

Anxiété et troubles anxieux en psychopathologie de l'enfant - exemple du spectre de l'autisme

Marie-Dominique AMY – Psychologue, psychanalyste, fondatrice du CIPPA – Paris

Auteur de : *Les épreuves projectives dans l'examen psychologique*, 2016, Dunod ; *Le Rorschach en clinique de l'enfant et de l'adolescent – Approche psychanalytique*, 2015, Dunod

Concernant les causes et les manifestations de l'anxiété beaucoup de choses ont déjà été dites et vont encore l'être aujourd'hui. Je vais donc rapidement aborder la question principale que m'ont posé les organisateurs de cette journée à savoir : **qu'en est-il de l'anxiété dans le cadre du spectre autistique** puis je l'aborderai concernant les bébés tout venants

Mais, pour introduire mon intervention je vais vous proposer trois définitions :

- celle du spectre : c'est une apparition effrayante, une perspective menaçante.
- celle de l'anxiété : c'est un état d'angoisse qui est considéré surtout dans son aspect psychique – petit commentaire personnel: il peut avoir des effets physiologiques sévères !
- et celle de l'autisme : c'est un trouble psychique qui génère un détachement de la réalité extérieure accompagné du repliement sur soi-même.

Alors, pourquoi associer spectre et autisme ? Je pense que c'est dans la mesure où l'autisme sévère va conduire la personne qui en est atteinte à gérer et à maîtriser, hélas trop souvent, la vie familiale. L'autisme et l'anxiété sont indissociables car dans cette pathologie, l'anxiété est au premier plan dans la mesure où elle génère des difficultés qui, comme nous allons le voir, vont contribuer fortement à l'enfermement autistique. Elle est cependant considérée par certains, comme étant un mode de défense utile à tous contre tout imprévu et elle peut l'être effectivement. Mais, comme je viens de l'évoquer, lorsqu'elle devient trop envahissante, elle contribuera à produire sur la vie quotidienne des effets très dévastateurs tels que :

- des replis sur soi massifs
- une perception et une compréhension du monde extérieur, des messages sociaux et des émotions d'autrui très pauvres voire inexistantes.
- des difficultés massives de communication verbale et non verbale

- des déficits cognitifs possibles
- une restriction des centres d'intérêt
- des activités défensives, stéréotypées et répétitives
- un contact très particulier avec les objets.
- une stagnation dans un immuable qui occasionnera une grande pauvreté de créativité,
- une hétérogénéité des troubles qui pourront s'inscrire dans tous les domaines du sensoriel

Cette énumération est sévère mais elle souligne combien l'anxiété pathologique peut atteindre la totalité de la personnalité de celui ou de celle qui en est atteint et générer ou être cause parfois de l'autisme infantile. Et, lorsqu'il en est ainsi, tout ce qu'il en est du sensoriel, du physiologique et du relationnel vont être désintriqués et mis à mal. Je pense donc que dans la pathologie autistique, l'anxiété est à mettre au premier plan car c'est elle qui va susciter les défenses les plus massives et les plus pénalisantes. Les clivages seront alors ravageurs car ils atteindront toutes les fonctions opératoires et relationnelles, et on imagine combien tout ceci va rendre la vie de l'autiste et de son entourage difficile. A ce jour, on cerne assez bien la symptomatologie autistique mais néanmoins on n'en connaît toujours pas les origines, les déclencheurs... Parfois il m'arrive de me demander, d'envisager même, que cette pathologie puisse être une réaction virulente à des craintes et à des anxiétés innées et dont nous ne comprenons pas la provenance. Ceci me pose d'autant plus question lorsqu'il s'agit de difficultés très précoces.

Mais pour en revenir à cette notion de spectre : pourquoi l'associe-t-on si souvent avec l'autisme ? Je pense qu'elle l'est parce que justement l'autisme, en amenant les enfants à comprendre et à interpréter la réalité d'une façon qui leur est tout à fait particulière et qui peut nous être incompréhensible, cela va leur permettre de maîtriser dans bien des cas, leur entourage. Ils vont alors contraindre tout le monde à supporter et à gérer des réactions toujours déroutantes, parfois dangereuses et bien souvent épuisantes. Tout ceci va faire de l'enfant autiste une sorte de petit roi tyran !

Pour les professionnels, comme j'ai pu le constater souvent moi-même, d'un enfant autiste à l'autre, l'anxiété pourra prendre des formes bien différentes et cela va nous contraindre à devoir beaucoup imaginer et inventer. Du reste, on entend dire souvent que les enfants autistes sont « mystérieux » et il est exact que l'on peut avoir cette sensation. Je crois que c'est important de le souligner et d'en tenir compte car nos incompréhensions ne peuvent que renforcer chez eux leurs anxiétés, leurs désirs de maîtrise et leur sentiment de vivre un isolement catastrophique. C'est alors que pourront apparaître des réactions inquiétantes, parfois violentes, et /ou incompréhensibles.

