



**HAL**  
open science

**Coup de pied dans les préjugés. Karaté et psychomotricité : le duo de choc pour défier le handicap (autisme)**  
Lara Beben

► **To cite this version:**

Lara Beben. Coup de pied dans les préjugés. Karaté et psychomotricité : le duo de choc pour défier le handicap (autisme). Médecine humaine et pathologie. 2024. dumas-04770891

**HAL Id: dumas-04770891**

**<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-04770891v1>**

Submitted on 7 Nov 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Institut de Formation en Psychomotricité de la Pitié Salpêtrière  
Faculté Médecine Sorbonne Université  
91, Bd de l'Hôpital  
75013 Paris

## Coup de pied dans les préjugés

### Karaté & Psychomotricité

Le duo de choc pour défier le handicap (autisme)



Nom de l'étudiant : Beben Lara (n° 28700729)

Nom du maître de mémoire : Renault Stéphanie

Année universitaire : 2023 – 2024

## SOMMAIRE

AVANT-PROPOS .....	4
INTRODUCTION .....	6
1. CONTEXTE ET JUSTIFICATION DU CHOIX .....	6
2. PROBLEMATIQUE ET OBJECTIFS DU MEMOIRE .....	6
3. METHODOLOGIE .....	7
PARTIE 1	
FONDEMENTS THEORIQUES.....	8
1. LA PSYCHOMOTRICITE : CONCEPTS ET APPROCHES.....	8
1.1 Concepts fondamentaux du développement psychomoteur.....	9
1.2 Approches théoriques du développement psychomoteur.....	12
1.3 Items psychomoteurs .....	14
2. LE KARATE : PRINCIPES ET ETHIQUE .....	15
2.1 Principes fondamentaux du karaté.....	16
2.2 Principes éthiques du karaté : le <i>bushido</i> .....	20
3. L'AUTISME : COMPREHENSION ET ENJEUX DU HANDICAP .....	22
3.1 Informations générales sur le TSA .....	23
3.2 Enjeux liés au handicap .....	28
PARTIE 2	
KARATE, PSYCHOMOTRICITE ET HANDICAP : UNE ALLIANCE INATTENDUE .	32
1. PRESENTATION DU CADRE.....	32
2. SYNERGIE ENTRE KARATE ET PSYCHOMOTRICITE : ETUDES DE CAS .	33
2.1 Etude de cas n°1 : Youssef.....	33
2.2 Evolution psychomotrice de Youssef.....	34
2.3 Etude de cas n°2 : Amir.....	42
2.4 Evolution psychomotrice d'Amir .....	43
3. REGARDS CROISES : LES THEORIES A L'EPREUVE DE LA CLINIQUE ....	51
3.1 Modèles théoriques appliqués aux personnes en situation de handicap .	51
3.2 Intégration des principes du karaté dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap.....	53
3.3 Réflexions clinico-théoriques sur les évolutions observées.....	55

## PARTIE 3

DISCUSSIONS ET PERSPECTIVES.....	56
1. EVALUATION DE L'APPROCHE KARATE-PSYCHOMOTRICITE.....	56
1.1 Impact de la psychomotricité dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap .....	56
1.2 Adaptation des pratiques de karaté dans le cadre de la prise en charge psychomotrice.....	57
1.3 Analyse des limites de l'intégration du karaté adapté dans la rééducation et l'inclusion .....	67
1.4 Comparaison entre le karaté traditionnel et le para-karaté.....	69
2. TEMOIGNAGE ET EXPERIENCE PERSONNELLE .....	70
2.1 Rôle de la formation pour devenir instructrice fédérale de karaté .....	70
2.2 Vécu et observations lors des séances avec le groupe pris en charge ....	71
2.3 Passage du <i>tatami</i> au banc : avantages et observations .....	72
3. PERSPECTIVES D'AVENIR ET IMPLICATIONS.....	73
3.1 Potentiel de développement de l'approche karaté-psychomotricité.....	73
3.2 Possibilités d'intégration dans d'autres secteurs de la santé.....	74
CONCLUSION.....	76
1. SYNTHESE DES PRINCIPALES CONCLUSIONS.....	76
2. OUVERTURE ET SENSIBILISATION A GRANDE ECHELLE .....	78
2.1 Campagnes de sensibilisation et événements publics .....	78
2.2 Intégration dans les programmes éducatifs.....	78
2.3 Collaboration interdisciplinaire et recherche.....	79
2.4 Evolution des représentations de l'autisme dans les médias .....	79
BIBLIOGRAPHIE .....	81
ILLUSTRATIONS .....	84

## AVANT-PROPOS

Chers lectrices et lecteurs,

Avant de plonger dans les méandres de ce mémoire clinico-théorique qui explore l'intersection entre le karaté, la psychomotricité et la prise en charge des personnes en situation de handicap (autisme) au sein d'un ESAT (établissement et service d'aide par le travail), je tiens à vous adresser quelques mots d'introduction et d'avertissement.

Ce mémoire, fruit de nombreuses réflexions, observations et recherches, a pour ambition de jeter un éclairage sur une approche peu conventionnelle mais grandement enrichissante. Il tente de répondre à des questionnements complexes et variés tout en se voulant accessible à un large public, allant du psychomotricien aux curieux désireux de comprendre comment des arts martiaux peuvent s'intégrer dans le domaine de la prise en charge psychomotrice.

Il est essentiel de prendre en compte quelques points de départ avant de pouvoir poursuivre votre lecture :

### 1. Complexité et diversité

Le champ d'étude que nous abordons est complexe et diversifié. Il englobe des individus aux besoins variés, des méthodes d'accompagnement multiples et des pratiques de karaté adapté qui diffèrent d'un lieu à l'autre. Par conséquent, les conclusions présentées ici sont le fruit d'une analyse générale, chaque situation particulière mérite une étude spécifique.

### 2. L'évolution permanente

La psychomotricité, le karaté adapté et la prise en charge du handicap évoluent constamment. Ce mémoire reflète l'état des connaissances et des pratiques connues jusqu'en 2024. Il est donc essentiel de garder à l'esprit que de nouvelles approches et découvertes peuvent avoir émergé depuis.

### 3. La singularité de chaque ESAT

Chaque établissement et service d'aide par le travail est unique. Les observations présentées sont basées sur un ESAT, mais il est important de se rappeler que chaque établissement a ses propres spécificités et défis.

#### 4. Invitation à la réflexion

Ce mémoire ne prétend pas détenir toutes les réponses. Il est conçu comme un point de départ pour des discussions, des remises en question et des explorations futures. J'espère qu'il suscitera votre curiosité et vous incitera à approfondir ces sujets passionnants.

#### 5. Reconnaissance et remerciements

Enfin, je tiens à exprimer ma gratitude envers les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce mémoire, en particulier les participants et les professionnels qui m'ont ouvert les portes de leur pratique et de leur expertise.

Je vous invite donc à plonger dans ce mémoire avec ouverture d'esprit et curiosité, en gardant à l'esprit que la psychomotricité, le karaté adapté et l'accompagnement des personnes en situation de handicap forment un domaine en constante évolution. Puisse les réflexions et les découvertes présentées ici éclairer votre compréhension et stimuler de nouvelles perspectives sur le chemin de l'inclusion et de l'épanouissement.

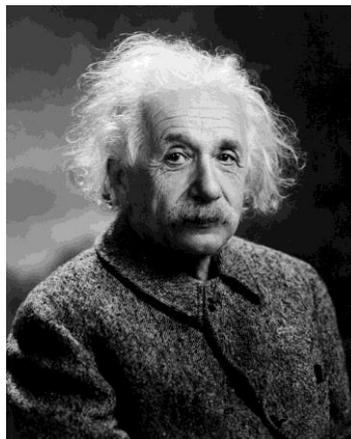
Bien à vous,

Lara Beben

---

*« Il est plus facile de désintégrer un atome qu'un préjugé »*

Albert Einstein



## **INTRODUCTION**

Dans le domaine de la rééducation psychomotrice, la recherche de méthodes et d'approches novatrices pour accompagner les personnes en situation de handicap est essentielle. Parmi ces approches, l'intégration des principes et des techniques du karaté adapté offre des perspectives intéressantes. Ce mémoire se penche sur cette thématique, explorant comment le karaté peut être intégré dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap, en démontrant les bénéfices physiques, mentaux et émotionnels de cette approche.

### **1. CONTEXTE ET JUSTIFICATION DU CHOIX**

Le choix de ce sujet découle de mon expérience enrichissante au sein d'un ESAT (établissement et service d'accompagnement par le travail), géré par une association. Fondée en 1966 afin de répondre aux besoins des adultes en situation de handicap mental, l'association a évolué pour devenir un ESAT en 2005, en accord avec la loi sur l'égalité des droits et des chances. Guidée par des valeurs telles que le respect, la dignité et l'inclusion, l'association offre un environnement propice au développement personnel et social des usagers.

L'ESAT où j'ai effectué mon stage incarne un exemple concret de la façon dont les structures sociales peuvent contribuer à l'autonomie et au bien-être des personnes en situation de handicap. Par ma présence au sein de cet établissement, j'ai pu observer de près les défis auxquels sont confrontés les divers professionnels de la rééducation psychomotrice et les besoins variés des usagers.

### **2. PROBLEMATIQUE ET OBJECTIFS DU MEMOIRE**

Face à la mission de l'ESAT et à son engagement envers l'inclusion et le bien-être des personnes en situation de handicap, il est assez pertinent d'explorer comment des approches comme le karaté adapté peuvent compléter puis enrichir les programmes de rééducation psychomotrice.

La problématique de ce mémoire réside donc dans l'analyse des bénéfices et des limites de l'approche karaté-psychomotricité dans ce contexte spécifique, avec pour objectif d'identifier des recommandations pour son optimisation et son développement.

En cela, ce mémoire vise à répondre aux questions suivantes :

- Quels sont les bénéfices physiques et psychologiques potentiels de l'intégration du karaté adapté dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap ?
- Quels sont les défis et les obstacles à surmonter pour une mise en œuvre efficace de cette approche ?
- Quelles recommandations peuvent être formulées pour améliorer les pratiques existantes et ainsi favoriser une meilleure intégration du karaté adapté dans les programmes de rééducation et d'inclusion ?

### **3. METHODOLOGIE**

La méthodologie adoptée repose sur une approche qualitative, combinant l'analyse bibliographique, l'observation clinique et l'étude de cas. En effet, deux études de cas seront examinées pour comprendre les effets du karaté adapté sur le développement psychomoteur des personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme associés à une déficience intellectuelle légère.

Au début de l'étude, un bilan psychomoteur sera réalisé pour chaque cas afin de recueillir des données initiales et d'établir une base de référence pour mieux évaluer les progrès des participants au fil des séances. A la fin de l'étude, un second bilan psychomoteur sera effectué pour chaque cas afin de compléter l'analyse en comparant les résultats obtenus à ceux du bilan initial.

En synthèse, ce mémoire vise à explorer les potentialités et les défis de l'approche karaté-psychomotricité dans le contexte de l'ESAT, en vue d'apporter des contributions à la réflexion et à la pratique psychomotrice dans le domaine de la rééducation ainsi que de l'inclusion des personnes en situation de handicap.

## PARTIE 1

### FONDEMENTS THEORIQUES

#### 1. LA PSYCHOMOTRICITE : CONCEPTS ET APPROCHES

Le terme « psychomotricité » a une origine linguistique qui vient du mot grec *psukhê* (qui signifie âme, conscience, esprit) et du mot latin *mobilis* (qui signifie mobile, en mouvement). En d'autres termes, la psychomotricité peut être comprise comme la mise en mouvement de l'âme. Cela s'inscrit dans une idée qui considère l'être humain comme une combinaison d'une âme et d'un corps. Cependant, une perspective différente, appelée moniste, voit la psychomotricité comme la mise en mouvement de la personne entière, soulignant ainsi son rôle dans l'intégration des aspects mentaux et corporels (Boutinaud et Joly, 2017).

L'histoire de la psychomotricité prend ses racines dans la pensée philosophique antique, avec Platon et Aristote questionnant la relation entre l'âme et le corps. Cette dualité persiste à travers les siècles, mentionnée par R. Descartes au XVIIe siècle, accentuant la primauté de la pensée sur le corps. Comme le proclame R. Descartes dans son célèbre adage *cogito, ergo sum* (« je pense, donc je suis »), cette philosophie met l'accent sur la pensée en tant que fondement de l'existence, reléguant le corps au second plan.

Toutefois, cette vision dualiste entre l'esprit et le corps entre en contradiction avec le principe fondamental de la psychomotricité, qui préconise une vision holistique de l'individu, intégrant les dimensions corporelles et psychiques.

L'émergence de la psychomotricité comme discipline distincte remonte au début du XIXe siècle en France. En 1800, l'histoire de Victor, un enfant sauvage découvert seul dans les bois, a suscité l'intérêt scientifique et a marqué le début des réflexions sur le lien entre le mouvement et le développement intellectuel. J. Itard, médecin et pédagogue, a élaboré un programme psychopédagogique, anticipant les principes contemporains de la psychomotricité.

Le terme « psychomoteur » a été introduit en 1844 par le neuropsychiatre allemand W. Griesinger pour décrire l'hypotonie chez les personnes dépressives : « dans les états de mélancolie nous pouvons observer, sur le plan psychomoteur, une inhibition de l'élan vital et de l'action » (cité par Grabot, 2004).

Au XXe siècle, des penseurs tels que H. Wallon, J. Piaget et R. Spitz ont contribué à mettre en avant l'interaction entre le mouvement, l'intelligence et les émotions. J. de Ajuriaguerra a aussi joué un rôle majeur dans l'évolution de la théorie psychomotrice vers la pratique, donnant naissance au métier de psychomotricien dans les années 1950. Plus tard, les années 1960 ont marqué la définition des troubles psychomoteurs et l'établissement de méthodes d'évaluation et de traitement, jetant les bases du métier de psychomotricien (Ballouard, 2011).

D'ailleurs, G. Soubiran caractérise la psychomotricité comme une approche globale de la personne et la définit ainsi : « La psychomotricité englobe l'étude et le traitement des comportements moteurs inappropriés, mal adaptés à des situations évolutives, qu'elles soient imposées ou choisies. Ces difficultés peuvent être liées soit à des troubles psychogènes entraînant une réaction, soit à une insuffisance d'équipement. » (citée par Giromini et Monnier, 2014).

La psychomotricité évolue constamment, s'étendant dans divers domaines avec une reconnaissance croissante. Elle répond aux besoins de la société contemporaine en développant de nouvelles théories, des pratiques diversifiées et en s'adaptant à un public varié. Cette discipline joue un rôle essentiel dans l'intégration des dimensions psychologiques, corporelles et relationnelles, et son application est cruciale dans la prise en charge des personnes en situation de handicap. Nous explorerons maintenant les concepts et approches de la psychomotricité, éléments fondamentaux pour comprendre son approche holistique de la personne.

## **1.1 Concepts fondamentaux du développement psychomoteur**

Le développement psychomoteur, en tant que domaine d'étude, requiert une exploration approfondie de ses concepts fondamentaux. Cette section vise à clarifier les définitions essentielles, tout en mettant en lumière les influences historiques qui ont façonné la compréhension actuelle du développement psychomoteur.

Le développement, entendu comme le changement dans le fonctionnement de l'individu au fil du temps, se décline sur l'ensemble de l'existence, de la conception à la mort. D'après E. Becchi et D. Julia (1996, 1998), l'éducation de l'enfant était déjà envisagée dans l'Antiquité, soulignant ainsi une préoccupation politique.

L'importance de cette perspective réside dans la reconnaissance du changement comme un phénomène constant tout au long de la vie. C'est une approche *life span* qui permet d'explorer les interactions entre les facteurs innés et environnementaux, tout en abordant des questions sur les influences culturelles et sociales tout au long de l'ontogenèse (développement de l'individu).

La nuance entre développement et apprentissage est primordiale. En effet, si le développement s'apparente à un processus relativement spontané, l'apprentissage implique des acquisitions conscientes et actives (Vygotsky, 1997). Cette distinction souligne la complexité inhérente au développement psychomoteur, où des forces multiples interagissent pour façonner la trajectoire individuelle (Brossard, 2004).

L'évolution du statut de l'enfant et la théorisation du développement ont influencé la compréhension du développement psychomoteur en Occident. De l'éducation politique de l'Antiquité aux préoccupations éducatives de la Renaissance, l'enfant est passé d'un être en construction à un sujet d'étude. La période post-Renaissance a marqué l'avènement d'une politique de l'enfance, témoignant des progrès sociaux et médicaux qui libéraient les enfants de contraintes sociales.

Les travaux de C. Darwin au XIXe siècle ont contribué à une vision évolutive du développement individuel. Cependant, malgré les progrès en statistiques à la fin du XIXe siècle, le développement psychomoteur n'a émergé en tant que domaine d'étude autonome qu'au XXe siècle, avec des chercheurs comme A. Gesell (1880-1961) et N. Bayley (1899-1994), des pionniers dans l'utilisation d'échantillons d'enfants pour des études descriptives et normatives.

Cette évolution souligne l'importance de comprendre les concepts fondamentaux du développement psychomoteur pour évaluer l'impact de l'intégration du karaté et de la psychomotricité dans la prise en charge du handicap. Cela nous permet de mieux saisir les fondements du développement humain et l'effet spécifique du karaté sur le parcours psychomoteur des personnes en situation de handicap.

- **L'inné et l'acquis**

Le débat entre l'inné et l'acquis est central pour comprendre comment les aspects biologiques et environnementaux interagissent dans le développement psychomoteur. Selon J.J. Rousseau (1762), l'innéisme prédomine, suggérant que le développement suit un ordre prédéterminé et immuable, influencé par la maturation du corps et du cerveau. Cette perspective met l'accent sur les facteurs génétiques.

En revanche, J. Piaget (1937) adopte une perspective constructiviste. Il souligne le rôle actif de l'enfant dans la construction de ses propres connaissances et compétences. Selon lui, l'acquisition de compétences psychomotrices résulte de l'interaction entre l'individu et son environnement. Cette dualité entre la prédisposition biologique et l'activité construite guide notre compréhension des mécanismes sous-jacents au développement psychomoteur.

- **Continuité et discontinuité développementale : la notion de stade**

La question de savoir si le développement est un processus continu ou discontinu a conduit à la notion de stade. Les théoriciens du développement, tels que J. Piaget et H. Wallon, ont proposé que le développement psychomoteur se déroule en étapes distinctes. Ces stades représentent des périodes où des changements significatifs surviennent dans la manière dont l'individu perçoit et interagit avec le monde.

Cependant, la notion de stade a été critiquée pour sa capacité limitée à expliquer la diversité du développement individuel. Certains estiment que cela ne capture pas pleinement la variabilité interindividuelle. Néanmoins, cette perspective offre un cadre pour évaluer comment le karaté peut influencer ces stades de manière adaptative, en examinant si la pratique peut faciliter ou modifier la transition entre ces phases.

- **Développement moteur et développement perceptif**

L'observation du développement psychomoteur a mis l'accent sur les aspects moteurs, négligeant souvent les compétences perceptives. Les avancées technologiques récentes ont révélé que les compétences perceptives se développent précocement et interagissent de manière complexe avec le développement moteur ultérieur.

Les travaux de R. Baillargeon (1987) et R. Lécuyer (2004) soulignent l'importance de comprendre ces interactions complexes. Les compétences perceptives, telles que la coordination visuomotrice, jouent un rôle important dans le développement psychomoteur global. Cette perspective met en lumière l'importance d'une approche globale dans l'évaluation des effets du karaté sur le développement psychomoteur.

## 1.2 Approches théoriques du développement psychomoteur

La compréhension du développement psychomoteur nécessite l'analyse des mécanismes inducteurs, soient les facteurs de développement, et des mécanismes du développement, décrivant le déploiement de ces changements. Bien que les repères développementaux soient essentiels, ils ne fournissent pas une compréhension totale du développement, qu'il soit typique ou atypique. Cependant, leur ancrage dans des modèles théoriques offre des cadres de compréhension pour les particularités développementales individuelles et les cas de développement troublé (Rivière, 2011).

- **Le maturationnisme et l'accent sur les facteurs endogènes**

L'approche maturationniste, qui est associée au travail d'A. Gesell, se base sur une perspective médicale du développement. Selon cette théorie, le développement psychomoteur est étroitement lié à la croissance des systèmes biologiques, en particulier les muscles et le système nerveux. La maturation est considérée comme le principal moteur du développement, un facteur intrinsèque et endogène.

Initialement, le développement est génétiquement prédéterminé, suivant un ordre immuable (Gesell, 1929). La maturation corticale, centrale dans cette perspective, transforme les mouvements réflexes initialement désorganisés en mouvements coordonnés grâce à l'influence inhibitrice du cortex. Les normes de développement codifiées par A. Gesell ont conduit à la création de nombreux tests et échelles, offrant une norme de développement (Miermon et al., 2012).

Par ailleurs, cette perspective a été critiquée pour sa difficulté à expliquer l'influence précoce de l'environnement sur certains aspects du développement. Certains auteurs remettent en question le caractère rigide de cette approche, mettant en avant l'importance des interactions précoces avec l'environnement (Jover et Assaiante, 2016).

- **La culture, l'environnement social : facteurs exogènes du développement**

Les théories de H. Wallon, de L. Vygotski, et de J. Bruner accordent une place prépondérante à l'environnement social dans le développement psychologique. Par exemple, H. Wallon souligne l'interaction qui est nécessaire entre les facteurs neuro-biologiques de maturation et les conditions sociales de relation. Son modèle, organisé en six stades du développement, illustre la prédominance alternée de l'affectivité et de l'intelligence.

Synthèse des stades de développement selon Wallon (Miermon et al., 2012) :

Stade	Âge	Orientation	Caractéristiques
Stade impulsif	0 -3/6 mois	centrifuge	désordre gestuel, fusion émotionnelle
Stade émotionnel	3-12 mois	centripète	reconnaissance dans le miroir, différenciation émotionnelle
Stade sensori-moteur et projectif	1-3 ans	centrifuge	intelligence pratique puis discursive, début d'individuation
Stade du personnalisme	2-6 ans	centripète	différenciation moi autrui
Stade catégoriel, stade de la personnalité polyvalente	6-11 ans	centrifuge	représentation abstraite
Stade de l'adolescence	à partir de 11 ans	centripète	achèvement de la construction de la personnalité

Plus tard, les travaux de J.P. Changeux (1983) et G.M. Edelman (1987) apportent une perspective novatrice en combinant la maturation du système nerveux avec l'effet des expériences et de l'environnement sur le développement neuronal. J.P. Changeux met en avant l'activité d'un réseau nerveux et la nécessité de l'expérience sensorielle dans le processus de stabilisation des synapses. D'un autre côté, G.M. Edelman décrit trois phases d'épigenèse, impliquant la neurogenèse, la sélection par l'expérience et l'arrangement progressif entre les répertoires neuronaux.

