

Ils touchent le corps des autres

[RELATION] Certaines personnes en ont fait leur métier. Ostéopathes, esthéticiennes et même profs de chant... : comment vivent-ils cette intimité ? Quelles émotions ressentent-ils ? Confidences tactiles.

PROPOS RECUEILLIS PAR CHRISTINE LAMIABLE – PHOTOS JULIE ANSIAU

Au commencement, il y a parfois ce qui ressemble à une « révélation ». Lou, 42 ans, qui ne supportait pas d'être touchée, a fait il y a huit ans une expérience qui a tout changé : « Un ami m'a inscrit à un massage habillé sur fauteuil. J'ai prévenu la jeune fille qu'elle n'arriverait pas à poser ses mains sur moi. Il a pourtant suffi qu'elle mette ma tête sur son ventre avant de commencer la séance pour que je me sente protégée. Je n'ai pas mis longtemps à lâcher prise. » Une porte s'est ouverte pour Lou, en rupture avec son métier d'agent immobilier, devenu trop épuisant : elle sera masseuse. « Les reconversions dans un métier lié au toucher sont souvent le fait de personnes qui ont réfléchi sur elles-mêmes, remarque Anne Gatecel¹, psychologue et psychomo-

tricienne. Avec le temps, elles se sont rendu compte qu'elles avaient besoin d'être en relation avec les autres. » Dans cette distance intime que l'esthéticienne ou l'infirmier partagent avec nous, la communication non verbale domine et, avec elle, son cortège d'interactions sensorielles : le rythme respiratoire, la sudation, la tonicité... « La relation qui se noue dans la rencontre tactile résonne avec le vécu de celui qui appose ses mains. Il est donc normal qu'il ressent des émotions », assure Pascal Prayez², psychologue. Ces ressentis ne sont pas un problème tant qu'ils sont contenus dans une « juste distance ». Il s'agit d'éviter trois écueils : l'agressivité, l'érotisation et l'excès de maternage. Ceux qui touchent notre corps doivent aussi garder à

l'esprit qu'ils interviennent dans un contexte particulier. Lou le rappelle : elle est consciente qu'elle agit pour le mieux-être de l'autre, non pour le sien. « Ce qui a été vécu de bon appartient à la personne qui a été touchée, confirme Pascal Prayez. Le professionnel qui en a conscience lui permet ainsi de retrouver son autonomie et de le quitter sans qu'il y ait rupture. »

1. Auteure de Psychosomatique relationnelle et psychomotricité (*Heures de France*, 2009).
2. Auteur, avec Joël Savatofski, du Toucher apprivoisé (*Lamarre*, 2009).

MAQUILLAGE ET COIFFURE INÈS DE SAINT-REMY.
STYLISME ELISABETH TENSORER



“ Parfois,
je sens une
résistance ”

CORNELIA, 53 ANS, PROFESSEURE DE CHANT

« Mon parcours d'interprète m'a convaincue qu'un bon professeur de chant doit savoir parler du corps à ses élèves. Et pas seulement de ce qui se passe de la tête au larynx. En prenant de l'énergie dans le centre du corps, on parvient à combiner le souffle et la voix de manière spectaculaire. Mais, pour cela, il faut libérer les zones contractées. Quand des personnes arrivent pour un cours, je fais d'abord une lecture de leur chant et de leur corps, et je leur propose des mouvements de bassin, des massages vibratoires... Il m'est facile de toucher mes élèves, même si, chez certains d'entre eux, je sens une résistance psychologique et physique

dont je dois tenir compte. D'autres, au contraire, ne voient aucun inconvénient à ce que je pose mes mains sur eux mais me disent qu'ils ne ressentent rien. Peu importe, au final : moi, je peux sentir leur voix vibrer jusque dans leur sacrum. C'est un grand bonheur quand ce toucher, pratiqué en confiance, me permet de remettre une personne debout. Mais cette approche du chant nécessite une entière disponibilité. Si je me trouve dans un état de peine ou de frustration, par exemple, je me refuse à le compenser par des contacts corporels avec mes élèves. Dans ce cas-là, il faut savoir se mettre en retrait. »

