

Ont participé à ce numéro

Virginie Beguin
Brigitte Bouvier
Hélène Briot
Anne Cautenet
Isabelle Dormann
Odile Gence
Marie-Françoise Gotti
Miguel Jimenez
Jean Dominique Larmet
Cyril Lebre
Laurence Le Gall
Nathalie Lavandier
Noël Maguet
Audrey Marie Louise
Alain Rieux
Marie-Pierre Savary
Yvonne Sebbag
Véronique Toussaint

Sommaire

p. 1 Edito
p. 2 Vie de l'Institut
p. 6 Massage Sensitif et Handicap
p. 19 Liens et conseils de lecture

Pensée du mois

En psychothérapie, le Massage Sensitif ne va pas être une observation de son corps mais un dialogue avec son corps, avec l'aide du psychothérapeute.

C. Camilli

Édito

Pour l'OMS, est handicapé un sujet dont l'intégrité physique ou mentale est passagèrement ou définitivement diminuée, soit congénitalement, soit sous l'effet de l'âge, d'une maladie ou d'un accident, en sorte que son autonomie, son aptitude à fréquenter l'école où à occuper un emploi s'en trouvent compromis. Cette définition se base donc sur ce qui manquerait à quelqu'un par rapport à une moyenne. Face à ces situations, même si la plupart de l'humanité, ainsi que bon nombre d'animaux, y voit un devoir d'aide, certaines politiques ont pu et peuvent encore justifier, sous prétexte d'épuration, de supprimer celles et ceux qui ne répondent pas aux critères de leurs normes. La personne en situation de handicap serait donc celle qui possède moins, moins de capacités physiques, de capacités mentales, sociales, financières...

Cette vision entraîne souvent des réactions de rejet, ou de condescendance. *Tu es moins donc je suis plus.* Certains témoignages de cette lettre pourraient sembler véhiculer ce type de réaction mais ce serait oublier le principe essentiel du maïeutage : c'est le patient / client qui sait ce qui vibre en lui. Le praticien ne le saura jamais totalement. Dans toutes les situations, en présence de toute personne, demeurons donc humbles.

En outre, définir une personne par rapport à une de ses caractéristiques procède d'un mécanisme de défense souvent proche de la projection. Pourquoi s'appesantir sur le manque et non sur ceux qui font preuve de plus de résilience, de plus de capacités d'adaptation, de plus d'amour, de plus de sensibilité, de plus d'humour, d'originalité, de créativité...

Ne nous y trompons pas : si les participations à cette lettre ont suscité plus de témoignages que d'articles de réflexion, c'est peut-être que nos pratiques d'écoute, de toucher, d'accompagnement nous apprennent à ouvrir notre cœur, à voir l'être au-delà des apparences et des conventions, à faire preuve de plus d'humanité.

*Jean-Dominique LARMET,
Département Formations*

VIE de l'INSTITUT

Participation à l'événement du CREAI Ile de France

Le festival **"Journées Orgasmiques"**, organisé conjointement par le **CREAI** (Centre Régional d'Etudes d'Actions et d'Informations en faveur des personnes en situation de vulnérabilité) et **Intim'agir** (vie affective, sexuelle, parentalité, lutte contre les violences) s'est tenu les 6 et 7 juin. Il s'agissait d'un événement à destination des personnes concernées et des professionnels.



L'Institut a été représenté au salon par la venue de 5 praticiens le 6 juin et le 7 avec le groupe des stagiaires de la 50^{ème} promotion. Il y eu d'abord une présentation de notre activité par Marie Françoise GOTTI et Miguel JIMENEZ, avec une démonstration de massage assis au centre du salon.

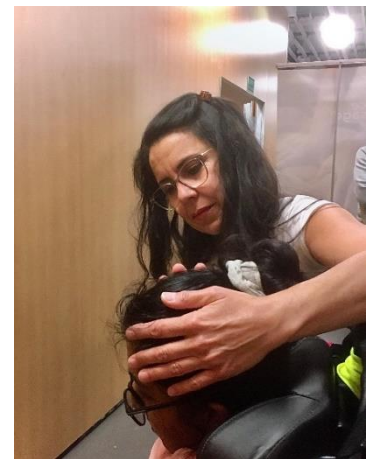
Une équipe enthousiaste

L'ensemble de l'équipe, enthousiaste à l'idée de mettre ses compétences au service de la personne en situation de handicap, était constituée des 10 stagiaires en formation bien-être ainsi que

4 de la précédente promotion ainsi que Monique BONNIER. L'espace réservé à l'Institut n'a pas chômé :



c'est ainsi que chaque stagiaire a ainsi pu faire expérimenter le toucher sensitif sur chaise à cinq personnes en moyenne. Je leurs exprime ma gratitude d'avoir été en totale immersion et d'avoir fait face à de nombreuses adversités. Pour apprendre une langue étrangère, il est dit que le bain culturel dans la société correspondante est le meilleur moyen, c'est ce à quoi ont été confronté les stagiaires et je leur en suis reconnaissant. Un retour assez long le lendemain a été nécessaire pour qu'ils puissent s'exprimer sur ce qu'il s'était passé pour eux.



Alain RIEUX

Voici ci-dessous le témoignage de trois anciens stagiaires de la promotion 2023 Ile de France et d'une stagiaire de la promotion 2024.



Un moment particulièrement passionnant où toutes les rencontres furent enrichissantes :

- Avec le personnel encadrant, notamment les psychologues avec qui j'ai pu échanger, très en demande de ce qu'ils perçoivent déjà comme un travail complémentaire de celui qu'ils font par la parole. Et une fois qu'ils avaient fait l'expérience du massage, d'en mesurer d'autant plus toute la reconnexion, voire la redécouverte de la relation à soi, comme le bien-être dont pourrait bénéficier les résidents de leur structure mais aussi les accompagnants !

- Avec les personnes porteuses de handicaps lourds physique et/ou mentaux : je n'avais jamais eu l'occasion de travailler avec ce public. Une fois passée

l'appréhension, l'émotion que j'ai pu sentir chez plusieurs d'entre eux m'a bouleversé. Des personnes prises dans des mouvements réflexes, type spasmes, d'excitation ou de nervosité, qui soudainement se calment, affichent une forme d'étonnement, puis d'abandon complet, comme s'ils semblaient découvrir pour la première fois qu'ils pouvaient être touché d'une autre façon que des objets que l'on manipule. Je repense d'ailleurs à un accompagnant, parlant du côté tendu de son accompagné, et le quittant un instant, alors que j'avais commencé le massage, en le "boxant" trois fois sur l'épaule avec un "Allez champion !"... Autant dire qu'un vrai travail pédagogique serait également plus que bienvenu :

- Et avec nos collègues franciliens. Le plaisir de retrouver certain(e)s camarades de promotion, et de découvrir de nouveaux visages, me fait mesurer à quel point ce type de rencontre serait à développer.

Cyril LEBRE

Un cocktail enrichissant

Ce fut un cocktail de rencontres enrichissantes qui m'a permis de m'ouvrir à moi-même et aux autres par la parole, par le toucher également, que les personnes rencontrées soient en situation d'handicap ou pas, parfois je ne pouvais pas le voir ou le savoir concrètement. Et à travers l'échange établi par la parole et le toucher, c'est transmettre que la personne est une personne à part entière qui était le message important pour moi.

Durant toute cette journée, j'ai fait face à la curiosité des personnes et leur envie de découvrir l'univers du Massage Sensitif® qu'ils ne connaissaient pas. Au début, j'étais un peu perdue, déçue, hésitante, je ne trouvais pas mes mots et j'ai pris davantage d'assurance au cours de la journée. Il y a eu ce moment où plus de 5 personnes patientaient à la porte de mon atelier, alors, j'ai lâché prise, je n'ai plus réfléchi à rien, simplement à ce que j'étais en train de vivre et à ce que l'autre s'appropriait à expérimenter à son tour. Il y avait aussi de nombreuses personnes qui durant le massage avaient les yeux grands ouverts, ce qui aurait pu être perturbant mais je me suis attachée au fait que c'était leur propre expérience.

