

CONTENU DE L'APPROCHE AQUALIENS

Cet accompagnement relationnel avec l'eau met en évidence 4 phases distinctes. L'enfant accompagné et le parent apprennent à les vivre ensemble.

Ces 4 phases sont :

- Phase du giron
- Phase de la poussée
- Phase d'accompagnement
- Phase de départ

Ces phases ont besoin d'être séparées pour être explicitées et que soient comprises les situations, les moments et périodes que traversent les personnes impliquées dans le processus de rencontre dans l'eau. Mais dans la réalité, elles se mélangent, ne se succèdent pas tout le temps dans un ordre précis. Et c'est parfois le passage de l'une à l'autre qui suscite le plus d'attention.

Phase du giron

Cette phase est utilisée, par le parent ou l'enfant, à divers moments de la séance. Par exemple, c'est souvent au début des premières séances, pour que chacun puisse bien trouver sa place, pour prendre le temps de sentir, d'expérimenter, de laisser mûrir. C'est aussi au cours de l'activité dans l'enchaînement des situations, lorsque l'un des deux n'ose pas ou bien lorsque cela va trop vite : pouvoir se (re)poser, revenir, ...etc.

...Pour que chacun puisse bien trouver sa place, prendre le temps de bien sentir...



Pour le parent, diverses notions (comme : prendre le temps de s'installer, adopter, affiner des attitudes et des positions d'accueil) sont travaillées. Tout en étant avec l'enfant, il va chercher à se sentir bien dans l'eau et à beaucoup se déplacer (le corps le plus immergé possible, légèrement en arrière).



...savoir se positionner dessous l'accompagné, pour lui donner la possibilité, l'envie de se poser...

La recherche d'appuis sûr, pieds à plats, est très importante car ils permettent d'avoir la capacité de rester présent à l'autre en permanence.

Une autre notion importante est abordée : savoir se positionner dessous l'enfant pour lui donner la possibilité, l'envie de se poser. Celui-ci aura ainsi la possibilité de ne plus s'agripper, se cramponner, ni d'être tenu et serré.

La prise de conscience par le parent de ses raideurs, fermetures, tensions éventuelles, contractions musculaires est une étape importante.

...aura ainsi la possibilité de ne plus s'agripper, se cramponner, ni d'être tenu...



Pour un bébé, un jeune enfant, l'attention est portée à la possibilité de pouvoir développer son sentiment de sécurité entre les bras de l'accompagnant. Immergé le plus possible dans l'eau, posé sur la poitrine de l'adulte, il va pouvoir progressivement se détendre, se déplier, jouer de ses bras, de ses mains et de tout son corps, et aussi vocaliser. Cette détente et cette sécurité nourriront son envie de vouloir et pouvoir explorer le monde extérieur.

...il va pouvoir progressivement se détendre, se déplier, jouer...



Phase de la poussée

Cette phase montre que, dans toute relation d'accompagnement avec des contacts corporels, il y a des forces en présences. "Le jeu " est de ne pas les utiliser contre l'autre mais de trouver une harmonie d'être avec l'autre. Il est important, pour l'accompagnateur et l'accompagné dans l'eau, de s'accorder sans s'opposer, car souvent l'un veut "aider à" et l'autre veut "pouvoir faire". La liaison de ces 2 premières phases est en relation directe avec cet état particulier qui est de s'ouvrir à l'autre, l'entendre, le comprendre et l'accepter. A partir du moment où l'enfant signifie que la relation dans laquelle il est, doit s'élargir (regard vers l'extérieur, envie de se porter, de se tenir,.. etc.) le parent à la possibilité de favoriser cette "ouverture" en lui permettant de se redresser et vivre ses "poussées".



... le parent à la possibilité de favoriser cette "ouverture"...

Le parent découvre en lui-même un état tonique, sans contraction, qui lui permet de laisser se faire "la poussée" de l'enfant jusqu'à son point d'équilibre. Cet état tonique est à la base de "la présence à l'autre" dans l'eau. Il permet de sentir que dans la relation d'accompagnement, l'ouverture doit être la plus présente possible pour pouvoir faire appel à tous les potentiels et capacités de la personne accompagnée.

...il découvre ainsi et intègre son équilibre...



