

Congrès international sur la science du Toucher (CIST2004)
Montréal, Québec, Canada,
Samedi le 15 mai, de 14 :00 à 15 :30

TITRE de l'atelier :
LE TOUCHER ,
POUR L'APPRENTISSAGE DE LA CONSCIENCE DU CORPS

Parmi les nombreuses formes et méthodes du toucher, il en est une qui nous voulons distinguer ici, c'est le toucher que nous appellerons «*somato-éducatif*». Ce toucher permet à la personne d'apprendre la conscience du corps en mouvement dans l'espace. L'intention d'un tel toucher n'est ni de corriger la personne ni d'agir « sur » elle ou sur sa pathologie mais bien d'informer la personne puis de lui suggérer des variations de comportement.

Dans un premier temps, le toucher « *somato-éducatif* » se veut avant tout « **reflet somatique** ». Les mains offrent un miroir pour prendre conscience de ses propres sensations, de son organisation, de son tonus, de sa posture, de ses manières de respirer et de se mouvoir. La personne développe alors le sentiment même de soi (A. Damasio). Ce toucher « reflet » peut faciliter la prise de conscience à la surface de la peau, dans les tissus mous voire au plan du squelette sinon dans l'ensemble systémique du vécu corporel.

Dans un deuxième temps, le toucher « *somato-éducatif* » devient « **conversation somatique** ». Le praticien offre des options de mouvement, il propose des variations de sensations. Mais encore ici, la priorité sera de s'assurer de la présence et de l'écoute attentive de la personne dans l'accueil bienveillant de ces variations de mouvement. Il ne s'agit ni d'agir sur un corps inerte ni de confronter les résistances mais bien de proposer des choix que la personne a le libre loisir de considérer, d'expérimenter, de rejeter ou d'adopter.

Cette approche du toucher «*somato-éducatif*» d'abord « reflet » puis « conversation » prend tout son sens dans le champ même de l'éducation somatique qui regroupe des méthodes qui partagent cet objectif de « *l'apprentissage de la conscience du corps vécu en mouvement dans son environnement* ». Pour n'en nommer que quelques unes mieux connues au Québec :

- la méthode Feldenkrais
- la technique Alexander
- l'antigymnastique
- l'approche globale et la méthode de libération des cuirasses
- l'Eutonie Gerda Alexander
- la gymnastique holistique
- le Body-Mind Centering
- le Laban Movement Analysis

En éducation somatique, par la parole ou par le toucher, il s'agit de favoriser l'éveil du sens kinesthésique et proprioceptif. Les bienfaits thérapeutiques émergent cependant de

l'apprentissage de la prise de conscience plutôt que de la correction ou du traitement d'une pathologie.

L'usage du toucher «*somato-éducatif*» demande de la part du praticien une attitude bien particulière : présence prioritaire à soi, écoute et sensation de l'autre sur toile de fond de présence à soi, neutralité dans l'intention et détachement face aux résultats, par ailleurs connaissance «*expérientielle*» des options anatomiques et des possibilités physiologiques optimales. Nous parlerons alors d'«*empathie somatique*».

Dans cet atelier, les participants pourront :

1) délimiter le champ disciplinaire de l'éducation somatique et son objectif de l'apprentissage de la conscience du corps avec ou sans le toucher comme moyen éducatif

2) faire l'expérience du toucher «*somato-éducatif*» et de ses modalités de «*toucher-reflet*» et de «*toucher-conversation*» et d'«*empathie somatique*» et ce dans les rôles à la fois de praticien ou d'élève.

3) déterminer en quoi le toucher «*somato-éducatif*» pourrait contribuer à enrichir le champ des formes et des intentions du toucher.

Notes biographiques de

Yvan Joly M.A. (Psy).

Psychologue et praticien-formateur en éducation somatique (Méthode Feldenkrais®)

Institut Feldenkrais d'éducation somatique (Montréal, Québec)

107 avenue de Touraine

St-Lambert, Québec, J4S 1H3, Canada

Tél. : 1-450-671-0638

Courriel : yvanjoly@compuserve.com

YVAN JOLY est psychologue, praticien-formateur et directeur pédagogique de programmes de formation pour la Méthode Feldenkrais®. Depuis une vingtaine d'années il a formé des praticiens de cette méthode Feldenkrais au niveau international, et ce dans une quinzaine de pays sur quatre continents. Son expertise dans la pratique et l'enseignement de la conscience corporelle couvre les champs de la santé, du sport, des arts et de l'éducation. Il est détenteur d'une maîtrise en Psychologie de l'Université de Montréal (1973), spécialité en sciences cognitives. Il est certifié en tant que praticien (depuis 1983) et formateur (depuis 1995) par la *Feldenkrais Guild of North America*. M. Joly fut co-fondateur et premier président du Regroupement québécois pour l'éducation somatique. Il est l'un des leaders mondiaux dans l'établissement du champ disciplinaire même de l'éducation somatique. Il a fondé l'Institut Feldenkrais d'éducation somatique à Montréal en 1992. Il est chargé de cours au Diplôme d'études supérieures en éducation somatique (DESS) au département de danse de l'Université du Québec à Montréal. M. Joly est l'auteur de nombreux articles de fond et de vulgarisation.