



Symbolique eau

- **Quête existentielle. (début et fin de la vie)**
- **Mémoire collective et individuelle.**
- **Inconscient individuel et collectif.**
- **Retrouvons les mêmes approches sur le globe.**
- **A toutes les époques à partir du paléolithique.**

1) Eau germinale et fécondante :

- Représentations remontent à 18 000 ans avant Jésus Christ.
- Représentations de sinusoïdes, spirales.
- L'eau est pure fécondité (aussi bien liquide amniotique que spermatique)

Eau mère primordiale, origine de la vie

« L'eau est germinative, source de vie sur tous les plans de l'existence »

Exemples :

- Eau du Gange : retrouver l'innocence de la naissance, retour aux origines, à la mère.
- Mythe de Narcisse : se mire dans l'eau pour rejoindre le regard du nourrisson noyé dans celui de sa mère au moment de la tétée.

Processus de guérison de soin chez le psychotique : Winnicott parle de contenir, l'eau est une enveloppe renvoyant à l'intégrité de l'être.

2) Eau médicale, soignante

Si l'eau est notre mère première à tous, face à un bobo, à une situation de mal être, qui peut prendre soin de nous, nous soigner si ce n'est notre mère.

Eau mère première soigne, redonne, prolonge, sauve la vie.

« L'eau est un lait »

« L'eau sous forme de boisson, de bain, d'immersion est le prolongement rituel du grand symbolisme aquatique de la fécondité ».

Le breuvage symbolise la régénération.

Exemples :

- sources miraculeuses dans la religion Chrétienne.
- Tout exemple de pratiques rituelles, communionelles utilisant un liquide (eau, vin, bière, sang etc....)

3) Eau baptismale ou lustrale

Si malgré les soins que nous prodigue l'eau, notre mère première à tous, la situation de mal être perdure, symboliquement nous ne pouvons accuser notre mère de mal s'occuper de nous, sans doute quelque part il y a de notre faute, nous sommes coupable de...., idée de culpabilisation, de pêché.

L'eau a alors une vertu purificatrice !

L'eau nous lave de nos pêchés, de nos erreurs, de nos errements.

Exemples :

- baptêmes rituels dans diverses religions (religion Chrétienne : le baptême)
- malade se lavant sans cesse les mains, le corps, (obsession) comme s'il voulait se purifier.

4) Eau diluviale.

Si malgré tous les soins que nous prodigue notre mère première à tous, la situation de souffrance de mal être perdure, si rien n'a fonctionné dans la purification, il faut alors que nous soyons vraiment mauvais, coupable, en état de pêché grave, nous sommes vraiment corrompu !

Face à cette corruption l'eau devient purificatrice par l'extrême, c'est la submersion, l'aspect diluviale de l'eau.

Face à une société corrompue, la purification absolue est la submersion, l'aspect diluvial : Arche de Noé.

Observations réflexions :

- Eau rappel du liquide amniotique.
- Recherche existentielle.
- L'eau renvoie une image gratifiante.
- Eveil libidinal : caresse autorisée, touché autorisé.
- Rôle enveloppant de l'eau de contenant.
- Association maternante.
- Eau conductrice entre les êtres.
- Intégrité de l'être : dans processus psychotique, la personne se sentant morcelée, dans se cas l'eau rassemble, recolle les morceaux.
- Perception global de soi « je suis mon corps » renforcé par les spécificités du milieu aquatique.

Spécificités aquatiques

On peut être dans l'eau sans faire de natation, cependant il existe des invariables.

C'est une acceptation de la spécificité du milieu aquatique dans son intégralité et par la transformation du comportement de l'homme en liaison avec cette spécificité. La transformation doit aboutir à une adaptation la meilleure possible de l'homme au milieu aquatique.

Les spécificités aquatiques renforcent l'aspect symbolique, la notion d'enveloppe, d'intégralité de l'être :

Les informations par les capteurs arrivants sous l'épiderme vont renvoyées à une idée d'unicité de la personne, ce n'est pas du domaine intellectuel, c'est directement perçu par la personne.

1) Fluidité :

L'eau est un élément mouvant, déformable, constituant pour l'homme un intermédiaire entre l'air et la terre.

Exemples :

- Favoriser tout exercice de déplacements.
- Arrosage.
- Tourner dans l'eau (vrille, toupie, balançoire) va renforcer cette sensation de fluidité, renforcer l'idée de « j'existe comme une personne à part entière puisque je le perçois).

2) Densité :

La densité de l'eau est très supérieure à la densité de l'air, elle détermine une résistance typique à l'avancement du nageur.