Ces théories enrichissent notre compréhension du développement psychomoteur en soulignant l'importance des facteurs environnementaux et sociaux. Elles mettent en évidence la complexité des interactions entre les influences internes et externes sur le développement de l'enfant, offrant ainsi des perspectives essentielles pour évaluer l'impact potentiel de l'intégration du karaté dans le contexte du handicap.

### 1.3 Items psychomoteurs

Plusieurs éléments clefs méritent une attention particulière pour appréhender la complexité des interactions entre le corps et l'esprit.

**Le schéma corporel**, selon P. Schilder, est « la représentation tridimensionnelle que chacun a de son propre corps, immobile ou en mouvement dans l'espace, ainsi que la posture des différentes parties du corps les unes par rapport aux autres. » Il s'agit de la perception interne de notre corps. **L'image du corps**, quant à elle, est « l'image de notre propre corps que nous formons dans notre esprit, autrement dit la façon dont notre corps nous apparaît à nous-même. » (cité par Vincent, 2021c).

**Les coordinations** impliquent « d'associer de façon cohérente les participations toniques de différents muscles en vue de la réalisation d'un mouvement global organisé » (Combey, 2023). C'est la capacité à synchroniser les mouvements musculaires pour exécuter des actions précises. **Les dissociations** représentent des actions complexes qui se déroulent dans au moins deux plans de l'espace ou suivant deux rythmes différents. Elles décrivent la capacité à exécuter des mouvements indépendants dans différentes directions ou différents rythmes.

**L'organisation spatio-temporelle** est essentielle pour naviguer dans l'environnement et exécuter des actions motrices. La spatialité nous permet de nous situer et de nous déplacer dans l'espace environnant tout en différenciant le « soi » du « non-soi ». La temporalité, quant à elle, structure nos expériences en fournissant un ordre, une durée et un rythme aux événements (Vincent, 2021a, 2021b).

**La concentration et l'attention** sont des processus cognitifs qui permettent de focaliser notre esprit sur une tâche spécifique. Cela implique une modulation des ressources cognitives vers un objectif défini, améliorant ainsi notre efficacité perceptuelle et décisionnelle. Les émotions et l'état physiologique peuvent influencer ces processus, entraînant des variations dans la perception et la mémoire (Vincent, 2021d).

**La régulation tonico-émotionnelle** représente le dialogue subtil entre les états émotionnels et le tonus musculaire, influençant nos interactions sociales dès les premiers stades de la vie. Ce dialogue permet la transmission des émotions et des sensations internes entre individus, contribuant ainsi à la construction de la conscience de soi et des liens sociaux (Baste, 2016).

## 2. LE KARATE : PRINCIPES ET ETHIQUE

Le karaté, issu d'une longue tradition martiale, puise ses racines dans le Japon ancien où chaque caractère du terme *karate-do* porte un sens profond. En effet, en japonais, *kara* évoque le « vide », *te* signifie « main », et *do* est traduit par « voie », donnant à l'ensemble la signification de « la voie de la main vide ». Cette désignation symbolise la philosophie du karaté, qui repose sur la simplicité ainsi que la puissance intrinsèque du corps humain (Didier, 1988 ; Smit, 2001).

L'histoire du karaté prend ses débuts dès le XI<sup>e</sup> siècle, plongeant ses racines en Chine avant de fusionner avec les techniques des guerriers armés, le *kempo*. Sous l'influence des moines chinois (du monastère Shaolin) et leur pratique bouddhiste, le karaté acquiert une dimension spirituelle, insistant sur la défense du pays. Au XIV<sup>e</sup> siècle, les échanges culturels intenses entre la Chine et le Japon propulsent le *kempo* vers l'archipel des îles Ryu-Kyu, où il s'intègre et prospère. L'interdiction des armes au Japon en 1470 et en 1609 donne une impulsion supplémentaire aux combats à mains nues, attirant l'attention des Occidentaux.

G. Funakoshi (1868-1957), souvent appelé le « Père » du karaté moderne, a fortement contribué à son développement au XIX<sup>e</sup> siècle. Il a étudié et enseigné le karaté, popularisant ses enseignements et créant le style *shotokan*. Selon R. Portocarrero (1986), le nom *shotokan* provient de la combinaison de deux termes japonais : *shoto*, un pseudonyme employé par G. Funakoshi, et *kan*, qui peut se traduire par « salle » ou « lieu » en japonais.

Ainsi, le karaté se définit comme « la forme japonaise d'une technique de combat sans arme, mains et pieds nus ; c'est une forme d'attaque et de défense qui repose exclusivement sur l'utilisation rationnelle des possibilités naturelles offertes par le corps humain » (Gaudry, 2008). Cet art martial minimaliste met l'accent sur la maîtrise de soi et l'efficacité des mouvements, célébrant la simplicité et la puissance inhérente du corps humain. Il s'inscrit dans la philosophie du *budo*, c'est-à-dire l'ensemble des arts martiaux japonais, où le respect, la discipline et la quête de perfection sont des valeurs fondamentales.

## 2.1 Principes fondamentaux du karaté

Dans cette section, nous explorons les principes fondamentaux du karaté qui vont bien au-delà de la technique, façonnant la mentalité, les valeurs et la discipline qui caractérisent cette forme d'art martial japonais. Ces principes, empreints de tradition et de philosophie orientale, guident la pratique du karaté et contribuent à son aspect enrichissant et épanouissant. Nous aborderons successivement le cadre de la pratique (le *dojo*), le rôle du *sensei* et du salut, ainsi que d'autres éléments essentiels tels que le *kiai*, le *kata*, le *khion* et le *kumite*.

- **Le *dojo* (道場)**

Le *dojo* est littéralement « le lieu où est enseignée la voie » (Andlauer, 1996). Il représente bien plus qu'un simple espace d'entraînement, c'est un lieu empreint de symbolisme et de signification profonde. Les quatre murs du *dojo* servent de cadre à la quête d'apprentissage et de découverte de soi des pratiquants. Un mur d'honneur, orné de la photo du fondateur G. Funakoshi, incarne les valeurs et l'héritage du karaté, symbolisant le combat contre les limites personnelles.

Dans cet espace sacré, les pratiquants sont guidés par le *sensei* pour embrasser l'humilité et la discipline, laissant de côté les soucis du monde extérieur. Ainsi, le *dojo* devient le lieu où se forge la transformation personnelle, où résonnent les *kiais* et les *katas*, révélant la véritable essence du karaté (Didier, 1988). Il incarne l'âme et l'esprit du karaté, encourageant la quête de perfectionnement ainsi que la connexion avec les traditions, les enseignements et les valeurs de cet art martial (Andlauer, 1996).

- **Le *gi*, la tenue (着)**

Le *gi*, également connu sous les noms de *karate-gi* ou *kimono*, va bien au-delà d'un simple habit dans la pratique du karaté, incarnant des valeurs et des traditions (Andlauer, 1996 ; Smit, 2001). Sa couleur blanche symbolise l'esprit pur et la quête de la vérité. Elle reflète la recherche constante de perfectionnement et de maîtrise de soi des pratiquants, tout en représentant la modestie et l'humilité, des vertus essentielles en arts martiaux.

Sa coupe ample permet une liberté totale de mouvement, symbolisant l'ouverture d'esprit et la disponibilité à apprendre. Dans le *dojo*, tous les pratiquants portent le *gi*, créant ainsi une égalité et un respect mutuel, peu importe le niveau de compétence ou l'expérience de chacun. Les ceintures de couleur sont les seules distinctions. Elles représentent le chemin de progression et l'acquisition des connaissances.

Le *gi* dépasse sa simple fonction de vêtement et incarne les valeurs fondamentales du karaté : la pureté, l'humilité, la disponibilité à apprendre et la recherche constante de la perfection, tant sur le plan martial que personnel. Il renforce ainsi l'identité et l'état d'esprit du pratiquant (Andlauer, 1996 ; Smit, 2001).

- **Le *sensei* et le salut (先生 et 礼)**

Le terme *sensei*, signifiant « le premier né », « celui qui est né avant vous dans le style », « celui qui est devant » ou « celui qui sait avant la naissance », est attribué à celui qui consacre sa vie à la recherche de l'art martial (Didier, 1988 ; Smit, 2001). Il joue un rôle important dans l'apprentissage et le parcours de l'élève, et la confiance en lui est essentielle.

Au début de chaque cours, les élèves saluent le fondateur (appelé *shomen*) et leur professeur (appelé *sensei*), marquant leur respect et leur humilité. Ce salut, ce *rei*, est une expression de respect profond, symbolisant le fait de « demander à apprendre et de remercier pour cet apprentissage » (Didier, 1988). Le salut est un rituel sacré au cœur de la pratique du karaté.

- **Le *khion* (基本)**

Le *khion*, qui peut être traduit par « les bases », est une composante essentielle de la pratique du karaté. Il consiste en la « répétition des techniques de base [...] dans le vide, sans partenaire » (Habersetzer, 2000). Cette répétition a pour but de permettre au pratiquant d'acquérir une maîtrise approfondie des mouvements fondamentaux du karaté. Ces mouvements regroupent toutes les techniques de frappe, de blocage, de déplacement, de positionnement. Le *khion* vise à développer la technique, la posture, la coordination, la respiration, la vitesse et la puissance.

Le *khion* englobe les fondements du karaté et constitue la première étape de l'apprentissage pour les débutants. Il est à la base de toutes les autres formes de pratique, y compris le *kata* et le *kumite*. Les *katas*, par exemple, sont composés de séquences de mouvements tirés du *khion*, ce qui souligne son importance (Gaudry, 2008).

La répétition constante des mouvements de base dans le *khion* est essentielle pour atteindre une technique solide et efficace. En pratiquant régulièrement le *khion*, les karatékas améliorent leur précision, leur coordination, et leur fluidité dans l'exécution des mouvements. Ils renforcent aussi leur aptitude à synchroniser leur respiration avec leurs actions, ce qui est essentiel pour maximiser l'efficacité de chaque technique.

- **Le *kumite* (組手)**

Le *kumite* désigne le combat en karaté et se décline en plusieurs types, chacun contribuant à développer des compétences spécifiques. Il est une facette cruciale de la pratique du karaté, intégrant des assauts conventionnels et des combats libres. Ces formes de combat sont régies par des règles et des codes, ayant un rôle pédagogique essentiel dans la progression du karatéka. « Cette forme d'assaut représente en réalité l'éducation physique et morale du karatéka. » (Chemama et Herblin, 1994).

Le *kumite* vise à développer : la réactivité, la vitesse, la précision, l'efficacité des techniques ainsi que la compréhension des distances. C'est une opportunité pour les pratiquants d'appliquer les techniques apprises dans un contexte dynamique et interactif. Il offre également un espace pour travailler la gestion du stress et des émotions sous pression, éléments essentiels dans la maîtrise de soi et l'efficacité au combat.

- **Le *kata* (型)**

Le *kata*, qui signifie « forme » en japonais, est « une séquence de techniques dont le déroulement reproduit un schéma de combat contre un ou plusieurs adversaires attaquant sous des angles différents » (Habersetzer, 2000). En effet, chaque *kata* a une signification spécifique et incarne des situations différentes, allant de la défense contre un ou plusieurs adversaires armés ou non à des contre-attaques.

Les *katas* abordent divers aspects techniques tels que la posture, la coordination, la respiration, la vitesse et la puissance (Gaudry, 2008). Ils sont des bibliothèques de techniques et de principes de combat. Effectivement, ils permettent de développer une compréhension approfondie des mouvements, de la fluidité et des transitions entre les différentes techniques. Chaque *kata* a une structure spécifique et une chorégraphie précise, leur exécution est souvent rythmée par la respiration et l'intention (Chemama et Herblin, 1994).

De plus, les *katas* peuvent être décomposés pour étudier leurs applications pratiques, un processus appelé *bunkai*. Le *bunkai* consiste à analyser et à interpréter les mouvements et les séquences du *kata* dans un contexte de combat réel. Cela permet aux pratiquants de comprendre comment les mouvements du *kata* peuvent être utilisés pour se défendre contre différentes attaques.

- **Le *kiai* (気合)**

Le *kiai* est l'un des principes fondamentaux du karaté, apportant une dimension vocale et énergétique essentielle à la pratique martiale. Le terme *kiai* est formé de deux kanjis (caractères chinois de l'écriture japonaise) : *ki* (気) signifiant énergie ou esprit, et *ai* (合) représentant l'union ou l'harmonie. Le *kiai* incarne l'union de l'énergie et de l'esprit dans un cri puissant émis au moment précis de l'impact ou de l'exécution d'une technique.

L'objectif du *kiai* est de libérer et de projeter l'énergie interne accumulée pendant l'exécution d'une technique martiale. Ce cri bref et explosif, profondément ancré dans la respiration et le *hara* (la région abdominale) du pratiquant, est émis par la bouche tout en expirant de manière contrôlée. Son but est d'améliorer la force, la vitesse et l'efficacité de l'attaque, tout en ayant un effet intimidant sur l'adversaire. Ainsi, le *kiai* représente la fusion des tensions du corps et de l'esprit en vue d'atteindre un état de « total abandon de soi » (Gaudry, 2008).

D'un point de vue psychologique, le *kiai* a plusieurs rôles. Il permet de canaliser l'énergie et la concentration du pratiquant, créant un état de focalisation mentale qui améliore la précision et l'efficacité des mouvements. Puis, il a un effet sur l'adversaire en perturbant sa concentration et en induisant une réaction de surprise, voire de peur.

Sur le plan spirituel, le *kiai* symbolise l'expression de l'énergie vitale et de la détermination du pratiquant. Il est considéré comme une manifestation de l'union entre le corps et l'esprit, représentant l'engagement total dans chaque action et l'affirmation de sa présence sur le *tatami* (tapis de sol).

## 2.2 Principes éthiques du karaté : le *bushido*

*Bushido* signifie littéralement la « voie du guerrier ». C'est un concept japonais tiré du chinois *wu shi dao*. Ce terme se compose de *bu* englobant les pratiques martiales, *shi* signifiant « guerrier », et *do* désignant « la voie ».

Bien que le mot « honneur » ne soit pas explicitement présent, cette vertu constitue le fondement du *bushido*. Les guerriers japonais, experts dans les arts martiaux, se distinguaient non seulement par leurs compétences de combat, mais aussi par un comportement digne en toute situation. Ce volet éthique et spirituel trouve ses racines dans le shintoïsme, le bouddhisme zen, et le confucianisme (Nitobe, 2000).

- **Les influences religieuses et philosophiques**

Les *samouraïs* (guerriers japonais de la société féodale) n'ont pas inventé leur code moral, mais l'ont façonné en s'inspirant des croyances du Japon ancien. Le shintoïsme est axé sur l'unité nationale ainsi que la vénération des ancêtres. Le bouddhisme zen, religion des *samouraïs* depuis l'ère Kamakura, perfectionne la moralité, la sociabilité, et la spiritualité des guerriers. Le confucianisme apporte des valeurs comme la loyauté et la bienveillance, soulignant le service inébranlable envers les seigneurs.

- **Les sept principes fondamentaux du *bushido***

I. Nitobe (2000) identifie sept valeurs liées au code d'honneur des *samouraïs*.

- 1) Droiture et sens du devoir (*gi*) : le guerrier accomplit sa mission avec rigueur et justice.
- 2) Courage héroïque (*yu*) : guidé par la prudence et la maîtrise de soi, le courage du guerrier est éclairé.

- 3) Bienveillance et compassion (*jin*) : la puissance acquise est mise au service de tous, avec une empathie redoutable.
- 4) Politesse et respect (*rei*) : un *samouraï* reste courtois en toute circonstance, ce qui révèle sa force intérieure au moment opportun.
- 5) Sincérité et vérité (*makoto*) : l'action suit la parole donnée, l'honnêteté étant la base des relations humaines.
- 6) Honneur (*meiyo*) : chaque *samouraï* est le gardien de son honneur, accomplissant son devoir selon des principes éthiques.
- 7) Devoir et loyauté (*chugi* ou *chu*) : un guerrier honorable voue une loyauté inébranlable envers son seigneur jusqu'à la mort.



- **Le *bushido* et l'héritage des *samouraïs***

Les *samouraïs* ont profondément marqué l'histoire japonaise, influencés par les pratiques zen et la période de paix des Tokugawa. La concentration, le détachement matériel, et l'éveil spirituel ont renforcé les guerriers. Malgré les changements culturels, le code éthique des *samouraïs* perdure.

De ce fait, le *bushido* n'est pas seulement un code guerrier, mais une philosophie guidant l'élévation du corps et de l'esprit à travers l'apprentissage et la spiritualité. C'est une référence pour les arts martiaux japonais.

### 3. L'AUTISME : COMPREHENSION ET ENJEUX DU HANDICAP

L'autisme est un trouble du neurodéveloppement impactant les fonctions clés de l'adaptation sociale et comportementale. Son histoire est riche et complexe. Le terme « autisme » est dérivé du grec *autos* qui signifie « soi-même ». Il a connu une évolution significative. Ses origines remontent à E. Bleuler en 1911, qui l'a initialement utilisé pour décrire une perte de contact avec la réalité dans la schizophrénie. Ce n'est qu'à partir des années 1940 que L. Kanner et H. Asperger l'ont adopté pour caractériser un trouble chez l'enfant, mettant en avant des perturbations relationnelles et des intérêts restreints (Réveillé et al., 2018).

L'histoire de l'autisme a été influencée par des périodes où les théories psychanalytiques ont prévalu, assimilant l'autisme à la psychose. Cependant, une transition vers des perspectives neurobiologiques a eu lieu. Cette transition a été marquée par la reconnaissance de l'implication des facteurs génétiques et des données cliniques sur les trajectoires développementales. Après cela, le DSM-III de 1980 a marqué un tournant en distinguant l'autisme des psychoses, aboutissant à une classification en tant que « troubles envahissants du développement » (TED) dans le DSM-IV ainsi que dans la Classification Internationale des Maladies (CIM-10) de l'OMS.

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit l'autisme comme un « trouble envahissant du développement » (TED), caractérisé par un développement anormal ou déficient, manifesté avant l'âge de trois ans, avec une perturbation caractéristique du fonctionnement dans chacun des trois domaines suivants : interactions sociales réciproques, communication, comportements au caractère restreint et répétitif.

L'évolution des perspectives sur l'autisme reflète un changement de paradigme, en passant d'une vision psychogène (dont la cause est purement psychique), à une compréhension ancrée dans des bases neurobiologiques et génétiques. L'évolution de l'histoire de l'autisme a contribué à une reconnaissance des besoins spécifiques des personnes avec « trouble du spectre de l'autisme » (TSA) et a informé les approches thérapeutiques et éducatives modernes.

L'autisme est reconnu comme un handicap depuis 1996. Ainsi, il est essentiel de replacer cette condition dans un contexte plus large de l'histoire du handicap. Le terme « handicap » trouve ses origines dans l'expression anglaise *hand in cap*, signifiant littéralement « main dans le chapeau ».

Cette expression découle d'un jeu datant du XVI<sup>e</sup> siècle, en Grande-Bretagne, qui implique un échange d'objets personnels évalués par un arbitre pour assurer l'équité. Le handicap était associé à une situation défavorable, soulignant celui qui avait tiré un lot désavantageux.

A travers l'histoire, le handicap a été connoté négativement, synonyme d'exclusion, de pauvreté, d'infirmité et d'incapacité. Des mythes antiques aux représentations cinématographiques du XX<sup>e</sup> siècle, il a été associé à des situations défavorables.

Le XX<sup>e</sup> siècle a été marqué par des changements significatifs dans la perception du handicap, avec l'émergence de lois et d'associations visant à favoriser l'inclusion sociale. La définition précise du handicap, énoncée dans la loi française de 2005, met en avant « toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques ».

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a également associé le handicap aux « incapacités » et a adopté différentes classifications. Il y a notamment la Classification Internationale des déficiences, incapacités et Handicaps (CIH) en 1980, évoluant vers la Classification Internationale du Fonctionnement, du handicap et de la santé (CIF) en 2002. La CIF met en avant l'importance de l'environnement dans la compréhension globale du handicap, soulignant les conséquences des déficiences et incapacités sur les activités et la participation sociale. Cette perspective sociale, intégrant le corps, les activités et l'environnement, éclaire notre compréhension du handicap, y compris dans le contexte spécifique du « trouble du spectre de l'autisme » (TSA).

### **3.1 Informations générales sur le TSA**

Le TSA représente un ensemble de troubles neurodéveloppementaux caractérisés par des particularités dans la communication sociale, les comportements ainsi que les intérêts. Imaginons ensemble un kaléidoscope où chaque personne avec un TSA va apporter sa propre palette unique de couleurs à ce spectre. Tout comme chaque pièce de ce kaléidoscope, chacune de ces personnes présente une combinaison singulière de couleurs, de traits et de défis. Explorons les nuances de ce kaléidoscope.

- **Prévalence**

A l'échelle mondiale, la prévalence du TSA est estimée à environ 60 à 70 cas pour 10 000 personnes, soit environ 1 personne sur 150. Cependant, ces chiffres peuvent varier en raison des différentes méthodologies de collecte de données ainsi que de la taille des échantillons utilisés dans les études. En France, l'INSERM rapporte environ 700 000 personnes avec un TSA, dont 100 000 sont âgées de moins de vingt ans.

Des données plus spécifiques émanent d'études menées en Haute-Garonne et en Haute-Savoie en France, qui montrent une augmentation significative de la prévalence chez les enfants. Entre 1995-1997 et 2007-2009, la prévalence a triplé en dix ans en Haute-Savoie, passant de 2,3 à 7,7 enfants pour 1 000. En Haute-Garonne, pour les enfants nés entre 2007 et 2009, la prévalence atteint 12,3 enfants pour 1 000.

Concernant le lien entre le genre et le TSA, bien que les garçons soient plus fréquemment diagnostiqués que les filles (3-4 garçons pour 1 fille), des progrès dans la détection du TSA chez les filles pourraient modifier ce rapport dans les années à venir. De plus, l'autisme n'est pas systématiquement associé à une déficience intellectuelle. Contrairement à une croyance répandue, seulement 30 à 40% des personnes avec TSA présentent une déficience intellectuelle. Certaines personnes démontrent même des capacités exceptionnelles, surtout dans des domaines liés à leurs centres d'intérêt spécifiques (Réveillé et al., 2018).

- **Etiologie**

Le TSA trouve son origine dans une interaction complexe entre des influences génétiques et environnementales. Les recherches suggèrent qu'il existe une composante génétique, particulièrement marquée chez les jumeaux monozygotes. Cependant, il est essentiel de noter que ces facteurs génétiques s'entrelacent avec des influences environnementales, tant prénatales que postnatales. Ainsi, le TSA ne peut être attribué à un seul facteur, mais plutôt à une dynamique d'interactions.