Chez les autistes, les états anxieux sont générés, en général, par leurs incompréhensions massives de tout ce qu'il en est de leur environnement et de leurs relations humaines. On peut donc avancer que chez ces enfants l'anxiété est liée à une pathologie qui attaque toutes leurs facultés de communication.

Que celles-ci soient verbales, gestuelles ou visuelles, elles seront toutes mises à mal. Elles pourront être soit totalement déficientes, absentes, soit sujettes à des bizarreries, à des étrangetés verbales ou gestuelles qui mettront l'interlocuteur en difficulté... Ces états seront donc extrêmement pénalisants, angoissants, voire même paralysants. On peut alors avancer que toutes ces anxiétés condamnent les enfants autistes à gérer leur vie au quotidien d'une façon très automatique, très ritualisée. Si l'inconnu surgit néanmoins, il suscitera de véritables paniques !

A ce jour, on cerne assez bien la symptomatologie autistique mais néanmoins on n'en connaît toujours pas les origines, les déclencheurs... Je crois cependant que l'on doit souligner, et c'est ce qui nous intéresse aujourd'hui, que la plupart des difficultés autistiques que je viens d'énumérer relèvent ou génèrent des anxiétés massives.

Comme je viens d'en faire l'hypothèse, les troubles anxieux sont donc constants dans l'autisme mais personne n'y échappe. Nous connaissons tous ces moments où nous pouvons atteindre à un degré d'anxiété sévère. Et, lorsqu'il en est ainsi, nous en arrivons à ne plus pouvoir penser ! Nous ressentons alors une sorte de vide sidéral et c'est ce vide qui est à la fois cause et conséquence de l'anxiété. On peut dire qu'alors elle va générer des moments au cours desquels, toutes nos facultés de communication seront atteintes, voire même paralysées.

Pour en revenir à la toute petite enfance, lorsque l'on entend des mères parler de leur bébé devenu autiste, elles disent toutes combien elles avaient eu parfois ou même constamment le sentiment que "ce bébé-là" ne cherchait pas se lover dans leur bras, à rencontrer leur regard, à devenir sensible aux mots et aux intonations qu'il entendait. A les entendre, il semblerait que ces bébés-là aient été incapables de retrouver les sensations contenant et apaisantes qu'ils avaient connues in utero.

Ces articulations entre le vécu intra utéro et le monde extérieur sont indispensables mais elles n'empêchent pas que pour tout nourrisson, certaines découvertes, certains vécus ne soient pas source d'anxiété. Il y aura les bruits, les commentaires verbaux, les sensations de chaud et de froid, l'attente du nourrissage, la recherche du sommeil et l'on sait combien la contenance des bras maternels doit faire suite à la contenance utérine. Et, lorsque les mères s'y prêtent avec bonheur et que les bébés vont bien, c'est une source essentielle et indispensable de réassurance et de rencontre avec l'autre. Le psychologue irlandais Adam Smith a du reste proposé que ces premiers moments rassurants soient à l'origine des deux formes essentielles du contact avec l'autre, à savoir, l'empathie affective et l'empathie cognitive.

Entre l'anxiété massive et l'angoisse les frontières sont minces et pour tenter d'y échapper toute personne qui y est sujette cherchera donc à en maîtriser les causes. Pour cela elle cherchera à ritualiser le quotidien et même à le rendre immuable. Il faudra que rien ne bouge, que rien ne change et tout ceci rendra nécessaire que le cadre, les conduites, les comportements, les réactions soient très répétitives et que soit exclu tout imprévu, toute surprise. A cela on devra ajouter que l'anxiété génère une compréhension défaillante des messages sociaux. Ils seront toujours interprétés en fonction des

émotions qu'ils déclenchent ou qu'ils risquent de déclencher. L'objectivité sera alors défaillante et toutes ces incompréhensions pourront générer des réactions inappropriées, une inappétence pour les contacts sociaux et une grande pauvreté créative.

Cependant et pour des raisons qui peuvent être inconnues, chez certains enfants qui ne sont pas autistes et qui par ailleurs, semblent aller bien, tout ce qui va relever de l'inconnu et de l'imprévu pourra déclencher des retraits massifs ou des colères violentes. Je me souviens de la crise d'angoisse hurlante d'Aurélia, une adolescente que je recevais très régulièrement parce que j'avais été contrainte de changer de Bureau. Autre cas de figure, je m'étais coupé les cheveux et le jeune Antoine avait alors absolument refusé de me regarder et de me suivre dans mon bureau.