Passer de l'ambiance de la formation à la réalité du salon fut un cap à dépasser.

Enfin, être plusieurs praticiens à participer à ce salon a apporté une force et un soutien énorme. Pour ma part, cette journée à thème m'a remotivée et m'a permis de rencontrer des personnes que je n'aurais sans doute pas pu rencontrer avec cette proximité privilégiée.

Audrey MARIE LOUISE



J'ai représenté la méthode Camilli au salon CREA le 6 juin à l'espace Charenton à Paris 12ème. J'étais présente au début du salon pour l'installation du stand en prêtant notamment ma table de massage et en installant les panneaux, flyers de l'institut Camilli.

C'était intéressant de pouvoir parler de la spécificité du toucher sensitif à des accompagnateurs, aidants, éducateurs, personnes handicapées. Ce salon traite de la question du plaisir corporel, du toucher auprès d'un public d'handicapé. J'ai pu répondre aux questionnements d'accompagnateurs sur ce qui peut émerger durant le massage, émotions, pulsions. J'ai évoqué combien le massage sensitif de bien-être est respectueux de la pudeur de chacun et favorise la libre expression corporelle.



Laurence LE GALL

Beaucoup de participants, heureux de participer à ces propositions. Une belle équipe motivée de mettre ses compétences au service de la personne porteuse de handicap, 10 élèves en formation bien-être ainsi que des anciens de la session précédente, encadrés par des formateurs exceptionnels en Camilli®, enthousiasmés, ont donné le coup d'envoi des séries de massages de l'après-midi du vendredi 7 juin 2024. Beaucoup de reconnaissance à eux pour avoir expérimenté la méthode Camilli® en totale immersion et d'avoir fait preuve de beaucoup de résistances à l'adversité. Gratitude pour ces deux belles journées qui ont permis la fluidité dans nos interventions et sollicitations du public intéressé, énormément par ces formations et de connaître un peu mieux la méthode Camilli®. Les sourires des personnes porteuses de handicaps, leurs réactions de béatitude, parfois, ont été nos récompenses.



Isabelle DORMANN

Ce salon était gratuit et nous y avons trouvé le meilleur accueil. Il a permis de rencontrer de futurs bénéficiaires ainsi que des accompagnants et d'envisager des interventions dans des structures. Il existe un centre CREAI dans chaque région. Nous suggérons que vous vous rassembliez par région pour des interventions semblables.

[IMG_20240613_0001-2.pdf](#)

<https://ancreai.org/le-reseau-des-creai>

Pendant l'été, diverses activités s'offrent à vous, il y a les stages organisés par les formateurs de l'Institut dont vous trouverez une liste ci-dessous, mais aussi, il y a des lieux où la possibilité de pratiquer le massage sensitif, de se sensibiliser à de nouvelles pratiques, d'enrichir ses compétences, de faire des découvertes ainsi que des rencontres, tout en passant des vacances permettant de se ressourcer et de vivre autrement le quotidien. Ces derniers lieux que l'on nomme « Vacances apprenante », en voici la liste des coordonnées sur le web.

<https://lapetillante-vacances.fr/>

<https://www.jardiner-ses-possibles.org/>

<https://www.faistesvacances.fr/>

Du 28/07/2024 au 03/08/2024 ; stage de 5 jours avec Marie-Pierre Savary ; Les Jardins Intérieurs - Rue du Buis, 07200 Saint-Privat (voir inscription sur le site de l'Institut)

Nouveaux(elles) Praticiens(nes)

En Massage Sensitif de Bien-être

- Mme **VILÀ GEIS** Madi ; Carrer Santa Anna, 20 E-08773 SANT JAN DE MEDIONA ; 47^{ème} promotion Ile-de France ; attestation de compétences le 02/04/24 ; stage effectué à Résidence-Centre de Jour et Unité de Haute Dépendance NOVA LLAR à Sant Joan de Mediona (Barcelone)
- Mme **DUPUIS** Nathalie ; SAINT JULIEN CHAPTEUIL 43260 ; 46^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 05/02/2024 ; stage effectué chez Jacqueline LAVILLIONNIERE, Sage-femme ; 49750 Saint Lambert du Latay
- Mme **AVILES** Consuelo ; 25170 EMAGNY ; 46^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 11/02/2024 ; stage effectué à l'association Solidarités Femmes 25 ; 25000 Besançon.

- Mme Stéphanie **FOUCHARD** ; 75011 PARIS ; attestation de compétences le 08/03/2024 ; Passerelle de la promotion somato.
- Mme **GUNTZBERGER** Isabelle ; 25360 NAISEY LES GRANGES ; 49^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 8/03/2024 ; stage effectué à EURL Lomberget – 39380 MONT SOUS VAUDREY.
- Mme Marie-Christine **FREIRE** ; L'ISLE ADAM 95290 ; 47^{ème} promotion Ile de France ; attestation de compétences le 6/04/2024 ; stage effectué à la Résidence LE PAVILLON DES ARTS - 95350 SAINT-BRICE-SOUS-FORÊT.
- Mme Audrey **ROBERT** ; CH 2065 SAVAGNER ; 46^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 21/03/2024.
- Mme Aline **VAISSE** ; 39 000 LONS LE SAUNIER ; 46^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 15/04/2024 ; stage effectué au SICTOM de LONS LE SAUNIER et à l'EHPAD Ste Marthe 39 210 VOITEUR.
- Mme Sylvie **FERNANDEZ** ; 84440 ROBION ; 46^{ème} promotion Sud-Est ; attestation de compétences le 13/05/2024 ; stage effectué dans l'Association Acorpsmajeur 04 300 MANE.
- Mme Isabelle **DESBROUSSES** ; attestation de compétences le 27/05/2024 ; passerelle de la formation somato ; 64 000 PAU.
- Mme Laurence **LE GALL** ; VINCENNES 94 300 ; attestation obtenue le 20/05/2024 ; Stage effectué au Centre Social Inter Générationnel - 94120 FONTENAY-SOUS-BOIS
- Mr Cyril **LEBRE** ; 75 018 PARIS ; attestation obtenue le 25/05/2024 ; Stage effectué à l'association EDVO, 4, rue Gallieni 95360 Montmagny
- Mme Aurélie **NEGARET** ; 29600 Morlaix ; attestation obtenue le 6/6/2024 ; stage effectué à l'Ehpad Domitys Ker Madiou 29 600 Morlaix
- Mme Géraldine **GISO** ; 39 000 Lons Le Saulnier ; attestation obtenue le 21/06/2024 ; Stage effectué à la CCI du Jura 39 000 Lons Le Saulnier.
- Mme Delphine **ANDRIOT** ; 69270 St Romain au Mont d'Or ; attestation obtenue le 2/07/2024 ; Stage effectué à l'EHPAD Résidence Margaux 69009 Lyon.

En Somatothérapie :

- Mme Emilie **ABSIL** ; 78420 Carrières sur Seine ; Attestation provisoire de 2 ans de « Somatothérapeute en Méthode CAMILLI® » (hors CRP)
- Mme Véronique **CHOUKROUN** ; 91140 Villebon sur Yvette ; Attestation provisoire de 2 ans de « Somatothérapeute en Méthode CAMILLI® » (hors CRP)
- Mme Rachel **DURAND** ; 91 000 Evry ; Attestation provisoire de 2 ans de « Somatothérapeute en Méthode CAMILLI® » (hors CRP)
- Mme Hélène **MASSE** ; 17670 La Couarde sur Mer-Ile de Ré ; Attestation provisoire de 2 ans de « Somatothérapeute en Méthode CAMILLI® » (hors CRP)



Richesse des différences et adaptations sociétales

L'intégration des employés neuro-atypiques représente un véritable défi pour les organisations. La neuro divergence concerne notamment l'autisme, le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) ou la dyslexie... L'Inserm dénombre environ 700 000 personnes autistes en France, 100 000 ayant moins de 20 ans. La population française compterait aussi, selon cette même source, entre 3 et 10 % de dyslexiques dans le pays.