>>>

“ Je perçois tout le vécu émotionnel des patients ”



ERICK, 47 ANS, OSTÉOPATHE

« Au début de ma vie professionnelle, j'ai rencontré Pierre Tricot, un ostéopathe. Son approche consiste à instaurer un dialogue silencieux avec les tissus humains dont le toucher est le langage. J'ai ainsi appris qu'il était inutile de faire se déshabiller les patients, car on peut travailler les tissus à travers les vêtements, et même utiliser ces derniers comme points d'appui pour laisser les tensions se dérouler. Cela ne change rien aux sensations qui sont les miennes. C'est tout leur vécu traumatique, émotionnel et toxique que je perçois au contact de leur corps.

Cette connaissance intime de la personne par le toucher ne me laisse évidemment pas indifférent. En tant que praticien, on a le droit d'être troublé, ému... La plupart du temps, il faut simplement se laisser traverser par ses émotions sans s'y arrêter. Dans de très rares cas, il a pu m'arriver de me trouver à la limite du malaise en touchant certaines personnes. Pris de nausées et le cœur battant, je me suis demandé quels actes elles avaient commis ou ce qui, chez elles, faisait écho à mon propre vécu. Quand cela arrive, je renonce tout simplement à prendre en charge le patient. »

“ Au début, je redoutais de faire mal ”



AUDREY, 29 ANS, ESTHÉTICIENNE

« Quand j'ai commencé ce métier, il y a sept ans, je ne me suis pas demandé si je serais ou non capable de toucher tous les corps qui se présenteraient à moi. J'espérais surtout avoir ce que nous appelons "une bonne main". Cela dit, lors de mon premier contrat en alternance, j'ai été heureuse de ne pas avoir à pratiquer tout de suite un "maillot intégral". Ce n'était pas la vision d'une partie intime du corps féminin qui me gênait, mais je redoutais de faire mal aux clientes car on ne nous apprend pas comment épiler les lèvres. À présent, cela ne me pose aucun problème. Je propose à la personne

des positions qui préservent sa pudeur et je discute beaucoup avec elle. Ainsi, nous oublions toutes les deux ce qui est en train de se passer. Car, bien souvent, en cabine, la parole et le toucher se conjuguent et se complètent. Quand je pratique un soin, je perçois comment se porte ma cliente. Si elle est en forme, elle me transmet son bien-être ; quand elle a des soucis, bien souvent elle m'en parle, ce qui confirme mon ressenti. Cela peut être épuisant. Mais, avec le temps, j'ai appris à mettre un peu de distance entre ces émotions et moi, afin de me préserver. »

>>>



“ Quand je masse, c’est un instinct maternel qui me guide ”

LOU, 42 ANS, MASSEUSE

« J’exerce le massage californien depuis huit ans, et ma clientèle est essentiellement masculine. Bien sûr, il y a des corps plus beaux que d’autres, mais je ne les envisage pas d’un point de vue esthétique. Ce que je vois, ce sont des corps en souffrance. Je me souviens d’un homme obèse qui s’est étonné que j’accepte de le masser. Lors de la séance, je me suis sentie émue aux larmes en pensant que sa mère était peut-être la dernière à l’avoir touché avec douceur. En général, c’est un instinct maternel qui me guide quand je masse mes clients. Je les vois comme des petits garçons, pas comme des hommes sexués. La

réci-proque n’est pas forcément vraie. C’est pour cela que, dès le début de ma pratique, j’ai dû mettre les choses au clair : je masse tout le corps sauf les zones génitales. Mais un homme peut avoir une érection lors d’une séance. Cela ne me gêne pas et cela ne me trouble pas non plus. Il m’est arrivé une seule fois de ressentir une attraction pour un client, avant même de le masser. Quand il m’a appelée pour prendre un nouveau rendez-vous, je lui ai expliqué que nos énergies n’étaient pas compatibles et qu’il devait chercher une autre masseuse. Il n’y a aucune place pour l’ambiguïté dans mon métier. »