

TECHNIQUE CATHARSIS ®

*Une méthode originale d'expression graphique sous induction musicale
utilisée comme outil complémentaire*

LA TECHNIQUE CATHARSIS EN CABINET D'ORTHOPHONIE

Années 2006-2008

par Marie-Dominique Pecorini, Orthophoniste



A- Les indications

Le choix des patients pour lesquels la Technique Catharsis est utilisée avec le plus de succès se fait en fonction d'une nécessité qui apparaît au cours du traitement: blocage, stagnation, améliorations non satisfaisantes obtenues par des techniques traditionnelles.

La plupart du temps, la Technique Catharsis vient en complément des techniques habituelles ou, parfois même, les remplace, pendant toute la durée du traitement.

Les indications principales sont:

- le bégaiement chez l'adulte, l'adolescent et le jeune enfant,
- les troubles de la voix,
- le mutisme,
- les difficultés psychologiques, comportementales et scolaires,
- les handicaps mentaux.

B- Une pratique professionnelle exemplaire

MARIE-DOMINIQUE PECORINI

Orthophoniste, diplômée de la Faculté de Médecine de la Salpêtrière (Paris), Marie-Dominique Pecorini s'est ensuite spécialisée dans divers domaines tels que la surdité, l'autisme, la dyslexie, le bégaiement, le développement cognitif.

Membre de l'Association Parole-Bégaiement, conférencière, maître de stage et maître de mémoire en orthophonie (France et Suisse), elle est également diplômée de Sophrologie Caycedienne et possède un master en PNL (Programmation Neuro Linguistique - L'Institut Ressources PNL, en Belgique).

Formée en 2006 à la Technique Catharsis, par Chantal Desmoulins, elle a utilisé celle-ci en cabinet privé, principalement dans les rééducations du bégaiement (enfants et adultes) et dans les cas de mutisme ou de difficultés graves de langage. Convaincue par les résultats obtenus, elle a décidé de faire connaître et de développer l'utilisation de la Technique Catharsis en France.

Marie-Dominique Pecorini, installée maintenant en Dordogne, poursuit ses travaux de recherche et transmet la richesse de son expérience professionnelle.

C-Cas Cliniques

1. LE BÉGAIEMENT

TRAITEMENT DU BÉGAIEMENT CHEZ L'ADULTE

M. V. - 30 ANS

Monsieur V., une trentaine d'années, vient au cabinet pour une rééducation de la fluidité de la parole, avec un bégaiement massif. Son geste phonatoire est en effet bloqué dès qu'il veut émettre un son. Cette difficulté a développé chez lui une phobie du contact social. Il reste la plupart du temps cloîtré chez lui. Et, dans son travail, il n'ose pas aller à la rencontre de ses collègues.

Les premiers temps de rééducation se déroulent suivant une procédure de traitement classique. Mais les blocages sont trop importants pour arriver à des résultats probants; il lui est proposé alors de tenter des exercices avec un soutien graphique. Les « barrages » se manifestent aussi avec la tenue du crayon, et Mr V. reste la main en l'air sans pouvoir bouger. Peu à peu cependant, il parvient - avec une aide - à tracer quelques traits.

La Technique Catharsis est introduite à ce moment-là. La musique permet de débloquent, quasiment dès les premières séances, l'expression graphique. Le patient parvient alors à dessiner sans aide.

Les quatre phases se déroulent sur une année environ, **sans autre traitement qu'un entretien** après chaque séance.

Après une année, les résultats sont spectaculaires:

Mr V. s'exprime spontanément, même si les mots sont encore bégayés. Sa peur du public a fortement diminué, et il a même décidé de reprendre des études en faculté, car son travail professionnel ne lui donne pas entière satisfaction. Il peut alors faire des exposés oraux devant un public et retrouver une vie sociale plus vivante.

La régression de la peur de son bégaiement lui a donné une parole plus fluide, même si l'on ne peut parler de complète guérison. Il a pu sortir de l'ornière de solitude dans laquelle il s'était enfermé.

L'accompagnement orthophonique s'est poursuivi quelque temps - pour améliorer encore la parole - jusqu'à ce que le patient se sente suffisamment autonome.

