

# Mon doudou, l'objet transitionnel qui fait grandir

Adrien Blanc nous invite, dans son nouvel ouvrage, de manière contemporaine, à réinterroger la place des phénomènes transitionnels dans le devenir de la vie psychique, tant du nourrisson que de l'adulte.

## Le bébé et son doudou

**“On a oublié le doudou !” Cette parole de parents, si fréquemment entendue et exprimée dans la vie quotidienne, s'énonce comme un acte terrible ; comme si, oublier ce qui rassure, calme et aide aux séparations est davantage angoissant que de dire au revoir à « papa et maman » ou encore de s'endormir !**

Adrien Blanc, dans un ouvrage à la fois clinique et pédagogique, s'adressant tout autant aux professionnels de la petite enfance qu'aux parents, oriente notre regard vers cette question singulière et toujours actuelle : « Qu'est-ce qu'un doudou ? Qu'est-ce qui « fait » doudou ? A quelle place et dans quel rôle pouvons-nous situer cet objet commun si répandu et trop souvent réduit à sa forme industrielle, et ce, autant pour chaque bébé que de manière globale ? Est-il véritablement nécessaire ? Est-ce une obligation de possession ? Un passage obligé ? Ou pouvons-nous penser à nouveau, à l'aune de connaissances actuelles discutant les concepts psychanalytiques, les objectifs et fonctions de cet objet d'apparence si important ? Est-il d'ailleurs le seul ? Sert-il uniquement au bébé, à ses parents, aux professionnels ?

Autant de questions et de réflexions autour desquelles l'auteur nous invite à plonger. Lire cet ouvrage, c'est partir à la rencontre d'un guide clinique et réflexif. Mais aussi, et surtout, d'une histoire, celle de la naissance et du devenir du transitionnel, où se racontent et se conjuguent différentes personnes autour du bébé, grandissant grâce à son environnement et à travers ce qu'il a à portée de main pour s'étayer, se développer et tisser des liens.

**L'écriture de votre ouvrage se présente comme un guide, d'où est né ce désir de guider vos lecteurs, et vers quoi ?**

Je l'ai effectivement écrit comme un guide, au vrai sens du terme : celui d'accompagner une pensée, une réflexion, comme une aventure et un partage, mais pas pour une somme de conseils ou de « on doit » ! Ça peut décevoir certains lecteurs mais...un guide amène à éveiller une pensée, une réflexion qui devient notre propre guide. Mon envie était là, rendre accessible au plus grand nombre des connaissances psychanalytiques actualisées et cliniques, sans jargon, sans position haute, mais ouverte, respectant le complexe. Créer la collection « Et tu deviendras grand(e)... » est naît de la même volonté ! Offrir à des professionnels pys et non pys, des ouvrages psychanalytiques centrés sur le développement de l'enfant de manière accessible et complexe, ouvrant à la compréhension de la vie psychique, sa naissance, sa construction et son devenir !

## Le doudou et ses fonctions

Les expériences de vie que le bébé traverse dans les premiers temps de son existence sont ici rendues plus claires, plus limpides, lorsque l'on comprend qu'un quelque chose d'apparence instinctif rend compte d'une avancée formidable dans la construction psychique, émotionnelle et relationnelle du tout petit: “Le doudou est l'un de ces phénomènes que l'on situe entre la découverte

de son corps propre et la capacité à jouer de manière créative avec des objets extérieurs à lui, vécus et représentés comme extérieurs à lui” (p.40)

