

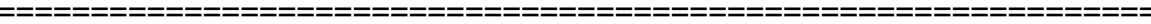
*Texte de réflexion  
(Document de travail,  
pour le  
Regroupement pour l'éducation somatique)*



**Mars 1999**

©Yvan Joly, M.A. (Ps.),  
psychologue et praticien-formateur en éducation somatique (*Méthode Feldenkrais®*)  
porte-parole du Comité des formateurs en éducation somatique  
du Regroupement pour l'éducation somatique au Québec

*courriel: yvanjoly@compuserve.com  
107 rue de Touraine, St-Lambert, Québec, J4S 1H3  
Tél et fax: 1-450-671-0638I*



## **De la formation en éducation somatique**

### **Le modèle de formation dans les pratiques alternatives et complémentaires est-il le modèle traditionnel?**

Dans le cadre des méthodes d'éducation somatique les formateurs ont passé des années à essayer de décaper les modèles académiques, et à les remplacer par des formations plus "organiques", des modèles d'apprentissage moins linéaires, des formations reposant moins sur la mise en boîtes des contenus, résistant à la tentation traditionnelle de séparer la formation sinon la personne en morceaux. Nous résistons aussi à ce que le modèle médical traditionnel devienne le cadre de référence de nos pratiques, cadre dans lequel il faudrait s'insérer sinon se contorsionner. Non pas que les connaissances acquises dans les disciplines académiques ne soient utiles ou agréables ou même essentielles ou complémentaires à l'éducation somatique. Mais le processus de formation de notre discipline relève tout simplement d'une autre source.

Notre discipline est de façon élargie **l'éducation somatique** soit l'ensemble des méthodes dont l'objet est **l'apprentissage de la conscience du corps sensible en mouvement dans son environnement**. Toutes nos méthodes d'éducation somatique permettent, chacune à leur manière, cet apprentissage. À ce titre, nous offrons plus une pédagogie qu'une thérapie, le modèle est éducatif plutôt que curatif. Certes, il y a potentiellement des retombées au plan curatif et surtout au plan préventif, qu'il s'agisse de la prévention de problèmes antécédents ou de la récurrence de problèmes actuels de santé. Mais s'il y a

guérison, elle sera le résultat de la prise de conscience et de l'apprentissage de nouveaux comportements et de nouvelles attitudes acquises *par la personne elle-même* et non par l'intervention curative proprement dite de l'intervenant. Plus encore, notre impact sera proportionnel à la prise en charge que la personne qui nous consulte assumera. Nous n'offrons pas des services qui correspondent à des diagnostics médicaux. Nous ne sommes pas des soignants, mais des éducateurs. Nous offrons un processus d'apprentissage que la personne pourra appliquer à ses problèmes de santé, sans doute et si c'est son intérêt, mais aussi à la qualité et à l'efficacité de sa vie quotidienne, sinon à ses gestes sportifs ou artistiques. Et c'est la démarche de la personne elle-même qui est au cœur du processus. La compétence de l'éducateur somatique se mesurera donc à la capacité d'évoquer chez l'élève une démarche de prise de conscience et de prise en charge.

Il est aussi essentiel de noter que notre travail couvre tous les aspects du comportement humain, y inclus la performance sportive, artistique, la productivité au travail et la créativité au sens propre et au sens de la résolution de problèmes divers de la vie quotidienne et professionnelle de nos élèves (notez encore ici le mot "élèves" et non pas "patients"). Nous tenons à ce que le champ total de notre travail soit pris ici en considération. Le volet "santé" est évidemment important à considérer dans l'utilité de notre approche et dans sa rentabilité voire dans la formation. Mais nous travaillons aussi dans les écoles de formation de danse, de théâtre, dans l'entraînement sportif, dans les entreprises etc. Nous avons l'ambition de préserver pour l'éducation somatique toute l'envergure de son champ potentiel d'applications.

Notons également que nos praticiens et praticiennes ont dans la grande majorité des diplômes et des formations dans des champs disciplinaires connexes, en santé, en arts, dans l'activité physique ou en éducation. Et c'est dans ces champs d'origine que souvent ils appliquent leur formation en éducation somatique.