Ces différences neurologiques peuvent être des atouts pour les entreprises, comme le suggère la théorie de la neurodiversité. Un nombre croissant d'initiatives émanent du monde de l'entreprise pour l'intégration d'employés neurodivergents, que ce soit via la mise en place des programmes de recrutement spécifiques, des accompagnements adaptés ou la sensibilisation de l'ensemble de leurs collaborateurs.

Des prestataires de services, comme le cabinet de conseil Teraia, offrent des services pour attirer des talents neurodivergents, adapter les processus de recrutement, proposer des formations pour sensibiliser les collaborateurs et créer des environnements de travail inclusifs pour les personnes ayant des troubles du neurodéveloppement comme la dyslexie, la dyspraxie, la dysphasie, le TDAH ou l'autisme. Ces initiatives montrent un engagement croissant des entreprises et des institutions pour créer des environnements de travail inclusifs et valoriser les talents des personnes neurodivergentes.

Accueillir la diversité des profils

Cependant, le défi de l'adaptation des environnements de travail à la neurodiversité semble aujourd'hui encore peu exploré. L'accessibilité des espaces de travail aux handicaps moteurs est certes en forte progression, mais l'adaptation des bâtiments à la prise en compte des handicaps cognitifs et psychiques ne semble être qu'à ses balbutiements.

Des entreprises pionnières intègrent déjà ces principes dans leurs espaces de travail. SAP, le géant du logiciel, a ainsi lancé le programme « Autism at work », qui vise non seulement à recruter

des personnes autistes mais aussi à adapter l'environnement de travail à leurs besoins.

Cela inclut des espaces de travail personnalisables, des zones de calme pour se ressourcer, et une communication visuelle claire pour réduire les ambiguïtés. Microsoft, dans ses actions de promotion de la diversité et de l'inclusion, a repensé certains de ses espaces pour mieux accueillir la diversité des profils cognitifs et prendre en compte les contraintes et spécificités de l'ensemble de ses collaborateurs.

Architecture et neurosciences

Dans le cadre de nos travaux de recherche, nous explorons notamment l'apport potentiel de la neuro-architecture dans l'émergence et le développement d'espaces de travail adaptés à la neurodiversité. La neuro architecture représente une avancée passionnante à l'intersection des neurosciences et de l'architecture, cherchant à optimiser nos espaces de vie et de travail en fonction de la compréhension approfondie des réactions cérébrales humaines à l'environnement bâti.

Contrairement aux mouvements architecturaux traditionnels, souvent guidés par des principes esthétiques ou philosophiques, la neuro architecture place l'expérience humaine au cœur de la conception. Ellard souligne l'utilisation d'outils permettant de mesurer les réponses physiologiques aux environnements construits, ouvrant la voie à des espaces qui soutiennent non seulement la diversité fonctionnelle mais aussi cognitive et neurologique.

Dans le cadre professionnel, cela signifie créer des environnements qui respectent et valorisent la neurodiversité, en intégrant activement des considérations pour les personnes avec des fonctionnements atypiques, tels que les dyslexiques ou les autistes. Par exemple, la conception d'espaces qui minimisent les stimuli sensoriels excessifs peut créer un environnement de travail plus confortable pour les personnes autistes, qui peuvent être particulièrement sensibles aux bruits forts ou à l'éclairage intense.

La neuro architecture, en façonnant nos espaces de vie et de travail à l'aune des nuances de la psyché humaine, ouvre un horizon d'inclusion offrant aux individus neurodivergents, tels que les autistes et les dyslexiques, un environnement où leurs capacités uniques ne sont pas seulement reconnues, mais véritablement valorisées. En pre-

Olivier MEIER <https://theconversation.com/profiles/olivier-meier-321493>

Christian MAKAYA <https://theconversation.com/profiles/christian-makaya-1505185>

Accueillir la personne telle qu'elle est au moment présent

Infirmière en hôpital de jour de pédopsychiatrie, j'ai effectué mon stage de MSdeBE sur mon lieu d'exercice professionnel, auprès d'enfants présentant des troubles du neurodéveloppement (pour la majorité, des troubles du spectre autistique). J'accompagne actuellement deux enfants en séances ; séances dont j'ai fait un compte-rendu dans mon rapport de stage.

La connaissance des particularités de ce public me semble essentielle en amont d'un projet de massage en structure de soins ou médico-sociales. Il en va de même pour l'adhésion de l'équipe à ce projet qui lui donne du sens et assure sa réalisation dans de bonnes conditions. Cela favorise la mise en place d'un cadre sécurisant. Accueillir le handicap suppose une écoute attentive à la communication du massé ; communication verbale quand elle est possible mais surtout non-verbale (dialogue tonique, respiratoire, mimiques, regards...).

Proposer un massage à un enfant présentant un trouble du neurodéveloppement nécessite une adaptation permanente à ses particularités sensorielles, cognitives, relationnelles. Cela invite le masseur à être créatif (créer pourquoi pas un support

de communication alternative, intégrer des objets rassurants et ludiques, aménager un environnement sonore olfactif et visuel adapté...). La verbalisation du masseur durant la séance sur ce qui passe, sur ce qui se vit peut également s'avérer éclairante et rassurante pour des personnes fragilisées par le handicap. Tout ceci ne se fait pas en une seule séance mais s'inscrit dans la répétition et la durée ainsi que dans le lien qui peut s'établir. Cela demande parfois de lâcher-prise, de ne pas tout comprendre ou de chercher à comprendre : accepter la perte de contact, la difficulté de synchronisation respiratoire avec des enfants, leurs mouvements fréquents, parfois anarchiques ou répétitifs, leur regard durant le massage.

de communication alternative, intégrer des objets rassurants et ludiques, aménager un environnement sonore olfactif et visuel adapté...). La verbalisation du masseur durant la séance sur ce qui passe, sur ce qui se vit peut également s'avérer éclairante et rassurante pour des personnes fragilisées par le handicap. Tout ceci ne se fait pas en une seule séance mais s'inscrit dans la répétition et la durée ainsi que dans le lien qui peut s'établir. Cela demande parfois de lâcher-prise, de ne pas tout comprendre ou de chercher à comprendre : accepter la perte de contact, la difficulté de synchronisation respiratoire avec des enfants, leurs mouvements fréquents, parfois anarchiques ou répétitifs, leur regard durant le massage.

Si le masseur accepte de se laisser porter par le moment présent, cette rencontre singulière peut alors se faire : partager un sourire, accueillir un chuchotement, voir un enfant découvrir ou redécouvrir son corps, sentir des tensions s'apaiser, des mouvements retrouver une fluidité... Ce sont des moments riches sur le plan humain mais aussi sur le plan professionnel.

Ce stage m'a permis d'enrichir ce que j'appelle «ma boîte à outil » professionnelle et de réaffirmer ma vision du soin qui est avant tout d'accompagner. Cette expérience m'a clairement convaincue que le Massage Sensitif de Bien-Être peut s'avérer être un bel outil de relation à Soi et à l'Autre pour nos patients et qu'il peut avoir sa place de façon pérenne dans une structure telle que l'Hôpital de Jour mais il n'est pas question



pour moi de le penser seule. La mise en commun des compétences professionnelles et personnelles, de réflexions et observations d'équipe viendront peut-être faire émerger de nouveaux projets...

Nous nous disons parfois touché par une attention, un mot, un geste. Cela nous donne de l'importance et renforce notre sentiment d'exister. Nous nous sentons considérés. Le Massage Sensitif de Bien-Être peut alors s'avérer une belle façon de toucher quelqu'un en ce sens.