En effet, cette dynamique d'interactions implique des éléments génétiques et épigénétiques, suivant la tendance commune des troubles neurodéveloppementaux. Les vulnérabilités génétiques, composantes clefs des TSA, les définissent comme des troubles polygéniques.

Plusieurs gènes sont actuellement étudiés, mettant en lumière leur rôle dans le fonctionnement du système nerveux central et des synapses cérébrales. Ce processus conduit à une « réorganisation générale du cerveau » chez les personnes avec TSA, présentant des différences significatives dans la forme et la taille du cerveau par rapport aux individus neurotypiques (Gepner, 2012).

L'environnement joue aussi un rôle majeur dans le développement de l'autisme. Des éléments tels que la prématurité, la prise de médicaments épileptiques pendant la grossesse, et l'exposition à des substances comme la pollution de l'air, le mercure, ou l'aluminium, sont des facteurs contributifs. La présence de ces facteurs ne garantit pas nécessairement l'apparition du trouble. Autrefois, plusieurs hypothèses erronées pointaient du doigt les parents pour des carences affectives, une mauvaise éducation, mais les recherches ont depuis réfuté ces idées.

- **Classification**

En France, la classification du TSA s'appuie principalement sur la Classification Internationale des Maladies (CIM-10) de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Cette classification identifie différents sous-types de TSA, tels que l'autisme infantile, l'autisme atypique, le syndrome de Rett, le syndrome d'Asperger, ainsi que d'autres troubles envahissants du développement. Chacun de ces sous-types se caractérise par des altérations spécifiques dans les domaines de la communication sociale, des interactions sociales et du jeu symbolique.

Récemment, le manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5) a introduit une approche dimensionnelle, remplaçant le terme « trouble envahissant du développement » (TED) par le concept global de « trouble du spectre de l'autisme » (TSA). Cette approche met l'accent sur la sévérité des symptômes plutôt que sur des distinctions catégorielles.

Selon le DSM-5, les TSA sont caractérisés par une dyade de symptômes, comprenant des altérations persistantes dans la communication et les interactions sociales, ainsi que des comportements restreints et répétitifs. Pour poser le diagnostic de TSA, des critères spécifiques liés à ces deux dimensions doivent être observés (Réveillé et al., 2018).

Ces critères incluent des déficits persistants dans la communication sociale, des comportements restreints et répétitifs, une manifestation précoce des symptômes, un impact cliniquement significatif sur le fonctionnement quotidien, et l'exclusion d'autres explications telles qu'un handicap intellectuel.

<b>LES NIVEAUX DE SOUTIEN SELON LE DSM-5</b>		
	Communication sociale	Comportements répétitifs et restreints
<b>Niveau 1 : nécessite un soutien</b>	Sans soutien en place, déficits au niveau de la communication sociale provoquant des déficiences notables. Difficulté à initier des interactions sociales, exemples clairs de réponses atypiques ou inefficaces aux initiatives sociales des autres. Peut sembler avoir peu d'intérêt pour les interactions sociales	Inflexibilité du comportement, interférence significative avec le fonctionnement dans un ou plusieurs contextes. Difficulté à passer d'une activité à l'autre. Des problèmes d'organisation et de planification gênent le développement de l'autonomie.
<b>Niveau 2 : nécessite un soutien important</b>	Déficits marqués au niveau des compétences de communication sociale verbale et non verbale. Atteintes sociales apparentes, en dépit des aides apportées. Initiation limitée des interactions sociales, avec réponses réduites ou anormales aux ouvertures sociales des autres.	Manque de flexibilité du comportement, difficultés à s'adapter au changement. D'autres comportements restreints / répétitifs assez fréquents pour être évidents à l'observateur non averti et interférer avec le fonctionnement dans plusieurs contextes. Détresse importante/difficulté à faire varier l'objet de l'attention ou l'action
<b>Niveau 3 : nécessite un soutien très important</b>	De graves déficits au niveau des compétences de communication sociale verbale et non verbale, provoquant des déficiences graves dans le fonctionnement. Initiation très limitée des interactions sociales et une réponse minime aux initiatives sociales des autres.	Manque de souplesse des comportements, difficulté extrême à faire face au changement ou autres comportements restreints / répétitifs interférant nettement avec le fonctionnement dans tous les domaines. Détresse importante/difficulté à faire varier l'objet de l'attention ou l'action

- **Comorbidités et évolution**

Parmi les comorbidités fréquemment associées au TSA, on trouve la déficience intellectuelle, présente chez environ 50% des personnes atteintes. L'épilepsie peut également être présente dans 15 à 40% des cas, particulièrement en cas de déficience intellectuelle. Les troubles du sommeil sont fréquents, affectant 70 à 80% des individus avec TSA, et divers troubles mentaux tels que l'anxiété, le trouble obsessionnel compulsif (TOC), la dépression et la phobie sociale peuvent également être présents.

Le TSA peut également coexister avec d'autres troubles du neurodéveloppement, comme le trouble développemental de la coordination (TDC) ou le trouble spécifique du langage oral (TSLO). L'association TSA et trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) représente 14 à 78% des cas selon une étude (Réveillé et al., 2018).

En ce qui concerne l'évolution, bien que l'autisme soit considéré comme un trouble à vie, les manifestations évoluent au fil du temps. Les difficultés d'interaction persistent généralement, mais on peut observer des améliorations variables dans la communication, notamment non verbale, et une réduction des comportements stéréotypés. Les trajectoires évolutives varient d'une personne à l'autre, avec parfois une aggravation transitoire à l'adolescence.

L'espérance de vie des personnes avec autisme peut être réduite, surtout en cas de sévérité du tableau clinique associée à une déficience intellectuelle importante. Les causes de mortalité sont souvent liées aux conséquences de l'épilepsie ou à des facteurs accidentels. Une prise en charge adaptée, un suivi précoce et des interventions spécialisées contribuent significativement à l'évolution positive de ces individus.

- **Diagnostic différentiel**

Le processus de diagnostic du TSA repose sur une évaluation minutieuse et pluridisciplinaire menée par des professionnels expérimentés. Des outils standardisés tels que l'Autism Diagnostic Interview (ADI) et l'Autism Diagnostic Observation Schedule (ADOS) sont régulièrement utilisés en complément des observations cliniques et des analyses vidéo.

Initialement, les entretiens familiaux fournissent des informations sur le parcours développemental, les préoccupations parentales, le comportement antérieur, ainsi que les antécédents médicaux de l'enfant et de ses parents. Ces entretiens abordent aussi des aspects tels que le développement psychomoteur, la communication verbale et non verbale, le comportement social et les centres d'intérêt de l'enfant.

Puis, une approche pluridisciplinaire s'engage, incluant des professionnels tels que les kinésithérapeutes, les psychomotriciens, les ergothérapeutes, les orthophonistes et les psychologues. Le psychomotricien intervient pour examiner le développement psychomoteur, y compris « les habiletés motrices globales et fines », ainsi que les « processus d'intégration sensorielle », conformément aux recommandations de la Haute Autorité de Santé (HAS).

Lors du processus diagnostique, il est primordial de rechercher des pathologies associées et de s'assurer que les comportements observés ne sont pas attribuables à un trouble sensoriel comme la surdité ou la cécité. Des consultations neurologiques et génétiques sont recommandées pour approfondir l'analyse.

### 3.2 Enjeux liés au handicap

L'autisme engendre des défis complexes. Ce trouble impacte les individus autistes, leur entourage, et la société dans son ensemble. Une exploration approfondie de ces défis est essentielle pour guider les interventions, notamment l'intégration du karaté et de la psychomotricité, dans le cadre de la prise en charge du handicap.

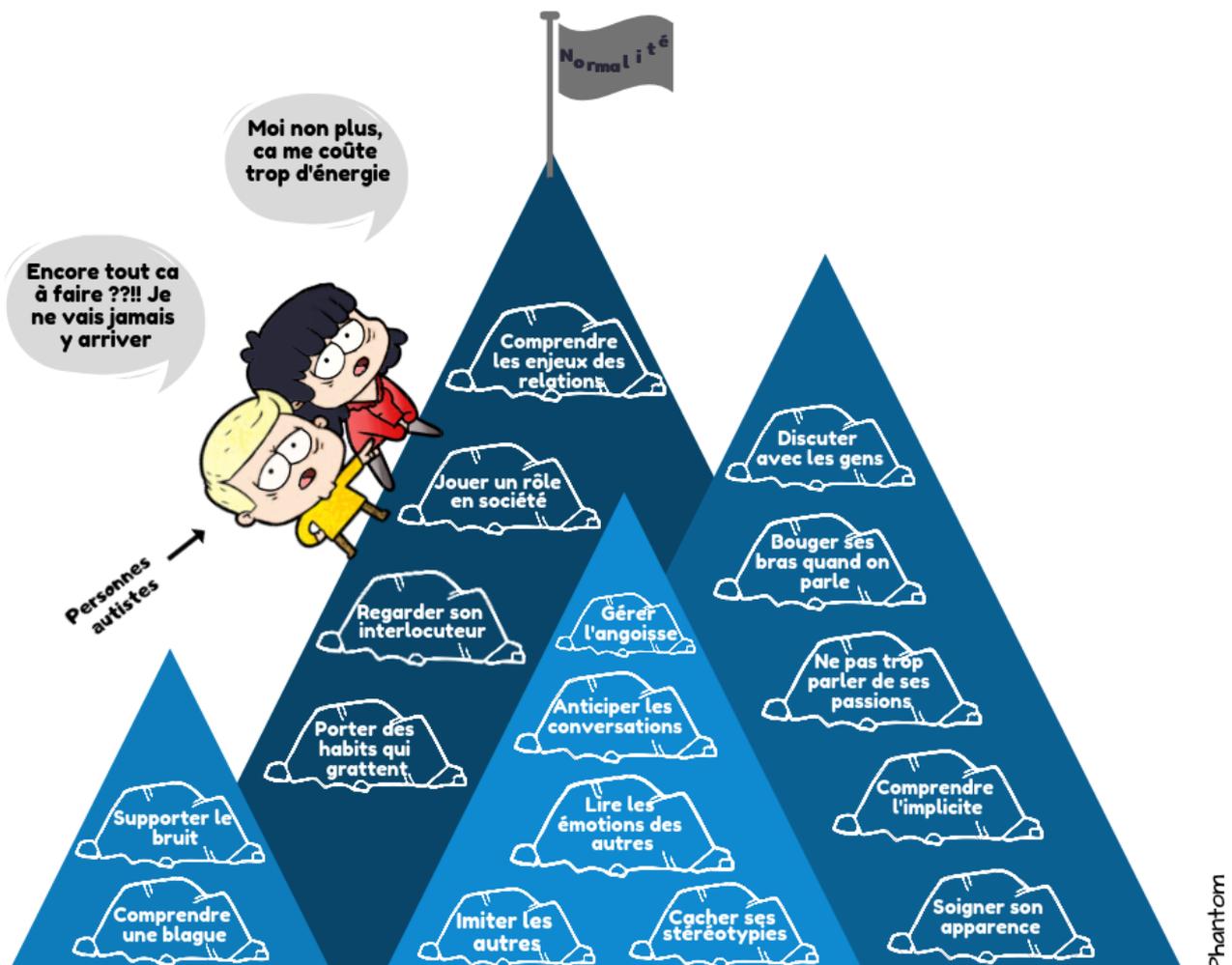
Les personnes avec un TSA font régulièrement face à un « camouflage », où elles dissimulent délibérément certaines caractéristiques autistiques jugées socialement moins acceptables, adoptant des comportements considérés comme plus conformes aux normes sociales (Hull et al., 2017).

Ce « camouflage social » comprend quatre principaux processus :

- 1) Régulation comportementale : il s'agit de supprimer ou réduire des comportements spécifiques, les stéréotypies ou les comportements répétitifs, parfois en faisant des efforts pour maintenir le contact visuel.

- 2) Imitation : les personnes autistes peuvent adopter de nouveaux comportements sociaux en imitant les gestes et expressions faciales de leurs pairs. Par exemple, elles planifient et répètent des conversations à l'avance et dirigent les discussions vers des sujets d'intérêt.
- 3) Adaptation : les stratégies d'adaptation impliquent d'ajuster les comportements pour s'accommoder des différences sociales, par exemple en incorporant l'humour ou l'intelligence dans les interactions.
- 4) Compensation : les stratégies de compensation incluent des processus complexes comme la reconnaissance des schémas de pensée et des observations sociales afin de comprendre les états cognitifs et émotionnels des autres (Livingston et al., 2019).

Comprendre ces mécanismes de « camouflage » permet d'appréhender les multiples facettes de l'autisme, facilitant ainsi le développement d'interventions sensibles aux besoins particuliers de ces individus.



- **Autonomie**

Les personnes atteintes de handicap comme le TSA peuvent être confrontées à des défis considérables en ce qui concerne l'autonomie. Cela englobe la réalisation d'activités quotidiennes et la capacité à prendre des décisions importantes pour leur vie. Pour répondre à ces défis, les interventions doivent être individualisées, prenant en compte le niveau de fonctionnement cognitif spécifique de chaque personne. Le but est de renforcer leur autonomie de manière progressive et adaptée.

- **Inclusion sociale**

L'enjeu majeur de l'inclusion sociale concerne l'accès équitable des personnes en situation de handicap à tous les aspects de la vie communautaire. Cela comprend à la fois l'éducation, l'emploi, les loisirs, et d'autres milieux. Ainsi, les interventions visent à éliminer les obstacles à cette inclusion, créant des environnements favorables à une participation pleine et entière dans la société.

- **Stigmatisation et sensibilisation**

La stigmatisation sociale constitue un défi majeur. Effectivement, les préjugés et la méconnaissance du handicap peuvent conduire à la marginalisation et à la discrimination. Il est impératif de mener des actions de sensibilisation pour transformer les perceptions sociales, favoriser l'empathie et construire une société plus inclusive et compréhensive envers les personnes vivant avec un handicap.

- **Soutien aux familles**

Les familles des personnes atteintes de handicap sont confrontées à des défis émotionnels, financiers et organisationnels. Les programmes d'intervention doivent prendre en considération ces besoins familiaux spécifiques, en offrant un soutien adapté. Renforcer la résilience des familles contribue à créer un environnement plus propice à l'inclusion et à l'épanouissement.

- **Accessibilité aux services de santé mentale**

L'accès aux services de santé mentale adaptés représente un enjeu capital. Les personnes avec un handicap peuvent nécessiter un soutien spécialisé, mais l'accessibilité à ces services peut être entravée par divers facteurs. Les interventions visent à garantir une offre de soins mentaux adaptés et à lever les barrières pour assurer une accessibilité équitable.

- **Développement personnel et qualité de vie**

L'enjeu réside dans la promotion du développement personnel et de la qualité de vie des personnes atteintes de handicap. Les interventions, telles que l'intégration du karaté et de la psychomotricité, visent à favoriser l'épanouissement individuel malgré les défis associés au handicap.

En outre, tous les enjeux mentionnés ci-dessus contribuent à une amélioration significative de la vie des individus concernés.

## PARTIE 2

### KARATE, PSYCHOMOTRICITE ET HANDICAP : UNE ALLIANCE INATTENDUE

#### 1. PRESENTATION DU CADRE

##### L'ESAT :

L'ESAT (établissement et service d'aide par le travail), où j'ai effectué mon stage, est doté d'une équipe engagée composée de dix-huit membres permanents en contrat à durée indéterminée (CDI). Cette équipe comprend : un directeur, une cheffe d'atelier, une secrétaire, huit moniteurs d'ateliers, une chargée d'insertion, une comptable, un agent de service intérieur et deux cuisiniers. Sur le plan médical, l'ESAT bénéficie de l'expertise d'un psychiatre et d'une psychomotricienne, qui offrent un soutien essentiel pour répondre aux besoins de santé mentale et physique des travailleurs.<sup>1</sup> Tous ces professionnels travaillent ensemble dans le but d'offrir un environnement favorable à l'épanouissement des travailleurs en situation de handicap.

##### Les activités proposées :

L'ESAT propose une variété d'ateliers visant à offrir des activités professionnelles adaptées aux travailleurs tout en leur fournissant un soutien médico-social et éducatif pour favoriser leur développement personnel et social. Parmi ces ateliers, on compte quatre ateliers de conditionnement, un atelier de transfert et trois ateliers de jardinage.

##### Le dojo mis à disposition de l'ESAT :

Le *dojo*, d'une superficie de 190 m<sup>2</sup>, séparé en deux par un rideau, est un espace central pour l'ESAT. Il sert de lieu de pratique pour les activités de karaté adapté qui sont proposées aux travailleurs en situation de handicap. Il convient de noter que cet espace est partagé avec une classe de collégiens, ce qui peut favoriser les interactions intergénérationnelles et contribue à une atmosphère inclusive.

##### Les instructeurs de para-karaté :

Sylvie, enseignante de karaté adapté et sophrologue, met en œuvre une approche pédagogique rigoureuse et inclusive, visant à répondre aux besoins spécifiques des travailleurs en situation de handicap.

---

<sup>1</sup> Cf. *infra*, Annexe I p. I

Elle accorde une attention particulière à l'aspect psychologique, à la respiration, à la conscience corporelle et aux interactions. Son cours offre une expérience d'apprentissage enrichissante et adaptée aux besoins des travailleurs, favorisant leur développement physique, technique et social, ainsi que leur bien-être général.

Jean-Claude, également enseignant de karaté adapté, propose une approche plus dynamique axée sur l'adaptabilité et la valorisation des compétences individuelles. Son cours vise à favoriser la progression de chacun dans un environnement inclusif en mettant l'accent sur l'aspect moteur, les coordinations, l'équilibre et la régulation tonique. Son approche personnalisée soutient le développement physique, technique et social des participants, renforçant leur sentiment d'appartenance au groupe.

## **2. SYNERGIE ENTRE KARATE ET PSYCHOMOTRICITE : ETUDES DE CAS**

A travers deux études de cas, nous explorons comment la synergie entre karaté et psychomotricité peut apporter des bénéfices significatifs, tant sur le plan moteur que social et émotionnel. Chaque cas présenté offre un éclairage unique sur les défis et les besoins spécifiques des individus concernés, mettant en lumière l'importance d'une approche individualisée dans leur prise en charge.

### **2.1 Etude de cas n°1 : Youssef**

Pour ce cas d'étude, nous nommerons le travailleur « Youssef ».

Youssef (28 ans) est le plus jeune de sa fratrie, comportant quatre sœurs et un frère. Sa famille, d'origine marocaine, vit dans le même département, bien qu'actuellement, ses parents soient au Maroc depuis août 2023. Il reste dans la maison familiale avec son frère et est en contact régulier avec ses sœurs, particulièrement avec l'aînée qui gère ses difficultés.

Son développement moteur a été normal, mais il a connu un important retard de langage, ne commençant à parler qu'à l'âge de quatre ans. Il a donc suivi des séances d'orthophonie et de suivi psychologique dès son entrée dans un CMPP (centre médico-psycho-pédagogique). Son parcours scolaire a été jalonné de différentes structures, de la maternelle à l'IME (institut médicoéducatif), en passant par des classes adaptées.

Ses acquis scolaires sont assez limités : sa lecture est monotone, ses capacités en calcul se limitent à des additions simples, et sa capacité d'écriture est marquée par une dysorthographe. Il a pris des cours de soutien scolaire après son entrée à l'ESAT, mais ces cours ont été interrompus en 2020.

Youssef présente des troubles du comportement. Cette problématique l'a orienté vers des consultations et un suivi médical incluant des neuroleptiques pour contrôler certains comportements impulsifs.

Il vit une relation amoureuse avec une travailleuse de l'ESAT, marquée par des épisodes de tensions, suivis de ruptures et de réconciliations. Ils bénéficient tous deux d'une prise en charge en para-karaté, ce qui contribue en partie à des variations de comportement observées lors des séances.

## 2.2 Evolution psychomotrice de Youssef

Au fil de ses participations aux séances de karaté, l'évolution psychomotrice de Youssef s'est révélée être un processus complexe, marqué par des avancées notables dans divers domaines du développement psychomoteur.

- **Schéma corporel et image du corps**

L'évolution psychomotrice de Youssef, observée lors des séances de karaté, révèle des avancées intéressantes dans son schéma corporel et son image du corps.

Au début, Youssef manifeste un manque d'investissement, exprimé par son refus de porter une tenue complète et ses réticences lors des exercices de renforcement musculaire, en particulier au niveau des cuisses. Ses commentaires témoignant de sensations désagréables, tels que « ça tire » ou « c'est de la torture », suggèrent une perception négative de son propre corps ou des limites corporelles mal définies. Ceci dit, des moments de calme et de relaxation, proposés en fin de séance, lui apportent un apaisement, indiquant un potentiel pour une amélioration de son image corporelle.

De plus, lors des exercices d'échauffement, Youssef présente une exécution rapide et incomplète, se concentrant uniquement sur certaines parties du corps. On note une impulsivité, nécessitant parfois une correction et une complétion de la part du professeur pour mobiliser toutes les articulations. Cette observation soulève des questions sur la conscience de sa kiné-sphère, sa capacité à ressentir et contrôler consciemment les mouvements de son corps.

Pour information, la kiné-sphère est « l'espace tridimensionnel dans lequel tous les mouvements du corps ont lieu » (Sicart Abecassis, 2024).

Avant vingt séances de karaté adapté, le bilan révèle des lacunes dans le schéma corporel de Youssef. Bien que des éléments positifs soient observés, notamment dans la représentation du cou et des membres supérieurs, des retards subsistent, comme l'absence de dénomination des articulations, des doigts, ainsi qu'un vocabulaire spatial limité. Les résultats du test de Piaget-Head indiquent un manque de réversibilité et un niveau de développement correspondant à celui d'un enfant de sept ans.

Cependant, après vingt séances de karaté, des améliorations significatives sont notées. Une présence des extrémités, un volume corporel mieux représenté, un cou bien présent, et des somatognosies améliorées témoignent d'un véritable progrès dans la conscience corporelle de Youssef. De plus, son vocabulaire pour situer les segments corporels dans l'espace est devenu plus diversifié, adapté et précis.

Pour continuer à soutenir le développement psychomoteur de Youssef, on doit lui proposer des exercices favorisant la conscience corporelle, la précision des mouvements et l'expression de soi à travers le mouvement. Des activités ludiques mettant l'accent sur la localisation des articulations et l'exploration des différentes parties du corps peuvent renforcer sa connaissance corporelle de façon interactive, engageante. En somme, un travail continu et adapté permettra à Youssef de progresser dans son développement psychomoteur, en construisant une image corporelle plus positive et en améliorant sa perception et sa maîtrise de son propre corps.