Dans la formation spécifique en *éducation somatique*, il y a avant tout et de façon originale, un important développement personnel à mettre en place. La plupart de nos compétences spécifiques s'appuient justement sur la prise de conscience des intervenantes et intervenants eux-mêmes dans leur propre mouvement, pour ne pas dire dans leur propre corps ou dans leur propre soma. Et plus encore, il s'agit de former des gens dont la compétence s'appuie uniquement en partie sur les connaissances 'objectives' sur le corps et le mouvement. Nos formations et interventions tablent justement sur le raffinement de la capacité de sentir, d'observer et d'intervenir à partir de notre propre expérience de nous-mêmes et des autres. Nous faisons le pont entre les approches "objectives" et "subjectives" en priorisant ce qui est à la source de notre modèle et de notre méthode soit la capacité de s'appuyer sur son expérience et non uniquement sur celle des autres. Voici une position sans doute peu reconnue, relativement in-orthodoxe, radicalement non-académique qui méritera une attention sinon une "défense" particulière dans la démarche de nos formations et dans la recherche de nids institutionnels aptes à nous accueillir.

Nous pouvons évidemment affirmer qu'une formation de base en **anatomie et physiologie du mouvement humain** est essentielle. Encore faudrait-il bien s'entendre ici sur l'anatomie et la physiologie en rapport au mouvement et non uniquement à partir d'une étude statique sur la base de recherches sur des cadavres, ou sur des modèles de squelette dont les articulations sont figées dans le métal! Or il nous est aussi évident que l'essentiel de la formation anatomique doit être offerte en tissage avec l'expérience vécue de la personne en mouvement, dans le cadre de l'enseignement même de l'éducation somatique. Même pour

l'anatomie, il serait inapproprié de faire un ou des cours communs aux approches d'éducation somatique puisque ce serait une forme de séparation du contenu et de la forme pédagogique. Ce qui caractérise chaque approche en éducation somatique c'est justement sa façon d'aborder le corps vécu, le mouvement et par là l'anatomie et par là l'ensemble de la personne.

Nous tiendrions le même discours quant au travail émotif par exemple. C'est dans la spécificité et l'originalité de chaque méthode que la façon de composer avec le vécu émotif devra être abordée. Présumer de la nécessité d'une formation en "relation d'aide" ce serait justement importer le modèle d'une autre discipline, tout comme on ferait erreur si on formait nos gens au diagnostic médical et à la reconnaissance des pathologies. Ou bien nous avons quelque chose d'authentiquement alternatif et complémentaire à offrir, ou bien nous nous intégrons au "mainstream".... ce qui nous semble parfois être le danger de la perspective qui nous guette! Faudra-t-il un jour être diplômé en x, y, z discipline médicale ou paramédicale pour pouvoir avoir une approche alternative à offrir.... c'est justement ce qui nous devons éviter... car offrir une alternative quand on est formé dans un autre modèle, ce n'est pas vraiment "fairplay" pour l'alternative n'est-ce pas? Ceux d'entre nous qui viennent de professions traditionnelles avant le passage à l'éducation somatique peuvent parler abondamment du long décapage de leur propre formation de "base" pour avoir accès finalement et vraiment à l'alternative éducation somatique. Rien qu' à penser qu'on en viendrait à imposer l'une ou l'autre formation traditionnelle avant de pouvoir offrir l'alternative.... Brrr.

Par ailleurs, ce qu'il faudra se demander un autre jour c'est: quel serait le profil de formation, qui puisant aux diverses approches en éducation somatique, permettrait de former des éducatrices et éducateurs somatiques dont le diplôme serait en éducation somatique et pas dans l'une ou l'autre approche. Cela est évidemment une autre question que nous n'aborderons pas maintenant.