Rechercher le Bien-être d'une personne accueillie en structure de soins participe à la reconnaître comme sujet, à l'accueillir dans sa globalité et sa singularité sans se concentrer uniquement sur son symptôme, sa maladie, son handicap ni même sur ses compétences ou ses

facultés. Intégrer le Bien-Être dans le soin, non pas à sa place mais à ses côtés, c'est le considérer comme un élément soutenant dans l'accompagnement. Il peut venir favoriser ce qui est quotidien sur le plan thérapeutique, éducatif, rééducatif, palliatif.

Je soutiens également l'idée qu'offrir à un professionnel en contact direct avec un public fragile ou fragilisé, la possibilité d'expérimenter et de développer un toucher présent, attentif, respectueux et bienveillant permet de mieux accueillir et accompagner les personnes dont il s'occupe au quotidien. Si les compétences et expertises, le savoir-faire technique s'allient au savoir-être alors je crois que soignants et soignés, accompagnants et accompagnés ont tout à y gagner.

Virginie BEGUIN

Savoir-être et adaptabilité

Le Massage sensitif est un savoir-être nécessitant une grande adaptabilité aux massés, Brigitte nous donne ici un témoignage vivant et joyeux de son accompagnement auprès de deux personnes : l'une privée de langage verbal et de sa mobilité physique et l'autre présentant des troubles du comportement.

Avec le thème de cette lettre « Handicap et Massage Sensitif », j'ai eu grand plaisir à me poser pour tenter de retranscrire le plus fidèlement possible le vécu des personnes en situation de Handicap mental avec qui je partage ateliers et séances individuelles en Massage Sensitif. Cette partie salariée est complémentaire à ma pratique de travailleur indépendant : Somatothérapeute et Formatrice en Massage Sensitif. J'ai la richesse de côtoyer différents publics, dans différentes situations (formation, structures diverses et en cabinet privé). Tout d'abord, je voudrais transmettre ma gratitude à Claude Camilli et à toute l'équipe de formateurs qui se sont formés auprès de lui et qui transmettent avec tellement d'humanité une « méthode », un « outil » que nous pouvons adapter autant que nous en avons l'opportunité.

Des opportunités

Opportunité de rencontrer des prescripteurs, avec la mission d'accompagner certains publics. Là où ils ont déjà essayé différentes « techniques »,

ils sont souvent encore en recherche d'une pratique pouvant apporter, mieux-être, dynamisme, apaisement des tensions, joie, reconstruction intérieure/extérieure, prévention à la perte d'autonomie comme dans ce Foyer Logement où j'interviens une fois par mois... Et là, grâce au Massage Sensitif, nous pouvons nous adapter à chaque personne, chaque situation. C'est formidable ! Il nous suffit d'y croire et d'aller rencontrer des prescripteurs, d'être très concrets sur les effets positifs, bénéfiques et structurants de ce massage spécifique.

Les effets parlent autant que les descriptions, à un moment donné, car ils viennent en adéquation avec des besoins restés en souffrance. Juste donner en-vie, susciter le désir... Voir les visages retrouver le sourire, le dynamisme de vie reprendre son flux chez la personne, enfin un mental qui laisse la place à de la paix ! ... C'est ce qui me frappe le plus avec ces personnes, qui apprennent beaucoup à la praticienne que je suis. Et surtout l'humilité, celle d'une écoute juste qui

laisse la place d'exister pour eux-mêmes et non pour les autres.



Avec les personnes en situation de handicap mental, tout est en éveil, voire en exergue au niveau des sens. C'est là que l'écoute et l'accompagnement prennent toute leur dimension. Le moindre geste émanant d'une volonté du masseur de « vouloir pour l'autre » engage une réaction, soit de retrait, soit de vouloir faire plaisir à l'autre, de répondre aux volontés du masseur. Ces personnes connaissent bien ces adaptations ! C'est toute leur vie contenue dans ce rapport à l'autre. Et là, le langage non verbal du toucher se propose, accompagné de quelques mots/sons pour valider, encourager, rassurer. Oui, ce dernier est fondamental et ouvre des portes incroyables. J'aime bien l'idée de « niche sensorielle » du médecin neuro psychiatre Boris Cyrulnik, celle de créer un espace, un contact, une relation, qui prend en compte la personne handicapée, avec toute son histoire, ses fragilités, la situation spécifique de son handicap, les interactions en allers-retours durant le temps du massage...

On y va Guy

Pour illustrer mon point de vue, je vous présente quelques personnes : Guy est un homme quinquagénaire, trisomique, souffrant d'une neurodégénérescence accélérée, n'ayant plus ni mobilité physique, ni verbale. Ne participant à aucune activité, il passe ses journées dans son fauteuil roulant au sein de la structure. L'équipe décide de tenter le massage. Après plusieurs tentatives entre oser, ne pas oser, la parole n'étant pas là pour dire le souhait ou le ressenti, seules mes observations me restaient pour avancer.

Renoncer, ce n'était pas possible. « Alors, on y va Guy, et tu me dis comment c'est pour toi ! ». D'abord m'adapter au fauteuil incliné, les repos bras, les repos pieds basculés en avant, le repose tête, incliné en arrière... et puis la sonde urinaire sur la jambe droite... Et surtout, le regard. Guy ne voit que d'un œil et lorsqu'il ne dort pas, il cherche mon regard. Rester en contact avec Guy par cet œil est fondamental. Sourire, parler « ça va là, le bras ? » Et le ventre c'est comment ? ». Je sais que je n'ai pas de réponse verbale mais dans son regard, j'en perçois une. Guy se détend. Les muscles parlent. Si Guy n'est pas bien, tous ses muscles se crispent. Mais il y a aussi l'effet des traitements. Alors je garde le contact, un contact enveloppant, doux, contenant et ... tension/détente. Quelques sollicitations toutes légères, mains légères en petites ventouses sur la peau des mains ou à travers le vêtement et quelques légers déplacements de mon corps d'avant en arrière... Et là, je vois le regard qui me cherche « ça va comme ça Guy ? C'est bon ? » Et la respiration change, le corps se détend. Souvent Guy s'endort ou dort même au moment où je viens proposer ce temps de massage. Je verbalise ce que je fais avec beaucoup de délicatesse et de présence. Nous évoluons au gré des séances vers plus de détente, plus de présence lors des temps d'éveil. Aujourd'hui, Carène, son amoureuse, une femme trisomique, a perçu le jour où Guy vient en massage et a fait la demande pour venir. La dernière séance était très touchante, avec beaucoup de tendresse et de délicatesse, Carène venait de temps en temps toucher et embrasser sur la joue Guy.

Les demandes de Maïa

Maïa est atteinte de troubles du comportement, qui se manifestent par des crises d'agressivité, et des traits autistiques. L'insécurité est souvent le déclencheur de ces fréquentes crises, qu'elle soit endogène ou exogène. Une hyper sensorialité est à prendre en compte (ouïe, odorat, toucher, goût, le rapport à la douleur...). Un projet « bien-être » est proposé une fois par semaine dans un atelier « soin du visage-massage ».

Les demandes de Maïa sont très précises et il est indispensable de bien les respecter. Un groupe de 4-5 personnes, assis autour d'une table

réalisent par eux-mêmes ou avec mon accompagnement (à la demande), le soin, d'un massage de la main et parfois du dos (avec des coussins posés sur la table).

Le groupe est porteur. Les personnes sont à l'écoute d'elles-mêmes, des autres, de l'environnement (ambiance de la pièce), durant toute la durée de l'atelier (2 heures). Maïa ne souhaite pas faire seule et me sollicite pour ses choix. Pendant que je suis avec les autres, elle se détend, s'accoude sur la table et peut aussi fermer les yeux.

L'approche est très différente de celle que j'ai avec Guy. Là, c'est un contenant « sécurité » qu'il me faut cultiver. Le respect du choix « Que veux-tu ? Oui, tu ne veux pas cela, j'ai bien entendu c'est bien que tu le dises ! ».