- **Coordinations et dissociations**

Les observations de Youssef lors des séances de karaté mettent en évidence des difficultés et des progrès dans ses coordinations et dissociations.

Initialement, Youssef montre une certaine difficulté à coordonner ses mouvements, notamment au niveau des membres supérieurs et inférieurs, et semble avoir du mal à comprendre certaines consignes, comme le pas chassé ou les déplacements latéraux. Malgré cela, ses exécutions motrices lors des séances sont généralement bonnes, suggérant une aptitude à assimiler les gestes de base.

Lors des exercices impliquant des relais ou des jeux de coordination avec un ou deux partenaires, Youssef démontre une excitation et une impulsivité qui peuvent parfois interférer avec la précision de ses mouvements. Par exemple, dans le jeu de relais avec des ceintures, il peut courir et sauter de manière agitée, compromettant parfois sa coordination. Cependant, il semble s'engager activement dans ces activités, ce qui suggère un potentiel pour développer des compétences de coordination avec le temps et la pratique.

Avant vingt séances, le bilan psychomoteur révèle que Youssef a acquis certaines coordinations de base, comme les coordinations oculo-manuelles et oculo-pédestres. Les exercices de karaté impliquant des gestes précis, comme l'exécution des *katas* ou des techniques de combat, semblent contribuer à améliorer sa précision gestuelle et sa coordination. Par exemple, lors de l'exercice de *kumite* avec des pinces à linge, Youssef démontre un ajustement adéquat et de belles coordinations, bien que certains gestes restent parfois non contrôlés.

En outre, Youssef montre des progrès dans les dissociations, comme la capacité à séparer les mouvements des membres supérieurs et des membres inférieurs. Les exercices de karaté qui nécessitent des mouvements complexes, tels que les *katas* avec des croisements d'axe ou les techniques de défense avec des déplacements latéraux, semblent favoriser le développement de ces compétences chez Youssef.

Suite aux vingt séances de para-karaté, des améliorations sont notées. En effet, l'ajustement tonique pour les coordinations oculo-manuelles et oculo-pédestres est meilleur, et une meilleure prise de conscience de son partenaire est observée.

En synthèse, les observations en séance de karaté de Youssef s'alignent avec les résultats du bilan psychomoteur, mettant en évidence à la fois ses difficultés et ses progrès dans les coordinations et dissociations. Les activités de karaté offrent un cadre propice pour développer ces compétences, en mettant l'accent sur la précision des gestes, la coordination et la dissociation des mouvements.

Avec une pratique continue et une guidance adaptée, Youssef est susceptible de poursuivre son développement psychomoteur et d'améliorer ses compétences dans ces domaines.

- **Organisation spatio-temporelle**

Les observations de Youssef lors des vingt séances de karaté adapté révèlent des aspects spécifiques de son organisation spatio-temporelle.

Au début, Youssef présente des difficultés dans la perception et la manipulation de l'espace, comme en témoigne sa confusion entre droite et gauche lors des exercices impliquant des déplacements ou des gestes spécifiques. Par exemple, lors du travail du *kata* décomposé, il peut montrer une précipitation et une hypertonie qui compromettent parfois la précision de ses mouvements et son placement spatial.

Dans les séances de karaté, des exercices spécifiques sont mis en place pour aider Youssef et les autres participants à développer leurs compétences spatiales. Il y a, par exemple, l'utilisation de cerceaux pour matérialiser les déplacements du *kata* ou des repères visuels avec des morceaux de ceinture de couleur pour ajuster la distance et la précision des gestes. Ces exercices offrent à Youssef des repères concrets pour mieux appréhender l'espace et mieux réguler ses mouvements. On peut également noter que Youssef montre un bon ajustement au niveau de la relation spatiale à l'autre.

Avant les séances de karaté, le bilan met en avant les capacités de Youssef dans la compréhension des notions temporelles : sa capacité à identifier les personnages, à reconnaître les jours de la semaine, et à comprendre les notions de passé, présent et futur. Les exercices de rythme et de tempo dans le karaté semblent contribuer à développer sa perception du temps et sa capacité à s'adapter à différents rythmes.

Après les vingt séances de karaté, des améliorations sont notées dans son bilan. Youssef présente une amélioration au niveau du test des relations topologiques, avec seulement cinq erreurs. De plus, il réussit le test d'adaptation au rythme. Ces résultats indiquent une progression significative dans son organisation spatio-temporelle grâce à sa participation aux séances de karaté adapté.

Les activités spécifiques de karaté, telles que les *katas* décomposés avec repères spatiaux ou les exercices rythmés, offrent à Youssef des opportunités d'améliorer ses compétences spatio-temporelles. Avec une pratique continue, il est fort probable que Youssef continue de progresser dans son développement psychomoteur, consolide ses acquis et surmonte ses difficultés dans l'organisation spatio-temporelle.

- **Concentration et attention**

Les observations de Youssef lors des séances de karaté mettent en évidence des difficultés et des progrès dans sa concentration et son attention.

Initialement, Youssef semble facilement distrait par la présence de son amie dans le groupe, ce qui entraîne des difficultés à maintenir son attention sur les consignes du professeur. De plus, des facteurs environnementaux tels que le bruit des cours à côté, peuvent perturber sa concentration, le rendant parfois facilement irritable face à la surstimulation auditive.

Pendant les exercices de karaté, des stratégies sont mises en place pour aider Youssef à se concentrer et à maintenir son attention. Par exemple, le fait de compter jusqu'à cinq en japonais pour rythmer l'échauffement articulaire semble captiver son intérêt et favoriser son investissement. De plus, des exercices de mémoire à court terme et de répétition sont intégrés dans les séances de karaté afin de stimuler les capacités cognitives des travailleurs tout en renforçant leur concentration.

Malgré les lacunes de Youssef, des progrès notables sont observés, notamment lors des dernières séances, lorsqu'il parvient à se concentrer et à suivre les consignes du professeur de manière plus détendue et appliquée. Son regard sur le professeur et sa réponse corporelle sont plus adaptés aux consignes, et témoignent d'une meilleure focalisation et d'une meilleure compréhension de l'exercice.

En parallèle, les premiers résultats du bilan cognitif révèlent que Youssef présente des compétences cognitives solides dans certains domaines, tels que la lecture, le dénombrement et la manipulation de l'argent. Cependant, des lacunes sont observées dans sa mémoire immédiate, ce qui pourrait expliquer ses difficultés à retenir les consignes rapidement lors des séances de karaté.

Après vingt séances de karaté adapté, une amélioration de sa mémoire de travail est notée. Ce progrès peut être mis en parallèle avec sa meilleure mémoire kinesthésique grâce à sa pratique régulière du karaté adapté. Cette évolution souligne l'impact positif de l'activité sur ses capacités cognitives et son attention.

A titre informatif, la mémoire kinesthésique est une mémoire « qui se rapporte à la perception consciente de la position ou des mouvements des différentes parties du corps » (Larousse, s. d.-a).

Les observations en séance de karaté de Youssef mettent en avant à la fois ses difficultés et ses progrès dans la concentration et l'attention. Les activités spécifiques de karaté, telles que les exercices de mémoire et les stratégies de focalisation, offrent à Youssef des opportunités d'améliorer ses compétences cognitives tout en développant sa capacité à se concentrer et à maintenir son attention dans un environnement stimulant. Avec un soutien continu et des stratégies adaptées, il est probable que Youssef continue à progresser, en surmontant ses difficultés et en renforçant ses compétences cognitives et attentionnelles.

- **Régulation tonico-émotionnelle et interactions sociales**

Les observations de Youssef lors des séances de karaté révèlent des difficultés dans sa régulation tonico-émotionnelle et ses interactions sociales.

Youssef présente des mouvements brusques et une hypertonie générale, ce qui peut perturber son équilibre et sa stabilité lors des exercices. Son comportement est marqué par des réactions de prestance (une attitude forcée, dénégation motrice d'un malaise relationnel), des décharges toniques et une recherche constante d'attention et de valorisation, manifestées par des cris forts et des mouvements exagérés.

Pendant les séances de karaté, plusieurs activités sont mises en place pour aider les participants à réguler leur tonus et leurs émotions. Par exemple, des exercices de synchronisation avec un partenaire où il faut suivre le rythme de l'autre, des exercices de concentration et de silence pour canaliser son énergie. Malgré ses efforts, Youssef montre parfois une grande fatigue, exacerbée par le jeûne pendant le Ramadan.

En parallèle, les résultats du premier bilan de contrôle postural de Youssef mettent en évidence des capacités variées dans l'équilibre statique et dynamique. Malgré ses compétences, ses difficultés à comprendre et à suivre les consignes témoignent d'un obstacle à surmonter pour qu'il puisse améliorer son développement psychomoteur.

Les séances de karaté offrent à Youssef des opportunités d'améliorer sa régulation tonico-émotionnelle et ses interactions sociales. Par exemple, les exercices de *kumite* et les activités de groupe lui permettent de pratiquer la gestion de son énergie et de développer des compétences sociales telles que le respect de l'espace interpersonnel et la coopération. Malgré ses difficultés, des progrès sont observés dans sa capacité à réguler son tonus et à s'engager de manière plus attentive dans les exercices.

Après les vingt séances de karaté, son équilibre statique est noté comme très bon, sans régression par rapport au premier bilan. Néanmoins, son équilibre dynamique montre toujours des signes d'impulsivité et de rapidité dans les exécutions motrices. Il reste attentif à la compréhension des consignes. Son exécution reste identique à celle du premier bilan, indiquant la nécessité de continuer à travailler sur ces aspects dans le cadre de son développement psychomoteur.

En conclusion, les observations en séance de karaté de Youssef correspondent aux résultats du bilan de contrôle postural, mettant en évidence à la fois ses difficultés et ses progrès dans la régulation tonico-émotionnelle et les interactions sociales. Les activités spécifiques de para-karaté offrent à Youssef des opportunités d'améliorer son équilibre et sa stabilité, tout en développant sa capacité à réguler ses émotions et à interagir de manière constructive avec les autres. Avec une pratique régulière et des stratégies d'adaptation, Youssef peut continuer à progresser.

- **Conclusion**

L'évolution psychomotrice de Youssef, telle qu'observée au cours de ses séances de karaté et évaluée à travers différents bilans, reflète un parcours complexe marqué par des difficultés significatives ainsi que des progrès encourageants. En examinant de près ses interactions, son comportement et ses performances lors des activités physiques, ainsi que les résultats de ses évaluations psychomotrices, il est possible de dresser une conclusion détaillée sur son évolution.

Dans un premier temps, les observations réalisées lors des séances de para-karaté mettent en évidence des difficultés que Youssef rencontre dans la régulation de son tonus émotionnel et dans ses interactions sociales. Son comportement impulsif, ses réactions de prestance et son désir constant d'attention suggèrent des difficultés dans la gestion de ses émotions et de ses relations avec ses pairs. Ces observations sont corroborées par les résultats des bilans, qui mettent en lumière des lacunes dans sa régulation tonico-émotionnelle et des difficultés dans la compréhension et l'application des consignes.

Cependant, des progrès significatifs sont également observés. Au fil des séances, Youssef montre une capacité croissante à se concentrer, à suivre les consignes et à interagir de manière plus constructive avec ses partenaires d'entraînement. Des améliorations dans sa coordination motrice, son équilibre et sa précision gestuelle sont également notées, indiquant un développement psychomoteur positif.

Les activités de karaté lui offrent un cadre structuré et stimulant pour travailler sur ses compétences psychomotrices et sociales. Les exercices de synchronisation et les interactions en groupe lui permettent de renforcer sa concentration, sa coordination et sa régulation émotionnelle, tout en favorisant le développement de ses compétences sociales telles que la coopération et le respect des règles.

En outre, l'engagement de Youssef dans les séances de karaté et sa volonté de progresser malgré les obstacles témoignent d'une motivation et d'une détermination à surmonter ses difficultés. Son attitude positive et sa persévérance constituent des atouts précieux dans son cheminement psychomoteur.

Après vingt séances de karaté, lors de la passation du dernier bilan, Youssef s'est montré plus appliqué, posé, calme et concentré. Il s'est beaucoup regardé dans le miroir, contrairement à la première fois. Bien qu'il y ait eu quelques rires, un cri et une voix forte et porteuse, une nette évolution est observée dans le relâchement tonique volontaire, l'ajustement tonique face à un partenaire, l'attention et la concentration. Youssef réussit à se concentrer sur des activités manuelles qui ne sont pas ce qui l'intéresse le plus, et désireux de bien faire, il a réalisé d'excellentes performances.

Enfin, l'évolution psychomotrice de Youssef est caractérisée par des difficultés dans la régulation émotionnelle et les interactions sociales, mais aussi par des progrès significatifs dans sa concentration, ses coordinations et son engagement. Les activités de karaté fournissent un environnement propice à son développement global, où il peut renforcer ses compétences psychomotrices et cultiver des relations sociales positives. Avec un soutien continu et des séances adaptées, Youssef est capable de continuer à progresser et à s'épanouir dans son développement psychomoteur.

### **2.3 Etude de cas n°2 : Amir**

Pour ce cas d'étude, nous appellerons le travailleur « Amir ».

Amir (21 ans) est né en France et a une sœur étudiante en école de commerce. Ses parents sont d'origine bosniaque. Les relations d'Amir avec ses parents semblent être bonnes.

Une chute dans un escalier à l'âge de dix-huit mois aurait déclenché un trouble du spectre autistique manifeste chez Amir, marqué par un retard de la parole. Son parcours scolaire a été parsemé de différentes structures, allant de la maternelle à la classe ULIS (unité localisée pour l'inclusion scolaire) pour le primaire et le collège, suivi d'un lycée et une terminale APR (agent polyvalent de restauration). Il a obtenu un diplôme d'APR en 2020, suivant ainsi un parcours scolaire « classique ».

Le suivi médical d'Amir a été conséquent, avec des consultations au CMPP jusqu'à ses dix-sept ans et une prise en charge en psychomotricité jusqu'à l'âge de quinze ans. Encore aujourd'hui, il présente des troubles de l'équilibre, l'empêchant de faire du vélo (ce qui le limite à l'utilisation d'un tricycle).

Amir a également vécu des moments de rejet par d'autres enfants lorsqu'il était à l'école primaire, ce qui l'a conduit à voir une psychologue. Toutefois, ses relations avec ses pairs au collège et au lycée étaient plus stables.

Son diagnostic inclut une déficience mentale légère avec une dysharmonie du spectre autistique et des troubles neurologiques, notamment en termes d'équilibre. Un scanner cérébral effectué à l'âge de trois ans n'a pas montré de résultats significatifs.

Cette présentation souligne les différentes difficultés rencontrées par Amir, surtout sur le plan neurologique et social, en mettant en évidence les défis qu'il a dû surmonter à différentes étapes de sa vie.

## 2.4 Evolution psychomotrice d'Amir

L'observation attentive d'Amir au cours des séances de karaté révèle une évolution positive dans sa motricité et son engagement corporel, illustrant les bienfaits du karaté adapté sur le développement psychomoteur des personnes en situation de handicap.

- **Schéma corporel et image du corps**

L'évolution psychomotrice d'Amir révèle un parcours marqué par des difficultés dans la perception de son schéma corporel et de son image du corps, ainsi que des progrès encourageants dans certains aspects de sa conscience corporelle.

Les observations réalisées lors des vingt séances de karaté exposent les difficultés rencontrées par Amir dans la perception et la coordination de son corps. Son manque de coordination, ses articulations verrouillées et sa tendance à confondre droite et gauche sont autant d'indices de ses difficultés dans la compréhension de son schéma corporel. Cependant, des moments de correction ainsi que de relaxation lui permettent d'améliorer progressivement sa conscience corporelle et son ajustement postural.

Les exercices pratiqués lors des séances, tels que l'échauffement articulaire et le *kumite* avec pinces à linge, offrent à Amir des opportunités de travailler sa coordination motrice et sa conscience corporelle de manière ludique et stimulante. Bien que ses réactions typiques de repli sur lui-même lors du *kumite* reflètent des difficultés dans les interactions sociales, son consentement au contact physique et son acceptation des corrections du professeur démontrent sa capacité à s'engager dans le processus d'apprentissage et à progresser malgré les obstacles.

Le premier bilan psychomoteur d'Amir confirme ces observations en mettant en avant ses difficultés dans la perception et la représentation de son schéma corporel, ainsi que ses efforts pour compenser ces lacunes par une connaissance satisfaisante du vocabulaire corporel et une capacité à suivre les consignes verbales.

Ses progrès dans la connaissance de sa droite et de sa gauche, et dans la réalisation de certains tests verbaux, témoignent de son potentiel de développement avec un soutien adapté.

Après les vingt séances de karaté, Amir a présenté des améliorations significatives. Son dessin du bonhomme est identique au premier bilan, mais il a réussi le puzzle à six pièces avec le modèle. Sa connaissance des parties du corps a également évolué de manière positive, tout comme les autres aspects évalués.

Ainsi, l'évolution psychomotrice d'Amir montre des difficultés dans la perception de son schéma corporel et de son image du corps, mais aussi des progrès encourageants dans sa coordination motrice et sa conscience corporelle. Les séances de karaté lui offrent un cadre propice à son développement global, où il peut continuer à renforcer sa proprioception.

A savoir : la proprioception est la « perception qu'a le cerveau de la position des différentes parties du corps dans l'espace et les unes par rapport aux autres, permettant le contrôle de la posture et la coordination des mouvements » (Larousse, s. d.-b).

Avec une participation régulière aux séances de karaté adapté, un soutien continu, des interventions adaptées, Amir a le potentiel nécessaire pour continuer à progresser et à s'épanouir dans son développement psychomoteur.

- **Coordinations et dissociations**

L'analyse des observations d'Amir met en évidence des difficultés significatives dans ses coordinations et dissociations, ainsi que des progrès encourageants dans certains domaines de sa motricité. Ces observations offrent un aperçu détaillé de son développement psychomoteur et soulignent les lacunes qu'il rencontre dans l'acquisition de compétences motrices complexes.

Lors des séances de para-karaté, les observations révèlent des difficultés de coordination chez Amir, notamment dans l'exécution de mouvements précis tels que les étirements des jambes et des bras, ainsi que les exercices de *khion* (techniques de défense, d'attaque et de déplacements que l'on répète seul) en ligne.

Son manque de dissociation entre les membres supérieurs et inférieurs se manifeste dans sa tendance à exagérer les mouvements et à manquer d'harmonie dans ses gestes. De plus, sa petite boiterie lors de la course et son déséquilibre lors des exercices de coordinations dynamiques mettent en avant des difficultés dans sa coordination globale et son équilibre postural.

Les exercices pratiqués lors des séances de karaté adapté, tels que les étirements, les exercices de coordinations en binôme, et les séquences de *khion*, offrent à Amir des opportunités de travailler sur ses difficultés motrices, de développer sa conscience corporelle et sa coordination. Les corrections apportées par le professeur lui permettent de mieux comprendre les mouvements attendus et d'améliorer progressivement ses performances.

Le bilan avant les vingt séances confirme ces observations en mettant en évidence les difficultés spécifiques d'Amir dans les coordinations et dissociations, notamment dans les tâches impliquant des mouvements précis des membres et des ajustements toniques. Cependant, ses progrès dans certains domaines, tels que les coordinations dynamiques générales de base et les dissociations faciales, témoignent de son potentiel de développement avec un soutien approprié.

Après les vingt séances de karaté, Amir a présenté des améliorations significatives. Sa marche est devenue plus harmonieuse, et il peut désormais marcher sur la pointe des pieds correctement. On note des améliorations dans d'autres aspects évalués de cet item. Toutefois, il est noté qu'il manque de prise d'initiative et de confiance en lui.

En conclusion, l'évolution psychomotrice d'Amir met en évidence des difficultés dans ses coordinations et dissociations, mais aussi des progrès encourageants dans certains aspects de sa motricité. Les séances de karaté offrent un cadre propice à son développement global, où il peut continuer à renforcer ses compétences motrices tout en travaillant sur ses interactions sociales et sa confiance en soi. Avec un soutien continu et des interventions adaptées, Amir a le potentiel de continuer à progresser et à s'épanouir dans son développement psychomoteur.

- **Organisation spatio-temporelle**

Les observations des séances de karaté révèlent des lacunes pour Amir en ce qui concerne son organisation spatio-temporelle.

Son manque de réversibilité et de coordination dans l'utilisation de ses bras et de ses jambes témoigne de difficultés dans l'organisation de son schéma corporel et de son rapport à l'espace. Lors de la réalisation du *shuto-uchi* (coup avec le sabre de la main) où il doit plier et déplier son bras de manière spécifique, Amir semble rencontrer des obstacles dans la compréhension et l'exécution précise du mouvement. De plus, sa difficulté à pivoter lors des changements de direction dans les *katas* met en évidence un défi dans la compréhension des relations spatiales et temporelles nécessaires pour effectuer les mouvements correctement.

Les séances de karaté lui offrent des occasions de travailler sur son organisation spatio-temporelle à travers des exercices spécifiques. En effet, l'utilisation de bracelets de couleurs aux chevilles pour différencier les pieds droit (bleu) et gauche (rouge) lors des *katas* facilite sa compréhension des mouvements et son orientation dans l'espace. De plus, les exercices de saut dans une échelle au sol, les exercices de coordination, qui sont proposés par Jean-Claude visent à renforcer sa perception de l'espace et son ajustement spatial lors des mouvements.

Le bilan avant les vingt séances de karaté adapté montre les difficultés d'Amir dans l'orientation spatiale et dans la réversibilité, lors des tâches impliquant des ajustements visuomoteurs et des transpositions spatiales. Ses difficultés dans la reproduction de figures visuelles et son rythme personnel plutôt lent soulignent des aspects de son développement spatio-temporel qui nécessitent un soutien particulier.

Après les vingt séances de karaté, Amir a présenté des améliorations notables. Il a réussi l'épreuve des pas comptés, et son adaptation de l'espace en 2D à l'espace en 3D est en cours d'acquisition. De plus, il a mémorisé les repères spatiaux, ce qui représente une amélioration par rapport au bilan précédent.

Enfin, les observations des séances de karaté et le bilan psychomoteur fournissent un aperçu complet des difficultés rencontrées par Amir dans son organisation spatio-temporelle.

Le karaté offre un environnement structuré où il peut évoluer au niveau de ses compétences motrices tout en bénéficiant d'un soutien personnalisé pour renforcer son développement spatio-temporel. Avec une approche individualisée, des exercices adaptés, Amir peut progresser dans son organisation spatio-temporelle et développer une plus grande autonomie dans ses activités quotidiennes.

- **Concentration et attention**

Les observations des séances de karaté mettent en évidence les difficultés que rencontre Amir en termes de concentration et d'attention. Sa capacité à maintenir son attention sur les consignes données est fluctuante, ce qui se traduit par des difficultés à exécuter les mouvements de manière fluide et coordonnée. Par exemple, lorsqu'il doit toucher la personne qu'il croise sur l'épaule, il omet souvent cette action, ce qui suggère une difficulté à suivre les consignes verbales données en temps réel.

