

SI TU PARLAIS,... MAIS TU L'AS DIT!



«J'ENVIE CEUX QUI SONT APTES À PARLER PAR LA BOUCHE. JE SUIS EPUISÉE DE PARLER SANS SONS. PRETE-MOI TA MAIN ET TU ME VERRAS ALORS TELLE QUE TU M'IMAGINES».

Construisons un dialogue

Depuis 45 ans j'essaye de communiquer avec toi, d'interpréter tes gestes, de suivre tes regards, de comprendre tes comportements en repassant en boucle tes attitudes souvent déroutantes. Face à cette porte blindée qu'est l'autisme, il faut traduire tes silences, interpréter tes actions, supposer ton ressenti lors de moments partagés ou des milliers de questions auxquelles tu as réagi ou non - toujours sans parler. Depuis 10 ans, des sessions régulières de Communication Facilitée permettent

d'instaurer un nouveau type d'échanges avec toi. Parmi les textes éclos lors de ces moments, j'ai sélectionné des extraits et construit après coup ce dialogue imaginaire entre toi et moi, comme celui que des millions de frères et de soeurs ont dans la vie courante, sans y penser.

Les validations que tu offres lors de sessions de CF ou dans la vie de tous les jours sont pour moi de rares miracles; ils m'incitent à reprendre

patience, à t'offrir l'amour sans conditions, à accepter d'être déçu ou dérouté par tes contradictions et à retrouver confiance en toi, à penser que de nouveaux meilleurs moments restent à venir et à garder le courage de toujours et encore recommencer à te parler.

Merci Laure pour ta patience. Cela doit être si frustrant de ne pas pouvoir t'exprimer aux yeux de tous!



COHABITATION



POINT DE RENCONTRE



APPROCHE

Parlons de l'autisme vécu par toi...

Que ressens-tu intérieurement?

«Je suis comme littéralement pressurée. Je me sens divisée puis intérieurement « partante », comme laissant la place à une identité fixant elle-même sa propre loi. J'abandonne la place, littéralement. Je suis mal placée pour expliquer cette autre, cette harpie déchaînée que je montre. Je suis souvent malheureuse d'être divisée, malheureuse d'être à mon propre chevet sans rien pouvoir offrir d'autre. Je suis alors si impuissante, superposée. Je suis toujours épouvantablement triste d'être murée en paroles.»

Peux-tu décrire ce qui se passe

alors en toi? «Je n'arrive pas à tout décoder; c'est comme si ça passait dans une autre langue; je suis parfois inaccessible, je suis comme Une et si souvent divisée, je suis «nuageante». Je me sens plus maintenant comme dans un labyrinthe, il m'appartient d'y rester et de voir les fenêtres de sortie; hurler ne sert à rien, il faut savoir les fermer autant que les ouvrir. Je pourrais peut-être connaître cette partie de moi qui est en paix avec elle-même. J'adhère à moi plus souvent et je décolle encore trop souvent.»

As-tu la possibilité de contrôler cette division dont tu parles?

«Amener à prendre tout ensemble pour réunir, c'est déjà être avec soi et pouvoir se sentir soi. Je dégagerai ensuite plus que ce que je suis.»

Comment expliques-tu tes explosions soudaines qui se produisent parfois?

«J'excelle dans le genre «tempête fortuite». En effet, je ne calcule pas, ou rarement, mais je dévaste comme la tempête. Je suis vite dérivante. Je suis une digue qui a toujours des fuites et je n'arrive pas à réguler. L'extrême se produit quand quelquefois la poussée extérieure est trop forte et il y a aussi les remous

intérieurs qui me lancent, me font tourbillonner, me font dévastatrice. Je surnage à peine. Je suis championne en bousculade. Poursuivre le temps sans maîtrise de soi engendre la confusion. Je maîtrise davantage l'espace mais j'ai sans cesse l'impression de courir derrière moi. D'une certaine façon, je ne peux pas me saisir au meilleur moment et tout bascule. Privée de parole, j'explose vite. J'écrase dessous, je cuis, je bous. Manifester jusqu'à l'explosion, c'est normal, non?»

As-tu parfois le sentiment de ne pas être comprise, ma puce?

«Parvenir à me considérer comme une personne serait déjà plus humain. Quel joint faire avec soi si l'on est toujours déconsidéré! Moi je ne suis que ce que je suis. Je n'ai pas d'autre façon, même s'il te faut décevoir. Je n'ai pas d'autre moyen, je suis invalidante mais je n'en ai pas l'intention.»

Souhaites-tu être aidée?