Exemples :

- Cela renvoie encore à soi même, perception de son unicité.
- Favoriser tous les exercices de déplacements.

3) **Apesanteur :**

Partielle due à la poussée d'Archimède s'opposant à la pesanteur.

L'opposition de ces deux forces détermine deux spécificités : la flottaison et l'équilibre.

Exemples :

- Rappel du liquide amniotique.
- Rôle porteur de l'eau.
- Favoriser des exercices de flottaison dans l'aspect symbolique : aspect maternant.
(importance dans un processus de soin autiste, psychotique)
- Exercices de bases : balançoire, toupie.
- Relaxation.

L'association déjà de ces trois spécificités explique pourquoi l'eau fonctionne avec les sujets autistes, psychotiques : perception par les terminaisons nerveuses d'une unicité, l'eau « recolle les éléments de la personne ».

Equilibre / Flottaison

PE |
---- X = 1 Réglage de la tonicité, l'eau ne supporte ni l'hyper, ni l'hypo tonicité.
PA |

Importance de la morphologie : 3 types de morphologie

A) *Adipeuse* : le rapport va de 0,4 à 0,8

- En dessous de l'unité, donc poussée Archimède plus forte.
- Sensation d'être soulevé.
- Acceptation si capacité à se redresser (retrouver ses marques de terrien)
- Mise en jeu importante de la tonicité de l'axe : donc ne jamais tenir une personne par son axe.
- Plus nous sommes proches des extrêmes de la vie, plus nous sommes dans cette morphologie.
- Plutôt la morphologie de la femme.
- Suivant aussi nos activités sociales.

B) *Muscleuse* : le rapport tourne autour de l'unité (+ ou - 1)

- Plutôt morphologie de l'homme.
- Image des jambes qui tombent en premier lorsque nous faisons la planche.
- Donc éviter les raideurs.
- Conduit à avoir de bons supports au niveau des membres inférieurs.
- Dans les apprentissages la ceinture peut être une aide.

C) *Squelettique* : le rapport va de 1,5 à 2

- Très rare chez l'enfant.
- La personne se trouve entre deux eaux.
- Nécessité d'une bonne motricité.
- Nécessité d'une bonne ventilation.
- Utilisation de matériel de flottaison.

Les étapes d'acquisition de l'équilibre

(Chaque étape doit être nécessairement acquise afin de s'approprier pleinement la suivante)

- 1) Equilibre vertical.
- 2) Equilibre horizontal + **redressement**.
- 3) Equilibre vertical en immersion.
- 4) Equilibre horizontal en immersion.
- 5) Enchaînements d'équilibre.

Propulsion

Le déplacement est tributaire de la propulsion mais aussi de la résistance à l'avancement.

3 types de résistance :

- Frontale.
- Résistance tourbillonnaire.
- Résistance superficielle.

Conséquences : Mise en jeu puis repérage de l'axe

- Etre profilé.
- Le plus horizontal possible.
- Etre tonique (ce n'est pas l'eau qui déforme le nageur).
- Effectuer le moins d'actions possibles de haut en bas ou sur les côtés.
- Nager le plus possible en immersion.
- Accélérer progressivement.

Les étapes d'acquisition

- 1) Mise en jeu et repérage de l'axe.
- 2) Mise en jeu et repérage des segments propulsifs : Les membres inférieurs, Les membres supérieurs
- 3) structurer l'espace d'action
 - Amplitude
 - Grandeurs et formes des surfaces propulsives
 - Orientation
 - Rythmes
 - Coordination globale

Respiration / immersion

Respiration nasale interdite

- Peur de la submersion.
- Tout sera axé sur l'expiration, l'inspiration étant un acte réflexe.
- Influence sur la flottabilité (1 litre d'air représente une surcharge grasseuse de 9 kg)

Les comportements rencontrés :

- Apnée : absence d'échanges.
- Propulsion + apnée : arrêt de la motricité pour respirer.
- Propulsion + respiration innée : propulsion subordonnée aux échanges respiratoires.
- Automatismes acquis : acquisition d'un automatisme respiratoire non coordonné à la propulsion.
- Respiration subordonnée à la motricité : expiration sur propulsion.

→ Véritable éducation, car le terrien porte plutôt son attention sur l'inspiration.

Les étapes d'acquisition

- 1) Apnée + **ouverture des yeux**
- 2) Expiration nez + bouche (**Dissociation nez / bouche**)
- 3) Débit expiratoire
 - Long et complet / court et complet
 - Cadence : en statique et en dynamique
 - Expiration sur mouvement propulsif