Les séances de karaté fournissent à Amir un cadre structuré pour travailler sur sa concentration et son attention. Les répétitions d'exercices et de mouvements semblent contribuer à une amélioration progressive de sa capacité à exécuter les tâches. De plus, l'utilisation de différentes modalités sensorielles telles que la mémoire visuelle, auditive et kinesthésique permet à Amir de mieux intégrer les informations et de mieux répondre aux consignes données.

Cependant, malgré ses efforts, les difficultés persistent, notamment lorsqu'Amir doit exécuter des mouvements complexes ou des enchaînements de *katas*. En effet, sa mémoire kinesthésique semble être un point faible, ce qui se traduit par la difficulté à reproduire avec précision les mouvements enseignés. Sa réaction à la correction des erreurs semble variable, ce qui peut refléter des fluctuations dans sa concentration et son implication dans l'activité.

Le bilan cognitif avant vingt séances confirme certains des déficits observés lors des séances de karaté, notamment en ce qui concerne la mémoire immédiate et la compréhension des consignes verbales. Cependant, il est aussi important de noter les points forts d'Amir, sa capacité à lire sans difficulté et sa mémorisation correspondant à celle d'un enfant plus âgé dans certains domaines.

Après les vingt séances de karaté, des améliorations significatives sont observées. Amir ne présente plus d'hypertonie ni d'hypervigilance, et sa mémoire s'est améliorée. Ces progrès démontrent l'efficacité des interventions adaptées et l'importance de la pratique régulière pour le bon développement des compétences cognitives.

En conclusion, les séances de karaté offrent à Amir un environnement propice pour travailler sur sa concentration et son attention, mais les difficultés persistent. Amir a besoin d'une approche individualisée et des interventions ciblées pour soutenir son développement psychomoteur et cognitif, en mettant l'accent sur ses points forts tout en abordant ses faiblesses spécifiques.

- **Régulation tonico-émotionnelle et interactions sociales**

Les observations lors des séances de karaté mettent en lumière les difficultés que rencontre Amir en termes de régulation tonico-émotionnelle et d'interactions sociales. Malgré sa bonne volonté et sa motivation pour réussir les exercices, Amir présente des difficultés à ajuster son tonus musculaire, son tonus postural, et à maintenir une régulation émotionnelle stable.

Amir semble trouver du réconfort dans le cadre structuré et social des séances de karaté, offrant une opportunité d'interaction sociale qu'il semble apprécier, notamment en contrastant avec sa tendance à être solitaire à l'ESAT. Cependant, ses interactions sociales sont parfois teintées de maladresse et de gêne, ce qui peut être associé à des difficultés liées à son trouble du spectre autistique.

Pendant les exercices, Amir montre des signes de tension et d'anxiété, notamment lorsqu'il est confronté à des situations nouvelles ou à des demandes qui exigent une coordination précise. Sa réaction de prestance, caractérisée par un sourire et un rire lorsqu'il est observé ou lorsqu'il interagit avec le professeur, peut être interprétée comme une stratégie de coping face à l'anxiété sociale.

A savoir : le coping est l' « ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinés à maîtriser, réduire ou tolérer des demandes spécifiques internes et/ou externes, vécues par le sujet comme menaçantes, épuisantes ou dépassant ses ressources » (Lazarus et Folkman, 1984).

Malgré toutes ses difficultés, Amir fait preuve d'une détermination remarquable et s'applique dans les exercices proposés. Il bénéficie aussi de l'humour et de l'approche bienveillante de la part des deux professeurs de para-karaté, qui contribuent à rendre l'interaction plus accessible pour lui.

Le bilan du contrôle postural d'Amir, avant les vingt séances, atteste certaines des observations faites lors des séances de karaté, notamment en ce qui concerne les difficultés d'équilibre, la lenteur d'exécution et les difficultés dans le contrôle postural global. Ainsi, ces observations fournissent des informations précieuses sur les besoins spécifiques d'Amir en termes de développement psychomoteur et l'importance d'une approche individualisée pour soutenir ses progrès.

Après les vingt séances de karaté adapté, une très belle évolution est observée en équilibre statique yeux ouverts, avec un déséquilibre moins important pour la pointe des pieds, qu'il comprend bien. Pour l'équilibre yeux fermés, seules les pointes de pied ne sont pas maintenues plus de trois secondes, montrant une amélioration.

Les progrès d'Amir, observés tout au long de la prise en charge en para-karaté, témoignent de l'efficacité des interventions adaptées et soulignent l'importance de la guidance pour favoriser le développement psychomoteur et social d'Amir de manière optimale.

- **Conclusion**

L'évolution psychomotrice d'Amir au cours des séances de para-karaté révèle une progression significative malgré les difficultés rencontrées. Les observations montrent un aperçu détaillé de son développement dans différents domaines, permettant ainsi de dresser un bilan complet de son parcours.

Sur le plan de la coordination et de la dissociation, Amir a montré des difficultés initiales à exécuter correctement les mouvements, notamment en ce qui concerne les enchaînements des membres supérieurs et inférieurs. Cependant, grâce à la répétition des exercices et à l'encadrement des professeurs, Amir a progressivement amélioré sa capacité à coordonner ses mouvements, ses membres et à dissocier les différentes parties de son corps.

En ce qui concerne l'organisation spatio-temporelle, Amir a fait face à des difficultés dans la compréhension des consignes, dans l'orientation dans l'espace, dans le tempo des *katas*. Les exercices visant à travailler ces compétences ont permis des progrès, bien que des difficultés persistent, notamment en ce qui concerne l'adaptation aux changements spatiaux et temporels.

Dans le domaine de la concentration et de l'attention, Amir a démontré une capacité variable à se concentrer sur les tâches demandées. Ses difficultés dans ce domaine sont liées à son trouble du spectre autistique. Néanmoins, il a montré une amélioration dans sa capacité à suivre les consignes et à maintenir son attention sur les exercices proposés, en particulier grâce à l'utilisation de supports visuels et à l'encouragement constant des professeurs.

En ce qui concerne la régulation tonico-émotionnelle et les interactions sociales, Amir a montré une évolution notable dans sa capacité à interagir avec les autres et à gérer ses émotions pendant les séances de karaté. Bien qu'il ait initialement montré des signes d'anxiété et de gêne, Amir a progressivement gagné en confiance et en assurance, ce qui s'est reflété dans sa participation active aux exercices et dans son engagement avec ses pairs et ses professeurs.

Enfin, en ce qui concerne le contrôle postural, Amir a fait des progrès significatifs dans sa capacité à maintenir son équilibre et à exécuter des mouvements précis. Bien que des difficultés persistent, notamment en ce qui concerne la lenteur d'exécution et les difficultés d'équilibre dynamique, il a montré une amélioration globale de sa stabilité et de sa coordination.

Les notes du bilan après vingt séances de karaté adapté indiquent une évolution positive pour Amir dans plusieurs items, notamment au niveau du schéma corporel, du contrôle postural et de l'espace. On note toujours une lenteur d'exécution, mais, Amir utilise mieux son corps dans l'espace, avec plus d'harmonie. La prise en charge en psychomotricité « karaté adapté » est à poursuivre pour continuer à stimuler Amir.

En conclusion, l'évolution psychomotrice d'Amir au cours des séances de karaté adapté témoigne de son engagement et de sa détermination à surmonter les obstacles auxquels il est confronté. Grâce à un encadrement adapté et à un environnement de soutien, il a progressé dans de nombreux domaines, renforçant ainsi sa confiance en lui-même et en ses compétences motrices.

Ces progrès soulignent l'importance des approches inclusives et individualisées pour soutenir le développement psychomoteur des personnes autistes, en situation de handicap, présentant des besoins spécifiques.

### **3. REGARDS CROISES : LES THEORIES A L'EPREUVE DE LA CLINIQUE**

Dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap, et notamment l'autisme, il existe plusieurs modèles théoriques en psychomotricité offrant des cadres d'analyse pertinents pour comprendre les difficultés rencontrées par des individus tels que Youssef et Amir. Ces modèles permettent de guider la prise en charge en mettant en avant les processus de développement ainsi que les interventions adaptées. En examinant ces modèles à la lumière des concepts fondamentaux du développement psychomoteur, nous pouvons mieux comprendre comment le karaté peut être intégré de manière efficace dans leur accompagnement.

#### **3.1 Modèles théoriques appliqués aux personnes en situation de handicap**

En explorant différents modèles théoriques comme le modèle psychomoteur de B. Aucouturier, la théorie du développement sensori-moteur de J. Piaget, le modèle de l'intégration sensorielle de A.J. Ayres, le modèle neurodéveloppemental de B. Bobath, nous pouvons voir comment ces approches rejoignent les concepts fondamentaux du développement psychomoteur. Ces modèles montrent l'importance des interactions avec l'environnement, de l'exploration sensori-motrice et de la plasticité cérébrale dans le processus de développement.

En intégrant le karaté dans leur prise en charge, Youssef et Amir ont l'opportunité d'explorer et de développer leurs compétences à travers des activités adaptées à leurs besoins spécifiques, ce qui favorise leur développement global.

##### Le modèle psychomoteur de B. Aucouturier :

En mettant l'accent sur le jeu et la spontanéité comme moyens d'expression et de développement, ce modèle rejoint le concept selon lequel le développement psychomoteur est un processus à la fois dynamique et continu qui nécessite des interactions significatives avec l'environnement (Aucouturier, 2005).

Pour Youssef et Amir, qui ont des besoins assez spécifiques en matière d'interaction, cette approche peut leur offrir des opportunités d'exploration et de découverte de leur potentiel à travers des activités ludiques et des activités sensori-motrices.

#### La théorie du développement sensori-moteur de J. Piaget :

Cette théorie souligne l'importance des interactions avec l'environnement dans la construction des connaissances et des compétences (Lehalle et Mellier, 2021). En intégrant le karaté adapté dans leur prise en charge psychomotrice, Youssef et Amir ont l'occasion de développer leur perception sensorielle et leur coordination motrice tout en apprenant de nouvelles compétences dans un contexte structuré et stimulant.

#### Le modèle de l'intégration sensorielle d'A.J. Ayres :

Ce modèle expose les effets du traitement des informations sensorielles sur le comportement et le fonctionnement moteur (Chrétien-Vincent, 2020). En appliquant les principes de l'intégration sensorielle dans leur accompagnement, Youssef et Amir peuvent bénéficier d'activités spécifiquement conçues pour les aider à mieux réguler leurs sensations et à mieux s'adapter à leur environnement, ce qui contribue à leur développement sensori-moteur global.

#### Le modèle neurodéveloppemental de B. Bobath :

En se concentrant sur la réorganisation du contrôle moteur chez les personnes ayant des troubles neurologiques, ce modèle met en évidence la plasticité cérébrale et l'apprentissage moteur dans le développement (Albaret et al., 2018). En intégrant des techniques issues du karaté, qui mettent l'accent sur la coordination, l'équilibre et la force, dans leur prise en charge, Youssef et Amir peuvent renforcer leur contrôle moteur et améliorer leur fonctionnement quotidien.

En conclusion, tous ces modèles théoriques en psychomotricité s'alignent avec les concepts fondamentaux du développement psychomoteur en montrant l'importance des interactions avec l'environnement, de l'exploration sensori-motrice, de la plasticité cérébrale dans le processus de développement. En intégrant le karaté adapté dans leur accompagnement, Youssef et Amir ont l'opportunité d'explorer et de développer leurs compétences à travers des activités adaptées à leurs besoins spécifiques, tout en favorisant leur développement global.

### 3.2 Intégration des principes du karaté dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap

Dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap, l'intégration des principes et des techniques de base du karaté offre un cadre stimulant et structuré pour favoriser leur développement physique, psychomoteur et social. En se basant sur les observations des études de cas de Youssef et Amir, nous pouvons analyser comment le karaté peut contribuer significativement à leur épanouissement.

#### Développement physique :

La pratique du karaté offre une variété d'exercices et de mouvements qui sollicitent l'ensemble du corps, favorisant ainsi le renforcement musculaire, l'amélioration de la coordination et de l'équilibre.

Pour Youssef et Amir, par exemple, qui présentent des difficultés motrices, ces exercices peuvent être adaptés pour répondre à leurs besoins spécifiques, les aidant à développer leur force et leur contrôle corporel.

De plus, les techniques de respiration et de relaxation enseignées dans le karaté peuvent aider à améliorer la régulation du métabolisme et à réduire le stress, ce qui est important pour les personnes en situation de handicap qui peuvent être plus sensibles aux fluctuations physiologiques.

#### Développement psychomoteur :

Le karaté engage à la fois le corps et l'esprit, ce qui en fait une activité idéale pour stimuler le développement psychomoteur. Les mouvements complexes et coordonnés nécessaires pour exécuter les techniques de karaté renforcent la connexion entre le cerveau et le corps, améliorant ainsi la perception des rythmes, la précision gestuelle et la dissociation des membres.

Pour Youssef et Amir, qui ont des difficultés à coordonner leurs mouvements ou à percevoir leur schéma corporel, la pratique régulière du karaté adapté peut les aider à surmonter ces obstacles et à développer leur confiance en leurs capacités physiques.

### Développement social :

Le karaté est également une activité sociale, qui offre aux participants l'opportunité d'interagir avec d'autres personnes, de développer des relations d'amitié et de soutien, et d'apprendre le respect et la coopération.

En étant dans un environnement de classe de karaté inclusif, Youssef et Amir ont la possibilité de se sentir acceptés et valorisés, ce qui peut contribuer à renforcer leur estime de soi et à favoriser un sentiment d'appartenance. D'ailleurs, les valeurs telles que le respect, la discipline et la persévérance enseignées dans le karaté peuvent être appliquées dans d'autres aspects de leur vie, les aidant à naviguer dans les défis qu'ils vivent quotidiennement avec résilience et détermination.

### Développement cognitif :

Pour finir, la pratique du karaté exige une certaine capacité de concentration et de mémoire, ce qui stimule le développement cognitif. En effet, apprendre de nouvelles techniques, mémoriser des séquences de mouvements (*katas*) et réagir rapidement aux instructions du professeur sont autant d'exercices qui entraînent et renforcent les facultés mentales.

Pour Youssef et Amir, qui peuvent être confrontés à des déficits cognitifs liés à leur handicap, le karaté offre une opportunité de stimuler leur fonctionnement cognitif tout en pratiquant une activité physique enrichissante.

Ainsi, l'intégration des principes du karaté dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap offre une approche holistique qui favorise le développement physique, psychomoteur, social et cognitif. En adaptant les techniques et les exercices pour répondre aux besoins individuels de chaque personne, le karaté peut être une ressource précieuse pour promouvoir l'épanouissement et l'inclusion des personnes en situation de handicap dans la société.

### 3.3 Réflexions clinico-théoriques sur les évolutions observées

Dans la dynamique clinico-théorique des évolutions observées chez Youssef et Amir, il est intéressant de constater comment les fondements théoriques en psychomotricité et l'intégration des principes du karaté dans leur prise en charge ont convergé pour façonner leur parcours de développement.

Les avancées réalisées par Youssef et Amir révèlent une interconnexion complexe entre les modèles psychomoteurs théoriques et les applications pratiques du karaté. Par exemple, les progrès au niveau de coordination et d'équilibre qui sont observés chez Youssef peuvent être analysés à la lumière du modèle de l'intégration sensorielle d'A.J. Ayres. En effet, les exercices de karaté sollicitant différents sens et stimulant la proprioception ont pu contribuer à améliorer sa capacité à traiter diverses informations sensorielles et à coordonner ses mouvements de manière plus fluide.

D'autre part, les observations cliniques révèlent comment les principes du karaté ont influencé le développement psychomoteur de manière holistique. Par exemple, la pratique des *katas* a permis à Amir de renforcer sa mémoire kinesthésique ainsi que sa capacité de concentration, ce qui est en corrélation avec les théories du développement cognitif telles que celles de J. Piaget et de L. Vygotsky. L'aspect ritualisé du karaté a offert à Amir un cadre structuré pour gérer ses émotions et renforcer sa confiance en lui, en alignement avec les concepts de développement socio-émotionnel de H. Wallon et de J. Bruner.

Ces observations cliniques viennent enrichir notre compréhension des modèles théoriques en psychomotricité en apportant des données concrètes sur la manière dont ces modèles se manifestent dans la pratique clinique.

En somme, les réflexions clinico-théoriques ci-avant, sur les évolutions observées chez Youssef et Amir, illustrent la pertinence et la richesse des modèles théoriques en psychomotricité ainsi que l'impact positif de l'intégration des principes du karaté adapté dans leur prise en charge. Cette symbiose entre théorie et pratique ouvre de nouvelles perspectives pour optimiser les interventions psychomotrices et favoriser le développement global des personnes en situation de handicap.

## PARTIE 3

### DISCUSSIONS ET PERSPECTIVES

#### 1. EVALUATION DE L'APPROCHE KARATE-PSYCHOMOTRICITE

Dans cette partie, nous analyserons l'approche « karaté-psychomotricité », en mettant en lumière l'impact significatif de la psychomotricité dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap. Nous aborderons également les réflexions clés sur l'adaptation des pratiques de karaté dans le cadre de la prise en charge psychomotrice de ces personnes.

##### 1.1 Impact de la psychomotricité dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap

L'intégration de la psychomotricité dans l'approche « karaté-psychomotricité » joue un rôle significatif dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap. Cette approche enrichit considérablement les méthodes d'intervention en utilisant la médiation du karaté comme outil. Selon F. Giromini, une médiation est définie comme : « la technique utilisée par un médiateur qui a pour fonction de faciliter la résolution de conflits entre les personnes en trouvant une solution commune qui permet de s'accorder. La principale qualité du médiateur est sa qualité relationnelle » (citée par Lesage, 2012).

De plus, F. Giromini s'appuie sur les concepts de D. Winnicott, notamment celui de « l'objet transitionnel », pour éclairer le rôle des médiateurs. En effet, elle souligne que le travail de construction psychique est infiniment complexe et recrute la sensorialité, la motricité et autrui. Les médiateurs ont une fonction essentielle dans la construction de la pensée et de l'identité du sujet. Ils agissent comme des « fonctions miroirs » en reflétant les sensations et les émotions exprimées par l'individu (Lesage, 2012).

Dans le cadre de la thérapie psychomotrice, la médiation se manifeste à travers des expériences corporelles qui prennent sens grâce au langage. Le psychomotricien, par sa connaissance du corps et de ses expressions, entre en relation avec le patient dans un espace transitionnel où se crée une rencontre singulière. La thérapie psychomotrice offre divers médiateurs pour favoriser la dimension relationnelle, expressive et créatrice du patient.

Le karaté peut également être considéré comme une forme de médiation, mais il nécessite une adaptation pour répondre aux besoins spécifiques du patient. Comme le souligne F. Giromini : « le thérapeute se devra de subordonner son intérêt pour l'objet médiateur à ses propres possibilités de le laisser utiliser voire détourner de son utilisation initiale » (citée par Lesage, 2012). L'utilisation du karaté comme médiation thérapeutique prend tout son sens lorsqu'elle est adaptée au patient, lorsqu'elle tient compte de ses besoins corporels, émotionnels et cognitifs.

## 1.2 Adaptation des pratiques de karaté dans le cadre de la prise en charge psychomotrice

Les pratiques de karaté adapté au sein du *dojo* mis à disposition de l'ESAT revêtent une importance significative dans le domaine de la prise en charge des personnes en situation de handicap. Cette initiative constitue une occasion de favoriser le bien-être global des participants, tant sur le plan physique que mental et social, au sein d'un environnement inclusif et stimulant.

Au cours d'une analyse approfondie, comprenant vingt séances d'observation, j'ai examiné de près les adaptations pédagogiques mises en œuvre par les instructeurs, Sylvie et Jean-Claude, ainsi que les avantages procurés par ces pratiques de karaté adapté. Sylvie et Jean-Claude ont tous deux élaboré des programmes spécialement conçus pour répondre aux besoins et aux capacités des participants de l'ESAT, chacun apportant sa propre approche et son style d'enseignement distinct.

- **Cours avec Sylvie**

### Rituel de salutations :

Chaque séance débute par un rituel de salutations soigneusement orchestré, conçu pour établir un climat de respect mutuel et de concentration propice à l'apprentissage. Les participants sont guidés à travers une séquence de gestes symboliques, qui vont bien au-delà de simples formalités. La première étape de ce rituel consiste à se mettre à genoux (*seiza*), une posture qui invite les participants à passer d'un état d'attente à un état d'attention. Chacun prend conscience de sa présence dans l'espace et se prépare à s'engager pleinement dans l'activité à venir.

La méditation (*mokusu*) qui suit est un moment de calme, de recueillement, où les participants sont encouragés à se recentrer sur l'instant présent. La respiration consciente est particulièrement mise en avant ici, aidant à apaiser l'esprit et à éliminer les distractions extérieures. Cette pratique de la respiration consciente permet à chacun de se connecter avec son corps et d'installer un état de calme intérieur.

Les salutations envers le fondateur de l'art martial (*shomen*), le professeur (*sensei*) et les autres participants (*otaga*) revêtent une grande importance dans ce rituel. Elles renforcent le sentiment d'appartenance à un groupe et créent un lien de respect et de camaraderie. Chaque salutation est un acte symbolique qui reconnaît la valeur et la contribution de chacun dans le processus d'apprentissage collectif.

Enfin, le moment où tous se lèvent ensemble (*kiritsu*) marque le début effectif de la séance. C'est un instant chargé d'énergie où les participants se préparent à se mettre en mouvement, stimulés par le sentiment d'unité et de solidarité qui émane du groupe. Cette synchronisation des mouvements souligne l'importance de l'harmonie et de la coordination dans la pratique du karaté adapté, préparant ainsi le terrain pour les activités à venir.

#### Echauffement ludique et progressif :

Sylvie met un point d'honneur à concevoir un échauffement à la fois dynamique et ludique, offrant ainsi aux participants une transition fluide vers l'activité principale tout en stimulant leur engagement et leur interaction au sein du groupe.

La première partie de cet échauffement consiste en une course dans la zone bleue centrale du *tatami*. Cette activité permet de mettre en mouvement l'ensemble du corps, en stimulant la circulation sanguine et en augmentant le rythme cardiaque. En courant, les participants réveillent leurs muscles et préparent leur système cardio-respiratoire à l'effort physique à venir. Cette phase initiale d'échauffement offre également une opportunité pour chaque individu de se reconnecter avec son corps et de se préparer mentalement à l'activité qui suivra.

Ensuite, les marches et les croisements de regards avec un partenaire viennent compléter cet échauffement ludique. Cette activité n'est pas seulement physique, mais aussi sociale, puisqu'elle encourage l'interaction entre les participants.

