collègue suisse Laetitia Hanser à Mr. F. dans laquelle elle raconte l'histoire du processus de résonance intense avec lui et dans un deuxième temps avec son épouse.

Cher Monsieur F,

Depuis que vous êtes arrivé dans l'unité médicalisée de l'institution, toute entrée en contact, tout geste de soin, aussi minime soit-il, engendrent des réactions extrêmement puissantes chez vous. D'une intensité que j'ai rarement vue. Les chiffres sur le monitoring s'affolent, votre tonus augmente de partout et des mouvements myocloniques vous envahissent pour une durée qui me paraît interminable.

Mes tentatives sont guidées par l'entier de mes connaissances professionnelles et par mon expérience basale : entrer en contact en suivant vos signes vitaux, en tentant de trouver une entrée corporelle, en cherchant un seuil de tolérance, en déterminant un subtil toucher. Je dois pourtant répondre à l'exigence des minimas de soin que je dois vous faire. L'approche basale est le dernier recoin qu'il me reste pour lutter contre mon insécurité et ma crainte d'empirer votre situation.

Votre immense sensibilité, ainsi que la détresse et l'impuissance de votre épouse et vos enfants me bouleversent.

Les réactions citées plus haut, en réponse à leurs gestes de tendresse et d'amour, les terrifient. Je lis sur leur visage. J'en appelle à l'entier de votre corps et du mien pour nous guider. Je convoque la plus profonde empathie et sensibilité que je puisse solliciter chez moi. Je m'aide en mettant du flamenco lors de mes soins, musique que vous chérissez selon les dires de votre épouse. Où êtes-vous ? Et moi ?

Au fil des quelques jours, votre état se péjore et l'annonce de la fin de votre vie sonne comme une triste évidence, comme un soulagement aussi. Pourtant, je souhaite toujours ardemment

identifier un espace, une possibilité. Pour vous, pour vos proches, pour nous les professionnel-le-s.

Ces gestes répétés, avec une approche progressive, lente et intentionnelle, semblent enfin trouver un chemin vers vous. Les réactions premières restent intenses mais le maintien du contact entre votre corps et le mien, s'il reste longuement, s'estompent légèrement. Cela nous prend plus de 40 minutes.

Votre état s'empire encore. Cet après-midi-là, votre épouse, les larmes aux yeux, me dit que le plus dur pour elle est de ne pas pouvoir vous toucher car « c'est mauvais pour vous ». Cet écho a résonné fort en moi. Alors, avec son accord, j'ai pris ses mains dans les miennes et nous sommes venues à votre rencontre, avec douceur et lenteur et toute notre force pour vous signifier qu'elle était là, pour vous. Une fois la peur passée de par les réactions fortes, en vous laissant beaucoup de temps, votre épouse a senti que vos réactions diminuaient. Après bien des minutes, elle a pu glisser ses mains dans les vôtres et s'est mises à vous parler, dans votre langue maternelle. Et vous êtes restés, tous les deux, comme cela.

Discrètement, je me suis retirée pour vous laisser ce moment. Emue, derrière la porte, j'ai eu le sentiment d'avoir peut-être, au moins de manière infime, réussi à aider à ce que ce moment puisse vivre.

Pour vous, pour elle, et aussi pour moi.