

De l'utilisation de la technique graphique d'extension (T.G.E.) dans la rééducation des dysgraphies

Utilization of stretching graphic technique in dysgraphia therapy.

Bernard COUSTES, Psychomotricien, IME Léon Debat Ponsan, B.P. 307, 31605 MURET CEDEX

RESUME

La trace laissée par le mouvement se présente comme le reflet de notre équilibre tonique, de l'ajustement de nos rythmes au milieu, de notre façon d'appréhender l'espace.

En mettant l'accent sur les sensations corporelles que procure le mouvement, la TGE offre une technique permettant de prendre le recul nécessaire par rapport à sa production pour analyser le lien entre mouvement et trace. Si la trace sert de feed-back dans cette démarche, ce seront l'analyse et l'ajustement de la motricité qui interviendront dans les mécanismes de la fonction thérapeutique.

MOTS CLES : Equilibration du tonus, trace graphique, organisation de l'espace, relaxation, feed-back.

SUMMARY

The outline left by movement as the reflection of our tonical balance, of adjustment of our rythme to the environment, of our way to apprehend space. Laying stress on corporal sensations procured by movement, the TGE offers a technic enabling to take necessary backward movement in comparaison with its production to analyse the link between movement and outline.

If the outline is useful to feedback in this step, the analysis and adjustment of motricity will then intervene in the therapeutic function mechanisms.

KEYWORDS : Space organization, relaxation, feedback.

Trad. Sandra Brisson

Le graphisme est un geste modulé, volontaire, sous contrôle cortical et dont l'intention originelle est de laisser une trace sur un support.

Les troubles psychomoteurs qui perturbent cette activité de la communication entraînent une dysgraphie.

Ce sont des troubles du tonus qui affectent le geste, des troubles du rythme qui affectent la modulation, des troubles spatiaux qui affectent l'organisation du support.

L'objet de la T. G. E. est de proposer un travail sur le tonus, le rythme et l'espace, et c'est pour cela que l'utilisation de cette technique est privilégiée dans les rééducations des troubles du graphisme.

Les principes de la TGE

1) *Favoriser les mouvements d'extension*, dans le sens centrifuge proximo-distal : le mouvement part de l'axe du corps vers l'extérieur, c'est un mouvement en ouverture.

2) *Equilibrer le tonus*, en proposant un soutien assez ferme au niveau axial (maintien de la posture) pour permettre le mouvement du membre scripteur, et un relâchement segmentaire du membre controlatéral.

3) *Découvrir l'adaptation de son propre rythme* aux rythmes des différents mouvements.

Ces trois principes définis s'associent au cours de mouvements, au gré des objectifs du psychomotricien, selon les possibilités et les troubles notés chez le sujet pris en rééducation.

L'intérêt réside dans le fait que ces mouvements laissent une trace qui mettra en relief les progrès de l'enfant. Cette trace est facilement analysable par l'enfant lui-même et sert de feed-back du mouvement.

Le support esthétique de la production vient en renforcement des intérêts de l'enfant : nous sommes loin d'une production écrite du domaine scolaire, mais plutôt dans le domaine d'une création artistique. La qualité graphique s'améliorant, traduit la qualité de l'organisation gestuelle. Ainsi, l'enfant arrive peu à peu à organiser sa gestualité en vue d'une production graphique. On est passé :

- de l'analyse du mouvement en se basant sur l'analyse de la trace laissée, à l'analyse du mouvement dans l'objectif de laisser une trace déterminée.
- du mouvement qui laisse une trace, au mouvement volontaire et dirigé vers une production.

L'enfant découvre que la trace a un rythme et apprend de quelle façon son propre rythme s'en trouve modifié ; il apprend par la suite à adapter son rythme à la trace désirée.

L'enfant découvre que la trace a un sens, une orientation, qu'elle occupe l'espace en le structurant, en l'organisant. Par la suite il apprendra à organiser un espace en y laissant une trace.

