

Comme les pros

## GRAPHOTHÉRAPIE

# Pour l'aider à mieux écrire

Il écrit très mal, et pourtant il s'applique ! Des exercices peuvent l'aider à améliorer son écriture, en réduisant fatigue et douleurs. Séance avec Antoine et Étienne, 14 ans tous les deux.



Valérie, graphothérapeute, utilise la méthode Oliyaux, basée sur la détente du geste. Il s'agit d'acquérir une belle écriture, aisée et assez rapide.

La prise en charge commence par un bilan complet avec de nombreux tests : écriture, lecture, latéralité, repérage dans l'espace, etc. Antoine, atteint d'aphasie (trouble du langage avec difficultés pour parler, lire, écrire...), est également suivi par une orthophoniste.



Une séance de quarante-cinq minutes chaque semaine. La durée de la prise en charge (souvent une année scolaire) dépend de la réceptivité de l'enfant. Valérie envoie toujours un courrier à l'enseignant pour expliquer sa démarche.



Un geste détendu étant plus productif, la séance commence par un moment de relaxation et de respiration pour Antoine.

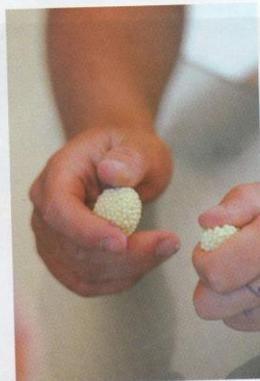
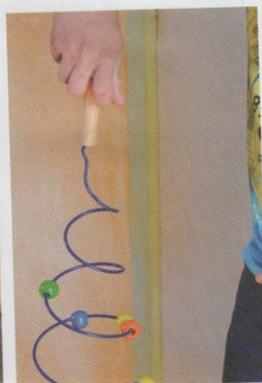
Pour apaiser son corps et ses tensions, un exercice de souffle à deux : chacun doit renvoyer cette plume à l'autre. Une manière de se concentrer, de se détendre et d'expérimenter la maîtrise de soi.



Valérie aborde ensuite des exercices sur la latéralité, sur le schéma corporel, façon « Jacques a dit ». Les notions de haut et bas, droite et gauche, verticale et horizontale sont très importantes pour l'écriture.



Le graphisme est progressivement intégré aux séances, mais le travail effectué avec la graphothérapeute ne remplace pas celui réalisé à l'école.



Cette pâte collante permet d'exercer sa motricité fine, la sensibilité et la souplesse du bout des doigts, afin de préparer la tenue du stylo.

Antoine, pris en charge depuis quinze mois, rencontre surtout des problèmes de motricité fine. Avant de travailler son écriture, il assouplit ses doigts avec ce jeu appelé Ergoter (disponible sur [www.hoptoys.fr](http://www.hoptoys.fr)).

Pour développer le toucher, les jeunes doivent reconnaître à l'aveugle des objets dissimulés dans un sac.



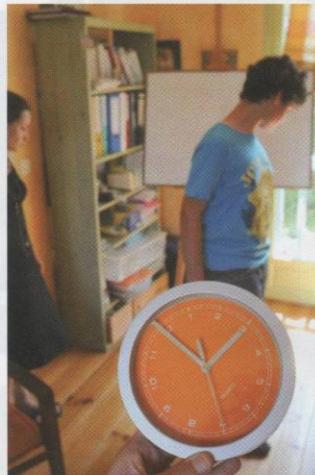
La bimanualité (capacité à se servir de ses deux mains) apporte des bénéfices non seulement pour l'écriture, mais aussi pour la lecture et la vitesse de réflexion.

## Comme les pros

### MERCI À

Valérie Vial, graphothérapeute à Sartrouville (Yvelines) et membre du Groupement des graphothérapeutes-rééducateurs de l'écriture ([www.ggre.org](http://www.ggre.org)), ainsi qu'à nos deux modèles, Antoine et Étienne.

- > Le corps entre maintenant en jeu pour tracer des lettres dans l'espace. Pour les lettres rondes, Valérie s'appuie sur la forme de la pendule et dirige Antoine : « Déplace-toi à 2 heures, puis à 6 heures... »



Antoine réalise des tracés (boucles, ponts...) en grand format. Ils permettent de travailler la détente et la souplesse du geste, d'intégrer des formes et d'acquiescer un certain automatisme.



Le bras doit être autonome et non pas solidaire du reste du corps. L'enfant prend conscience que l'écriture est aussi un geste d'ouverture.



Le geste graphique implique l'épaule, le coude, l'avant-bras, le poignet, les doigts... La première étape de la rééducation motrice consiste à prendre conscience de chaque élément du geste.

## ● PRATIQUE

- ◆ Une écriture illisible peut avoir plusieurs origines: mauvaise posture, problème psychologique, psychomoteur ou orthophonique, forte anxiété...
- ◆ La prise en charge en graphothérapie peut être envisagée dès la maternelle, à partir du moment où l'enfant commence à tenir un stylo, à titre préventif contre les mauvaises postures. La maîtresse peut vous en parler, et les plaintes de l'enfant lui-même (douleurs dans les doigts, dans la main ou le poignet, fatigabilité à l'écriture, lenteur) amènent à consulter.
- ◆ Il est demandé à l'enfant de se rappeler ce qu'il a fait en séance et de l'appliquer seul, chez lui dans un premier temps, puis à l'école quand il se sentira plus à l'aise. Selon le handicap, les parents peuvent être invités à poursuivre à la maison les exercices portant notamment sur la motricité.
- ◆ La graphothérapeute oriente parfois ses patients vers un orthophoniste ou un psychomotricien (notamment dans le cas d'enfants dyslexiques, dysorthographiques ou dyspraxiques), mais aussi vers un psychologue ou pédopsychiatre, pour une prise en charge plus globale.

La bonne tenue du crayon ! Valérie veille à l'alignement de la main, du poignet et de l'avant-bras, pour éviter le poignet en flexion.



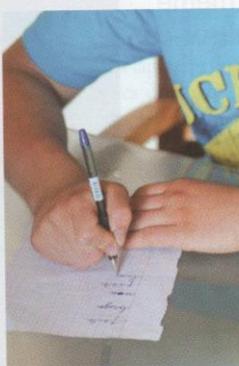
Étienne a peu de force dans les doigts et beaucoup de raideur. Des crayons équipés de grips (poignées en mousse) facilitent sa préhension et donc son geste graphique.



Antoine travaille sa vitesse d'écriture avec cette course de boucles. Le but : tracer le plus grand nombre de boucles en les comptant à haute voix et en les dimensionnant correctement.



Valérie propose à Étienne de tracer les lettres dans la farine ou le sable, pour lui faire ressentir pleinement le geste graphique.



Le manque de confiance en soi est un problème récurrent. La graphothérapeute valorise toujours les acquis des enfants : ils sont capables d'arriver à un résultat positif.



La graphothérapie peut apporter une aide sur les plans de la posture (tenue du stylo et position du corps face à la feuille) ou de l'aisance (souplesse du geste, confiance en soi), toujours en lien avec d'autres prises en charge.



Écriture et lecture sont liées. Valérie incite donc les parents à faire lire leur enfant le plus possible à voix haute. **Reportage d'Emmanuelle Dal'Secco.**