

“ Ce contact sécurisant
permet que des engrammes,
parfois très traumatiques,
soient libérés. ”

QUAND
le toucher
accompagne
LA PSYCHOTHÉRAPIE

Développer une sécurité interne pour mieux s'habiter et s'ouvrir à l'autre, retrouver une santé psychoaffective, affiner son ressenti, tels sont les objectifs proposés par l'haptopsychothérapie. Par Julie Klotz

Quand l'haptonomie se mêle à la psychothérapie et s'adresse à tous, elle devient l'haptopsychothérapie. « Une thérapie qui part du bas (le corps) pour aller vers le haut (le mental) et non le contraire », souligne Marie-Noëlle Maston, psychologue clinicienne et psychothérapeute, qui a créé, en 2016, un centre d'« haptoformation » à Ville-neuve-Loubet, dans le sud de la France. Cela fait plus de trente ans qu'elle mêle ses connaissances en haptonomie aux outils de la psychogénéalogie pour soigner, par exemple, les troubles du sommeil dont elle fait état dans son dernier livre⁽¹⁾, mais aussi bien d'autres pathologies ou névroses. « Avec l'haptonomie, à travers un toucher sensible et sécurisant, on va accéder à la mémoire affective des patients et nettoyer en quelque sorte les ressentis du poids transgénérationnel. Cette technique leur permet d'être en contact avec leur "moi émotionnel profond", de se sentir confirmés affectivement et de cicatriser leurs carences et traumatismes. Elle leur offre la possibilité de mobiliser eux-mêmes leurs ressources liées au désir et au plaisir de vivre ! »

À l'origine du développement de l'haptonomie, on découvre un homme, Frans Veldman, auprès de qui Marie-Noëlle Maston s'est formée. Né aux Pays-Bas en 1921, celui-ci a commencé ses recherches après la Seconde Guerre mondiale avec pour but de faire épanouir plus profondément les valeurs de l'affectivité. Il dit lui-même avoir introduit pour la première fois les notions de « présence psychotactile » et de « proximité affective » précédant la notion d'haptonomie : « Je décris cette approche très caractéristique, pleine de respect, de sollicitude, de tendresse, transparente, sécurisante et affectivo-confirmante qui, dans la proximité rassurante, accompagnée d'un contact tactile très spécifique, [...] tient compte de l'état d'être et de la typologie individuels, ainsi que des souffrances, des soucis et des angoisses des patients ; assurant de cette façon une rencontre de confiance, dépassant le corps, mais embrassant la personne dans son entièreté, c'est-à-dire sa corporalité animée. » Par là, il entend rencontrer le patient, confirmé dans son être et éprouvé dans sa corporalité, formant un tout, avec son âme et son corps. Ce qui ouvre naturellement à une dimension subtile.

La science de l'affectivité...

Le terme haptonomie (dont la racine grecque *haptain* renvoie au toucher, à la sensation dans le contact, à la sensibilité, aux sentiments) se déve-

Le contact psychotactile change d'emblée le ressenti émotionnel et corporel.

loppe grâce à lui et malgré les résistances du corps médical de l'époque à accepter un toucher affectif sur les patients. Il ne s'agit pas à proprement dit d'une thérapie, mais plutôt d'une science humaine, aux confins des neurosciences, ou d'une approche transdisciplinaire du soin. « Elle est fondée sur une approche phénoménologique de facultés humaines à ressentir et à être présent, celles-ci étant en grande partie enfouies par une société hyperrationnelle dans laquelle l'affectivité, les émotions, le ressenti – et tout particulièrement le sens du toucher – ont été relégués », explique Marie-Noëlle Maston. Cette science de l'affectivité implique une « manière d'être » qui imprègne la pratique de chaque professionnel, qu'il soit kinésithérapeute, psychologue, infirmier, sage-femme... Elle s'est d'ailleurs surtout développée dans le cadre périnatal pour favoriser les premiers contacts entre la maman, le papa et le bébé, celui-ci dans le ventre, puis une fois né. Elle est aussi pratiquée dans l'accompagnement de fin de vie.

... et des particularités

Frans Veldman a créé son école, le CIRDH (Centre international de recherche et de développement de l'haptonomie), au début des années 1980 en France, à la suite de sa rencontre avec des chercheurs du Groupe d'études et de recherche du nouveau-né (GRENN), animé, entre autres, par Françoise Dolto. Aujourd'hui, le centre veille à poursuivre son œuvre (son fondateur étant décédé), avec les D^{rs} Catherine Dolto et Dominique Décant-Paoli, la présidente. Et même si la technique est définie avec soin par Frans Veldman, son application peut prendre des formes différentes d'un thérapeute à l'autre et, bien sûr, d'un patient à l'autre en fonction de son ressenti. Comme Dominique Décant-Paoli le souligne dans son livre⁽²⁾, l'haptonomie « est très complexe à transmettre parce que tel est l'humain contemporain : divisé, de plus en plus éduqué intellectuellement [...], de plus en plus techniciste et pris dans le visuel et non dans le subtil du sensible. Chacun aborde donc la réalité qu'il doit partager avec autrui, avec son propre monde interne et des représentations très différentes du fait de la culture et de l'histoire personnelles. » ♦♦♦



(1) Je ne dors pas et pourtant j'ai tout essayé
Marie-Noëlle Maston
Albin Michel, 2014, 15,90 €



(2) L'haptonomie
Dominique Décant-Paoli
Que sais-je ? Presses Universitaires de France, 2014, 9 €



Les fondations de l'être
Marie-Noëlle Maston
Éd. Quintessence, 2008, 17 €