En marchant en ligne ou en croisant les regards avec un partenaire, les participants renforcent leur connexion avec les autres membres du groupe, ce qui crée un environnement inclusif. Cette coordination entre les mouvements des différents participants contribue à développer leur perception de l'espace et leur capacité à interagir de façon synchronisée, des compétences essentielles dans la pratique du karaté adapté.

#### Étirements et mouvements spécifiques :

Sylvie guide les participants à travers une série d'étirements spécifiques conçus pour assouplir les muscles et améliorer la flexibilité articulaire. Cette phase prépare le corps à l'activité physique plus intense qui suivra, tout en réduisant le risque de blessures musculaires ou articulaires.

Les exercices d'étirements se concentrent principalement autour des articulations clefs du corps, telles que les épaules, les coudes, les poignets, les hanches. En étirant ces zones, les participants augmentent leur amplitude de mouvement et favorisent une meilleure circulation sanguine dans les tissus musculaires, ce qui contribue à une meilleure performance lors des exercices martiaux à venir.

Ensuite, Sylvie se focalise sur des mouvements spécifiques destinés aux bras et aux mains, essentiels dans la pratique du karaté. Elle décompose chaque technique en séquences simples et accessibles, permettant à chaque participant de comprendre les gestes fondamentaux et de les assimiler progressivement. Cette approche vise à renforcer la technique individuelle de chaque participant.

Pendant cette phase, les participants sont encouragés à effectuer les mouvements lentement et avec précision, en portant une attention particulière à leur posture et à leur alignement corporel. Cette approche leur permet de développer une conscience kinesthésique plus profonde de leur corps, en les aidant à identifier et à corriger les erreurs techniques potentielles. De plus, la répétition des mouvements permet d'ancrer les gestes dans la mémoire musculaire de chaque participant, facilitant leur exécution lors des exercices martiaux ultérieurs.

#### Travail des coups de poing et des coups de pied, et des *katas* :

Une partie essentielle du cours de karaté adapté avec Sylvie est dédiée au travail des coups de poing, des coups de pied et à la pratique des *katas*, des enchaînements codifiés de techniques martiales.

Cette phase permet aux participants de développer leur technique individuelle, d'améliorer leur coordination globale ainsi que de renforcer leur confiance en eux dans l'exécution des mouvements martiaux.

Sous la direction de Sylvie, les participants sont guidés à travers les différentes techniques de coups de poing, comme le *gyaku-zuki* (coup de poing du côté inverse à la jambe avant), et les coups de pied, comme le *mae-geri* (coup de pied de face, vers l'avant).<sup>2</sup> Un accent particulier est mis sur la précision du mouvement, la posture et la fluidité des gestes. Sylvie veille à ce que chaque participant comprenne correctement les techniques, en adaptant son enseignement à leur niveau de compétence individuel.

En parallèle, Sylvie introduit les *katas Taikyoku shodan, Heian shodan et Heian nidan*.<sup>3</sup> Ces *katas* permettent aux participants de mettre en application les techniques apprises, en les intégrant dans des séquences de mouvements fluides et coordonnés. Sylvie supervise chaque participant pendant l'exécution des *katas*, offrant des conseils personnalisés et des corrections lorsque nécessaire.

#### Retour au calme :

La conclusion de chaque séance de karaté adapté avec Sylvie est marquée par un retour au calme attentif et bienveillant. Cette phase essentielle permet aux participants de se détendre et de refléter sur leur expérience, consolidant les bénéfices physiques, émotionnels et mentaux de la pratique.

Les participants sont invités à se coucher au sol, adoptant une position confortable qui favorise la relaxation du corps et de l'esprit. Sylvie guide une séance de respiration consciente, encourageant chacun à porter son attention sur son souffle et à l'observer avec bienveillance. La respiration consciente est une technique éprouvée pour apaiser le système nerveux, réduire le stress et favoriser un état de calme intérieur.

Pendant cette phase, Sylvie crée un espace propice à l'expression des ressentis. Les participants sont encouragés à partager leurs impressions par rapport à la séance, qu'il s'agisse de succès, de difficultés rencontrées ou de sensations ressenties. Cette ouverture à l'échange favorise un climat de confiance et de soutien mutuel au sein du groupe, renforçant le sentiment d'appartenance et l'esprit de camaraderie.

---

<sup>2</sup> Cf. *infra*, Annexe II p. II

<sup>3</sup> Cf. *infra*, Annexes III-V p. III-V

- **Cours avec Jean-Claude**

Rituel de salutations :

Dans les séances de karaté menées par Jean-Claude, le rituel de salutations reste fidèle à la tradition du karaté, mettant en avant le respect, la discipline et la connexion entre les participants. Contrairement à une approche plus formelle, où le professeur initie les salutations, Jean-Claude encourage les participants à annoncer les saluts verbalement, renforçant ainsi leur responsabilité et leur engagement dès le début de la séance.

Chaque participant est invité à se mettre en position de salutation, à genoux sur le *tatami*, et à annoncer les différents saluts. Ces saluts traditionnels incluent le salut envers le fondateur de l'art martial (*shomen*), le salut envers le professeur (*sensei*) et le salut mutuel entre les participants (*otaga*). Cette pratique crée un environnement empreint de respect mutuel et de concentration, propice à l'apprentissage.

Echauffement interactif et participatif :

Dans les cours de karaté adapté animés par Jean-Claude, l'échauffement a une dimension interactive, participative, offrant aux participants une expérience dynamique et engageante dès le début de la séance. Contrairement à une approche dirigiste où l'instructeur guide l'échauffement de manière exclusive, Jean-Claude encourage les travailleurs de l'ESAT à prendre une part active dans cette préparation physique.

Une des caractéristiques distinctives de l'échauffement dans les séances de Jean-Claude est la rotation des responsabilités. Chaque participant se voit confier la tâche de mener une partie de l'échauffement, proposant ainsi une série d'exercices pour échauffer les articulations et étirer les muscles. Cette démarche interactive permet à chaque participant de contribuer à la dynamique du groupe et de se sentir pleinement investi dans le déroulement de la séance.

Cette approche participative renforce l'engagement des participants et favorise leur autonomie tout en développant leur sens des responsabilités. En prenant part à l'échauffement de manière active, les travailleurs sont amenés à se sentir impliqués dans leur propre préparation physique, ce qui contribue à renforcer leur motivation et leur sentiment d'appartenance au groupe.

De plus, cette dimension interactive de l'échauffement favorise aussi l'interaction sociale entre les participants, renforçant les liens de camaraderie et le soutien mutuel au sein du groupe. En travaillant ensemble pour mener l'échauffement, les participants développent des relations positives et renforcent leur cohésion en tant qu'équipe.

#### Utilisation d'équipements spécifiques :

Dans les cours de Jean-Claude, l'utilisation d'équipements spécifiques constitue une composante essentielle de l'approche pédagogique, permettant une adaptation et une personnalisation des exercices en fonction des besoins et des préférences de chaque participant. Jean-Claude veille à choisir des équipements variés et adaptés, offrant ainsi une diversité d'expériences sensorielles et motrices aux travailleurs de l'ESAT.

Parmi les équipements utilisés, on retrouve :

#### ➤ **Les bracelets de couleurs aux chevilles**

Ces bracelets de couleur sont utilisés pour favoriser la différenciation droite-gauche et accroître la conscience corporelle des participants. En portant des bracelets de couleur différente à chaque cheville, les participants sont amenés à identifier et à distinguer les côtés droit et gauche de leur corps. Cela permet de faciliter l'exécution des mouvements et de renforcer la coordination bilatérale.



### ➤ L'échelle

L'échelle est utilisée afin de stimuler la concentration et d'améliorer la coordination globale des participants. A travers une série d'exercices de précision et de rythme, les participants sont invités à franchir l'échelle en effectuant des sauts rapides. Ils peuvent ainsi renforcer leur agilité, leur vitesse et leur réactivité. De plus, l'échelle offre des repères visuels clairs pour guider les mouvements et pour favoriser une exécution précise.



### ➤ Les plots et les cerceaux

Les plots et les cerceaux sont utilisés pour améliorer l'organisation spatiale ainsi que la planification des mouvements. Les participants sont invités à se déplacer autour des plots et dans les cerceaux en suivant des trajectoires spécifiques. Cela renforce leur capacité à se repérer dans l'espace et à anticiper les mouvements à venir. Ces équipements offrent aussi des repères visuels concrets pour aider les participants à mieux comprendre et exécuter les exercices.



➤ **Le *pushing ball***

Le *pushing ball* est un équipement utilisé pour développer la coordination entre les mouvements des mains et des pieds, ainsi que la synchronisation visuo-motrice. Les participants sont invités à frapper le *pushing ball* avec les mains et les pieds, tout en suivant un rythme prédéterminé. Cela permet d'affiner leur agilité, leur précision et leur réactivité. Le *pushing ball* offre aussi une dimension ludique à l'entraînement, motivant ainsi les participants à s'investir entièrement dans l'exercice.



➤ **Les gants, les plastrons et les protège-pieds**

Ces équipements sont utilisés pour assurer la sécurité physique des participants tout en les mettant en confiance pour se concentrer pleinement sur les exercices. Les gants protègent les mains lors des frappes, les plastrons protègent le torse lors des exercices en binôme, et les protège-pieds protègent les pieds lors des techniques de pied. En fournissant une protection adéquate, ces équipements permettent aux participants d'exécuter les mouvements en toute sécurité, ce qui renforce leur confiance et leur engagement dans la pratique.



➤ **Les morceaux de ceinture de couleur**

Les morceaux de ceinture de couleur permettent d'affiner la précision gestuelle en fournissant des repères visuels et tactiles pour guider les mouvements avec plus de contrôle et de fluidité. Les participants sont invités à saisir ou à toucher les morceaux de ceinture, en exécutant des techniques spécifiques, ce qui leur permet de perfectionner leur coordination et leur précision dans l'exécution des mouvements.



➤ **Les épingles à linge**

Les épingles à linge sont utilisées dans le but d'améliorer la précision des gestes en ajustant la force nécessaire pour attraper les épingles. Cela favorise la régulation tonico-émotionnelle par l'engagement corporel et l'interaction requise. Les participants sont invités à attraper les épingles à linge avec précision, tout en se déplaçant dans l'espace. Cela permet d'optimiser leur concentration, leur coordination ainsi que leur contrôle moteur.



### Travail individuel et adapté :

Jean-Claude adapte les exercices en fonction des besoins de chaque participant. Il conçoit ses séances de manière méthodique, afin que chaque travailleur de l'ESAT puisse progresser à son rythme et selon ses capacités individuelles, tout en bénéficiant d'un accompagnement personnalisé et sécurisé.

Par exemple, Jean-Claude se concentre sur des mouvements spécifiques, tels que les techniques de coup de poing décomposées, permettant ainsi à chaque participant de développer sa technique martiale de manière progressive. En décomposant les mouvements en étapes simples et accessibles, Jean-Claude facilite l'apprentissage et la compréhension des techniques, tout en permettant aux participants de les assimiler à leur propre rythme.

### Exercices d'interaction et activités en équipe :

Dans les cours de karaté adapté menés par Jean-Claude, on retrouve souvent des exercices d'interaction et des activités en équipe. Ces aspects de la séance visent à renforcer la cohésion du groupe, à développer les compétences sociales et à favoriser l'esprit d'équipe parmi les participants.

Les exercices d'interaction consistent souvent en des activités en binôme où les participants travaillent ensemble pour simuler des mouvements de défense et d'attaque. Ces exercices permettent aux participants de mettre en pratique les techniques apprises tout en développant leur coordination, leur *timing* et leur capacité à réagir aux actions de leur partenaire. Sous la supervision attentive de Jean-Claude, les binômes échangent des séquences de mouvements, se déplaçant en position de défense et d'attaque, ce qui renforce leur confiance en eux et leur compétence technique.

Parallèlement, Jean-Claude organise des activités en équipe où les participants collaborent pour atteindre un objectif commun. Ces activités peuvent prendre diverses formes, telles que des jeux de rôle ou des défis physiques, et exigent souvent une communication et une coordination étroites entre les membres de l'équipe. Par exemple, les participants peuvent être invités à compter les points en fonction du nombre d'épingles à linge retirées par chaque équipe, ce qui nécessite une collaboration efficace et une répartition des rôles au sein du groupe.

### 1.3 Analyse des limites de l'intégration du karaté adapté dans la rééducation et l'inclusion

Tout d'abord, les contraintes liées à l'espace ont eu un impact significatif sur la pratique du karaté adapté, en particulier pour les participants tels qu'Amir et Youssef. Initialement conçu pour offrir un environnement plus contenant et fournir des repères visuels, l'espace délimité avec des cerceaux s'est avéré être source de perturbation pour Amir lors de l'exécution des *katas*. La présence d'obstacles ainsi que le manque d'espace ont entravé sa capacité à réaliser pleinement les mouvements, à comprendre les techniques dans leur ensemble. Une perspective plus éloignée lors des démonstrations aurait pu lui permettre de mieux appréhender les séquences des *katas* et de développer une vision plus globale de la pratique.

Quant à Youssef, la principale contrainte rencontrée était le temps limité d'une heure de séance. Cette contrainte temporelle a rendu difficile l'approfondissement et la précision dans les propositions d'exercices. Une grande partie de la séance était occupée par des réactions de prestance et des moments d'impulsivité, laissant peu de marge pour l'expérimentation et le développement des compétences. Cette limitation de temps a restreint la possibilité d'explorer en profondeur les différentes facettes de la pratique du para-karaté et d'adapter les exercices selon les besoins de Youssef.

Par ailleurs, le cadre de la prise en charge des participants au sein des séances de karaté adapté présente des éléments intégrés, tels que les règles de comportement et les attentes générales. Cependant, malgré cette intégration, certains aspects du cadre proposé à chaque séance pourraient être perçus comme étant trop flexibles. Les instructeurs ont souvent adopté une approche ludique, en utilisant l'humour comme moyen de captiver l'attention des participants. Bien que cette approche puisse être efficace dans certains cas, il a été observé que les moments où les instructeurs ont opté pour une approche plus stricte ont été mieux accueillis.

Les participants ont parfois bénéficié d'un cadre plus structuré et discipliné, offrant un sentiment de sécurité et de fiabilité. Lorsque les règles étaient claires et strictement appliquées, les participants semblaient plus engagés et réceptifs aux instructions. Cette observation suggère que la mise en place d'un cadre sécurisant et cohérent est essentielle pour favoriser un environnement propice à l'apprentissage ainsi qu'à la participation active de chacun.

En parallèle, l'approche du para-karaté comme médiation dans le cadre de la prise en charge psychomotrice révèle des difficultés particulières, surtout pour les individus tels qu'Amir et Youssef, qui peuvent avoir des difficultés avec un engagement corporel immédiat et intense. Pour ces personnes, une immersion directe dans la pratique du karaté peut être trop exigeante, notamment si elles ont des difficultés avec le contact physique et le maintien du regard, des caractéristiques souvent associées à l'autisme.

Dans le cas d'Amir, l'approche frontale du karaté, avec ses exigences immédiates d'engagement corporel et de coordination, peut s'avérer décourageante, voire contre-productive. Pour lui, il est nécessaire de progresser graduellement vers une pratique plus intense, en lui permettant de s'habituer progressivement aux mouvements et aux interactions physiques.

De plus, l'accès à la pratique du combat nécessite généralement une approche technique et répétitive pour maîtriser les mouvements et les stratégies. Cependant, la contrainte temporelle des séances de karaté adapté peut limiter cette répétition nécessaire à l'intégration des techniques, ce qui peut être particulièrement difficile pour les participants comme Youssef.

Pour Youssef et Amir, dont la séance est limitée à une heure, il reste peu de temps pour explorer et expérimenter les différentes techniques de combat. Cette contrainte temporelle peut compromettre leur capacité à développer une bonne compréhension des mouvements et des stratégies de combat. Ils n'ont pas suffisamment de temps pour canaliser leur énergie de manière constructive.

Pour finir, il aurait été intéressant d'explorer davantage les capacités de Youssef à extérioriser son agressivité dans le cadre du combat. Cependant, les exigences de la séance n'ont pas permis une telle exploration approfondie.

En somme, la pratique du karaté adapté en tant que médiation, dans la prise en charge psychomotrice, nécessite une approche sensible et adaptative. Elle nécessite de prendre en compte les besoins individuels de chaque participant. Comprendre chaque patient implique une réflexion continue, ainsi que des hypothèses sur les meilleures approches à adopter, et une recherche constante de méthodes efficaces pour favoriser leur épanouissement dans la pratique du karaté adapté.

## 1.4 Comparaison entre le karaté traditionnel et le para-karaté

Le karaté traditionnel et le para-karaté partagent, tous deux, une base commune dans les techniques et les principes du karaté, mais ils se distinguent par plusieurs aspects reflétant les adaptations nécessaires pour répondre aux besoins spécifiques des pratiquants en situation de handicap.

Dans le karaté traditionnel, les mouvements sont caractérisés par leur dynamisme et leur exécution rapide, avec un accent sur la puissance, la vitesse et la précision. Les pratiquants visent à perfectionner leur forme et à développer leur technique pour atteindre un niveau élevé de performance dans l'art martial. Les entraînements sont souvent rigoureux, avec un fort engagement physique et mental.

En revanche, le para-karaté nécessite des adaptations qui tiennent compte des limites physiques des pratiquants en situation de handicap. Les techniques sont ajustées pour s'adapter aux capacités individuelles des pratiquants, en mettant l'accent sur la fluidité des mouvements, la coordination et l'équilibre plutôt que sur la force. Les pratiquants sont encouragés à développer leur potentiel dans le cadre de leurs capacités uniques, ce qui peut varier considérablement d'une personne à l'autre en fonction de leur handicap.

Une autre différence importante réside dans les modalités de compétition. Alors que le karaté traditionnel propose des compétitions standardisées où les pratiquants sont évalués selon des critères universels, le para-karaté propose des catégories spécifiques pour les pratiquants en situation de handicap. Ces catégories tiennent compte des différents types de handicap et offrent des règles adaptées ainsi que des critères de notation qui prennent en compte les capacités individuelles des compétiteurs. Cela permet une participation équitable et encourageante pour tous les pratiquants, indépendamment de leur handicap.

Ainsi, bien que le karaté traditionnel et le para-karaté partagent une base commune dans les techniques et les principes du karaté, les adaptations spécifiques du para-karaté visent à rendre cette pratique accessible et enrichissante pour les pratiquants en situation de handicap. Cette approche inclusive permet à un plus large éventail de personnes de bénéficier des avantages physiques, mentaux et sociaux du karaté.

## **2. TEMOIGNAGE ET EXPERIENCE PERSONNELLE**

Dans cette partie, je partagerai mon expérience en tant qu'accompagnatrice dans des séances de karaté adapté, en mettant en lumière l'impact de cette pratique sur le développement psychomoteur des participants ainsi que les réflexions et observations que j'ai recueillies tout au long de ce parcours.

### **2.1 Rôle de la formation pour devenir instructrice fédérale de karaté**

La formation pour obtenir le diplôme d'instructrice fédérale de karaté (DIF) a été un processus intensif et enrichissant, alliant à la fois des aspects théoriques et pratiques.

Sur le plan théorique, j'ai été plongée dans l'étude des principes fondamentaux du karaté, comprenant son histoire, sa philosophie et ses valeurs. Apprendre les origines et l'évolution de cet art martial m'a permis de mieux comprendre son essence et son impact sur la vie des pratiquants. La philosophie du karaté, axée sur le respect, la discipline et l'amélioration de soi, a aussi été un aspect important dans ma formation. Comprendre ces principes m'a non seulement aidée à devenir une meilleure karatéka, mais cela a également influencé ma vision de la pratique psychomotrice, en soulignant l'importance du développement personnel dans tout contexte d'apprentissage.

Sur le plan pratique, cette formation m'a exposée à une variété d'exercices et de techniques spécifiques au karaté. J'ai renforcé mes connaissances sur les différentes positions de base, les techniques de frappe, les déplacements et les enchaînements, ainsi que les principes de la défense et de l'attaque. Ce volet pratique de la formation a été essentiel pour développer mes compétences en tant qu'instructrice, car il m'a permis de comprendre non seulement comment exécuter les mouvements avec plus de précision, mais aussi comment les enseigner de manière efficace et sécuritaire à d'autres personnes, en particulier à celles en situation de handicap.

Une partie importante de la formation a également porté sur la pédagogie et la gestion de groupe. J'ai appris des techniques pour motiver et engager les participants, ainsi que des stratégies pour gérer les comportements difficiles et assurer la sécurité de tous les pratiquants. Ces compétences sont directement transférables à mon travail en psychomotricité, où je suis souvent amenée à diriger des séances de groupe et à travailler avec des individus aux besoins divers et parfois complexes.

En outre, la formation m'a sensibilisée aux différentes adaptations nécessaires pour rendre le karaté accessible à tous, notamment aux personnes en situation de handicap. J'ai appris des techniques d'enseignement spécifiques pour adapter les mouvements et les exercices en fonction des besoins individuels des participants, en mettant l'accent sur l'inclusion et le respect de la diversité.

En résumé, la formation pour devenir instructrice fédérale de karaté a enrichi à la fois mes connaissances théoriques et mes compétences pratiques. Elle m'a fourni les outils nécessaires pour intégrer le karaté adapté dans ma pratique psychomotrice, en m'offrant ainsi une approche inclusive et enrichissante pour tous les participants.

## **2.2 Vécu et observations lors des séances avec le groupe pris en charge**

J'ai eu le privilège d'accompagner le groupe de travailleurs pris en charge en karaté adapté, ce qui a été une source constante d'apprentissage et de découverte. J'ai pu observer de près les difficultés auxquelles les participants étaient confrontés, que ce soit sur le plan moteur, cognitif ou émotionnel. Ce qui a été le plus remarquable, c'est l'incroyable détermination dont ils ont fait preuve pour surmonter ces obstacles.

Les deux instructeurs ont placé l'adaptation des exercices à chaque individu au cœur de leur travail. Leur approche a été marquée par une grande créativité et une réelle empathie, leur permettant d'ajuster en permanence les activités en fonction des capacités et des intérêts de chacun. Ils ont intégré les dimensions psychomotrices dans chaque mouvement proposé. En veillant à ce que chaque participant se sente pleinement intégré et soutenu dans son parcours, ils ont favorisé un développement harmonieux des compétences motrices et cognitives au sein du groupe.

Les interactions sociales qui se sont développées au fil des séances ont aussi été particulièrement enrichissantes à observer. J'ai pu constater comment le karaté adapté favorise non seulement le développement des compétences physiques et cognitives, mais également celui des relations interpersonnelles et de l'intégration sensorielle. Les moments de partage et d'échange ont créé un véritable esprit de camaraderie au sein du groupe, renforçant ainsi le sentiment d'appartenance et contribuant concrètement à créer un environnement positif et stimulant pour tous les participants.