Ce sont donc toutes ces anxiétés liées aux changements, aux modifications, aux séparations, aux ruptures qui vont essentiellement amener l'autiste et les enfants craintifs à s'agripper autant que faire se peut à de l'immuable.

Chez l'enfant autiste nous avons vu que ce sont essentiellement l'inconnu et les changements qui pourront être source d'une anxiété massive. Chez l'enfant craintif, les causes de ces anxiétés seront multiples. Elles pourront être dues à un environnement insécurisant, voir même violent, elles pourront être d'origine héréditaire elles pourront être liées à des modifications du cadre de vie mais elles pourront également n'avoir apparemment aucune raison d'être.

En ce qui me concerne et étant donné ce que j'ai pu observer à ma consultation, je ferai remonter certaines de ces anxiétés au tout début de la vie, aux premiers contacts avec le monde extérieur et c'est de ces craintes-là que je vais, pour terminer, dire quelques mots car elles sont particulièrement difficiles à soigner. Chez ces bébés craintifs nous constaterons une sorte d'absentéisme, ils ne seront pas présents, ils refuseront tout contact physique et certains d'entre eux ne supporteront pas d'être touchés, caressés, voire même regardés... Alors quels rapports y-a-t-il entre ce que ces bébés là nous donnent à voir : absences apparentes d'écoute, de contact, de regard et d'intérêt et ce qu'ils ressentent en profondeur ? la question demeure !

Quoi qu'il en soit, pour tous les enfants envahis par l'anxiété, la vie au quotidien va être constamment semée d'embûches liées pour la plupart à l'inconnu, à l'absence du familier et peut-être plus encore à une sorte d'attente, de crainte massive d'un évènement inconnu et terrifiant. Ils peuvent parfois le raconter et on va s'apercevoir alors qu'ils vivent cette anxiété depuis toujours ! Et, si j'y insiste c'est parce que J'ai été étonnée d'entendre parfois des collègues me dire qu'on ne pouvait commencer à travailler avec ces enfants tellement en difficulté que lorsqu'ils avaient du langage ou que l'apparition du langage était problématique. Je pense que c'est une erreur. Je crois, au contraire que lorsqu'on entrevoit l'émergence de certaines formes de retrait très précoces on doit s'en inquiéter immédiatement ? Car il y a le risque de les voir évoluer vers de l'autisme ou d'autres pathologies infantiles. Or, elles seront, pour la plupart, repérables bien avant l'émergence du langage, un langage qui, du reste, dans certains cas, restera problématique ou encore n'émergera pas spontanément. On

sait aujourd'hui que grâce à la plasticité cérébrale, plus on commence à travailler tôt avec un enfant "absent" et plus on a de chances de lui éviter un autisme sévère ou des retraits pathologiques autres. Et, donc dès que l'on observe la plupart des signes pathologiques que je viens d'évoquer il faut s'en soucier sans attendre !

Lorsque des parents nous amènent un bébé en nous disant qu'il ne va pas bien mais qu'ils ne comprennent rien à ce qui semble créer chez lui/elle un grand mal être : pleurs, gémissements, insomnies...Il faut déjà être très attentif à la façon dont se bébé se positionne dans les bras du parent qui le porte. Certains y semblent tout à fait inconfortables, on a l'impression que c'est un lieu d'habitation qui ne leur convient pas et ceci même si le parent tente de faire au mieux ! Par ailleurs il faut être attentif au regard, ce sont des bébés qui bien souvent ne réussissent pas ou plutôt ne cherchent pas à agripper leurs yeux à ceux de la personne qui les porte. Ils ne semblent pas s'intéresser à l'autre et à ce qui les entoure et on observe alors que tout ce qu'il en est de l'éclosion du relationnel et de la curiosité ne semble pas les concerner. Mais on peut aussi se demander si, au contraire, l'environnement ne les inquiète pas si fortement qu'ils sont dans l'évitement ? Dans un cas comme dans l'autre, ce sont des bébés à risque.

