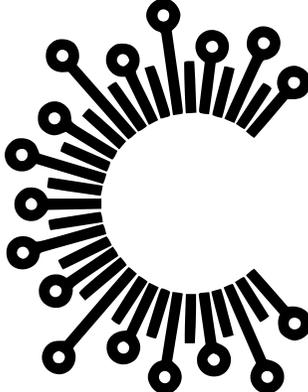
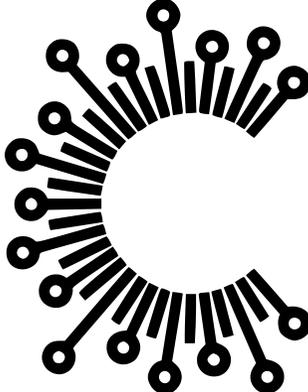




i  **are**
chercher | conseiller | enseigner | former

The logo for 'i are' features a lowercase 'i' in red, followed by a network icon where a central white circle is connected to numerous small black circles by thin lines, forming a semi-circle. This is followed by the word 'are' in a large, bold, red sans-serif font. Below the main text, the words 'chercher | conseiller | enseigner | former' are written in a smaller, black sans-serif font, with red vertical bars separating the words.



i  **are**
chercher | conseiller | enseigner | former

Institut Coopératif de l'Apprentissage, de
la Recherche et de l'Enseignement



Aisance Aquatique

Les origines de la peur

La peur

Issue des excitations relatives aux ruptures de l'équilibre, la peur est liée à tout désarroi qui survient dans le domaine des attitudes. C'est là sa cause essentielle.



La sensibilité organique

La peur tire ses origines, comme toute autre émotion, de réactions élémentaires, dont le point de départ est une sensibilité organique.



Systemes persistants

- *Gestes et attitudes*
- *réflexes cervicaux et les réflexes labyrinthiques*



Immobilisation - hypotonus

*La peur, en particulier après une chute, sort des effets tout à fait analogues à la suspension de gestes et de cris qu'il est facile d'obtenir chez le nouveau-né, en l'abaissant ou en l'élevant rapidement, à la suspension d'activité qui s'observe chez l'oiseau mis sur le dos. Ce sont des **réflexes d'immobilisation dont l'origine labyrinthique est incontestable**. Ils peuvent soit figer le sujet dans l'attitude qu'il avait, comme dans le cas décrit par Preyer : ainsi s'expriment le saisissement et l'horreur " ; soit amener la résolution musculaire, l'hypotonus : c'est l'ictus de la peur.*



Peur et suppression d'activité

le brusque déplacement dans l'espace précède la douleur, y rend insensible et, par suite, est seul à pouvoir expliquer cette suppression d'activité motrice, posturale et mentale.



Les activités fondamentales du muscle

- *raccourcissement - mouvement proprement dit*
- *tonus - posture*



Le tonus

Chez l'enfant, c'est seulement par étapes successives que cette fonction complexe du tonus parvient à son achèvement. Les deux fonctions, tonique et clonique, ne sont pas encore intégrées l'une à l'autre.

Les centres nerveux dont elle dépend n'arrivent pas tous en même temps à maturation. Leur équilibre fonctionnel change avec l'âge. Il peut même y persister des différences selon les individus.



Le tonus : actions cloniques et toniques

- *catatonie des nourrissons*
- *incapacité de contraction tonique des parties du corps que ne sont pas en mouvement*



Tonus et équilibre

L'immobilisation des régions en apparence inactives est en réalité une action extrêmement complexe. Toute partie du corps qui se déplace tend à en déplacer le centre de gravité. Pour éviter la perte d'équilibre, une résistance doit se produire, qui est précisément une contraction compensatrice dans les parties restantes et de préférence vers l'axe du corps, le long du rachis, dans les muscles qui le soutiennent et dont la fonction prépondérante est tonique : ce sont là essentiellement les muscles de l'équilibre.



Tonus et asynergie

Toutes ces insuffisances d'ajustement entre les actions cloniques et toniques sont des manifestations d'asynergie. Elles appartiennent à la pathologie du cervelet et, chez l'enfant, au retard de sa maturation. Ce retard peut en certains cas dépasser l'âge normal et même se prolonger en débilité durable de la fonction. Aussi a-t-on pu décrire un type moteur asynergique qui n'est pas sans concomitants psychologiques.



Le tonus et les types moteurs

Il en résulte des types moteurs et aussi des types psychomoteurs différents, les relations entre les manifestations du tonus et le psychisme étant étroites par l'intermédiaire de l'équilibre, des attitudes et par suite des connexions serrées qui existent dans le moyen cerveau entre les centres de la sensibilité affective et ceux des différents automatismes où les fonctions de posture ont un rôle considérable.



Mécanisme psychologique de la peur

Entre toutes ces causes de peur il y a, en réalité, identité foncière. Il suffit pour le reconnaître, de les ramener à leur mécanisme psychologique. Si un objet complètement nouveau ne cause pas de frayeur, c'est que l'accommodation posturale résultant de sa perception se produit sans obstacle ni conflit, surtout chez l'enfant sans expérience, sans habitudes ni souvenirs.



L'inconnu et la connaissance

Ce n'est pas l'entière nouveauté d'un objet ou d'une situation qui peut effrayer, c'est le mélange du connu avec de l'inconnu, c'est l'altération de ce qui est familier par un détail, par une circonstance imprévue, ou la brusque reconnaissance, dans un ensemble nouveau, d'un détail qui est familier.



Incertitude posturale sociale

Mais les rapports de la peur et de l'équilibre sont bien plus saisissants s'il s'agit de peur pathologique ; car l'effet le plus habituel de ces peurs, c'est de rétrograder vers l'équilibre et d'en faire un motif d'appréhension.

Mais elle se rattache d'autre part à toute incertitude portant sur le domaine des attitudes. En particulier ses manifestations sont en connexion étroite avec celles que peut susciter l'incertitude sur l'attitude à prendre en présence d'autrui. Cette incertitude peut, nous l'avons vu, entraîner troubles de l'équilibre, démarche ébrieuse, asynergie et maladresse des mouvements, tremblement.