«Recevoir une aide, c'est dur. Je voudrais pouvoir agir seule, de moi-même. Les initiatives des autres sont difficiles à recevoir, comme si elles me privaient de mon air. Surtout ne pas me laisser! j'ai besoin de vous. J'écarte le service rendu pour participer de moi-même. Je suis une traductrice inconnue, je voudrais être interprétée. Par la même occasion je serais l'interprète de mon propre rôle sur le champ. Pour me servir à quelque chose, il faut me prendre comme je suis, sans ajouts inutiles. Je n'ai pas vraiment besoin d'être soutenue, je suis déjà entravée à moi...pas la peine de faire équipage. Sur mon chemin, c'est à moi d'avancer. Je suis soumise au pas des autres.»

J'ai souvent l'impression que tu aimerais vivre «comme tout le monde», FAIRE, participer simplement à la vie

quotidienne... «s'imaginer toujours être partante, et puis être contre un obstacle, je ne peux pas vivre ainsi. Je dois passer, même si c'est difficile et je me donne de l'assurance pour y arriver. J'ai trop d'obstacles toujours à affronter. Je ne peux pas travailler, en rien, je suis limitée. Je ne choisis pas les obstacles, ils se dressent devant moi au fur et à mesure. J'ai besoin malgré tout d'un temps et le mien n'a pas apparemment la longueur du vôtre. Je suis prise entièrement à ce que je fais.

Me presser n'est pas possible. Ma vraie liberté c'est non pas de me faire faire mais de proposer de faire, et je serai alors libre en faisant. Du coup je me ferais moi-même. Me priver, c'est empêcher que je puisse.»

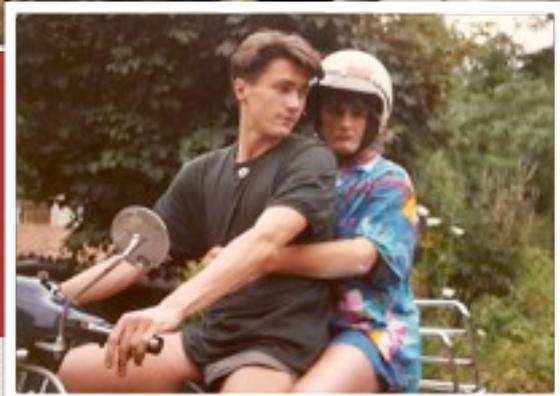
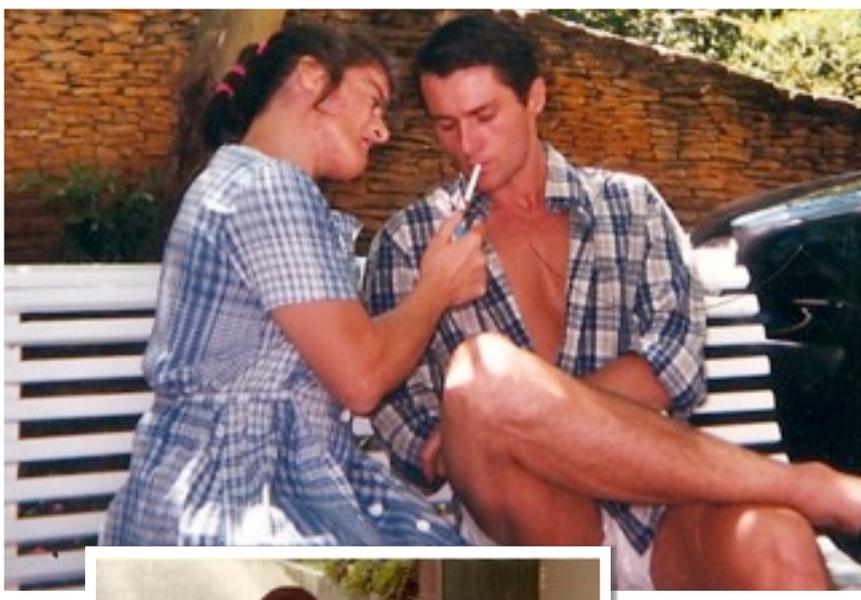
Que me conseilles-tu pour interpréter tes gestes, tes mimiques, tes comportements?

«Touche-moi et tu sauras. Forme de bons vœux en les sachant possibles et tu as là la réponse. S'il fallait te souhaiter bonne vie je te dirais «fais sans penser», perds-toi en monde d'amour et laisse les choses matérielles.»

J'ai parfois l'impression que nous nous entendons. Le ressens-tu aussi?

«J'accepte ton entente, même si c'est plus une attente. L'approche n'est pas de lutter AVEC moi. Il faut lutter POUR moi. Pense d'abord à moi, à ce que je suis, épargne-moi la lutte. Il n'est pas moral de lutter contre. Le plus joli moment est celui où je peux voir les mots et cela m'emplit de passion mal contenue. J'en tremble. Se pencher vraiment et activement sur moi pourrait dénouer de soi-même l'intrigue, et le comble serait d'en venir à une fin heureuse. Entre toi et moi il y a «aime», peux-tu me dire ce que c'est? Ne rate pas le train! je suis voyageuse avec toi.»