### 2.3 Passage du *tatami* au banc : avantages et observations

Mon parcours au sein des séances de karaté adapté a débuté sur le *tatami*, où j'ai participé activement à cinq sessions. Ces premières expériences m'ont permis de me familiariser avec l'ambiance et les dynamiques propres à ce contexte. J'ai pu observer de près les interactions entre les participants, ainsi que les différentes stratégies mises en place par les instructeurs pour répondre aux besoins de chacun.

Cependant, le véritable changement s'est opéré lorsque j'ai décidé de m'installer sur le banc pour les séances suivantes. Le choix de passer du *tatami* au banc lors des séances de karaté adapté a été motivé par le besoin d'acquérir une perspective plus éloignée du mouvement, offrant ainsi la possibilité d'observer les interactions et les progrès des participants avec plus de précision. En me tenant à l'écart du *tatami*, j'ai pu adopter une vision plus globale et analytique de la séance, ce qui a grandement facilité l'observation des dynamiques de groupe et des performances individuelles. Cette distance physique m'a permis de prendre du recul et de porter un regard attentif sur chaque participant, sans être immergée dans l'action.

L'un des avantages significatifs de cette transition vers le banc a été la facilité à documenter mes observations. En étant assise confortablement, j'ai pu prendre des notes détaillées sur les performances de chaque participant, notant leurs difficultés et leurs progrès tout au long de la séance. Cette approche documentée m'a permis de suivre de près leur évolution et d'identifier les domaines où des ajustements étaient nécessaires pour optimiser leur expérience dans les séances suivantes. Cette prise de recul m'a également permis d'avoir une vue d'ensemble plus claire des progrès réalisés par chacun.

De plus, le passage au banc m'a offert l'opportunité d'interagir plus directement avec les participants. Etant plus accessible, je pouvais répondre à leurs questions, les encourager et les corriger de manière plus individualisée. Cette proximité a contribué à instaurer un climat de confiance et de soutien, favorisant leur motivation à s'engager pleinement dans les exercices et à poursuivre leurs efforts pour progresser. En effet, en établissant une connexion plus directe avec les participants, j'ai pu mieux comprendre leurs difficultés et leurs besoins. Cette approche a enrichi mon expérience en tant qu'accompagnatrice.

En conclusion, le passage du *tatami* au banc a été une décision stratégique qui a permis d'enrichir mon expérience en tant qu'observatrice dans les séances de karaté adapté. Cette position d'observatrice m'a offert un nouveau point de vue, essentiel à l'analyse approfondie des évolutions des participants. Ce recul m'a permis d'identifier les forces et les faiblesses de chacun, contribuant ainsi à une prise en charge plus efficace et adaptée.

### **3. PERSPECTIVES D'AVENIR ET IMPLICATIONS**

Dans cette partie, nous aborderons les perspectives d'avenir et les implications de l'approche karaté-psychomotricité, en montrant son potentiel de développement, ses possibilités d'intégration dans d'autres secteurs de la rééducation et de l'inclusion.

#### **3.1 Potentiel de développement de l'approche karaté-psychomotricité**

L'approche karaté-psychomotricité représente un domaine très prometteur pour le développement de services destinés aux personnes en situation de handicap. Cette approche novatrice combine les principes du karaté avec les méthodes thérapeutiques de la psychomotricité, offrant un cadre complet pour répondre aux besoins complexes des individus.

Une des forces de cette approche réside dans l'adaptabilité du karaté adapté, qui permet de personnaliser les exercices et les activités en fonction des capacités et des intérêts de chaque pratiquant. Cette adaptabilité favorise un engagement actif dans le processus de rééducation, car elle offre aux participants la possibilité de progresser à leur propre rythme, dans un environnement inclusif et sécurisé.

En mettant l'accent sur le développement des compétences motrices, cognitives et émotionnelles, l'approche karaté-psychomotricité vise à améliorer la qualité de vie et le bien-être des participants. Les exercices de karaté adapté permettent de travailler à la fois la coordination, l'équilibre, la concentration et la confiance en soi, tandis que les interventions psychomotrices peuvent aider à améliorer la conscience corporelle, la régulation tonico-émotionnelle et les compétences sociales.

Pour exploiter pleinement le potentiel de cette approche, il est essentiel de poursuivre le développement et le raffinement des programmes de karaté adapté. Cela peut impliquer la création de nouvelles méthodes d'enseignement, comme l'utilisation de nouveaux supports visuels ou tactiles pour faciliter la compréhension des différents mouvements. De plus, la collaboration avec d'autres professionnels de la santé, tels que des ergothérapeutes, des psychologues, des physiothérapeutes, peut permettre de développer des approches multidisciplinaires plus efficaces.

En investissant dans la recherche et le développement, il est possible d'identifier les meilleures pratiques et d'optimiser les résultats pour les personnes en situation de handicap. Pour finir, en favorisant l'innovation et la collaboration, l'approche karaté-psychomotricité a le potentiel de devenir une ressource précieuse pour améliorer la qualité de vie et l'autonomie des personnes en situation de handicap.

### **3.2 Possibilités d'intégration dans d'autres secteurs de la santé**

L'intégration de l'approche karaté-psychomotricité dans d'autres secteurs de la santé offre des opportunités remarquables pour améliorer les programmes existants et élargir l'accès aux services pour un éventail plus large de personnes en situation de handicap. Cette démarche innovante consiste à combiner les aspects thérapeutiques du karaté adapté avec d'autres approches médicales et paramédicales, telles que la physiothérapie, l'ergothérapie et la psychologie, dans le but de créer des interventions plus complètes.

La physiothérapie, par exemple, vise à rétablir, maintenir ou améliorer la mobilité, la fonction et le bien-être d'un patient. En intégrant l'approche karaté-psychomotricité dans les programmes de physiothérapie, il est possible d'exploiter les exercices et les techniques du karaté adapté pour aider à la réadaptation physique, la prévention des blessures et le conditionnement physique. Les mouvements spécifiques du karaté peuvent être adaptés pour cibler les zones du corps nécessitant une rééducation, ce qui favoriserait une récupération plus efficace et une amélioration de la qualité de vie des patients.

De même, l'ergothérapie se concentre sur le développement et le maintien de la capacité d'agir des individus dans leur vie quotidienne. En intégrant l'approche karaté-psychomotricité dans les programmes d'ergothérapie, on peut exploiter les exercices du para-karaté pour faciliter la participation à des activités quotidiennes, améliorer les compétences fonctionnelles et promouvoir l'autonomie. Les exercices de coordination, d'équilibre et de motricité fine du karaté peuvent être adaptés afin de répondre aux besoins spécifiques des patients en ergothérapie, les aidant ainsi à accomplir leurs activités quotidiennes avec plus de facilité et de confiance.

De plus, l'intégration de l'approche karaté-psychomotricité dans le domaine de la psychologie ouvre des opportunités pour enrichir les interventions thérapeutiques. En combinant le karaté adapté avec des approches psychologiques telles que la thérapie cognitivo-comportementale (TCC), la thérapie par le jeu ou la thérapie par l'expression créative, on peut créer des interventions spécifiques. Cette approche aborderait les besoins psychologiques et émotionnels des pratiquants. Par exemple, la TCC peut aider à identifier et à modifier les pensées négatives liées au handicap, favorisant ainsi un meilleur ajustement psychologique. Le karaté adapté offre un environnement sûr pour explorer et exprimer les émotions, réduisant le stress et améliorant la régulation tonico-émotionnelle. Cette intégration permet une approche plus complète de la santé mentale et du bien-être des individus en situation de handicap.

En outre, l'intégration de l'approche karaté-psychomotricité dans les programmes éducatifs et communautaires présente des avantages significatifs en ce qui concerne l'inclusion sociale et la sensibilisation. En proposant des activités de karaté adapté dans les écoles, les centres communautaires et les clubs sportifs, on encourage la participation active des personnes en situation de handicap et on favorise une culture d'inclusion. Cette intégration contribue également à sensibiliser le public aux difficultés auxquelles sont confrontées les personnes en situation de handicap, ce qui favorise une plus grande acceptation et compréhension au sein de la société.

## CONCLUSION

### 1. SYNTHÈSE DES PRINCIPALES CONCLUSIONS

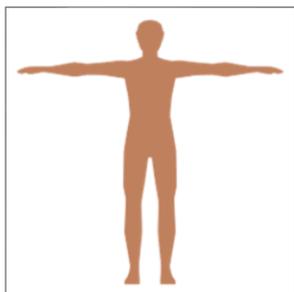
Ce mémoire clinico-théorique a permis de mettre en évidence les implications profondes de l'intégration de l'approche karaté-psychomotricité dans le domaine de la prise en charge des personnes en situation de handicap. En examinant les interactions entre les principes du karaté adapté et les objectifs de la psychomotricité, nous avons pu observer une convergence significative qui offre une approche holistique et efficace pour promouvoir le développement psychomoteur des individus concernés.

Tout d'abord, notre analyse a souligné la complémentarité entre les principes du karaté adapté et les objectifs de la psychomotricité. Le karaté adapté, en mettant l'accent sur la maîtrise de soi, la concentration, la coordination et la confiance en soi, offre un cadre idéal pour développer les compétences psychomotrices des personnes en situation de handicap. Les techniques et les exercices de karaté proposés, adaptés aux capacités de chaque individu, permettent de travailler sur des aspects tels que la motricité, l'équilibre, la latéralisation et la perception du schéma corporel, qui sont au cœur des objectifs de la psychomotricité.

Ensuite, ce mémoire a révélé que l'approche karaté-psychomotricité favorise non seulement le développement des compétences physiques, mais également celui des compétences mentales et émotionnelles. En encourageant la décontraction musculaire, la réconciliation avec le corps et la libération des tensions internes, le karaté adapté offre un espace d'expression et de développement personnel qui contribue à l'amélioration du bien-être psychologique des individus. De plus, la pratique régulière du karaté adapté renforce la capacité de concentration, la vitesse de réaction et la maîtrise émotionnelle, ce qui est essentiel pour favoriser l'autonomie et l'intégration sociale des personnes en situation de handicap.

Cette étude a mis en évidence l'importance de cette approche novatrice dans le secteur de la rééducation et de l'inclusion. En offrant une alternative thérapeutique et éducative accessible à tous, le karaté adapté ouvre de nouvelles perspectives pour les professionnels de la santé, les éducateurs et les familles concernées par la prise en charge des personnes en situation de handicap.

Apports du karaté adapté pour le développement psychomoteur  
des personnes en situation de handicap

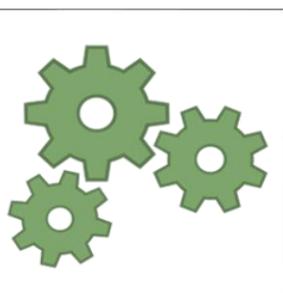
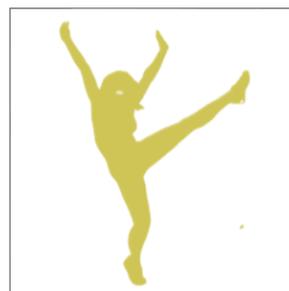


*Schéma corporel et image du corps*

Le karaté adapté contribue à améliorer la perception du schéma corporel et de l'image du corps, renforçant ainsi la confiance et la conscience corporelle.

*Coordinations et dissociations*

Le karaté adapté favorise le développement des compétences en coordination et en dissociation, permettant aux participants de mieux contrôler leurs mouvements et d'exécuter des actions précises.



*Organisation spatio-temporelle*

En pratiquant le karaté adapté, les personnes en situation de handicap améliorent leur compréhension du temps, et de l'espace, ce qui facilite leur orientation et leur mobilité dans leur environnement.

*Concentration et attention*

Le karaté adapté renforce la concentration et l'attention des participants, les aidant à rester focalisés sur les tâches demandées et à améliorer leurs capacités cognitives.



*Régulation tonico-émotionnelle et interactions sociales*

Le karaté adapté offre un espace sécurisé pour développer la régulation émotionnelle et les interactions sociales, permettant aux participants de s'exprimer librement et d'interagir de manière positive avec leurs partenaires.

## **2. OUVERTURE ET SENSIBILISATION A GRANDE ECHELLE**

Dans cette ouverture, nous pouvons aborder les initiatives potentielles visant à sensibiliser et à promouvoir l'intégration de l'approche karaté-psychomotricité à grande échelle. Ces initiatives pourraient englober, des actions de sensibilisation publique, des programmes éducatifs, des collaborations interdisciplinaires pour étendre l'accès aux services de karaté adapté.

### **2.1 Campagnes de sensibilisation et événements publics**

Les campagnes de sensibilisation constituent un moyen efficace de faire connaître l'approche karaté-psychomotricité au grand public. Ces campagnes pourraient inclure des événements médiatiques, des conférences, des ateliers et des démonstrations publiques pour présenter les bienfaits du karaté adapté dans la rééducation et l'inclusion des personnes en situation de handicap. En collaborant avec des organisations gouvernementales, des institutions éducatives, des associations communautaires ou bien des médias, ces campagnes peuvent toucher un large public et sensibiliser aux difficultés auxquelles sont confrontées les personnes en situation de handicap, ainsi qu'aux solutions offertes par l'approche karaté-psychomotricité.

### **2.2 Intégration dans les programmes éducatifs**

L'intégration de l'approche karaté-psychomotricité dans les programmes éducatifs offre une opportunité unique de sensibiliser les professionnels de la santé, les éducateurs, les étudiants et les familles aux avantages du karaté adapté. Des modules de formation spécialisés pourraient être développés dans les cursus universitaires des domaines de la santé, de l'éducation physique, de la psychomotricité, de la kinésithérapie et de l'ergothérapie. Ces formations pourraient couvrir les principes du karaté adapté, les techniques d'adaptation, et les applications thérapeutiques et éducatives dans la prise en charge des personnes en situation de handicap. En outre, des partenariats avec des établissements scolaires et des centres de formation professionnelle pourraient permettre d'intégrer des séances de karaté adapté dans les programmes d'éducation physique, favorisant ainsi l'inclusion des élèves en situation de handicap et sensibilisant leurs pairs à la diversité et à l'acceptation.

### **2.3 Collaboration interdisciplinaire et recherche**

La collaboration interdisciplinaire entre les différents professionnels de la santé, les éducateurs, les chercheurs et les instructeurs de karaté adapté est essentielle pour développer des approches intégrées et fondées sur des données probantes. En effet, des partenariats entre les universités, les hôpitaux, les centres de réadaptation et les clubs de karaté pourraient encourager la recherche clinique et appliquée sur les effets thérapeutiques et éducatifs du karaté adapté. Ces collaborations pourraient également favoriser l'échange de bonnes pratiques, la formation continue des professionnels et le développement de recommandations cliniques pour l'intégration du karaté adapté dans la pratique quotidienne. En investissant dans la recherche et le développement, il est possible d'identifier les meilleures pratiques et d'optimiser les résultats pour les personnes en situation de handicap, tout en renforçant la crédibilité et la légitimité de l'approche karaté-psychomotricité au sein des milieux professionnels et académiques.

En combinant ces différentes initiatives, il est possible de sensibiliser à grande échelle aux avantages de l'approche karaté-psychomotricité et de promouvoir son intégration dans les programmes de rééducation et d'inclusion. En travaillant ensemble, nous pouvons créer un environnement favorable à l'épanouissement et à l'autonomie des personnes en situation de handicap, avec ou sans trouble du spectre autistique, tout en leur offrant les bienfaits thérapeutiques et éducatifs du karaté adapté.

### **2.4 Evolution des représentations de l'autisme dans les médias**

En ce qui concerne l'introduction de l'autisme à l'écran, il est important de poursuivre cette tendance de représentation nuancée et diversifiée du spectre autistique dans les médias. En mettant en avant des histoires authentiques et des personnages suffisamment développés, les médias peuvent contribuer à démystifier l'autisme, à sensibiliser le public aux difficultés et aux réussites des personnes autistes. Ils peuvent également contribuer à promouvoir une culture de compréhension et d'inclusion. Cette sensibilisation peut aussi encourager un soutien aux programmes et aux services pour les personnes autistes, renforçant ainsi leur accès à des opportunités : éducatives, sociales et professionnelles. En effet, l'autisme occupe une place significative dans notre paysage médiatique, avec des films et des séries explorant ce trouble complexe.

Depuis les premiers pas marquants du film *Rain Man* (de Barry Levinson) en 1988, l'autisme a captivé l'attention du public à travers diverses œuvres cinématographiques et littéraires. Cependant, ces représentations ne capturent qu'une facette légère du spectre autistique. Le célèbre *Rain Man*, bien que parfois critiqué comme stéréotypé, a mis en avant l'autisme. Plus récemment, la série *Atypical* (de Robia Rashid), sur Netflix, lancée en 2017, propose une perspective contemporaine en explorant la vie d'une famille touchée par l'autisme. En mettant l'accent sur la vie quotidienne, les rêves, les peurs et les expériences amoureuses d'un adolescent autiste, la série offre une représentation plus nuancée du spectre autistique.

A travers ces productions, l'autisme devient non seulement un sujet de discussion mais aussi une invitation à comprendre la richesse des vies qui s'épanouissent au sein du spectre. Cette évolution reflète une volonté croissante de déconstruire les préjugés, d'éduquer le public et de célébrer la diversité inhérente à l'autisme dans notre société.

En résumé, une sensibilisation et une intégration à grande échelle du para-karaté dans la rééducation et l'inclusion des personnes en situation de handicap nécessitent une approche concertée impliquant les décideurs politiques, les professionnels de la santé, le grand public et les médias. En travaillant ensemble pour informer, éduquer et inspirer, nous pouvons créer un environnement plus inclusif et favorable au bien-être et à l'autonomie de tous.

---

*« Le seul moyen de faire tomber les murs des préjugés  
est d'éduquer, de sensibiliser et d'inspirer »*

Helen Keller



## BIBLIOGRAPHIE

- Albaret, J.-M., Scialom, P. et Giromini, F. (2018). Chapitre 5. Manifestations psychomotrices du prématuré. Dans *Manuel d'enseignement de psychomotricité* (p. 361-377). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.albar.2017.01.0361>
- Andlauer, D. (1996). *Vertu et richesse de l'étiquette dans les arts martiaux traditionnels japonais*. Amphora.
- Aucouturier, B. (2005). Chapitre 2. La mise en œuvre de la pratique. Dans *La méthode Aucouturier* (p. 163-201). De Boeck Supérieur. <https://www.cairn.info/la-methode-aucouturier--9782804148805-p-163.htm>
- Ballouard, C. (2011). *Psychomotricité : 25 notions clés* (2e éd). Dunod.
- Baste, N. (2016). 29. A l'écoute de la subjectivité. Dans *Méthodes de relaxation* (p. 248-262). Dunod. <https://www.cairn.info/methodes-de-relaxation--9782100745883-p-248.htm>
- Boutinaud, J. et Joly, F. (2017). *Thérapies psychomotrices : 10 cas cliniques commentés*. In press.
- Brossard, M. (2004). *Vygotski : lectures et perspectives de recherches en éducation*. Presses universitaires du Septentrion.
- Chemama, G. et Herblin, H. (1994). *Enseigner, le karaté-do et les arts martiaux*. C.I.G.
- Chrétien-Vincent, M. (2020). Chapitre 4. Particularités sensorielles. Dans *L'ergothérapie et l'enfant avec autisme de la naissance à 6 ans* (p. 81-121). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.rossi.2020.01.0081>
- Combey, A. (2023). *De la conscience du corps aux coordinations motrices*. [Mémoire de maîtrise, Université de Bordeaux]. Dumas. <https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-04314039>
- Didier, F. (1988). *Karaté do, l'esprit guerrier*. Sedirep.
- Ganoczy, A. (2006). De l'« homme neuronal » à l'« homme de vérité ». A propos de quatre Ouvrages de J.-P. Changeux. *Revue des sciences philosophiques et théologiques*, 90(1), 97-126. <https://doi.org/10.3917/rspt.901.0097>
- Gaudry, G., Grim, O., Guiose, M. et Louvel, J. P. (2007). *Arts martiaux en psychomotricité*. Heure de France.
- Gepner, B. (2012). Vers une théorie clinique intégrée des désordres de la constellation autistique. *Développements*, 10(1), 5-36. <https://doi.org/10.3917/devel.010.0005>