MR B. LA TRENTAINE,

vient en traitement pour un bégaiement. Malgré son handicap, il reste relativement sûr de lui, il est très ouvert, mais bloqué sur le plan émotionnel.

Parallèlement au traitement orthophonique, il est enchanté de suivre des séances de Catharsis: il accomplit le parcours complet des 4 phases. Durant certaines séances, il ose exprimer son émotion et plusieurs fois, des larmes libératrices coulent. Peu à peu il s'apaise, prend conscience de ses potentialités, ose dire ses émotions, se « détache » de sa parole bégayée, et prend position par rapport à ses relations avec ses parents, sa femme et son enfant.

Son bégaiement perd de son intensité et on voit un homme prendre conscience de sa dimension, de ses capacités. Il ressort de cette cure renforcé, émotionnellement.

TRAITEMENT DU BÉGAIEMENT CHEZ L'ADOLESCENT

Les professionnels savent la difficulté de traiter les troubles du bégaiement des adolescents. Ces jeunes ont beaucoup de mal à exprimer leurs émotions et restent souvent sur la réserve.

La Technique Catharsis, dans ce cas, s'est avérée être un merveilleux outil.

S., ADOLESCENT DE 15 ANS,

vient consulter au cabinet pour un bégaiement et des difficultés de comportement, principalement en famille, un problème relationnel avec le frère aîné - qui a une forte emprise sur lui - et avec la mère qui le materne.

Le traitement orthophonique apporte un soulagement sur le plan de la parole, mais l'aspect émotionnel ne se règle pas. Avec l'accord de la famille, la Technique Catharsis est mise en place, durant un peu moins d'une année.

Les résultats sont très vite parlants :

- S. commence à exprimer ses ressentis vis à vis de son frère. Sa mère, suite à l'analyse partagée des dessins, accepte de prendre de la distance avec son fils.
- Lors de la 4ème phase, S. affirme sa position virile face à son frère auquel il ose exprimer toute sa rancœur.
- Dès ce moment, les tensions familiales s'apaisent et le dialogue devient plus facile au sein de la famille. S. gagne en maturité.
- Le bégaiement n'apparaît plus que durant quelques périodes et S. le gère beaucoup plus facilement.

J.B., 15 ANS,

physiquement grand (il paraît plus que son âge), J.B. présente un bégaiement, parfois très prononcé, amenant un blocage total de la parole, alors qu'à certains moments il s'exprime presque normalement. Très peu expressif, il se renferme facilement et montre des tensions musculaires. Son intelligence est vive.

Le traitement orthophonique apporte un léger soulagement. J.B. commence à s'exprimer davantage, mais les tensions sont toujours aussi présentes malgré la très bonne volonté de l'adolescent.

En accord avec la famille, la Technique Catharsis est mise en place, tout en maintenant un suivi orthophonique plus espacé.

Résultats observés :

- En fin de la 1ère phase, J.B. exprime par le dessin (sur deux semaines), une forte colère cachée.
- Un entretien téléphonique - entre les deux séances - a lieu avec la mère, prévenue d'une probable explosion émotionnelle dans les prochains jours.
- Celle-ci a effectivement lieu et J.B. - qui s'est jusqu'alors toujours montré très doux - en renverse même la table !
- S'ensuit une période de pleurs, très bien acceptée par la famille qui, prévenue, adhère au traitement.
- Suite à cet épisode émotionnel, un véritable changement s'opère: J.B. commence à s'exprimer plus librement et les contacts avec ses copains se font plus facilement.

Son bégaiement a pratiquement disparu, à la fin du parcours avec la Technique Catharsis. Un an après, J.B. revient de sa propre initiative au cabinet. Il est devenu un jeune homme souriant et ouvert.

TRAITEMENT DU BÉGAIEMENT CHEZ L'ENFANT

M., 8 ANS,

est amené par ses parents pour un bégaiement bien installé, avec des périodes assez intenses. De caractère plutôt calme extérieurement, il est cependant très tendu intérieurement et peut manifester des colères très expressives.

La Technique Catharsis est rapidement mise en place avec un suivi orthophonique sur le plan du langage et de la parole.

Seule la première phase est réalisée, les résultats étant très rapides:

- L'enfant devient beaucoup plus coopératif et expressif,
- La parole s'améliore rapidement.