COMME UNE ÉTOILE FIGEANTE



«ENFANT, JE SAVAIS ÊTRE LA PETITE, MAIS JE NE SAVAIS PAS QUE TOI AUSSI TU AURAS VOULU ÊTRE ENFANT. TU CHERCHES D'AVANTAGE L'ÉCHANGE, MAIS PAS ENCORE L'ÉGALITÉ. SAVOIR ÊTRE FRÈRE, C'EST ENCORE PLUS ARDU POUR TOI. JE RIVALISE AVEC TOI POUR FAIRE ET TU GAGNES SI TU DÉCIDES **POUR** MOI. JE DEVIENS POSSIBLE SI TU ES **AVEC** MOI. SOYONS AUTREMENT ENSEMBLE. MAINTENANT, AVANÇONS PLUS ENSEMBLE SI TU VEUX BIEN.»

Peux-tu prendre les rênes et me guider dans tes directions...?

«La douceur serait la première contre-balance dans la façon de me parler. Poser comme acquis que c'est le résultat qui doit prévaloir m'enlève déjà le goût de l'exercice. Ma façon de voir c'est qu'on peut proposer «dans le but de» et trouver aussi autre chose dedans. Partir du résultat, c'est tronquer l'expérience. Moi je suis davantage au niveau du goût, du ressenti, et le résultat peut ou non venir.»

«POURQUOI PROPOSER SI ON NE VEUT ENSUITE RIEN CÉDER? JE SUIS TROP VIVE POUR ÊTRE SAISIE AU RALENTI. J'AI BESOIN D'ÊTRE APPRIVOISÉE SI ON VEUT VRAIMENT M'APPROCHER.»

Que veux-tu dire? que tu n'es pas suffisamment écoutée? que ton point de vue n'est pas respecté?

«Je suis terriblement preneuse de propositions mais j'exige d'être tenue pour participante car j'ai un trop-plein d'envies. Me permettre sans vouloir rien céder, voir mon attente sans la reconnaître, cela n'a aucun sens car je devrais alors vouloir et accepter de renoncer aussitôt. Souviens-toi d'une soeur qui vaque dans un monde hostile, où elle cherche un appui. Avec nos parents et toi j'ai mon siège, mon sol. Je voudrais pouvoir me lever et confier mes pensées et aspirations jusqu'à ce qu'elles soient comprises. Ma vie est dépendante et je crois aussi pouvoir échanger et rester à la hauteur grâce à cette sollicitude. J'étais morcelée. Je vais assimiler mes différentes personnalités et donner malgré tout attention et amour à mon «autre», pour atteindre enfin cette unité. Je la connais mais elle m'échappe trop souvent. Je suis en train de la couvrir pour la faire éclore.»



VOYAGER

«SI JE POUVAIS JE FERAIS UN TOUR DU MONDE AVEC TOI ET ON PARTIRAIT SANS AUTRE BUT QUE D'EXPLORER SANS AVOIR PRÉVU D'ITINÉRAIRE. ON SE PASSERAIT DES AUTRES ET ON IRAIT SURTOUT LÀ OÙ IL Y A DES ÉTENDUES SANS PERSONNE. S'IL ÉTAIT POSSIBLE D'ÊTRE À LA FOIS LES PIEDS AU SOL ET VOIR AU DESSUS ÇA ME PLAIRAIT.»



EGALITE

«JE T'ATTENDS, JE VOUDRAIS QUE TU PRENNES SOIN DE MOI. TU NE FAIS PAS TOUJOURS LE POIDS AVEC MOI. L'ÉGALITÉ PEUT-ELLE VENIR? ME DONNER TOUT CE TEMPS, C'EST TE DIMINUER. MOI JE NE SAIS PAS ME RÉHAUSSER JUSQU'À TOI, ET TOI TU DOIS RESTER TEL QUE TU ES, ET PEUT-ÊTRE POURRONS-NOUS ABOUTIR À PLUS DE COMPRÉHENSION.»



SE COMPRENDRE

«JE VOUDRAIS LAISSER ECHAPPER CELLE QUI M'EMPOISONNE ET QUE JE N'ARRIVE PAS À COMBATTRE. S'IL-TE-PLAIT, CROIS-MOI: «ENTRE MOI ET MOI IL Y A UN COMBAT INCESSANT». RETIENS QUE J'AI UN BESOIN VISCÉRAL D'ÊTRE COMPRISE, DE RESSENTIR. JE NE SAIS PAS ÊTRE PROCHE. IL FAUT M'EXPLIQUER, UNIQUEMENT TOUT M'EXPLIQUER.»

