

PRÉAMBULE

Beaucoup de parents s'inquiètent de l'avenir pour leurs enfants ou leurs adolescents. Ils sont d'autant plus inquiets lorsqu'ils constatent que leur enfant a des problèmes d'écriture, trop lente ou trop brouillonne, et qu'il est considéré dans la cour d'école par ses camarades comme un « bizarre », parfois mis à l'écart.

Très souvent, ces difficultés cachent d'autres soucis, tels que le manque de confiance en soi, le harcèlement scolaire, la colère, l'anxiété, certaines peurs, une phobie scolaire, des compulsions, une énurésie, une hypersensibilité, un manque de concentration, des cauchemars, des ongles rongés, des cheveux arrachés, un pouce sucé, une dyspraxie, une dysphasie...

Josiane GONTARD, qui est une spécialiste de la graphothérapie depuis de nombreuses années, qui a étudié la psychanalyse et la psychologie, a un jour décidé de convaincre **Jacques MARCOUT**, hypnothérapeute et auteur de deux livres précédemment cités, de travailler ensemble pour pouvoir répondre au plus vite aux problèmes actuels des enfants et adolescents appelés « bizarres » par leurs copains.

Ils ont monté ensemble une méthode unique au monde qui leur a permis d'avoir une amélioration

rapide et nette du comportement, qui peut se constater en observant l'écriture des patients.

Ce livre a pour but de rendre espoir aux parents désespérés, d'ouvrir un nouveau champ qui allie les compétences de deux thérapeutes reconnus.

Avec cet ouvrage, dans lequel la majorité des problèmes d'aujourd'hui sont abordés avec dédramatisation, bonne humeur et positivisme, Josiane GONTARD et Jacques MARCOUT dévoilent leurs techniques thérapeutiques pour aider ces enfants ou adolescents en difficulté à être plus armés afin de réussir leur parcours de vie et éviter toute exclusion.

***Leurs différences deviendront une force,
et ils seront ainsi des « bizarres épanouis » !***



LES AUTEURS

Josiane GONTARD :

Josiane GONTARD est graphologue, diplômée de la Société Française de Graphologie, grapho- thérapeute, membre du GGRE (Groupement des Graphothérapeutes Rééducateurs de l'Écriture), sophrologue, analyste jungienne.

Elle exerce en cabinet pluridisciplinaire depuis 30 ans, et est installée au Château de Rassis, à Sorgues, à côté d'Avignon.

Elle travaille sur les dysgraphies de lenteur, de tension, de crispation et d'anxiété associées aux problèmes de dyslexie, de dysorthographe, de dysphasie, de dyscalculie, de dyspraxie et d'hyperactivité avec troubles de l'attention et de la concentration.

Elle reçoit des enfants, des adolescents, des adultes, dont l'écriture est altérée, nuisant à sa lisibilité et à sa rapidité...

Jacques MARCOUT :

Jacques MARCOUT était hypnothérapeute, conférencier et coach en communication à Lyon et dans le Vaucluse.

Formé à de nombreuses sciences et techniques comme l'hypnose ericksonienne, la **Programation Neuro-Linguistique (PNL)**, notamment avec Olivier Lockert), la visualisation positive et le magnétisme, il travaillait avec de nombreux décideurs ou patients afin de les aider à mieux vivre.

Il était également diplômé en sciences politiques et en sciences sociales du travail, et auteur de deux livres.



Un dimanche de novembre 2017, je déambulais avec une amie et une consœur dans un salon dédié au mieux-être et aux thérapies naturelles, lorsque mon attention fut attirée par un stand tenu par un certain... Jacques Marcout.

Je m'avançai alors et le dialogue s'engagea avec une grande facilité, lequel déboucha rapidement sur la prise d'un rendez-vous. Je traversais à cette époque une situation émotionnellement exigeante et compliquée, mon papa nous ayant quittés le mois précédent après une longue lutte contre la maladie ; je ressentais le besoin d'être soutenue et aidée - l'hypnose ne m'étant pas inconnue, je savais pouvoir trouver du soulagement dans celle-ci. Devant le confort et le mieux-être éprouvés après quelques séances d'hypnothérapie, je décidai alors de me pencher davantage sur cette technique de soin de l'âme. Par la suite, lors d'un séminaire à Lyon, animé par M. Marcout en personne en octobre 2018, j'eus l'occasion de m'initier à l'hypnothérapie, et ce que j'apprenais m'enthousiasmait toujours plus. De son

côté, M. Marcout découvrait ma discipline, la graphothérapie (c'est-à-dire la rééducation de l'écriture, nous y reviendrons), et à mon tour, je lui enseignai les bases.

Croyant fermement que rien dans la vie n'est dû au hasard, il s'avéra que cette rencontre devait être déterminante, le point de départ d'une expérience riche et positive, humainement et professionnellement.

Mon activité en tant que graphothérapeute, que j'exerce depuis 1994, consiste à rééduquer l'écriture d'une personne (enfant, adolescent, adulte), en identifiant la cause de son problème neurocognitif ; ce peut être un problème postural, un souci physique jusqu'alors non déclaré (anomalie visuelle, manque de repère spatio-temporel...), une souffrance inexprimée (trauma, peurs, émotions, angoisses...) ou encore la détection d'individus à haut potentiel. Il convient de poser un diagnostic, de désamorcer le problème, d'orienter vers le thérapeute adéquat qui complétera mon action sur un autre plan – le but étant que le patient retrouve à la fois le plaisir d'écrire et une qualité de vie meilleure, en tant qu'élève et individu.