Le Toucher Sensitif prend immédiatement toute son ampleur. J'arrive de côté pour bien signifier ma présence et la prise de contact, douce, progressive, à l'écoute des premières réactions musculaires et des mimiques faciales, me donnent tout de suite les indications pour la suite. Beaucoup de lenteur, parfois plus que d'habitude, pour « avoir l'autorisation de continuer ». Je perçois Maïa dans un lemniscate d'écoute intérieure/extérieure, un aller et retour permanent. Je perçois ce « regard intérieur », à l'écoute des sensations procurées par le massage. La délicatesse du toucher lui permet de lâcher prise et d'accepter spontanément les gestes proposés. Les yeux se ferment ou sont fixés sur la partie massée (les mains) tout en étant à l'écoute de ce ressenti-détente. J'observe, calme physique/psychique, tranquillité, apaisement et acceptation de la relation proposée à travers le massage. Je sens beaucoup de tonicité physique dans le muscle du bras. En même temps que je vais la solliciter, j'invite au relâchement. Encore plus de relâchement « Voilà, c'est bien Maïa ! ».

Encourager sans vouloir pour l'autre

Encourager, là aussi par quelques mots, c'est important et cela aide la personne à réaliser ce qu'elle vit et à l'accepter. Le massage évolue avec beaucoup de précaution. Il ne faut pas que ces sollicitations deviennent des « provocations ». La place du regard est différente ici, il n'en faut pas

trop ! Ce serait intrusif. Par contre, il est là lorsque Maïa vient le chercher. La qualité de ma présence physique est à cultiver. Il me faut approcher Maïa avec beaucoup de tranquillité et déjà dans la même lenteur que la prise de contact et le massage qui va suivre. Attention à la distance physique/psychique, je recule mon corps trois fois plus que la sollicitation proposée. Je me rapproche pour faire sentir qu'un appui est possible mais que



ce n'est pas moi qui viens le chercher. Tension et détente, détente, détente... Oui beaucoup de détente mais sans aller trop loin dans l'entraînement des chairs, mes mains doivent être souples et détendues pour bien transmettre un « non vouloir sur l'autre ». Beaucoup de délicatesse tout en restant dans ce vivant de la tension/détente. Une fois le massage terminé, lorsque je demande à Maïa comment ça s'est passée pour elle, il y a toujours un petit regard furtif vers moi, la tête hoche dans le sens du oui et un petit son « hum » ponctue l'expression de son bien-être.

Lors de ces ateliers Maïa est calme, pas de crise, à l'écoute d'elle-même, elle accepte les propositions et elle est aussi plus en capacité d'être à l'écoute d'elle-même et des autres participants. Elle repère les plus fragiles, elle est capable de prendre en compte leur fragilité avec beaucoup d'empathie. Il se livre, ou se délivre quelque chose d'elle de différent, d'agréable... Merci à ces personnes qui me font confiance et me font découvrir toute la richesse du Massage Sensitif et de comment on peut l'adapter sans cesse.

Brigitte BOUVIER

Massage Sensitif et estime de soi

Odile sait créer cet espace d'accueil sécuritaire et bienveillant qui permet, au fil des séances, à Daniel d'accueillir son corps tel qu'il est, avec bienveillance et d'augmenter son estime de soi, lui ouvrant ainsi de nouveaux espaces. Que ce soit en groupe, à travers des ateliers ou en individuel, le Massage Sensitif offre un temps, hors du temps, où chacun peut se laisser aller à la libre expression corporelle et verbale.

1 - Accompagnement individuel d'environ 10 mois.

Ci-dessous, des éléments significatifs de ce qui a été dit, issus de mes notes de séances. *En italique*, mon intervention. Ces ponctuations indiquent :

- (un tiret) indique une nouvelle séance et ce qui se dit à FLP

// ce qui est dit après le temps de massage

Mars 2013

Daniel me demande au premier contact téléphonique, si j'accepterais de masser quelqu'un qui a des déformations des jambes et des pieds.

Premier entretien

Né en 1958, malformations congénitales : pieds bots, plusieurs opérations et séjours à l'hôpital dans les 2 ans qui suivent la naissance, nouvelles opérations entre 8 et 10 ans suivies de rééducation sur table avec kiné, puis à l'adolescence à 14 ans.

Port obligatoire de chaussures orthopédiques. Séjours pour les études en pensionnat où il a fallu se bagarrer.

Demande : le massage m'équilibre, c'est un besoin depuis fin 2010 : un médecin voulait me couper la jambe... au début massages à haute dose, toutes les semaines (gestalt, ayurvéda). Au printemps 2011, le corps a réagi, a commencé à bouger... des périodes d'exaltation suivies de chutes... puis pratique du yoga, c'était devenu gérable... de l'énergie pas de fatigue, une ouverture à quelque chose de nouveau... un état amoureux comme si j'étais adolescent... ressenti de légèreté

- J'ai le besoin d'arrêter de courir, d'arrêter de bouger pour bouger... // sensation de réparation, le corps ressent plus de plaisir, de la légèreté.

- Après la 1^{re} séance, j'étais transporté je me sentais accompagné et pendant la semaine une grosse activité : comme parcouru de frissons agréables...// plus paisible, relation facilitée avec les autres

- Lenteur qui permet de sentir les sensations, opposé à « on fait tout vite »

Avril

- Ressenti très corporel : je ressens mes pieds comme si tout mon corps est dans mes pieds

- Ma femme est plus tactile depuis que je me fais masser... // *mobilisations des bras, mot associé ?* Libre

Mai

- Sensations de plaisirs, corporels, bien-être // postures d'équilibre, sensation d'être dans la proposition... *mobilisations des bras ?* quelque chose que je ne faisais pas avant, expression, un côté que je laisse faire...

... « va falloir que t'arrête tes simagrées » le censeur, le jugement... avant je laissais venir l'exaspération : peur de quelque chose que je ne vais pas réussir...

Avant, je disais « j'ai mal, j'ai mal », ça fait 2 ans que je n'ai plus pris d'antalgiques, c'est comme si c'était sorti...

- Besoin de dire merci, de dire sa gratitude // Davantage de ressenti corporel : pieds, ventre... *mobilisations des mains ?* Mouvements dans l'espace ça m'a fait penser à la danse à la musique, je sens le contact avec vos mains, avec l'air, ce qui est là, comme des courants d'air, je sens que ça bouge dans l'espace, pas dans quelque chose de vide...

- Etat de relâchement aujourd'hui... très opposé à l'état de vigilance en alerte, sur le qui-vive, tendu : on me demandait de faire plus... j'ai toujours eu le sentiment qu'il fallait que je fasse plus que les autres, mieux que les autres... comme si j'avais eu un corset des pieds à la tête...

Pas le temps d'exister...

Je ne me sens plus prisonnier du faire, ça a créé une autonomie... au niveau sensoriel c'est le jour et la nuit : tout ce que je ressens et reçois, c'est plus vivant // (*mobilisations fluides*) Trouver la sécurité corporelle

Juin

- J'aide un jeune je sais qu'il est sous un rouleau compresseur // ça remue, ça touche tout, je me dis : c'est comme ça que j'étais là, qu'il y avait ça

en moi... des parties du corps qui appellent, si sensibles... des émotions, c'est le petit enfant qui revient... avec ses besoins...

- Après le dernier massage, des émotions fortes, mais ressenties, des émotions encore différées aujourd'hui

- Le massage m'aide à voir l'autre, à m'intéresser, à capter plus...// être bercé, porté surtout aux hanches, bras et ventre qui bougent, la hanche droite se débloque... mon énergie peut s'employer ailleurs

Juillet

- Beaucoup d'énergie // expansion, moment de détente et de respiration

- A cause de la chaleur d'été, souffrances des pieds dans nouvelles chaussures orthopédiques : ça me demande beaucoup d'énergie... Besoin de trouver une façon d'être plus tranquille, posé, calme dans cette situation... A un moment donné, je sentais une respiration particulière, un axe // un moment totalement ailleurs, ça me permet de me libérer ça fait baisser la tension de la situation.

