



*Regroupement pour l'éducation somatique*

## *Code de déontologie (extraits)*

version du 7 février 2004, adoptée le 31 octobre 2003

---

### **Préambule :**

### **NATURE et LIMITES DE L'ÉDUCATION SOMATIQUE**

**L'éducation somatique est un jeune champ disciplinaire qui s'intéresse à l'apprentissage et à la conscience du corps en mouvement dans son environnement.** L'éducation somatique propose une découverte personnelle de ses propres mouvements, de ses propres sensations. Ce processus éducatif est offert lors de cours ou leçons où l'intervenant propose par la parole, ou encore par le geste ou le toucher, des activités pédagogiques de mouvement et de perception du corps.

**L'éducation somatique n'est pas en soi une thérapie.** Quoiqu'elle puisse clairement avoir des bénéfices au plan thérapeutique, elle n'a rien de médical. Elle ne tient pas de discours sur la pathologie, n'établit pas de diagnostic, ne fait pas de traitement ni même de pronostic de résultat et ce à la fois au plan physique, psychologique ou comportemental. D'ailleurs, l'éducation somatique ne remplace aucune forme d'approche axée directement sur le **diagnostic**, le traitement et la guérison, qu'il s'agisse de la physiothérapie, de la psychothérapie, de la massothérapie, de l'ergothérapie voire de l'ostéopathie et de toute autre forme de traitement de symptômes et de maladies. Les intervenants en éducation somatique respectent les limites de leur travail en n'engageant pas leurs élèves dans des démarches de type médical ou thérapeutique.

Cependant, quoiqu'elle ne soit pas issue d'un tel modèle médical ou d'une pratique de traitement de la pathologie, **l'éducation somatique n'en présente pas moins de nombreux bienfaits au plan de la santé physique et psychologique.** Que ce soit en prévention, pour le soulagement des inconforts, pour la gestion du stress, ou pour l'amélioration de la motricité et du comportement en général, y inclus au plan de la vie émotive et des relations interpersonnelles, il y a divers bienfaits reconnus de l'éducation somatique et ils sont très variables selon les personnes. De tels avantages sont le résultat d'un travail de prise de conscience.

Quoique l'éducation somatique soit une approche globale de la personne par le mouvement et par la prise de conscience du corps, elle n'a pas à proprement parler à voir directement avec un travail sur la santé mentale et sur l'univers psychologique de la personne. Cependant, il ne faudrait pas non plus nier que **l'éducation somatique peut, par la prise de conscience du corps en mouvement, aussi affecter la vie émotive, les relations interpersonnelles, la créativité autant que les sensations et perceptions de ses élèves.** Mais comme pour les effets thérapeutiques, ces possibles résonances de l'éducation somatique sur la vie intérieure et sur les modes cognitifs sont obtenues indirectement, et à titre complémentaire de la prise de conscience. L'intervenant doit encore ici et à cet égard bien mesurer les limites de sa compétence et ne pas s'engager dans des démarches qui sont le propre par exemple de la psychothérapie ou de la relation d'aide.

Comme l'éducation somatique implique du mouvement corporel, il est de mise que l'intervenant ait un minimum d'information sur la condition de l'élève autant que sur ses besoins, possibilités ou limites. Les élèves n'ont pas à se soumettre à des questionnaires ou interrogatoires ou examens autrement que pour les fins propres de la démarche éducative. Il peut arriver que l'intervenant demande à l'élève de se dévêtir lorsqu'il a à prendre connaissance de certaines caractéristiques corporelles pour les fins d'une meilleure compréhension des besoins et caractéristiques de l'élève. L'élève a toujours le choix de se prêter ou non à cette demande de même qu'à toute autre question.

**L'éducation somatique n'a rien à faire avec quelque religion, secte ou pratique ésotérique.**

Les intervenants favorisent l'autonomie individuelle et la prise en charge des personnes par elles-mêmes sur la base d'une meilleure connaissance de soi au plan somatique. L'éducation somatique promeut l'apprentissage, offrant à chaque élève la possibilité de se développer selon ses intérêts et possibilités. L'éducation somatique ne prend pas partie face aux convictions et valeurs personnelles ou culturelles, et elle cherche plutôt à favoriser le respect et la tolérance dans la diversité. L'éducation somatique propose une démarche d'éveil de la conscience et c'est en cela qu'elle peut aider des personnes à améliorer le sentiment même de soi et aussi le rapport au monde.

Le RES réunit des intervenants formés dans diverses méthodes d'éducation somatique. Le RES favorise la collaboration, le respect et l'échange entre les méthodes. Chaque méthode est responsable de former et reconnaître ses membres. Chaque association conserve aussi son propre code de déontologie et sa propre procédure de gestion des plaintes.

LE RES cautionne les membres des associations suivantes qui sont représentées au RES :

Association Alexander

Association des professeures et professeurs de la méthode Feldenkrais<sup>MD</sup>

Association en Approche Globale du Corps et Méthode de Libération des Cuirasses<sup>MD</sup>

Association Gymnastique Holistique<sup>MD</sup>.

Le RES reconnaît aussi les formations des personnes diplômées des méthodes suivantes :

-BMC (Body-Mind Centering),

-LMA (Laban Movement Analyst)

-Trager.

Les méthodes d'éducation somatique s'appuient sur le processus de recherche empirique des intervenants, sur la tradition clinique propre à chaque méthode de même que sur des données scientifiques contemporaines. Les élèves viennent suivre ces cours ou leçons pour des raisons personnelles ou professionnelles, pour améliorer leurs qualités artistiques, leurs performances sportives, leurs ressources éducatives, pour améliorer leur santé, leur qualité de vie et à des fins préventives. Ces personnes jugent par elles-mêmes de la valeur de leur démarche et sont entièrement libres de poursuivre ou d'interrompre leur apprentissage.