Jacques et moi nous sommes alors rendu compte que nos spécialités, certes différentes, se rejoignaient, mieux encore, se complétaient. Car l'hypnothérapie est une technique non invasive dont la finalité est de gommer les traumas, peurs, addictions, phobies,

deuils, etc. Le but, là encore, étant pour le patient de retrouver une vie allégée de souffrances, avec sa participation et sa collaboration actives.

Forts de cette découverte, il nous a semblé opportun de mettre en commun nos compétences pour une collaboration professionnelle. Et nous ne regrettons pas cette décision... En effet, nous travaillons en binôme depuis 2018 à présent, et nous sommes ravis des résultats encourageants et déterminants que nous obtenons, dont même la presse s'est fait écho. Nombre de retours positifs nous parviennent, et cela est très gratifiant pour nous. Quelles joie et satisfaction, dès lors qu'un enfant ou adolescent retrouve la joie d'écrire, libéré de son fardeau sur le plan émotionnel, ayant de nouveau toutes les possibilités de repartir sur des bases saines à l'école ou dans sa vie.

Ces résultats prometteurs et encourageants nous ont incités à partager notre expérience à un plus grand nombre de personnes, professionnels ou non ; nous avons donc décidé de passer à une autre étape par la rédaction de ce manuel.

Dans celui-ci, nous vous proposons de partir à la découverte de nos thérapies respectives, leurs champs d'action. Nous espérons pouvoir vous transmettre une idée beaucoup plus nette de l'hypnothérapie, loin des idées reçues ou clichés qui entourent parfois la pratique sous hypnose. Nous brosserons un tableau explicatif de la graphothérapie, discipline encore assez

mal connue, sur qui peut être concerné, les résultats que l'on peut obtenir, et dans le cas de nos deux spécialités, sans thérapie médicamenteuse ni dépendance, et aux résultats rapides. Vous verrez comment il est possible de retrouver un mieux-être général, d'écrire sans contrainte, d'apporter son aide en tant que parents ou enseignants aux enfants ou adolescents, et de contribuer à leur offrir une scolarité épanouissante et réussie, un meilleur départ dans l'existence.

Au fil des pages, nous suggérerons des Tests, ateliers, activités ludiques, mises en situation, exercices, témoignages...

À pratiquer dans la quiétude de votre foyer, seul ou en famille.

Je vous souhaite sincèrement un bon voyage à travers ces pages, aussi et surtout, beaucoup de bien-être.

Quoi qu'il en soit, vous méritez le meilleur, vous êtes unique, et vos enfants aussi.

Avec affection,

Josiane Gontard

Chapitre 1

Introduction à la graphothérapie, un maillon nécessaire pour soigner les troubles neurocognitifs

Par Josiane Gontard

Un peu d'histoire...

À partir du XII^e siècle, les élites, c'est-à-dire les nobles et les ecclésiastiques qui utilisent la calligraphie, se penchent sur l'écriture manuscrite, par rapport à ce qu'elle révèle concernant le caractère et la personnalité du scripteur.

Selon le philosophe **Théodule-Armand Ribot** : « L'écriture, comme les autres gestes, étant sous la dépendance directe du cerveau, varie avec les états permanents ou passagers de la personnalité. »

Vers la fin du XIX^e siècle, **Jules Crépieux-Jamin** crée une technique d'étude graphologique, qui sera à la base de la graphologie moderne.

De nos jours, on utilise cette méthode pour procéder à des analyses professionnelles (recrutement, orientations auprès des adolescents, ou reconversions auprès d'adultes), des analyses d'ordre privé (caractère, affectivité, relationnel, sociabilité, activité), en faisant ressortir les points forts et faibles, des analyses graphologiques auprès des tribunaux.

PRÉAMBULE

Beaucoup de parents s'inquiètent de l'avenir pour leurs enfants ou leurs adolescents. Ils sont d'autant plus inquiets lorsqu'ils constatent que leur enfant a des problèmes d'écriture, trop lente ou trop brouillonne, et qu'il est considéré dans la cour d'école par ses camarades comme un « bizarre », parfois mis à l'écart.

Très souvent, ces difficultés cachent d'autres soucis, tels que le manque de confiance en soi, le harcèlement scolaire, la colère, l'anxiété, certaines peurs, une phobie scolaire, des compulsions, une énurésie, une hypersensibilité, un manque de concentration, des cauchemars, des ongles rongés, des cheveux arrachés, un pouce sucé, une dyspraxie, une dysphasie...

Josiane GONTARD, qui est une spécialiste de la graphothérapie depuis de nombreuses années, qui a étudié la psychanalyse et la psychologie, a un jour décidé de convaincre **Jacques MARCOUT**, hypnothérapeute et auteur de deux livres précédemment cités, de travailler ensemble pour pouvoir répondre au plus vite aux problèmes actuels des enfants et adolescents appelés « bizarres » par leurs copains.

Ils ont monté ensemble une méthode unique au monde qui leur a permis d'avoir une amélioration