- Sortir des conditionnements père et mère, bien écouter le corps

Août

- Sentiment de ravissement, tout était relié : le corps l'esprit, l'état d'être avec les autres, le cœur... état de méditation... // je suis bien, me suis senti enveloppé, sensation de bien-être, de rien.

- Vie spirituelle // sensation de repoussé du sol.

Septembre

// redevenir comme des enfants, capacité jeux, sensitifs...

- Des transformations physiques dans les tissus de ma jambe droite la plus faible // le temps du jeu qu'on m'a refusé, fallait que je sois normal... Reconnaissant au handicap...

En quoi ?... Que je suis là... Que je suis.

Octobre

// quelque chose qui bousculerait de l'ordre de l'émotionnel.

- Période chargée. Recherche bonne posture, période d'instabilité, comme si je recommence à marcher

- Parallèle entre le bon et le pas bon // me laisser plus aller, moins bouger... associée à la lenteur, comme une bulle en mouvement qui tourne qui avance

- Je peux relier les choses maintenant : thérapie, massage, yoga, méditation, vie professionnelle

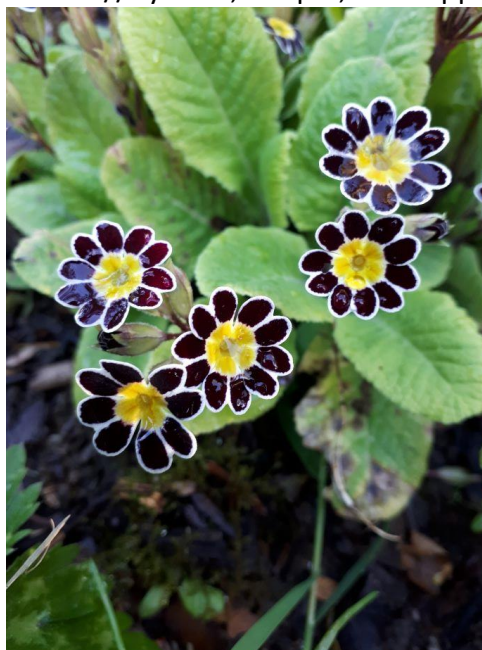
aussi, vie sentimentale, amplifier le bon dans la relation // c'est calme, doux, ma femme me touche plus...

Novembre

- La jambe gauche est plus en lien avec la droite... // L'approche des problèmes n'est plus la même, moins de susceptibilité, moins de réactivité, c'est comme si je me donne le temps de laisser arriver la solution...

Décembre

- Bilan depuis mars : goût pour le massage, le toucher, plus de liberté de ton, plus d'applications de connaissances corporelles équilibre, posture, ischion // rythme, sculpté, enveloppant.



Le témoignage de Daniel : *Attiré, aimanté, guidé... qu'importe, tout est parfaitement naturel... pour recevoir un massage sensitif. Un rendez-vous précieux, je m'y nourris, je m'y retrouve, je m'y découvre... Les mains du cœur se font nourrissantes, l'énergie de souffrance cède la place à l'énergie d'amour... un flot tranquille se fait entendre, à l'intérieur ma liberté grandit, joyeuse. Je peux bouger, j'y suis invité en toute sécurité. Mon corps s'étire, se délie, accueille des ressentis nouveaux, interdits jusqu'alors. Défaire les nœuds, ouvrir la cale, s'abandonner, c'est possible maintenant ici en toute confiance... Lors du retour encore enveloppé de la douceur de ce merveilleux massage, j'ouvre « grand » les yeux à la vie.*

Et en groupe

2 - Animation d'ateliers mensuels de l'APF (Association des Paralysés de France) à Montpellier.

Un groupe hétérogène de personnes adultes ayant des handicaps physiques légers à lourds. Cet atelier a eu lieu 6 fois, dans le cadre d'activités organisées par l'association.

Description de l'activité

La séquence de RELAXATION ET MASSAGE se déroule en 5 temps :

- 1, 10 mn, accueil des participants, temps de parole
- 2, 15 mn, relaxation de groupe guidée : respiration, visualisation, notions anatomiques, aide à la conscience du corps...
- 3, 45 mn, massage en groupe, en cercle, les animatrices suivent ce que je propose
- 4, 50 mn, massage et Toucher Sensitif individuel
- 5, 5 mn, Clôture, temps de parole

3 - Séances individuelles avec Elly, diagnostiquée bipolaire

Elly est sous tutelle, autonome dans son quotidien, son suivi médical psychiatrique et médicamenteux est très cadré : rendez-vous hebdomadaire avec une infirmière à domicile, mensuel à l'hôpital psychiatrique. Son choix de me demander des séances fait partie des soins qu'elle décide pour elle-même, de son autonomie encouragée. Avec moi, elle peut parler et se questionner sur sa relation avec son ami, avec les membres de sa famille, elle peut dire ses observations, ses résistances et ses entorses aux traitements prévus. Elle peut parler de sa vie passée...

Odile GENCE

Un parcours de développement personnel

Entretien avec MF Gotti et M. Jimenez au sujet de l'accueil dans leur cabinet, d'une personne en situation de handicap, il y a quelques années

Quelle était la situation de vie de René ?

L'histoire de vie de René m'est rapportée par ses parents : son handicap est détecté alors qu'il était en maternelle entre 3 et 6 ans, il ne parle pas, la communication est très difficile, il est envahi par des émotions et des crises d'angoisse. Le diagnostic médical tombe : *René ne saura jamais écrire, lire et compter*. Devant ses difficultés, une auxiliaire de vie lui propose de se servir de l'ordinateur (ce qui lui permet une expression) ... A 6 ans il quitte le milieu scolaire ; il est pris en charge dans un hôpital de jour 3 fois par semaine, par une équipe pluridisciplinaire dont une psychanalyste qui lui permet d'avancer dans l'expression de ses angoisses. Il poursuit une scolarité dans des instituts spécialisés. A noter qu'il est intégré dans un club cycliste et un club de plongée.

Motif initial de la prise de rendez-vous.

Je le reçois seule pour la première fois en septembre 2008, il a 18 ans et il a pris le rendez-vous lui-même sur les conseils de ses parents même s'il a des difficultés à parler. Il travaille en ESAT (Etablissement de Service d'Aide par le Travail) et il a assez régulièrement des crises d'angoisse qui le gênent dans son intégration. Il a des relations conflictuelles avec le responsable de

son atelier qui le presse de prendre des médicaments pour gérer ses crises en le menaçant de renvoi. René ne veut pas des médicaments car il sent que cela le coupe de sa libido. Il vient en séance pour exprimer sa colère et veut s'en sortir avec le minimum de médication. Sa demande : trouver un moyen de gérer ses émotions, la pression et ses crises.

Déroulement des séances

Marie-Françoise l'a reçu seule pendant 4 mois. Au vu de ses difficultés à parler, elle lui propose d'écrire ce qu'il a envie de dire en séance (ce qu'il fait volontiers). Il lit avec de plus en plus d'aisance ses notes rédigées entre les séances, il se relaxe et respire pendant le massage en tension /détente. Sachant que Miguel pratique la même méthode, il demande s'il est possible que nous le recevions tous les deux. Il choisit sa propre musique : dans un premier temps des berceuses pendant quelques mois, puis une phase de musiques africaines assez rythmées.

Miguel et Marie-Françoise ont l'idée de lui permettre de jouer du Djembé. *Nous avons pensé que cela pourrait l'aider à extérioriser sa colère*. Pendant qu'il jouait, Miguel l'accompagnait par le toucher en Tension/Détente, Marie-Françoise joue

avec lui et René émet des sons puis met en mot sa colère, son désir.