Peux-tu te présenter et décrire ta relation avec l'extérieur, avec les personnes dites «normales»?

«Je suis une infinité de points qui ne se rejoignent pas, bien que je sache que c'est moi. Je suis fière d'être un réseau à moi seule, même s'il disjoncte. Je suis alimentée en permanence sans qu'intervienne ma volonté. Je me charge vite rien qu'en regardant mais c'est invisible pour vous. Vous n'avez pas la même alimentation, je crois. Un rien me fait démarrer, un rien me gonfle, puis je cours en dedans et rien ne peut me retenir. Dès que je suis lancée je file de plus en plus loin.

Parfois j'invente quelqu'un qui me ressemblerait mieux. Je lui ferais faire ce que j'aime et l'autre, plus invisible, se chargerait de ce qui ne va pas. Je désire être plus près de moi. Je suis souvent taillée, comme à côté de moi, sans marcher sur mes propres jambes. Je

«JE REMERCIE POUR LE TEMPS QUI M'EST DONNÉ, MÊME GACHÉ, MÊME SANS TROP DE BONHEUR. UNE VIE C'EST UNE VIE.»

suis comme l'intérim d'une autre et je dois arriver à lui redonner sa place. Je suis meilleure dans le style «sans gêne» et ai pour habitude l'indélicatesse. Si je pouvais exprimer ce qui me crie dans le coeur, je serais la meilleure dramaturge de tous les temps. Le souffle un jour m'étouffera de ne pas avoir pu sortir. Je crains un étouffement. J'aime être accueillie comme une adulte. Souvent on oublie que je le suis car je n'exerce pas les droits face aux autres. Peut-on s'affranchir des autres sans les craindre? sans les molester? sans les gêner? J'appréhende l'indifférence et la peur des autres. Le silence peut être plus dur encore. Il y a aussi ceux qui m'accueillent avec embarras et je l'accepte car ce n'est pas un rejet. Le sort ne me fait pas de cadeau et je n'en suis pas un non plus. Je me faciliterais la vie avec les autres si je pouvais rester calme en toutes circonstances mais j'en suis incapable. Depuis longtemps j'exerce sur les autres une sorte de fascination dont j'aimerais être débarrassée. Je suis docile quand on veut bien m'aider à être.»

ACTIVITES



ÊTRE ENSEMBLE



JARDINER



PEINDRE



PARTIR EN BALADE



VIVRE ENSEMBLE



Où allons-nous ensemble? penses-tu à demain?

A SAVOIR:

1. « MINORE MES DIFFICULTÉS POUR QUE JE LES OUBLIE »
2. « RÉSIGNE-TOI À ME GARDER POUR SOEUR »
3. « TU PEUX NATURELLEMENT M'AIDER. JE N'AI PAS DE MODE D'EMPLOI. »
4. « POUR ME FAIRE PARVENIR UNE INFORMATION, LE MIEUX EST DE ME L'EXPLIQUER SIMPLEMENT »
5. « NE ME STRESSE PAS...MOI J'AI TOUT LE TEMPS »

«Tu es là parce que tu le veux... je suis là sans décider. Je me fais à tes départs et à tes retours. Ensemble, on gagne. Piano, cinéma, courses, voiture, yoga, je suis partante. Je souhaite visiter d'autres contrées; mais graviter autour de moi c'est s'exposer à faire de soi un être auxiliaire. Je te satisfais peu, certes, mais je n'ai que moi telle que je suis. Place avant tout la vie devant mes yeux telle que toi tu la vois. Je cherche toujours à te comprendre pour être un peu ta soeur ordinaire. Frôler la vie par toi est un baume à la mienne. Ne crois pas que ton projet de vie soit dépendant de moi. J'ai un lieu de vie et je peux être forte avec certains, même si je déçois. Je ne demande rien d'autre que «beaucoup» et ce que je veux surtout, c'est pouvoir faire vraiment, pas

regarder. Faire! moi-même! ... et tant-pis si c'est raté. Mon secret c'est d'être à moi là où je suis. Mon monde à moi, c'est ça. Je ne fais pas partie d'une planète à part mais je suis avec d'autres dans un monde qui ne rencontre pas le tien. La différence c'est ça. Tu peux même interagir là où je suis mais tu resteras toujours étranger. Plutôt que de te perdre je préfère tes erreurs. Ne résiste pas à ce qui t'appelle dans la vie. Fais-moi part de tes sentiments, même si je ne peux pas te répondre. J'ai retrouvé un frère et la vie me le rend différent d'avant. Mérite pour toujours ma part de tendresse...tu l'as déjà acquise. Hasard, destin ou choix, en tout cas c'est ainsi. On n'y changera rien et c'est bien ainsi. *Fais-moi la faveur de vivre au-delà de moi.*»