À la consultation, un an après, le bégaiement a disparu et les résultats scolaires se sont nettement améliorés.

V., 2 ANS ET DEMI ,

est amené par sa maman, qui sera toujours très active et ouverte durant le traitement. Il présente d'importants troubles de la parole et du langage, avec un bégaiement très prononcé, malgré son jeune âge (les professionnels savent faire la différence entre un bégaiement potentiel et les périodes de bégayages lors de l'apprentissage de la parole). C'est un enfant très intelligent, précoce, sensible mais remuant, qui vit des périodes d'angoisse avec cauchemars. La maman est suivie elle-même en psychothérapie.

Après deux ans de traitement du langage, qui s'améliore lentement, la première phase de Catharsis est mise en place. Malgré son jeune âge (alors 4 ans et demi), l'enfant se prête très facilement au processus et les points suivants sont observés:

- Au début, il ne peut pas dessiner durant toute une demi-heure. Des Playmobiles (ensemble de petits personnages) lui sont proposés et V. continue à exprimer ses émotions à l'aide de ces figurines, tout en écoutant la musique.
- Puis, au fur et à mesure des séances, V. dessine durant le temps complet proposé,
- Son temps de concentration s'améliore, son expression verbale aussi,
- Le bégaiement s'estompe, peu à peu, pour disparaître au bout de quelques semaines.

Les traitements psychologique et orthophonique sont poursuivis après Catharsis, car V. présente un trouble grave de la parole et des difficultés de comportement liés aux relations difficiles au sein de la famille.

Deux ans plus tard, le bégaiement a totalement disparu.

RÉFLEXIONS SUR L'APPORT DE LA TECHNIQUE CATHARSIS DANS LE TRAITEMENT DU BÉGAIEMENT

Dans le traitement du bégaiement, on sait la difficultés des patients à exprimer leurs émotions. Celles-ci - bloquées - ne trouvent pas leur chemin d'expression au travers des mots... si difficiles à articuler, et pour cause.

Cela engendre, chez le patient bègue, une souffrance parfois insoupçonnée par l'interlocuteur. L'expression orale étant justement le terrain « malade », il est préférable alors d'aborder la problématique d'une autre manière.

L'expression graphique s'avère être ici une solution possible. C'est l'une des conclusions tirées de l'utilisation de cette technique complémentaire.

Les jeunes qui bégaiement sont encore plus fragiles durant leur période d'adolescence et bien souvent, ils refusent les traitements. Mais « faire un dessin » en écoutant de la musique... cela leur convient: les résultats l'ont prouvé.

Dans tous les cas cités, le bégaiement a diminué. Plus encore, c'est la relation du patient avec « son » bégaiement qui a changé.

La Technique Catharsis, technique à médiation artistique, en facilitant la prise de distance du patient par rapport à son trouble, en a réduit l'impact émotionnel. La personne - du fait qu'elle se sent plus à l'aise - maîtrise alors mieux le flux de sa parole.

2. AUTRES TROUBLES DU LANGAGE ET DU COMPORTEMENT CHEZ L'ENFANT

LES TROUBLES DE LA VOIX

A., 8 ANS,

arrive en consultation pour des problèmes de voix. Il présente deux nodules sur les cordes vocales. Le traitement orthophonique ne suffit pas car cet enfant, très nerveux, montre de grandes difficultés de concentration.

Des séances de sophrologie sont tentées, mais A. ne peut se concentrer que quelques minutes et son corps demeure très tendu. Par ailleurs, les entraînements à la maison ne se font pas de manière suffisamment suivie, car la mère n'adhère pas vraiment au traitement.

Il est décidé alors - avec l'accord parental - de poursuivre les séances avec la Phase I de Catharsis.

L'attitude de l'enfant change peu à peu :

- La concentration s'améliore,
- Au terme de cette Phase 1, et à la grande surprise des soignants, le spécialiste ORL confirme la disparition des nodules ! Bien que le développement de nodules s'avère très lié à des problèmes de comportement et de conscience du corps, ce résultat a dépassé toutes les espérances de l'équipe soignante.