Le matériel utilisé pour appliquer ces principes trouve facilement sa place dans une salle de psychomotricité. Il se résume essentiellement en un tableau, le plus grand possible, des craies, il peut se compléter de feuilles de formats et couleurs différents.

La taille du tableau doit permettre de laisser des traces du sol jusqu'au plus haut que l'enfant puisse atteindre en sautant, sur une longueur d'au moins 2,5 m pour permettre des traces en déplacement. Un mur lisse directement peint avec de la peinture à tableau convient parfaitement.

Les exercices proposés n'ont pas une chronologie stricte, mais une orientation qui va du mouvement ample présentant des points d'articulation limités, et donc un nombre réduit de coordinations, vers des mouvements plus fins et donc de coordinations plus complexes. Dans ces exercices, la recherche est essentiellement basée sur une équilibration tonique et un mouvement dans le sens de l'ouverture, vers l'extérieur.

Les exigences du psychomotricien, quant à la qualité graphique, sont soumises aux possibilités de l'enfant :

1) Selon les paramètres des troubles que présente l'enfant et sur lesquels le psychomotricien peut jouer, que ce soit des problèmes de latéralité, d'organisation spatiale, de tonus, d'inhibition, de labilité de l'attention.

2) Selon le niveau de compréhension qui va permettre :

- l'intégration de la consigne. On peut noter que ce travail a été proposé à des enfants lourdement handicapés sur ce plan là.

- l'analyse de la trace laissée par le mouvement. Ici aussi la qualité de l'analyse est subordonnée aux capacités de l'enfant, mais peut être très simple et adaptée à sa production.

3) Selon l'histoire de l'enfant, et en particulier ses appréhensions face à la trace qu'il peut laisser. Une progression peut se mettre en place, en partant du mouvement silencieux (sans trace), à un mouvement laissant une trace fugitive (décrite dans l'espace par un ruban), à une trace plus marquée, mais encore non chargée affectivement (trace laissée par l'éponge humide sur le tableau), avant d'aborder la trace laissée par la craie.

Cette analyse de la trace s'affinera, se complexifiera au cours de l'évolution de la production graphique. L'objectif est de mettre l'enfant en situation de recherche sur la causalité de sa production : à quoi est due telle ou telle partie de la trace, quel est le mouvement qui le sous-tend ? de façon à organiser progressivement sa motricité.

Les exercices proposés sont semblables à certains utilisés dans la méthode Marthenot, ils en diffèrent totalement quant à leurs objectifs ; mais pour les décrire il est plus intéressant d'organiser une classification et une chronologie, même si dans la réalité thérapeutique il n'y a pas de chronologie impérative. Quatre grandes classes d'exercices se présentent :

- ceux mettant en jeux de grandes coordinations : les grandes courbes.
- ceux mettant en jeux le tonus : les droites et les courbes.
- ceux mettant en jeux le rythme par des coordinations plus complexes : ralentissements et accélérations.
- ceux mettant en jeux la production : réduction et/ou association des exercices précédents.

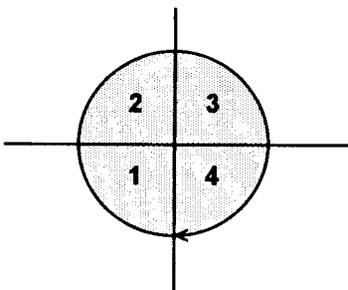
Toutes les séances commencent par un temps de relaxation qui permet de faire un stop par rapport à l'activité précédente et de se préparer toniquement aux exercices proposés. Il s'agit essentiellement d'une relaxation dynamique qui permet une équilibration tonique de l'axe corporel et un relâchement au niveau de la scapulo humérale.

Les exercices mettant en jeu les grandes coordinations

Il s'agit ici de prendre contact avec le plan qu'est le tableau et avec la craie et la façon de la tenir. Chaque trace imposera une tenue différente de la craie.

Dans le cas d'une dysgraphie, on retrouvera comme constante une mauvaise tenue du stylo, c'est ici une façon de faire prendre conscience à l'enfant que chaque acte graphique est subordonné à une façon de tenir l'outil scripteur. Ici, la craie répond immédiatement par sa fragilité à une prise incorrecte.