Evolution au fil des séances

Au fil du temps (1 séance par quinzaine) de septembre 2008 à avril 2014, René a pris de l'assurance et une certaine confiance en lui, sa posture a changé, il a 24 ans et il se sent assez autonome pour prendre un studio non loin de chez ses parents (première séparation). Il a obtenu le permis de conduire. A partir de cette date, il demande à venir tous les 8 jours, car il prépare son départ (prévu en décembre 2014) pour un autre ESAT qui



correspond mieux à ses besoins dans les Alpes : travail dans un milieu naturel élevage de chèvres, fabrication et vente de fromage sur les marchés, loin de chez ses parents (deuxième séparation et prise d'autonomie). Il décide de poursuivre un suivi thérapeutique et corporel et peu à peu s'engage dans une activité danse et théâtre qui lui permet de s'épanouir.

Les changements notés chez René

Au cours de ces séances René est passé d'une phase non verbale et corporelle à une phase d'expression verbale de sa souffrance et de ses besoins. Il est passé d'une phase où il subissait les contraintes (pression sur le lieu de travail, enfermement dans un statut...) à une phase où il prend en charge son handicap, devient acteur et créateur de sa vie. Il exprime son désir et met tout en œuvre pour le réaliser.

Analyse de cette prise en charge

Dans cet accompagnement c'est bien la méthode, son esprit et le maïeutage qui nous ont permis de faire des propositions ajustées, respecter le rythme, solliciter et proposer au bon moment. C'est le Massage Sensitif qui a permis de faire émerger et soutenir les ressources qu'il avait en lui pour dépasser ses difficultés. Il a agi comme thérapie comportementale pour améliorer la qualité de vie de René.

Des questions me sont venues à la suite de cette expérience : qui est la personne handicapée ? Celui qui est sensé savoir communiquer ou celui qui n'arrive pas à communiquer ? Lorsque je me sens démunie, c'est sans doute à ce moment que je suis vraiment à l'écoute du patient et je l'accueille tel qu'il est maintenant. Je le rejoins là où il est, sur son chemin et lui ouvre un espace.

Miguel JIMENEZ et Marie Françoise GOTTI

Une situation d'urgence

J'ai pu travailler pendant 5 jours et nuits en tant que somatothérapeute dans le cadre d'un séjour pour des aidants, qui réunissait, au grand air, des familles, parents et enfants (adultes sortis de leur foyer de résidents.) Des adultes diagnostiqués cérébrolésés et avec d'autres pathologies suite à un AVC, un accident, une méningite etc. Notre équipe d'encadrants était composée d'une neuropsychologue, d'un ergothérapeute, d'une éducatrice.

Je me souviens avoir été appelée en pleine nuit par l'ergothérapeute car un des résidents était en état de crise. Paul, conscient de son état, était tétraplégique depuis son AVC et utilisait donc un fauteuil roulant. Il travaillait avant comme libraire. Paul était alité. Tout son corps était raidi. En souffrance, il ne parvenait pas à s'endormir. Il sursautait brusquement lorsqu'il était touché mais, lentement, en respectant son rythme, j'ai pu le toucher sans qu'il sursaute. Commençant à sa cheville, j'ai massé ses jambes puis je suis allée à son ventre. Il était très dur. En Tension Détente le toucher Sensitif a agi rapidement, l'a soulagé et détendu. L'ergothérapeute était très surpris de l'effet presque immédiat. J'ai massé son ventre et tout son corps s'est relâché ; la crise était terminée. Soulagé, Paul a pu s'endormir une fois que l'ergothérapeute l'a eu changé.

Le lendemain, Paul a dit qu'il se sentait comme une plume alors qu'il est « ferré » à son fauteuil depuis plusieurs années. Il n'avait jamais pu sentir cela et en souriait encore, heureux d'avoir vécu intérieurement la légèreté d'une plume. L'autre effet important était que le massage avait débloqué son transit intestinal. C'était d'autant plus salvateur pour lui qu'il risquait, sinon, les urgences. En effet, ce séjour de vacances avait provoqué une modification de ses habitudes et, quand bien même il était content d'y être, il n'était pas allé à la selle depuis 4 jours. Il m'a demandé de le masser de nouveau alors qu'il était assis sur son fauteuil. Il aurait aimé que sa famille accepte que je vienne le masser au foyer après le séjour.

Nathalie LAVANDIER

Des stagiaires en situation de handicap

en formation Massage Sensitif®

Être formateur en massage et recevoir des personnes handicapées peut être une formidable occasion d'évoluer dans sa pratique.

Bien sûr, il ne s'agit pas de tout type de handicap. Je vous parlerai plus de mal ou non-voyant ou de mal ou non-entendant.

En effet, pour se faire comprendre de ce public, vous êtes stimulés à mettre en œuvre une transmission teintée d'une précision d'horloger.

Il est étonnant combien détailler par des mots ou des gestes, avec précision, exactitude, permet d'intégrer soi-même toutes les subtilités des mouvements de base, des particularités qui mène à la libre expression corporelle.

Le professionnel qui se remet en question apprend de sa pratique

Pour les non-voyants la pertinence de chaque mot permet à ceux-ci de se situer dans l'espace. Pour un mouvement de base du bras, expliquer qu'au deuxième temps la main au cours de sa rotation ira jusqu'à l'acromion de la scapula aura beaucoup plus d'impact, si vous lui avez fait sentir manuellement ce point particulier, que de lui dire d'aller jusqu'à l'épaule ; qu'une accroche en butée au niveau du calcaneum permettra un étirement de la jambe. Cela vous permet aussi de rejoindre dans son univers une personne qui se recrée le monde, et par le son, et par la description de ce qui l'entoure.

Pour un malentendant, la minutie de la démonstration sera plus porteuse ainsi que la visualisation de schémas techniques. Elle vous entraînera aussi à avoir une prononciation et une articulation optimales car le décryptage sur les lèvres fait partie de leur univers.

J'ai eu en stage une personne ayant des difficultés dans la position debout. Elle s'est très bien adaptée avec un appui fessier (ou selle) télescopique. Le handicap physique léger pose rarement de problèmes car les personnes développent leurs propres stratégies pour un maximum d'efficacité (principe de base du MS).

J'ai eu aussi en massage un homme de la quarantaine portant une prothèse suite à l'amputation de sa jambe. Cette opération a eu lieu dans sa toute petite enfance et il n'a jamais eu la sensation du membre fantôme.

Faire confiance à l'intelligence corporelle

Pourtant j'ai pris le parti de « masser » sa jambe manquante, c'est à dire de passer le même temps au niveau de sa prothèse que sur sa jambe valide. Et très étrangement, cette prise en compte de la « partie manquante » lui a donné une sensation de rééquilibrage. La complexité du cerveau est étonnante.

Noël MAGUET

Vivant malgré l'adversité du handicap



J'ai eu l'occasion, au cours de ma vie professionnelle dans le Massage Sensitif, de donner des séances à des personnes en situation de handicap : Robert, atteint de Sclérose En Plaques (SEP) que je suis depuis 20 ans ; Jérémie, un tétraplégique qui parle grâce à un appareil digital et bien d'autres. Je retiendrai ces deux personnes, qui pour moi ont été significatives.

Dans le cas de Robert, je me suis adaptée à l'évolution de sa maladie : au départ je le massais sur table, puis, ne pouvant plus se mouvoir, je le masse maintenant sur son fauteuil, à domicile, une fois par semaine. Le massage me prend environ 45 mn, plus le déplacement. Ce suivi au « long cours » est important pour mon Robert, qui est devenu un ami : de la T/D, de l'écoute, de la lenteur, des passages sur toutes les parties qui me sont accessibles : il exprime des sensations de soulagement, un rapport au corps modifié par le massage, il me dit régulièrement que cela lui fait tellement du bien.

Avec Jérémie, le massage se déroule aussi à domicile ; avec l'aide d'une personne de sa famille, nous pouvons le hisser sur une table de massage, il s'allonge, ses membres sont repliés. Il s'exprime par des regards, des sons, des gémissements, des sourires montrant qu'il apprécie le massage ; son corps se détend et se déploie par endroit. Lorsque le massage est terminé, une fois revenu sur son fauteuil, il peut communiquer grâce à son appareil digital et me fait des retours sur ce qu'il vit pendant les séances. Je sens une vraie alliance avec Jérémie, il attend ses séances avec impatience !