Lorsque l'autisme n'est pas en cause, les origines de certaines anxiétés chez des tout petits peuvent demeurer mystérieuses. Ce n'est cependant, pas toujours le cas. L'environnement familial peut être parfois très anxiogène. Toutes fois lorsqu'il ne l'est pas, qu'en est-il ?

je vais proposer une hypothèse de ce qui pourrait, en tout cas partiellement, générer dès les débuts de vie, ces anxiétés massives. Un bébé sans difficultés va pouvoir rapidement faire des liens entre ses ressentis intra-utéro et ceux qu'il est entrain de découvrir dans la réalité extérieure. Grace aux bras maternels, à sa voix, à ses commentaires, il va pouvoir se construire une enveloppe compréhensive et rassurante. C'est donc la mère qui, en grande partie, va susciter chez son bébé, son désir et sa volonté d'intégrer un univers sonore et actif partagé. Si celle-ci est elle-même anxieuse, le bébé va le ressentir fortement. L'objet de réassurance ne sera pas du tout rassurant ! Dans mes propres consultations j'ai pu constater combien certains bébés s'agitaient ou pleuraient plus que les autres lorsque leurs mères étaient anxieuses.

Mais parfois, rien ne semble être à l'origine de ces phénomènes anxieux. Alors comment en rechercher les causes et comment aider l'enfant à en diminuer l'intensité ou mieux encore à la faire disparaître ?

J'ai souligné que l'anxiété atteignait à la fois, le psychique, le cognitif et l'émotionnel et j'ai également précisé quelle pouvait déclencher des réactions corporelles. Si cet envahissement se généralise, il va être très handicapant et il va demander que nous le prenions en compte sous tous ses aspects car ils sont interdépendants, ils s'alimentent les uns les autres. Et, si j'y insiste c'est dans la mesure où parfois ces enfants peuvent être suivis par des professionnels qui se focalisent sur l'un des motifs de leur pathologie au détriment des autres et ce n'est pas la bonne façon de faire car ce sont les interconnexions qui sont en déroute. Il faudra donc, au contraire, travailler tout ce qu'il en est des

liens absents. Chez les enfants très jeunes, ces liens se tissent au sein du langage corporel et celui-ci est pendant tout un temps leur seul langage. C'est donc lui qui va être essentiellement mis à mal par une symptomatologie qui peut se révéler très invasive et paralysante. Mais cela ne veut pas dire que seul un psychomotricien pourra aider ces tout petits à dépasser ces difficultés alors que l'orthophoniste ne deviendra utile que lorsqu'il y aura des complications qui se situeront au niveau du langage verbal. Tous les professionnels vont être concernés par les disjonctions qui chez cet enfant existent entre ses différentes fonctions psychiques, mentales et corporelles car ce sont ces disjonctions qui, et je le répète car c'est important, vont essentiellement mettre en difficulté le tout petit et qui seront donc à travailler.

Alors, suivre un enfant très jeune, un tout petit qui n'est pas sur le versant autistique, mais qui est hors relation, suppose que, dans un premier temps, on l'observe finement avant de proposer un suivi. Il est essentiel d'observer ce qui dans son environnement physique, psychique, relationnel et matériel peut l'intéresser, lui faire peur ou le laisser indifférent. Cela peut être très difficile car certains d'entre eux semblent ne s'intéresser à rien et c'est, du reste, l'un des aspects les plus difficiles à gérer dans ces pathologies précoces. Lorsque leur corps semble être leur unique centre d'intérêt et c'est assez souvent le cas, il va falloir dans un premier temps soutenir cet intérêt en le commentant fortement puis il faudra chercher à l'intégrer, à l'associer à d'autres sensations et à d'autres intérêts dans un contexte ludique. Je me souviens d'Olivier qui semblait être complètement centré sur son nombril. J'avais, au bout d'un moment pris un petit gant de toilette et une serviette et me servant de sa main ou de la mienne, je mouillais son nombril puis avec force exclamations je le séchais. J'avais eu droit à trois réactions successives. Dans un premier temps, il avait beaucoup protesté, résistance et colère étaient de la partie. Puis dans un second temps il se laissait faire sans réagir. Enfin, dans un 3^{ème} temps, il réclamait le gant, me tenait la main pendant que je le mouillais au lavabo puis jouait avec moi à du "à toi à moi". Le contact était établi... Il faut donc progressivement et impérativement que des images, des commentaires, des mots soient posés sur ce qui est en train de se passer. Puis il faudra amener l'enfant à réaliser que nous sommes ensemble. Le Deux devront naître et par la suite, il faudra, bien entendu, introduire la tiercéité. Cependant pour certains enfants il est bien difficile de « jouer » avec nous. Pour eux, ça n'a aucun sens ou alors cela relève d'une insupportable intrusion ! Les séances peuvent alors devenir épuisantes ou bien très ennuyeuses. A nous, à vous de faire que les choses évoluent. Et je terminerai en redisant combien les grandes anxiétés sont difficiles à aborder et combien il est nécessaire de les faire disparaître car elles sont l'une des sources les plus virulentes de ce qui pourra rendre la vie très douloureuse.