Les premiers mouvements proposés sont de grands cercles au tableau, l'enfant se place perpendiculairement au tableau et en caresse la surface avec la paume de la main, en décrivant de grands cercles par une circumduction, bras tendu. Ceci lui permet de prendre conscience de ses jeux articulaires au niveau de la scapulo-humérale : zone de tension ligamentaire dans la partie postérieure de la trace. Si le mouvement est fait par le bras droit, dans cet exemple la zone de tension se situera dans le 3ème et le 4ème quadrans du cercle.



Ceci lui permettra de s'orienter par rapport au tableau et donc d'ouvrir l'angle postérieur pour permettre un passage sans difficulté.

Ce mouvement s'accélère et se fait dans l'élan, sans que l'autre épaule ne bouge. La trace obtenue avec la craie doit être un cercle, en comparant la trace laissée on analysera le mouvement. Il s'agit de se reculer et d'évaluer les déformations du cercle, qui peuvent être dues à :

- un déplacement du centre pendant le mouvement,
- une modification de la longueur du rayon pendant le déplacement.

Les déplacements du centre peuvent avoir plusieurs origines qui auront chacune une traduction différente qu'il faudra apprendre à découvrir. En partant de la trace, on constate que :

1) Le cercle est aplati en haut et en bas.

Le centre s'est déplacé horizontalement d'avant en arrière.

Il y a donc eu une rotation au niveau du corps qui correspond à un tonus insuffisant au niveau axial.

A la prochaine trace, penser à maintenir un "gainage" suffisant à ce niveau, tout en gardant une laxité suffisante au niveau de l'épaule. Travail au niveau des différenciations segmentaires du tonus.

2) Le cercle est aplati en avant et en arrière et semble pincé.

Le centre s'est déplacé horizontalement d'arrière en avant.

L'équilibre du corps a été mis en jeu par un déplacement du centre de gravité, mais le tonus axial était correct. Ceci s'observe particulièrement quand le mouvement du bras ne s'est pas fait dans l'élan, qu'il a été freiné. En effet, le déplacement du centre de gravité, qui a pour axe de rotation les chevilles, ne peut se faire aussi rapidement que le mouvement du bras.

Penser au rythme de la trace.

3) Le cercle présente un plat dans le deuxième quadrans et semble oblique

Le centre s'est déplacé d'avant en arrière et de bas en haut.

Il y a eu flexion au niveau de la hanche puis extension, ce qui correspond à un tonus insuffisant au niveau axial, dans le sens d'une bascule antéro-postérieure.

Penser à maintenir un tonus suffisant au niveau axial.

Ces types de déformation du cercle correspondent à des déplacements du centre et donc à des déplacements de grande amplitude et demandent à l'enfant de se reculer lors de l'analyse de la trace pour avoir une vue globale de son tracé.

Peuvent également se présenter des déformations plus réduites qui ressemblent à des cabossages du cercle ; ceux-ci sont dûs à des modifications de la longueur du rayon.

4) Le départ et l'arrivée ne correspondent pas.

Il y a eu allongement du rayon.

L'épaule n'était pas suffisamment relâchée au départ, et c'est le mouvement dans l'élan qui en a permis le relâchement.

Penser à bien libérer son épaule de toute contraction.

5) Déformations polymorphes sur le cercle, en général dans le 3ème quadrans, mais qui peuvent s'étendre sur tout le cercle.

Il y a eu allongement et raccourcissement du rayon.

Le bras n'était pas tendu pendant le tracé.
Penser à garder le bras tendu et l'épaule relâchée : relaxation segmentaire.

6) Déformation sous forme d'un "décrochage" du cercle, visible dans le 3ème quadrans.

Raccourcissement brusque du rayon.

Mauvais positionnement de la main, dû à une mauvaise tenue de la craie : la main se trouvait en supination au moment du départ, et a dû faire un mouvement en pronation dans le 3ème quadrans pour maintenir le contact avec le tableau, d'où ce décrochage typique.

