



# La PsychoBoxe

avec ...

**Ghislain PATEUX**

J'exerce le métier d'éducateur spécialisé au sein de la Communauté Coste, une maison d'enfants à caractère social du Gard, où je pratique la psychoboxe depuis maintenant 6 années. Les équipes éducatives qui travaillent dans ces structures se confrontent régulièrement à des manifestations de violence. Lors d'une évaluation interne, le personnel de notre établissement a fait apparaître ces phénomènes comme une préoccupation majeure.



**Comment réagir, autrement que par la sanction ou en complémentarité à celle-ci, aux débordements de ces jeunes qui sont bien souvent tributaires de leur propre violence?**

Pour doter l'institution d'un outil concret pouvant aider à travailler cette question de la violence, le directeur Mr David Payan a fait appel à un spécialiste en la personne de Mr Richard Hellbrunn (psychanalyste, psychologue clinicien et professeur de boxe française) afin de former une équipe à la psychoboxe. Une équipe de 7 salariés, composée d'éducateurs et de psychologues, a donc été formée à cette pratique courant 2010/2011. Il s'agit d'une formation qui alterne entre théorie et pratique où chacun des participants peut ressentir et éprouver ce par quoi une personne venant suivre une séance peut être traversée. C'est un aspect intéressant puisqu'il vient chercher, chez chacun de nous, notre propre rapport à la violence. La psychoboxe est une pratique fondée, comme nous l'explique R. Hellbrunn, il y a plus de 35 années, « dans le but de permettre à un sujet, à travers ses gestes, ses affects et ses représentations, de remettre en jeu l'universalité des processus et la singularité des positions qui émergent de sa confrontation à ce qui lui est violence, dans son corps, sa parole et ses actes ». La psychoboxe se pratique dans un cadre formellement défini sous forme de combats libres à frappes atténuées. Il s'agit de passer par la dimension corporelle pour arriver à la parole. Cette méthode ne vise pas à changer les comportements mais à aider les jeunes à comprendre ce

qui se passe en eux, à trouver des repères. Elle se pratique sur libre adhésion et nous la destinons, au sein de notre établissement, à un public âgé entre 10 et 21 ans. Lorsque la violence physique et psychique subie et/ou agie pose un problème dans le quotidien de ces jeunes, dans leurs relations aux autres, lorsqu'ils éprouvent de la difficulté à verbaliser autour de cette difficulté, nous leur proposons cette médiation thérapeutique. C'est un espace de confidentialité auquel nous ne dérogeons qu'avec l'accord du jeune ou dans le cadre d'assistance à personne en danger. Bon nombre de participants ont pu nous confier que ce point précis avait participé à créer la confiance qu'ils avaient décidé de nous accorder. C'est ce cadre sécurisant et sécurisé qui leur a permis de se livrer. Pratiquer la psychoboxe peut également aider les professionnels à prendre du recul et à appréhender une situation violente de façon plus sereine. Lors d'une séance, nous demandons au jeune de choisir avec qui il va mettre les gants et qui va veiller sur lui. La mise de gants dure 1 minute 30 et peut être interrompue à tout moment par chacun des intervenants, le jeune, le psychoboxeur qui met les gants ainsi que celui qui veille et qui est garant du temps. Avant de croiser les gants, nous nous mettons d'accord sur les parties du corps que nous pouvons toucher ainsi que sur l'intensité de frappe qui ne doit en aucun cas être appuyée.



## L'ACTU À L'INTITIA'TIV

L'équipe de psychoboxeurs est composée d'un éducateur et d'un psychologue. Une fois cette première phase terminée, nous nous asseyons pour échanger sur ce que chacun a pu ressentir durant cet affrontement en commençant par le jeune. Le regard et l'analyse de chacun sont assez parlants puisque différents de par leur fonction, leur place dans le dispositif, suivant sa sensibilité et son histoire personnelle. La rythmicité est de 15 jours trois semaines entre chaque séance que nous reprogrammons à la fin de chacune d'elles tant que le jeune le souhaite. Les participants s'inscrivent dans un processus et ne sont pas seulement au travail lors des séances mais en amont et en aval de celles-ci, c'est pourquoi nous pouvons être surpris des avancées rapides qui peuvent se produire chez certains d'entre eux. Il est difficile de savoir ou de croire que seule la psychoboxe est responsable de ces changements mais elle permet aux jeunes de trouver des repères quant à leurs limites en intégrant leur image du corps. Je constate que des jeunes, présentés comme instables, en conflit avec les professionnels et leurs pairs, ne voulant s'inscrire dans aucun travail en rapport avec le soin psychologique, réussissent grâce à cet outil à se décaler. Ils acceptent le cadre qu'impose ce dispositif. Ils trouvent dans cette pratique une réponse, une écoute à laquelle ils n'avaient pas accès jusque-là. Ils parlent, mettent des mots sur leurs émotions et se rendent compte qu'ils peuvent agir là où ils ne faisaient que subir. Lors d'un passage à l'acte violent, nous proposons aujourd'hui, en parallèle de la sanction institutionnelle, la possibilité à l'auteur mais aussi à la victime de suivre des séances de psychoboxe. Cet espace de rencontre entre la pensée et la violence offre une

occasion de réflexion et de prendre soin. Une jeune fille a pu nous rapporter que depuis qu'elle faisait de la psychoboxe, elle ne s'emportait plus comme avant. Elle était encore en colère au fond d'elle mais elle s'était rendue compte que lorsqu'elle s'en prenait aux autres cela ne résolvait rien et au contraire elle se sentait encore plus mal. La mère d'un jeune garçon nous a révélé que son fils était beaucoup plus calme depuis qu'il participait à ces séances. La psychoboxe n'a pas transformé cette fille et ce garçon, malgré ces retours positifs ils leur arrivent encore de passer à l'acte mais ils acceptent d'en parler, cherche à savoir ce qui les a poussés à le faire et comment la prochaine fois ils pourront se décaler en trouvant une autre issue que la violence. Pour que cet outil trouve sens et intérêt auprès des collègues, qui n'ont aucun retour sur ce qui se passe lors d'une séance, nous avons du communiquer. Nous avons confectionné des plaquettes et présenté le dispositif lors de réunion d'équipe. Au fur et à mesure, cette pratique s'est développée et a maintenant trouvé sa place. Elle fait désormais partie d'une ressource, parmi d'autres dont dispose l'institution, et s'inscrit dans le projet partagé d'accompagnement éducatif du jeune lorsqu'elle est repérée comme nécessaire. Les différents champs d'interventions pour lesquels nous pourrions utiliser la psychoboxe, en interne ou hors institution, sont nombreux et nourrissent notre réflexion. Développer des partenariats avec d'autres établissements, mener des actions en lien avec la politique de la ville, l'utiliser dans le cadre d'analyse des pratiques professionnelles ou encore avec les membres d'une famille sont régulièrement débattus au sein de l'équipe de psychoboxeurs.