Note : en l'absence d'autre cas cas similaires de guérison de nodules, il serait imprudent et présomptueux de l'imputer au seul recours à la Technique Catharsis. Par contre, il y aurait un intérêt réel à poursuivre les recherches dans cette direction pour valider certaines hypothèses et en tirer des conclusions fondées.

LE MUTISME

H., FILLETTE DE 6 ANS,

vient consulter avec sa mère pour des difficultés scolaires importantes et surtout un mutisme sélectif: elle ne s'exprime pas en dehors du milieu familial. Les institutrices ne connaissent pas le son de sa voix. H., enfant intelligente, est renfermée, repliée sur elle-même, ne communique avec aucun autre enfant de sa classe. Elle a été suivie sur le plan psychologique mais sans résultats.

Le traitement orthophonique n'apporte pas non plus les résultats escomptés. L'enfant ne s'exprime toujours pas, en dehors de la famille, à l'exception de quelques mots prononcés rapidement durant les séances.

Après entretien avec les parents, la Technique Catharsis est proposée, avec les résultats suivants qui ont surpris tout le monde:

- H. exprime peu à peu, au travers de ses dessins, toutes ses émotions bloquées,
- Il faut admettre, alors, que tout le système familial est à la base des difficultés de H. Les parents, surtout la mère, prennent conscience de leurs problématiques, suite à l'analyse partagée des dessins de leur fille et à nos entretiens réguliers.
- Et... H. retrouve sa voix... !
- Elle s'exprime alors en classe, au grand étonnement de ses maîtresses.

À son retour au cabinet, un an plus tard, c'est bien H. qui mène la séance en expliquant les règles d'un jeu à une autre enfant qui partage ce moment de thérapie avec elle.

Grâce à son profond changement de comportement, elle peut ensuite suivre un traitement orthophonique pour ses difficultés spécifiques en lecture.

B., PETITE FILLE DE 10 ANS,

est suivie depuis un certain temps sur le plan orthophonique et psychologique, mais ne manifeste pas son potentiel intellectuel. Fortement déstructurée, très instable et parfois agressive, B. ne peut suivre correctement sa scolarité.

Tout en continuant les séances d'orthophonie, la Technique Catharsis est proposée.

L'enfant - suffisamment motivée pour ce genre d'approche - suit successivement les 4 phases. Au cours de ces séances d'expression graphique sous induction musicale, de graves difficultés familiales sont mises à jour dont une importante carence parentale, maternelle en particulier. Ces carences avaient été cachées, voire niées jusqu'à présent et, malgré un suivi psychologique, rien n'avait jusqu'alors abouti.

Cette fois, l'enfant peut exprimer toute sa souffrance, grâce à quoi une mise en place adéquate de suivi social est organisée.

Si les difficultés de B. restent importantes, la situation s'éclaircit et les interventions thérapeutiques sont mieux adaptées à sa problématique.

3. UN HANDICAP GRAVE

A., 5 ANS,

cette petite fille, lourdement handicapée sur le plan mental vient, après des traitements multiples, en séance d'orthophonie avec ses parents. Elle ne parle pratiquement pas (sauf quelques mots ou phrases) et elle peut être assez violente, ce qui nécessite un cadre sérieux.

En parallèle avec des séances de développement cognitif, la première phase de Catharsis est proposée; cela se fait avec la collaboration de la maman pour la tenue de la feuille, des crayons, pinceaux, bol d'eau, face aux gestes imprévisibles de l'enfant qui, parfois, jette tout le matériel avec violence, quitte à grimper sur le bureau pour donner des coups de pieds.

Mais A. se montre capable de tenir un crayon ou un pinceau et de faire des traits sur une feuille. La première séance d'écoute se fait tout d'abord sans la présence de la maman, afin de vérifier comment l'enfant va réagir.