Adrien Blanc nous emmène et nous ramène dans la pensée émergente du bébé, précédée par la sensorialité, en deçà des mots. Pensée qui nous a, et continue de nous traverser, celle de la découverte d'un espace de création, où "tout" est potentiel entre soi et l'autre, entre le bébé et ses parents, entre le bébé et ceux qui vont le rencontrer dans son enfance. Ce lieu d'échange, cet espace transitionnel, est une découverte fondamentale pour le bébé qui, au départ, recherche qui il est, ne se différenciant pas toujours bien de l'autre qu'il perçoit pourtant l'extérieur de lui. En effet, « ...même si l'autre est perçu d'emblée comme à l'extérieur *au niveau perceptif*, au niveau psychique, tout le processus de construction du lien relationnel et de différenciation entre dedans et dehors est à élaborer pour l'enfant » (p.27). C'est ainsi qu'Adrien Blanc nous pousse à repenser l'objet transitionnel à la lumière des découvertes contemporaines, rendant visibles les différentes étapes de développement par lesquelles l'enfant passe, construit sa pensée et son lien aux autres. L'auteur choisit le doudou comme exemple central, tout en orientant notre regard sur bien d'autres phénomènes de notre vie quotidienne.

**L'objet transitionnel, depuis Winnicott, est largement connu, même hors psychanalyse. Qu'est-ce qui vous a donné envie de mettre ce concept au cœur de votre travail ?**

Ce n'est pas tant mettre l'objet transitionnel au cœur de mon travail que de lui redonner ses lettres de noblesse au sein des phénomènes transitionnels qui m'intéressaient. Que ça soit chez les psys, ou plus largement chez les professionnels de l'enfance, les phénomènes transitionnels, dont l'objet transitionnel-doudou fait partie, sont parfois réduits à des objets matériels, évidents, fonctionnant « par eux-mêmes » sans être forcément réfléchis dans un lien à l'autre, dans un lien à la construction du rapport à l'autre et au monde. J'avais envie de proposer un ouvrage expliquant le complexe sans le réduire, amenant la psychanalyse à se questionner par rapport aux travaux contemporains en neurosciences et en psychologie du développement, tout en appuyant sur la dimension clinique du transitionnel.

### **Expériences transitionnelles et construction du lien**

Au centre de l'ouvrage, au-delà du doudou, Adrien Blanc nous convoque à réfléchir, également en tant qu'adultes, à la place du lien dans nos expériences avec nous-mêmes, les autres et la réalité. En effet, l'expérience du lien est centrale, tant pour l'adulte que pour la construction du bébé et du jeune en devenir. C'est au travers de ce lien que se crée cet espace entre deux ; c'est-à-dire entre deux pensées, deux êtres qui se différencient, deux espaces, internes et externes. Pour se différencier psychiquement de l'autre, le bébé fait nécessairement l'expérience de la séparation ; séparation entre soi et l'autre qui, bien que terrible, est essentielle à la construction psychique de tout être humain. De l'élaboration de cette épreuve se co-crée et se crée un espace entre deux, espace potentiel où transite ce qui peut circuler entre soi et l'autre, faisant le lit de ce qui constitue une rencontre.

A cet endroit se situent les phénomènes transitionnels, dont le doudou en est un parmi d'autres où, ce « ...qui devrait nous guider - ce n'est pas l'objet ou le phénomène en tant que tel, mais bien son utilisation » (p.47). La subtilité de cet ouvrage est qu'il permet d'aborder les phénomènes et objets transitionnels comme processus dynamique permettant un accès entre ce que l'on vit intérieurement, ce que l'on perçoit à l'extérieur, et comment ces éléments nous nourrissent et nous transforment au quotidien. « Le paradoxe de l'existence du monde extérieur, c'est qu'il existe indépendamment de nous et que nous pouvons en prendre conscience uniquement en le percevant, et donc en le modifiant par notre perception » (p.52). Ainsi, il devient palpable lorsque l'on peut se le représenter, dans notre pensée. Si cette dynamique constitue une fonction quotidienne chez l'adulte,

le tout petit découvre ce mécanisme à travers ses phénomènes transitionnels. En ce sens, les objets transitionnels ne le deviennent que lorsque le bébé est prêt à les découvrir et à les utiliser comme tel, c'est-à-dire comme support au développement, à la construction de soi, et à l'appréhension, en soi, de ce qui se déroule en dehors de lui, à travers son lien aux autres. A ce propos, l'auteur conclut autour d'une réflexion originale sur la fonction transitionnelle de l'adulte, que je vous invite à découvrir.