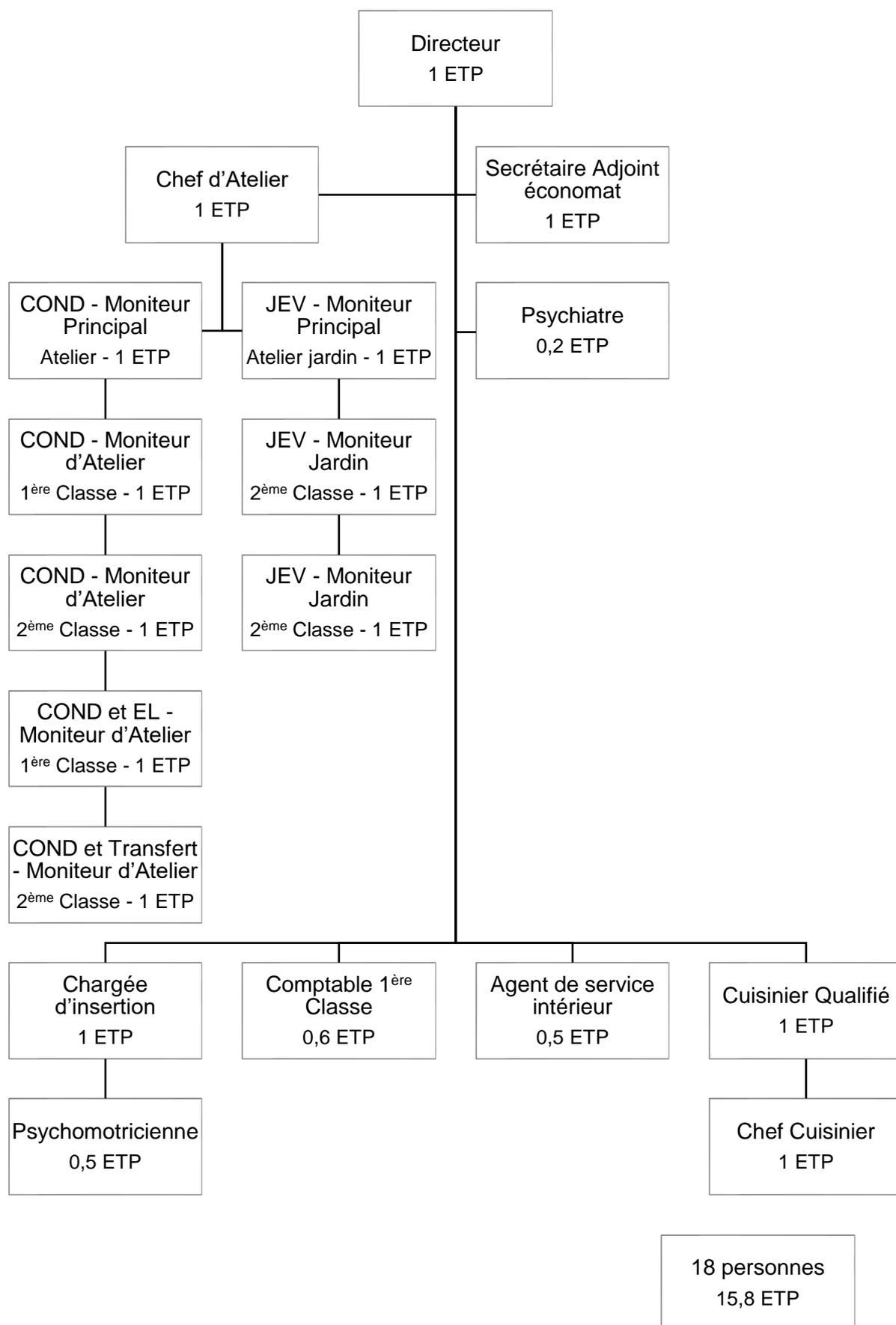
- Giromini, F. et Monnier, M.-O. (2014). *Giselle Soubiran : des fondements à la recherche en psychomotricité*. De Boeck-Solal.
- Grabot, D. (2004). *Psychomotricien : émergence et développement d'une profession*. Solal.
- Habersetzer, G. et Habersetzer, R. (2000). *Encyclopédie des arts martiaux de l'Extrême-Orient*. Amphora.
- Hull, L., Petrides, K. V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M.-C. et Mandy, W. (2017). « Putting on My Best Normal » : Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519-2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>
- Jover, M. et Assaiante, C. (2016). Le développement typique et atypique des actions : théories, recherches et pratiques. *Enfance*, 1(1), 15-33. <https://doi.org/10.3917/enf1.161.0015>
- Larousse. (s. d.-a). *Définitions : kinesthésique, cinesthésique - Dictionnaire de français Larousse*. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/kinesth%C3%A9sique/45562>
- Larousse. (s. d.-b). *Définitions : proprioception - Dictionnaire de français Larousse*. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/proprioception/64425>
- Lazarus, R. et Folkman, S. (1984). *Dictionnaire médical de l'Académie de Médecine*. <https://www.academie-medecine.fr/le-dictionnaire/index.php?q=%3Cem%3Eco-ping%3C%2Fem%3E>
- Lehalle, H. et Mellier, D. (2021). Chapitre 3. Le développement sensori-moteur et cognitif jusqu'à 2 ans. Dans *Psychologie du développement* (vol. 4e éd., p. 71-120). Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.lehal.2021.01.0071>
- Lesage, B. (2012). *Jalons pour une pratique psychocorporelle : structures, étayage, mouvement et relation*. Erès.
- Livingston, L. A., Shah, P. et Happé, F. (2019). Compensatory strategies below the behavioural surface in autism : a qualitative study. *The Lancet Psychiatry*, 6(9), 766-777. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30224-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30224-X)
- Miermon, A., Benois-Marouani, C. et Jover, M. (2012). Chapitre 2. Le développement psychomoteur. Dans *Manuel d'enseignement en psychomotricité* (p. 17-86). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.albar.2012.02.0017>

- Morel, M.-F. (2001). BECCHI (Egle), JULIA (Dominique). – Histoire de l'enfance. Tome I : De l'Antiquité au XVIIIe siècle. Tome II : Du XVIIIe siècle à nos jours. *Histoire de l'éducation*, (89), 127-132. <https://doi.org/10.4000/histoire-education.849>
- Nitobe, I. (2000). *Bushidō : l'âme du Japon* (traduit par E. Charlot). Budo éd.
- Paillard, J. (1999). Dialogues sensori-moteurs et représentation mentale : un problème d'interface. Dans *Psychologie et cerveau* (p. 19-52). Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.3917/puf.seron.1990.01.0019>
- Pflüger, A. (2006). *27 Shotokan-Katas : auf einen Blick : Karate-Katas für Prüfungen und Wettkämpfe*. Dokan-Verl.
- Portocarrero, P. (1986). *De la chine à Okinawa : TODE, les origines du karaté-do*. Sedirep.
- Réveillé, C., Paquet, A., Le Menn-Tripi, C., Laranjeira-Heslot, C. et Perrin, J. (2018). Chapitre 9. Sémiologie psychomotrice du Trouble du spectre de l'autisme (TSA). Dans *Manuel d'enseignement de psychomotricité* (p. 515-545). De Boeck Supérieur. <https://doi.org/10.3917/dbu.albar.2017.01.0515>
- Rivière, J. (2011). La mémoire du corps chez le jeune enfant : l'impact des routines motrices sur le comportement de recherche manuelle d'objets cachés. *Développements*, 7(1), 29-36. <https://doi.org/10.3917/devel.007.0029>
- Sicart Abecassis, E. (2024). *Glossaire du vocabulaire de la danse*. <https://www.danseacademie.fr/actualités-agenda-stages/glossaire-de-la-danse/>
- Smit, S. (2001). *Karaté, Les arts martiaux simples et pratiques* (traduit par P. Hugues). Renssen.
- Vincent, F. (2021a). Chapitre 7. Espace. Dans *Le bilan avec les tests psychomoteurs* (p. 99-107). Dunod. <https://www.cairn.info/le-bilan-avec-les-tests-psychomoteurs--9782100810031-p-99.htm>
- Vincent, F. (2021b). Chapitre 8. Temps. Dans *Le bilan avec les tests psychomoteurs* (p. 109-115). Dunod. <https://www.cairn.info/le-bilan-avec-les-tests-psychomoteurs--9782100810031-p-109.htm>
- Vincent, F. (2021c). Chapitre 9. Représentation corporelle. Dans *Le bilan avec les tests psychomoteurs* (p. 117-129). Dunod. <https://www.cairn.info/le-bilan-avec-les-tests-psychomoteurs--9782100810031-p-117.htm>
- Vincent, F. (2021d). Chapitre 13. Fonctions supérieures. Dans *Le bilan avec les tests psychomoteurs* (p. 169-175). Dunod. <https://www.cairn.info/le-bilan-avec-les-tests-psychomoteurs--9782100810031-p-169.htm>

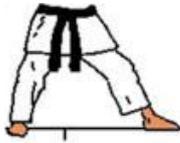
## ILLUSTRATIONS

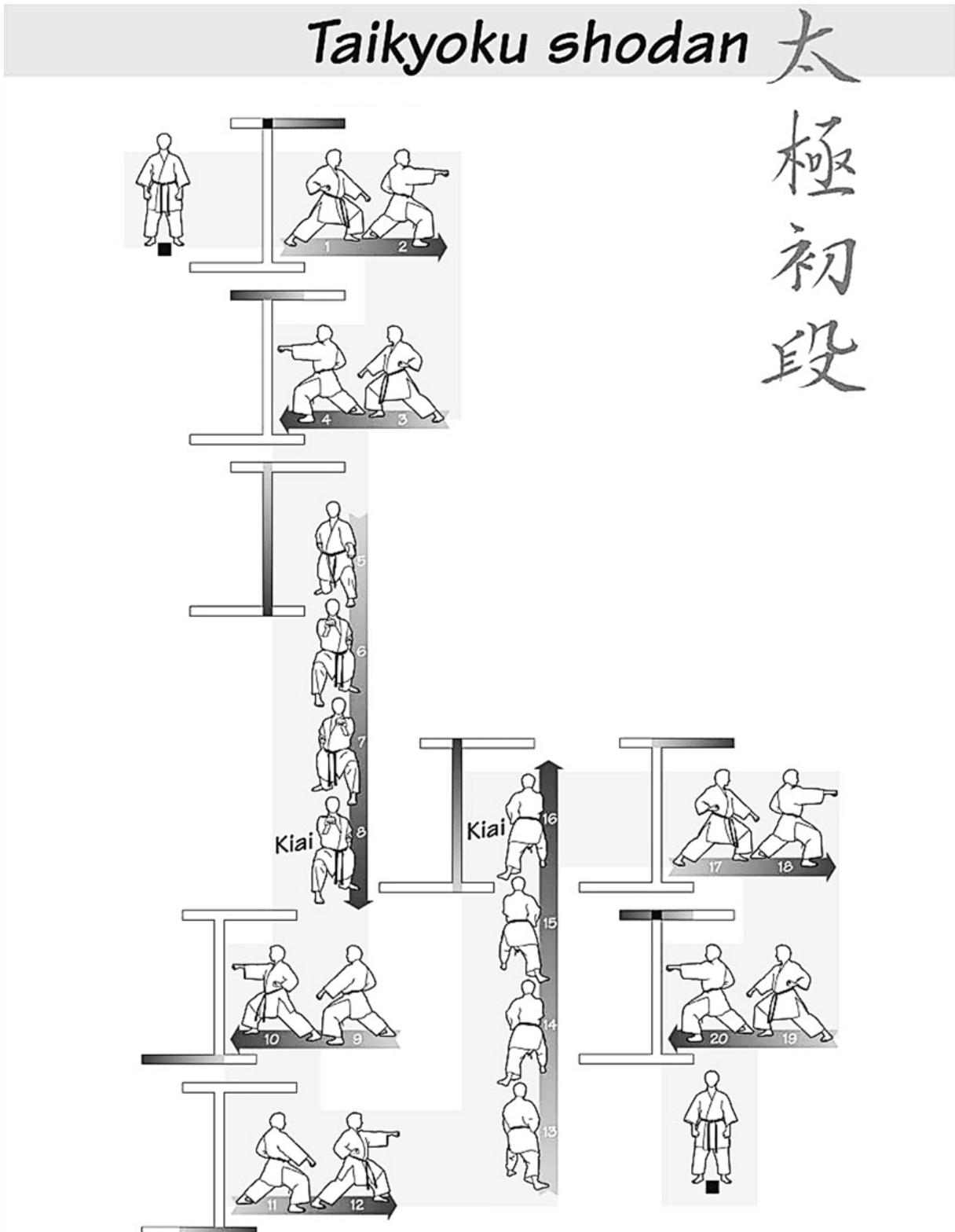
- Bain News Service. (1913). *Helen Keller* [photographie]. Division des impressions et photographies de la Bibliothèque du Congrès Washington, DC 20540 Etats-Unis. <http://hdl.loc.gov/loc.pnp/ggbain.12475>
- Beben, L. (2024a). *Apports du karaté adapté pour le développement psychomoteur des personnes en situation de handicap* [image]. <https://ibb.co/N9yHk3m>
- Beben, L. (2024b). *Coup de pied dans les préjugés* [image]. <https://ibb.co/H2Jy7k6>
- Beben, L. (2024c). *Le pushing ball* [photographie]. <https://ibb.co/cN8SW2k>
- Beben, L. (2024d). *L'échelle* [photographie]. <https://ibb.co/DL2ppSH>
- Beben, L. (2024e). *Les bracelets de couleurs aux chevilles* [photographie]. <https://ibb.co/5hb6FWJ>
- Beben, L. (2024f). *Les épingles à linge* [photographie]. <https://ibb.co/FmdqRXV>
- Beben, L. (2024g). *Les gants, les plastrons et les protège-pieds* [photographie]. <https://ibb.co/NrLhjr1>
- Beben, L. (2024h). *Les morceaux de ceinture de couleur* [photographie]. <https://ibb.co/Zgg0kgz>
- Beben, L. (2024i). *Les plots et les cerceaux* [photographie]. <https://ibb.co/5vqHMVM>
- Beben, L. (2024j). *Les sept principes fondamentaux du bushido* [image]. <https://ibb.co/X2tZFXC>
- Beben, L. (2024k). *Techniques de karaté vues en prise en charge psychomotrice* [image]. <https://ibb.co/bN5H7W2>
- Phantom. (2019a). *Le camouflage social chez les personnes autistes* [image]. <https://comprendrelautisme.com/wp-content/uploads/2019/05/Pr%C3%A9tendre-%C3%AAtre-normal-2.png>
- Phantom. (2019b). *Tableau des niveaux de soutien de l'autisme dans le DSM-5* [image]. <https://comprendrelautisme.com/wp-content/uploads/2019/07/niveaux-de-soutien-dsm5-724x1024.png>
- Turner, O. J. (1947). *Albert Einstein* [photographie]. Division des impressions et photographies de la Bibliothèque du Congrès Washington, DC 20540 Etats-Unis. <http://hdl.loc.gov/loc.pnp/cph.3b46036>

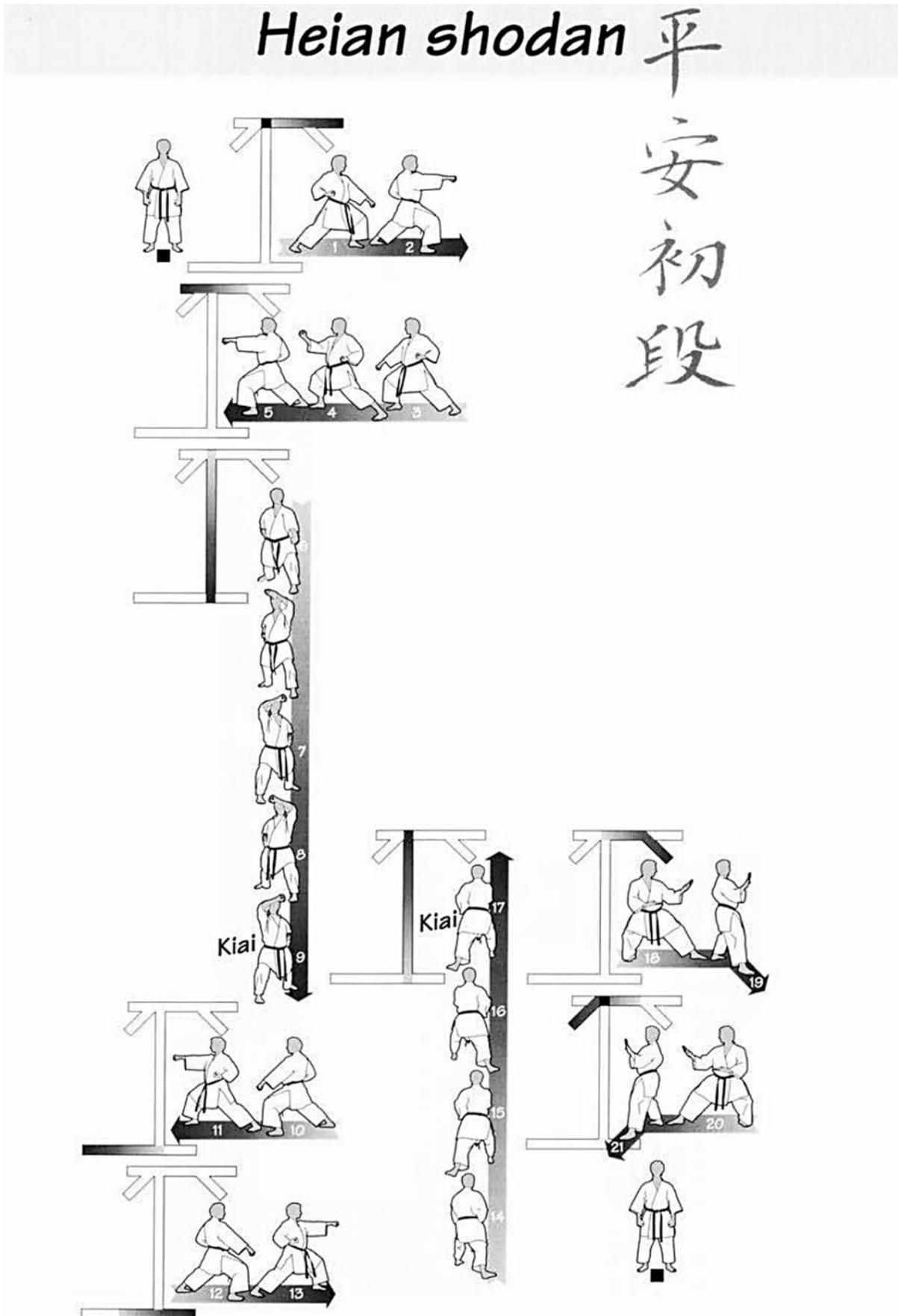
## Annexe I : Organigramme de l'ESAT

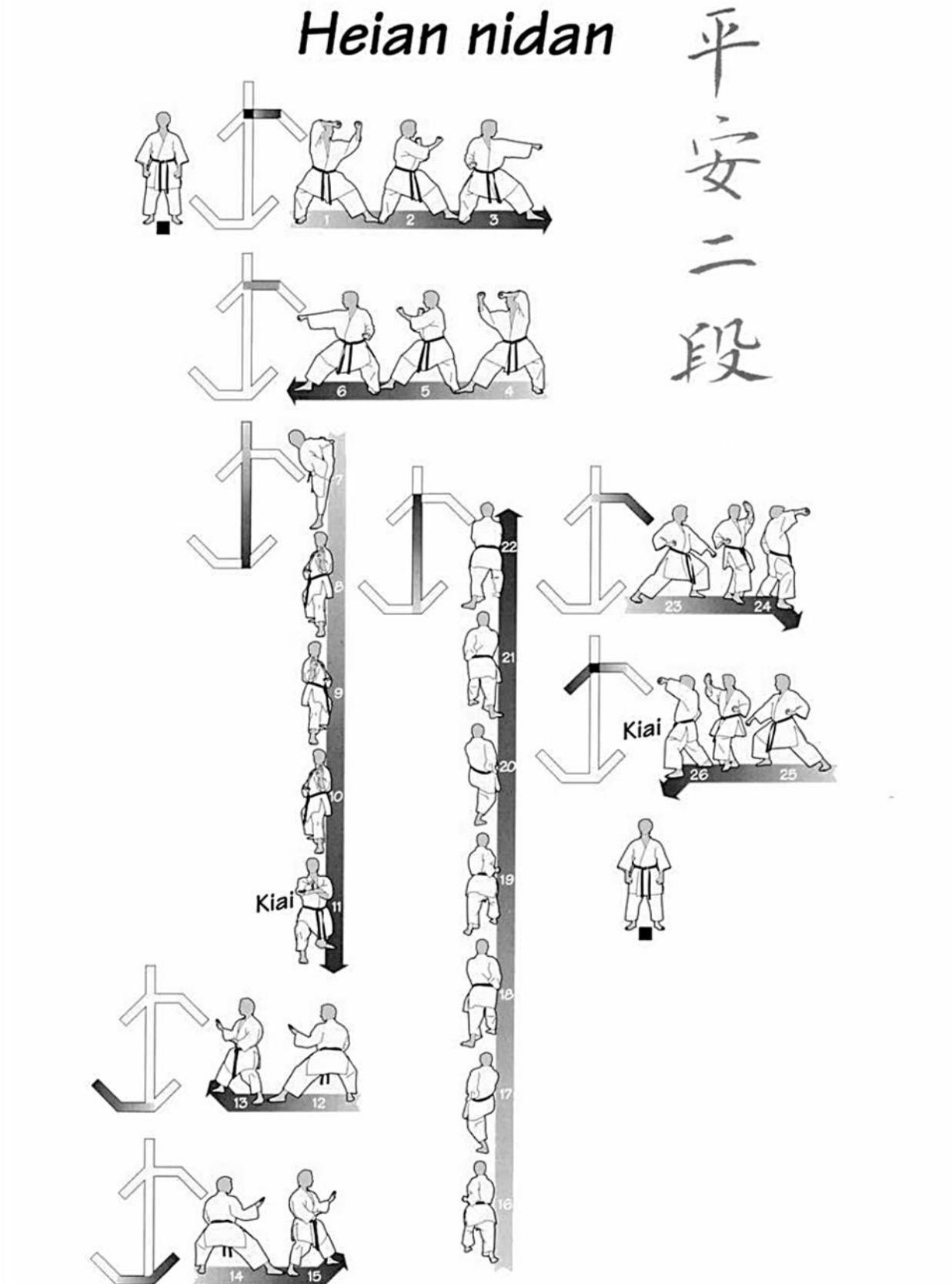


Annexe II : Techniques de karaté vues en prise en charge psychomotrice

<p>Positions de jambe</p>	 <i>Zenkutsu-dashi</i>	 <i>Kokutsu-dashi</i>	 <i>Renoji-dashi</i>
<p>Attaques de pied</p>	 <i>Yoko-geri</i>	 <i>Mae-geri</i>	
<p>Attaques de poing</p>	 <i>Oi-zuki</i>	 <i>Tettsui-uchi</i>	 <i>Shuto-uchi</i>
<p>Défenses</p>	 <i>Gedan-barai</i>	 <i>Shuto-uke</i>	 <i>Jodan-age-uke (poing fermé)</i>
	 <i>Haiwan-uke</i>	 <i>Morote-uchi-uke</i>	 <i>Uchi-ude-uke</i>
			 <i>Haïto jodan age-uke (main ouverte)</i>
			 <i>Osae-uke</i>







**RESUME** Ce mémoire clinico-théorique explore l'intégration du karaté adapté dans la prise en charge psychomotrice des personnes en situation de handicap. En se basant sur une approche karaté-psychomotricité, l'étude met en lumière l'impact significatif de cette pratique sur le développement psychomoteur des individus. A travers une analyse approfondie, il ressort que le karaté adapté favorise le bien-être physique, mental et social des participants, tout en contribuant à leur autonomie et à leur intégration sociale. En outre, ce mémoire explore les implications de l'approche karaté-psychomotricité, son potentiel de développement et ses possibilités d'intégration dans d'autres secteurs de la santé. Enfin, il propose des initiatives pour sensibiliser et promouvoir cette approche à grande échelle, soulignant l'importance de l'évolution des représentations de l'autisme dans les médias pour favoriser une culture d'inclusion et de compréhension.

#### MOTS-CLEFS

Karaté adapté – Psychomotricité – Handicap – Inclusion – Autisme

---

**SUMMARY** This clinical-theoretical thesis explores the integration of adapted karate in psychomotor care for people with disabilities. Based on a karate-psychomotricity approach, the study highlights the significant impact of this practice on the psychomotor development of individuals. Through in-depth analysis, it emerges that adapted karate promotes the physical, mental, and social well-being of participants, while also contributing to their autonomy and social integration. Furthermore, the thesis explores the implications of the karate-psychomotricity approach, its potential for development, and its integration possibilities in other healthcare sectors. Finally, it proposes initiatives to raise awareness and promote this approach on a large scale, emphasizing the importance of evolving representations of autism in the media to foster a culture of inclusion and understanding.

#### KEYWORDS

Adapted karate – Psychomotor – Disability – Inclusion – Autism