### ***Caractéristiques qui devraient distinguer la formation en éducation somatique de celle qui est donnée aux intervenants des disciplines conventionnelles.***

Pour l'éducation somatique, il est essentiel que la formation donnée aux intervenants repose avant tout sur le développement de la personne du professionnel et sur l'utilisation de cette expérience personnelle dans la pratique professionnelle. Voilà ce qui distingue nos formations de celles qui sont offertes de façon traditionnelle. Les universités en particulier ont toujours voulu se cantonner dans "l'objectif" et le quantitatif, et se tenir à une bonne distance de long bâton de l'implication avec le développement des individus. Pour nous, les connaissances biomécaniques, anatomiques, pathologiques à l'occasion, de même que les connaissances interpersonnelles, et pédagogiques sont greffées sur une solide base d'expérience personnelle. L'apprentissage professionnel, par exemple de la structure des leçons collectives guidées par la parole, le développement des habilités sensorielles et cognitives pour offrir des leçons individuelles par le toucher, tout ce qui est au coeur même de la formation passe par l'expérience avant l'analyse et l'intellectualisation. En cours de route, il faut aussi s'occuper de la même manière, c'est-à-dire de façon non linéaire et expérientielle, de l'application du modèle pédagogique et de la méthodologie relative aux différentes clientèles et requêtes qui nous viennent. Évidemment, il y a aussi selon les méthodes et le bagage des formateurs, moult références aux sciences cognitives, à la physiologie du mouvement, aussi à certaines connaissances pathologiques, mais aussi en

créativité, en études sur la conscience, en utilisation de la parole et du toucher pour la communication. Mais le modèle même d'apprentissage est la base et le contenu de la formation. On ne présente pas un modèle d'immersion dans l'expérience en en parlant d'abord, ou en l'analysant, mais en l'appliquant et en plongeant non sans balises mais néanmoins en plongeant dans l'expérience de soi en mouvement. Et cette position doit être "entretenu" sinon défendue, et cela du début à la fin

*De la pertinence d'une recherche fondée sur une analyse des tâches et des actes effectués dans la pratique professionnelle..... décrivant les gestes., le raisonnement et les justifications menant à poser ces gestes et effectuer les intervention.*

Le processus de formation et d'intervention en éducation somatique ne tient pas avant tout d'un processus hypothético-déductif de pré-rationalisation et de linéarité . Le processus expérientiel, pré-verbal et "intuitif" se décrit, mais surtout en termes de ce que perçoit et ressent l'enseignant. L'analyse et les raisonnements souvent brillants par ailleurs (!) viennent uniquement ensuite, mais ils ne sont même pas essentiels aux apprentissages de notre élève qui est lui ou elle, engagé dans son propre processus expérientiel. La démarche du praticien ne se définit pas en termes diagnostiques, mais en termes de mouvement de l'attention, et en termes de recherche clinique en action.

Si l'on s'entendait par ailleurs sur l'objet et le contexte et la méthodologie à donner à une recherche qui pourrait nous être utile, elle porterait sur

**les connaissances fondamentales et les habiletés requises de la part des**

**professionnels en éducation somatique.** Cette recherche pourrait surtout nous être utile à:

- déterminer avec plus de clarté le paradigme de nos méthodes et leur spécificité;
- clarifier les choix pédagogiques nécessaires pour la formation pratique et théorique de nos praticiennes et praticiens;
- mesurer (nous disons bien "mesurer" en prenant pour acquis que les méthodes de recherche qualitative font aussi partie du répertoire de mesure) l'impact et les effets de nos interventions sur nos élèves en ce qui a trait à LEURS demandes
- mieux apprécier les besoins de formation post-graduée de nos collègues déjà formés (sans prendre pour acquis que les connaissances en pathologie et en relation d'aide seraient en tête de liste, mais en faisant au contraire l'hypothèse que ce serait la formation .

En conclusion, nous tenons à ce que nos formations en éducation somatique relèvent d'un processus semblable à celui que nos diplômés praticiens ont à eux-même mettre en place, soit un processus expérientiel avant tout, réflexif et analytique par la suite. Sur cela, nous comptons être intransigeants. Autrement nous aurions l'impression de vendre notre... soma.