Le bébé ou l'enfant, aura la possibilité de se mettre à la verticale, d'être face à son environnement. Il découvre ainsi et intègre son équilibre avec des points d'appuis qui sont proposés par l'adulte (de plus en plus bas du bassin jusque sous les pieds). Un bébé de quelques mois peut se tenir debout, en équilibre quelques instants, sur les mains de l'adulte. Cette position marque comme acquise la sécurité nécessaire pour être dans une relation claire d'échange avec le parent. Lors de cette phase, l'enfant va aussi découvrir seul, le mouillage de la bouche et de la face.



...se tenir debout, quelques instants sur les mains de l'adulte...

Phase d'accompagnement

Cette phase montre tout le plaisir de l'activité dans l'eau lorsque l'ouverture, la présence, et le ressenti "des poussées" sont bien en place.

Par rapport à l'équilibre de la phase de poussée, l'enfant se met légèrement en déséquilibre.

Cela oblige le parent à se mettre lui aussi beaucoup en mouvement, en marche.

Tous les deux n'ont pas d'autre choix et plaisir que de participer à "une danse aquatique". Personne ne dirige, mais chacun doit tenir compte de l'autre, être dans une harmonie, dans un véritable dialogue tonique. Chacun est dans une réciprocité, c'est à dire, ouvert pleinement à l'autre.

...pas d'autre choix et plaisir que de participer à "une danse aquatique"...



Le parent prend confiance en lui et en ses possibilités à rester présent avec l'enfant dans toutes les situations. Il ose avancer, jouer et perçoit bien dans son accompagnement les poussées, les mouvements, les gestes et "les envies" de l'enfant. Ces dernières montrent qu'il est actif, volontaire et sans arrêt en mouvement dans une activité ludique.



...est actif, volontaire et sans arrêt en mouvement...

Le bébé ou jeune enfant s'exprime surtout corporellement. Le parent qui s'engage physiquement avec son enfant dans l'accompagnement dans l'eau, lui offre une grande possibilité d'expérimenter des situations avec le corps. Il aime avoir une grande possibilité de jouer, de choisir, de toucher et de rencontrer d'autres personnes

...Le parent qui s'engage physiquement avec son enfant dans l'accompagnement dans l'eau...



Phase de départ

Cette phase n'est pas un but à atteindre. Elle est un "possible" qu'offre l'eau, un vécu complet du détachement et d'une (certaine) autonomie. Elle peut être aussi un mûrissement, un temps venu utile à cette rencontre et à cet accompagnement. L'acceptation de ce moment de départ doit être commune.

Le parent "est autorisé" progressivement à être de moins en moins présent dans ses contacts avec l'enfant. Celui-ci lui adresse des signes corporels visibles (baisser la tête, s'incliner fortement vers l'avant, s'immerger le visage, etc.) qui l'invite à le laisser partir, seul quelques secondes au début, puis de plus en plus loin et longtemps.

Le parent perçoit de façon forte le détachement souhaité par l'enfant. S'il le refusait, il reviendrait au contrôle des situations, au dirigisme et s'opposerait de plus en plus fortement aux envies de l'enfant. La seule solution possible est donc d'oser le laisser aller plus loin dans sa volonté de recherche de sensations et de vécu.

Le parent organise, participe activement à des situations progressives qui permettent le lâcher de ses dernières réticences et apprend à être, avec ses propres sentiments, très à l'écoute de l'enfant. Beaucoup de situations sont mises en pratique : accueillir celui qui arrive, ne pas le prendre ou le toucher avant qu'il nous touche, "aller vers soi" pour pouvoir être présent à l'autre au moment de cette rencontre, savoir lui redonner des appuis pour qu'il puisse repartir et nous quitter facilement, etc.

Un bébé ou enfant accompagné, sentant le soutien de sa base, prend de plus en plus confiance en lui et petit à petit se sent capable de partir, de faire seul et vivre une certaine autonomie. Les sensations en seront encore plus grandes et l'eau l'attire vers cette liberté d'être. Il doit passer de ses appétences à ses compétences, c'est à dire de faire en sorte de savoir gérer, répondre à ses besoins en les vivant en toute sécurité : d'abord quelques secondes sur une courte distance, puis allonger le temps et agrandir l'espace.

Les échanges-départs avec l'enfant, d'abord de parent à parent, véritables objets affectifs, puis de parent à une autre personne ou au bord du bassin, rythment ces moments là.