Penser à positionner correctement la craie, à caresser dès le départ la surface du tableau avec la paume de la main.

7) Déformation en dents de scie visibles sur tout le cercle.

Modifications brusques du rayon pendant toute la trace.

Mauvaise tenue de la craie qui est tenue comme un stylo et n'est donc pas adaptée à ce type de trace.

Toutes ces déformations correspondent à des mouvements de petites amplitudes, qui sont plus rapides, facilement repérables, et peuvent, bien sûr, se combiner avec les précédentes.

L'analyse de la trace permet donc une analyse très détaillée du mouvement, mais elle permet également d'évaluer l'évolution de la laxité ligamentaire de l'enfant :

- au niveau de la scapulo-humérale, ceci se mesure en fonction de son orientation par rapport au tableau ; plus il est perpendiculaire au tableau, plus son épaule arrive à se relâcher.

- au niveau de la prono-supination, ceci se mesure par la différence entre le point de départ de la trace et son arrivée ; plus il y a chevauchement, plus l'amplitude de ce mouvement est importante.

Le mouvement décrit ci-dessus à titre d'exemple d'analyse de la trace est fait de la main droite, dans le sens centrifuge (dans le sens des aiguilles d'une montre dans ce cas). Ce mouvement peut se faire des deux mains, dans différents sens, mais notre travail sera alors de faire verbaliser l'enfant sur ce qu'il ressent à chaque mouvement, sur sa préférence au niveau du mouvement et de la trace.

L'analyse des sensations et de la trace est constant dans ce type de travail, pour faire prendre conscience du rapport entre le mouvement et sa sensation d'une part, le mouvement et la trace d'autre part.

Ce type de démarche sera toujours utilisé dans tous les types d'exercices.

D'autres exercices dans cette première classe mettant en jeux les grandes coordinations peuvent être proposés, qui vont tous mettre en jeux des coordinations de plus en plus complexes et vont proposer des analyses plus poussées et dans des domaines différents.

1) Faire des cercles des deux bras, face au tableau.

Prendre conscience de l'orientation par rapport au tableau, de la distance au tableau, travail sur la symétrie, sur les correspondances de différents points, sur les différences toniques des deux hémicorps.

2) Faire de grandes voûtes.

Prendre conscience des déplacements des coordinations et de leurs chronologies, travail sur l'équilibre et le rythme.

3) Faire des voûtes pincées.

Coordinations plus complexes demandant des inversions de synergies.

4) Faire des creux élargis et des creux pincés.

Coordinations plus complexes avec chaque fois des tenues de craie différentes.

Toutes ces courbes peuvent se combiner entre elles pour être utilisées dans une représentation figurative ; elles ont en commun une prise de conscience du mouvement et de la trace, un rythme propre, une tenue de craie différente à chaque fois, une orientation de la trace toujours dans le sens de l'ouverture, un mouvement en extension, une grande amplitude, un tonus assez ferme de l'axe corporel et un relâchement segmentaire.

Les exercices qui mettent en jeux le tonus

(dans le sens de la modulation de la décharge motrice)

Ce sont les droites qui sont le reflet de la vitesse, de l'orientation, de la durée. La trace des droites nécessite un tonus axial très ferme, un positionnement précis, une orientation déterminée, une impulsion très forte, une tenue de craie particulière. Ce sont les premières traces intentionnelles où l'analyse du mouvement est nécessaire et anticipe la trace, il s'agit d'une préparation à l'analyse du mouvement.

Le travail de la droite nécessite un temps de préparation, de positionnement, d'orientation, de dosage tonique qui anticipe un geste rapide. Ici aussi, l'analyse de la trace peut se faire de façon très précise et montrera le travail d'anticipation, de préparation qui se traduit par le mouvement. Le mouvement lui-même étant très rapide, seule la trace laissée en assure le feedback.

Au cours de ces exercices, l'enfant découvre l'orientation de la droite, la direction, le temps, la structuration de l'espace, les effets de plans, la notion des différents appuyés. Au niveau corporel, il ressentira d'autant mieux ses équilibres toniques, ses coordinations, ses rythmes graphiques, sa tenue de la craie qui est ici très caractéristique selon le type de droite envisagée.