### **C'est mon doudou ! : une expérience continue**

« L'objectif principal que nous pouvons nous donner est de mettre au travail et en tension les pratiques éducatives, parentales comme professionnelles, avec une réflexion autour du doudou comme concept et non uniquement comme objet » (p.42), et c'est tout ce que le dernier chapitre explore avec nous, nous guidant pas à pas.

### **Pourquoi l'objet transitionnel-doudou vous semble être l'exemple type de l'expression des phénomènes transitionnels chez le bébé ?**

Lorsque je propose de nommer le doudou « objet transitionnel-doudou » c'est pour amener à une réflexion sur cet objet en lui-même, qui est à différencier de l'objet commercial. Il ne naît pas transitionnel, il le devient. Il le devient au sein d'une relation, d'un environnement qui le reconnaît et lui fait une place dans les interactions, même si parfois il a été co-construit et proposé par l'adulte ! Mais il reste un phénomène transitionnel parmi d'autres même si, du fait souvent de sa consistance, et de son aspect matériel et concret, il prend une place spécifique dans les liens précoces. Il me sert aussi de paradigme dans l'ouvrage car il est plus simple à comprendre, repérer, accueillir et soutenir qu'une comptine, une pensée, ou un rituel. Lorsque je parle d'un roman, du visionnage d'une série, ou de la couette pour protéger des monstres, il s'agit bien d'illustrer, dans des expériences compréhensibles pour l'adulte, ce qui se joue au niveau non verbal et langagier pour le bébé.

L'aspect novateur de cet ouvrage est de questionner les fonctions du doudou pour l'enfant comme pour les parents ; c'est-à-dire que si l'enfant se sert du doudou, il a une place pour les parents aussi, dans la mesure où il est un outil d'observation, de dialogue et de transition pour les expériences de séparation. Il en va de même pour les professionnels : le doudou peut "aider", et "servir" chacun d'eux, en étant à différentes places suivant les âges et les lieux, et pas toujours utilisé pour les mêmes raisons. Souvent, ce sont les parents et l'environnement qui investissent d'emblée le doudou matériel, avant même que l'enfant lui attribue une fonction d'objet transitionnel-doudou.

La dimension singulière de ce guide est qu'il nomme et nous fait entendre le doudou non pas comme la peluche achetée par le parent ou en cadeau, mais bien comme le choix propre de l'enfant, qui peut même être autre chose, comme une odeur, une parole, une chanson. Le doudou peut donc aussi être là où on ne l'imagine pas. Pourtant, c'est bien un objet qui rend visible les différentes étapes de vie à travers lesquelles l'enfant va construire, dans sa pensée, le lien à l'autre et sa survie lors des absences. Si l'enfant ne choisit pas les moments de séparation, il peut bien choisir ce qui, autour de lui, au niveau sensoriel et matériel, viendra l'aider à « faire face » à la vie. Le doudou peut revêtir la forme d'un objet transitionnel, lorsque le tout petit sera prêt à lui attribuer cette fonction ; participant ainsi à la création de cet espace entre soi et l'autre.

Bon nombre d'objets et de phénomènes vont faire leur apparition et vont être perçus et rendus disponibles pour le bébé, afin qu'en lui, et à l'extérieur de lui, il puisse user d'eux pour permettre à la différenciation d'être éprouvée, et contrôlée. C'est-à-dire que le bébé se saisisse d'un quelque chose à lui, pour que s'inscrive ce processus de séparation, qui, évidemment, surgit malgré lui. C'est ainsi qu'Adrien Blanc porte notre regard sur le doudou, ce doudou, choisit, chérit et haït aussi,

essentiel pour le bébé. Même si « le doudou est rarement fourni avec son manuel d'utilisation » (p.12), le doudou comme objet transitionnel, objet d'appui, objet gardé et maîtrisé, permet au bébé de « faire face » à la première expérience de vie qu'il va éprouver, celle de la séparation. Et cet ouvrage nous invite à l'accueillir, l'accompagner et prendre appui sur ce qu'il co-crée avec nous !