



## Je m'appelle agrippement

Je déteste écrire, dessiner, peindre et coudre.

Je ne sais pas bien tenir mon crayon.

Cela me fait mal aux doigts parce que je dois appuyer comme une folle pour écrire, alors après j'ai mal à la main, au cou, au dos.

En plus je suis lente quand j'écris et je n'ai jamais le temps de finir de copier mes leçons. Du coup on va en retard au sport parce qu'il faut m'attendre et les autres me crient dessus. Du coup, je fais encore plus de fautes de copie: j'inverse des lettres, j'en oublie ou alors je les forme mal. Alors quand je rentre à la maison je ne comprends rien aux devoirs qu'il faut faire ou à la poésie à apprendre.

Quand j'écris, ou que je fais une activité minutieuse (même quand je cuisine), j'ai besoin de beaucoup me concentrer. Souvent, je ne fais pas exprès, mais je coince ma langue entre mes lèvres.

Quand la maîtresse parle, je ne peux pas m'empêcher de tripoter mes affaires. Par exemple, je joue avec mon stylo, surtout celui que mamie m'a offert qui a un "clic" au bout. Le bruit énerve la maîtresse mais moi je ne l'entends même pas parce que je dois écouter très attentivement ce que dit la maîtresse alors je me concentre à fond sur ses mots. Parfois, j'ai la réponse et je lève la main, mais le temps que la maîtresse m'interroge, j'ai tout oublié, comme si la réponse était partie de ma tête. Même l'autre jour, en sport, on devait inventer une danse. Chez moi, je mets la musique à fond et je danse dans ma chambre en me regardant dans le miroir. Mais là, quand il a fallu donner des idées de mouvements, je n'ai pas osé me lâcher. J'avais beau avoir les images qui défilaient dans ma tête, je n'arrivais pas à les attraper au vol. Et quand j'ai essayé de me lancer pour faire les mouvements, je me suis

sentie ridicule alors je n'y suis pas allée. Maman dit que je manque de confiance en moi et elle ne comprend pas comment ça se fait que je sois si différente à la maison et à l'école. Elle m'a vue danser et elle dit que je suis douée. Mais pour moi, pas question d'aller dans un cours de danse. C'est bien simple: la seule fois où maman m'a forcée à y aller, j'ai refusé de rentrer dans la salle. Je serrais les poings et les dents pour ne pas pleurer et j'avais du mal à respirer. Maman a dit que je lui faisais honte et on est rentré sans dire un mot. J'aurais voulu que maman me prenne la main mais elle marchait vite parce qu'elle était fâchée contre moi. Moi, j'avais envie de disparaître.

Je crois bien que ce jour-là, je n'ai pas desserré les poings ni la mâchoire de toute la soirée. Sinon je sentais que j'allais tout simplement m'effondrer.

C'est pareil quand j'ai une idée en tête, je n'arrive pas à passer à autre chose. Je n'arrive pas à changer d'avis. Je n'arrive même pas à entendre l'avis des autres. Papa dit que je sais ce que je veux mais maman dit que je suis têtue. Elle dit que je dois apprendre à faire des concessions. Je ne comprends pas ce que c'est. Pourquoi les autres ne pensent pas comme moi ? C'est toujours à moi qu'on demande de faire des efforts. Alors que moi je passe mon temps à faire des efforts.

Du coup, je me sens incomprise et je ressens beaucoup de colère à l'intérieur de moi. Je serre les poings. J'encaisse. Mais un jour, je vais finir par exploser.

## Explication :



Lorsqu'on stimule les paumes du bébé (avec ses doigts ou un objet), celui-ci serre les doigts dessus de manière très forte. Parfois on peut même soulever le bébé tellement il serre. Ce réflexe

apparaît très tôt in utero. Il est intégré entre 10 et 12 mois.

## Observation :

On pose la main de la personne, paume ouverte, dans sa propre main et on lui “caresse” le haut de la paume en longeant la base des doigts. On vérifie si cela la “chatouille” ou si cela lui fait plier les doigts. Parfois, la personne ne bouge pas mais quelques secondes plus tard, elle ressent le besoin de frotter ses mains car le ressenti est encore là et lui paraît difficilement supportable. On peut aussi tester la prise d’objet volontaire et la résistance apposée par chaque doigt. Pour cela, on demande à la personne de tenir un objet (un rouleau par exemple) et on vérifie si tous ses doigts sont bien impliqués dans la prise d’objet et si chaque doigt participe à cette prise.

# Incidences dans les trois sphères si le réflexe est encore présent :

## Émotions

Difficulté à “attraper les idées”  
Difficulté à “lâcher prise”.  
Son instinct de survie lui dira qu’il doit s’agripper à la vie  
Difficultés à s’adapter, à faire autrement

## Cognition

Problèmes de dysgraphie, d’écriture  
Retard langagier  
Difficultés dans la communication  
Difficultés à exprimer ses idées

## Corps

Influence sur les gestes futurs de la main (agrippement, manipulation d’objets, coordination, motricité fine)  
Non intégré, la personne aura tendance à appuyer fortement lors de la prise du stylo, n’aimera pas les exercices liés à l’écriture, au dessin, ni la motricité fine (toute activité