Tout ce travail se fait debout, sur un plan vertical, en faisant varier les supports, les formats, les appuyés, les couleurs, les outils.

Ici, déjà, la production graphique sera un renforcement important par sa qualité esthétique. Ce travail sur les droites s'accompagne d'un travail sur les courbes, où l'accent est mis sur les différences toniques mises en jeu, sur le geste plus naturel qui va permettre un relâchement tonique. Dans ces exercices, l'orientation va surtout dans le sens de l'organisation de l'espace, sa structuration, au travers des différentes coordinations que le corps doit mettre en jeu pour répondre à une trace intentionnelle, dans un format prédéterminé. Les questions que se posent l'enfant sont :

- quelles positions
 - quelles coordinations
 - quels rythmes
 - quelle tenue de craie
- } adopter pour réaliser cette courbe ?

C'est l'organisation des courbes entre elles qui structure l'espace, tout le travail de préparation consiste donc dans l'organisation de l'espace où le travail verbal aborde les notions de plans, de directions, de lourdeurs, de temps. Une référence iconographique à des oeuvres artistiques peut en être un support intéressant. Tout ce travail sur la modulation du tonus et de la vitesse permet d'aborder le travail sur le rythme.

Exercices mettant en jeu principalement le rythme

Cet ensemble d'exercices permet de prendre conscience de ses propres rythmes au travers de sa production, et a pour objectif d'adapter ses rythmes à ceux des traces envisagées. C'est au travers d'exercices de ralentissement et d'accélération, de régularité dans la trace, de mouvements rythmés que s'acquièrent ces notions déjà ébauchées dans les autres exercices, mais ici l'accent est mis sur le résultat graphique de tout changement de rythme, sur ses sensations corporelles, sur les ruptures de rythmes.

Ici aussi la production graphique sert de feedback et de renforcement de la motivation à faire. Les

exercices ont pour support des mélodies qui sont traduites graphiquement, avec des jeux de contrastes, de vitesses, des découvertes de reliefs, de silences.

Ici sont intriqués le vocabulaire musical et graphique. La composition graphique peut n'être qu'un suivi ponctuel, ou bien être le départ d'une structuration de l'espace.

Les exercices mettant en jeu la production graphique

Ces types d'exercices dépassent le cadre du syndrome de la dysgraphie, et s'orientent plutôt vers une pratique des thérapies de l'inhibition. Ils sont principalement basés sur la reconnaissance d'une production et donc de son auteur, ils participent d'une thérapie d'affirmation de soi. Ils ont été préparés par l'aisance graphique des exercices précédents et en particulier les mouvements d'extension.

Au cours de ces exercices l'enfant est amené par sa propre analyse, guidé par le psychomotricien, à représenter l'expression, l'attitude, le mouvement caractéristique d'un animal par exemple. Ce travail se fait par une recherche corporelle de posture, des caractéristiques signifiantes. Suit un travail d'épuration des formes pour aboutir à une représentation stylisée et très rapide. Cette forme de travail se situe dans le passage entre l'expression corporelle et sa représentation graphique.

Ce type de travail, bien que d'effet esthétique, ne nécessite pas de la part du praticien de talents particuliers en dessin, la technique a été utilisée par différents psychomotriciens, parmi des populations variées et a toujours pu, par sa souplesse d'utilisation, assurer l'objectif que le thérapeute s'était fixé.

Conclusion

La T.G.E. se présente comme un outil, utilisable pour élaborer une rééducation dans le cas de dysgraphie, mais il est important de souligner qu'il s'agit ici d'une simple technique, au service des objectifs du psychomotricien, et non d'une méthode qui s'appliquerait systématiquement.

Ce sont les intérêts psychomoteurs qui prévalent, ils sont soutenus par une démarche qui est l'esprit de la technique, et c'est cette démarche qui guide le psychomotricien dans le projet qu'il élabore avec l'enfant.