À la grande surprise des collègues thérapeutes, cette première tentative s'avère fort surprenante:

- L'enfant se met à hurler « arrête, arrête, arrête... ! » d'une manière très intelligible, en mettant les mains sur ses oreilles. Elle entre visiblement dans une grande émotion intérieure, proche de la panique. L'audition musicale est poursuivie car, visiblement (et auditivement : cris, hurlements...), quelque chose d'important se passe en elle.
- On assiste à l'explosion d'une émotion intense, restée bloquée jusqu'alors: expression d'une immense désespérance. A. hurle de douleur psychique.
- La maman, arrivée en urgence, la calme en la prenant dans ses bras. L'enfant s'y blottit comme dans un nid et, peu à peu, s'apaise. Les séances suivantes ont donc toutes été faites en présence de la maman. A. dessine, peint, avec aide (maintien du bras, organisation du matériel).
- Peu à peu et au fil des séances, A. commence à s'exprimer par la parole.
- Le langage reste très pauvre, mais des phrases s'organisent - résultat jamais obtenu en suivi d'orthophonie traditionnelle.
- On assiste à l'émergence du langage durant les dix séances de la première phase.
- Les autres traitements sont poursuivis, mais il est évident que **la Technique Catharsis a permis de gagner un temps certain.**
- L'aspect caractériel, s'il s'est atténué, ne disparaît pas complètement.
- La « maladie » n'a pas disparu. Mais les progrès du langage sont mesurables.

4. DES CAS PLUS LÉGERS

L., ENFANT DE 8 ANS,

est suivie en orthophonie pour des difficultés dans la lecture et le langage écrit. De caractère fort et dominateur, elle cherche toujours à imposer sa loi. On note des difficultés relationnelles, en particulier avec la maman. Elle montre d'importantes difficultés à s'adapter aux consignes et de ce fait, à l'école.

Parallèlement aux séances d'orthophonie, l'enfant est orientée vers la Technique Catharsis:

- Elle apprécie beaucoup ces séances, durant lesquelles elle peut laisser libre cours à son imagination dans le dessin, dans un cadre bien défini,
- Peu à peu, elle se sent rassurée. Son comportement s'améliore, les relations avec la maman se tempèrent et les résultats scolaires suivent le mouvement,
- Ses difficultés cognitives demandent toujours un suivi sur le plan du langage, mais la sphère relationnelle est nettement améliorée,
- L. se montre plus attentive et consciente dans ses relations avec autrui, et ainsi les séances d'orthophonie se déroulent plus... calmement !

M., JEUNE FILLE DE 13 ANS,

suit un traitement orthophonique pour ses difficultés cognitives et la pauvreté de son langage. Très infantile, M. ne sait pas prendre de décision seule.

La Technique Catharsis semble donc appropriée pour l'aider à trouver son autonomie. M., très coopérante, suit les séances avec plaisir.

Au terme de celles-ci:

- M. devient plus autonome, elle extériorise plus spontanément ses émotions et ose exprimer ses désirs,
- Le suivi orthophonique se poursuit après le processus Catharsis. Et, à l'âge de 15 ans, M. sait exprimer ses choix pour son avenir. Elle s'organise seule et prend des décisions, chose qui lui était très difficile auparavant.

Pour terminer, un exemple d'aide par la Technique Catharsis, utilisée « sur le vif »:

K., FILLETTE DE 12 ANS, ,

introvertie, est suivie pour des difficultés de compréhension, une lenteur et un niveau scolaire insuffisant. Durant le traitement orthophonique, des difficultés au sein de la famille viennent la perturber davantage. Les parents divorcent et K. ne parvient pas à exprimer sa souffrance.

Des séances avec la Technique Catharsis sont alors proposées:

- Ce soutien lui permet d'extérioriser ses émotions. Elle ose pleurer et dire sa colère, suite à l'expression graphique,
- Le dessin et l'écoute lui permettent « d'ouvrir les vannes »,
- Au fil des semaines et malgré les difficultés familiales, K. se tranquillise et devient plus souriante,
- Elle apprend à faire la part des choses, dans la tourmente familiale,
- Elle prend même de l'assurance sur le plan scolaire et les résultats suivent.

D-La Technique Catharsis

1. LE CADRE DE LA SÉANCE

Les patients sont informés du caractère nouveau de cette approche, du déroulement du processus, du temps et des « contraintes » de régularité dans la tenue des séances.

Quand le patient est un enfant, la Technique est préalablement expliquée aux parents, qui n'assistent pas aux séances, sauf cas particuliers où le comportement de l'enfant nécessite leur présence.

2. DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

Remarques :

1. Pour certains patients, avant la première des séances d'écoute, des tests projectifs sont réalisés: test de l'espace, test de l'arbre etc, ce qui permet de disposer d'une base « étalonnée » de l'état psychologique du patient, qui n'apparaît pas forcément au travers des bilans orthophoniques.
2. Le temps d'une séance Catharsis tient en général dans le temps réglementaire d'une séance de traitement orthophonique (¾ d'heure env.). Il n'est donc pas nécessaire de demander un supplément de temps de séances. Déontologiquement, la Technique Catharsis est incluse dans les séances de rééducation, au même titre que sont utilisés la relaxation sophrologique ou des exercices issus de la PNL.

Ces séances avec la Technique Catharsis s'organisent, avec la présence de l'orthophoniste:

- temps d'écoute musicale et d'expression graphique,
- entretien avant et après chaque séance,
- aide matérielle: mise à disposition et présentation des outils (feuille, neocolor, pinceau...),
- mise en place et surveillance de la bonne diffusion des CD,
- notes prises sur le comportement du patient, en cours de séance.

3. COMMUNICATION DES RÉSULTATS AUX PATIENTS, AUX FAMILLES

À la fin de chaque phase, une séance est consacrée au bilan de l'analyse des dessins. Ce bilan débouche sur un échange beaucoup plus intime et authentique avec les familles et le patient.

Le dessin s'avère bien plus parlant que des heures d'entretien et d'explications. Ainsi, les états émotionnels de souffrance, de manque... étant dessinés « noir sur blanc » par le patient, lui-même - enfant ou adulte - mettent en évidence, auprès des proches, la problématique familiale, ou autre, à aborder.

4. EFFETS POUR L'ORTHOPHONISTE ET LES SOIGNANTS

Marie-Dominique Pecorini témoigne:

“Je souhaite ajouter une découverte personnelle à la description de l'utilisation de la Technique Catharsis, concernant mon vécu. Présente au cours de l'ensemble des séances d'expression graphique sous induction musicale, j'ai pu entendre de multiples fois les mêmes thèmes musicaux.

À la place d'une lassitude, qui serait bien compréhensible, à la ré-écoute de ces mêmes morceaux, j'ai pu vérifier que mon écoute, ma perception de la musique se sont modifiées mais, plus encore, que celles-ci se sont affinées avec chaque patient, comme si l'interaction transférentielle durant l'écoute faisait en quelque sorte varier le discours « derrière » la musique, celle-ci devenant « vivante »... et me permettait ainsi d'identifier ce qui advenait dans le ressenti émotionnel du patient. Etant mieux en phase avec lui, j'ai mené alors les entretiens avec une autre intensité et un net enrichissement.”

E-Conclusion

Le thérapeute fait usage de nombreuses techniques et d'approches différentes.

Face à chaque difficulté rencontrée, il a, tel un menuisier face à son établi, une palette d'outils à sa disposition.

Certains outils - multifonctionnels - ont une richesse d'utilisation particulière. On les garde toujours sous la main... et c'est ainsi que l'on travaille avec la Technique Catharsis.

Sur la base toujours présente des techniques orthophoniques, et avec d'autres apports acquis au cours de ses différentes formations, le thérapeute enrichit considérablement son champ d'intervention et du même coup élargit son regard, son approche professionnelle.

L'apport de la Technique Catharsis y contribue nettement.

Les différents cas exposés ci-dessus n'ont pas valeur d'étude. Cependant, les résultats sont suffisamment probants pour orienter vers des pistes de recherche dans le cadre d'expérimentations, avec batterie de tests, échelles spécifiques aux différentes pathologies abordées - à commencer par les troubles du bégaiement.

Notre objectif, en partenariat avec d'autres thérapeutes (orthophonistes, psychologues...), sera d'étudier scientifiquement la Technique Catharsis, sur des bases communes éprouvées et codifiées, au service des patients, adultes et enfants, souffrant de bégaiement.

Les résultats, avec l'accord des participants, pourront faire l'objet d'une publication.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez vous adresser à:

Marie-Dominique Pecorini
Les Martinies 24330 - La Douze - France

Téléphone: 033 5 53 04 28 38 • Mobile: 033 6 25 45 43 60
Email: mado.pecorini@orange.fr

© 2011 Silcord US Productions- Tous droits réservés