L'important pour moi est de créer un lien fort avec mes clients porteurs de handicap, ils me connaissent, me font confiance (la confiance joue un rôle très important). La communication verbale lorsqu'elle est possible est aussi, pour moi, importante dans la relation. Elle me permet de m'ajuster aux besoins et aux ressentis de mon massé ; il y a aussi de la communication non verbale à laquelle je suis attentive : des mimiques, des sourires, des gémissements de satisfaction, des murmures... Pour moi, il est fondamental, en tant que masseur, de dépasser ses croyances et préjugés sur le handicap ; même si je ne connais pas grand-chose sur la nature des souffrances endurées ou l'histoire de la personne, ce qui compte, c'est d'être en empathie, de créer du lien.

Le toucher est fondamental pour l'être l'humain en général mais en particulier pour les personnes en souffrance ; l'outil du Massage Sensitif est tout à fait approprié pour permettre une conscience du vivant en soi dans la bienveillance.

Yvonne SEBBAG

Relation à soi, relation à l'autre

Le Massage Sensitif, source de transformation de la relation à l'autre et de la relation à soi

J'ai eu l'occasion dans ma carrière de somatothérapeute en Méthode Camilli, d'accueillir des enfants en situation de handicap (en groupe ou en individuel, seuls ou accompagnés de leurs parents ou de leur éducateur).

Montrer et enseigner aux parents comment masser leur enfant atteint de troubles moteurs favorise le dialogue et le lien avec celui-ci.



L'objectif du massage pour les personnes en situation de handicap est de les accompagner pour trouver de la détente dans leur corps, de favoriser la relation avec leur propre corps, de les aider à détendre leurs muscles, les accompagner dans la relation à l'autre.

Il y a des effets très positifs dans la relation avec eux-mêmes : ils acceptent mieux les soins corporels : de toilette, d'hygiène ; la relation à l'autre devient possible, l'approche corporelle est mieux acceptée, plus détendue. Pour beaucoup ce sont les seuls moments de bien-être physiques.

Quelques expériences et situations que j'ai pu observer et vivre :

- Une enfant autiste qui tapait et pinçait les autres : avec l'ergothérapeute de l'IME, nous nous sommes rendu compte qu'elle était en situation d'hypoesthésie (elle avait une perte importante de sensibilité corporelle) et qu'elle avait besoin d'être sur-stimulée dans son corps pour ressentir. Alors je la frictionnais très fort, ou je tapotais plus ou moins fort. Dans un langage non-verbal elle me guidait et me

réclamait ces manœuvres de massage. Ensuite elle montrait du contentement pour les pressions glissées lors de phases de massage plus douces. En me tendant son bras sa jambe elle m'indiquait les zones à masser. Ensuite, elle pouvait rester de longs moments calme, les pieds en l'air, à sentir le vent créé par un ventilateur sur sa plante des pieds. Les rendez-vous étaient réguliers, hebdomadaires et se sont étalés sur plusieurs années. Les séances se faisaient sur un tapis au sol.

- Un adolescent autiste : je lui demandais l'autorisation de le toucher et le prévenais du déplacement de mes mains « je vais masser ton épaule, là tu sens ? », « puis je vais aller à l'autre épaule... ».

- Lorsque je masse une personne polyhandicapée, pour l'aider à détendre ses mains qui sont souvent poings serrés, il est nécessaire de masser l'épaule, la détendre puis le bras et l'avant-bras avant d'arriver à la main. Idem pour les pieds : commencer par la hanche, puis, la cuisse, la jambe pour terminer par le pied.

- J'ai eu l'occasion de masser des adultes en situation d'handicap lors de leurs séjours de vacances au Gourbet. J'ai eu de très belles expériences : des adultes ont réussi à se détendre à s'allonger, chose qu'ils ne faisaient jamais ; une autre s'est laissée masser le visage alors que l'équipe éducative était en difficulté avec la toilette du visage ; une autre est arrivée en faisant la grimace et au cours du massage a levé la tête, a regardé mes mains, m'a regardé, a regardé son corps en souriant et s'est détendue.

En conclusion : Le toucher est d'une richesse insoupçonnée, il favorise l'ouverture au monde, la détente, l'apprentissage de la détente dans la relation à l'autre. Il permet à toutes les personnes de mieux vivre leur corps, de vivre quelque chose de bon. Ils ont encore plus besoin que les autres de massage, quel que soit leur problématique.

Marie Pierre SAVARY

Le massage Sensitif® dans l'accompagnement de personnes polyhandicapées en institution

Résumé par Anne Cautenet du mémoire de fin de formation de somatothérapie de Catherine Watrin intitulé Le Massage Sensitif® dans l'accompagnement de personnes polyhandicapées en institution

Le terme « polyhandicap » signifie des troubles de la motricité, de la sensibilité, de la conscience et de la parole. Les personnes polyhandicapées ont besoin d'une assistance constante dans la vie quotidienne. La Méthode Camilli peut offrir à ces personnes un moyen de communication unique et le développement du sentiment d'exister comme individu à part entière.

Le toucher relationnel peut permettre à ces personnes dont l'entourage parle souvent en termes de besoins (faire) et non pas d'identité (être) de se ressentir « être » et non pas manipulées plusieurs fois par jour.

Le mémoire aborde :

1 - Le rapport variable au corps, aux sensations et au schéma corporel des différentes personnes polyhandicapées.

2 - Les difficultés des aidants soignants intervenant auprès de ces personnes :

- Trouver la juste distance ;
- Effet miroir sur leur propre souffrance et leur contre-transfert face à la souffrance : culpabilité, impuissance, colère...
- Prendre les patients comme objets d'amour par besoin personnel ;
- Abus d'autorité.

3 - La pratique du MS dans une petite institution :

- Comment " reproduire " et inclure les gestes du MS dans l'accompagnement au quotidien : observation, prise de contact, écoute non verbale, respect du rythme et laisser aller au bout du mouvement ;
- Respect du schéma corporel et de l'unité corporelle ;
- Suggérer par la respiration ;
- Reconnaître le potentiel.

4 - Indications et pistes cliniques :

- Etats régressifs, comportements de défis, observations utiles pour l'équipe ;
- Adaptation à chaque séance, établir une relation de confiance, respect des mécanismes de défenses, renforcement du Moi, favoriser la communication pour des personnes parlant peu ou pas, être simplement dans la présence-contact ;
- Utilisation de supports visuels est intéressante.

5 - Effets principaux : meilleure qualité de vie, apaisement des autostimulations ou des comportements auto-agressifs et de l'agressivité.

Anne CAUTENET

Liens

Trauma : guérir nos âmes blessées

Une entrevue, réalisée par Fabrice Midal, de Michel Schittecatte, médecin psychiatre, psychothérapeute, fondateur du CEFoRT (Centre d'études et de formation à la résolution du trauma), qui a effectué la formation de Somatothérapie en Méthode Camilli en 2001/2002 :

https://open.spotify.com/episode/2Svk973cv907TCQHLwRrVw?si=utL0tW11Tc6V7j6eW8Ldgg&nd=1&utm_source=whatsapp&utm_medium=sharing&branch_match_id=1316773239459872263&branch_referrer=H4sIAAAAAAAAAA8soKSkottLXLy7IL8lMq9TLyczL1nfP9jPjt4hwKfRKAgaBa%2FoghiAAAAA%3D%3D

Lectures

Nous vous conseillons la lecture du livre de Clara DUPONT MONOD : *S'adapter*, publié le 25/08/2021 aux Editions Stock, collection La Bleue. Paru au Livre de Poche le 24/08/2022. Livre qui a obtenu le prix Goncourt des lycéens.

Dans un court et poignant récit, Clara Dupont-Monod nous met avec pudeur dans la peau de trois enfants contraints de s'adapter à la naissance d'un petit frère sévèrement handicapé. Un conte cruel et lumineux justement récompensé par le prix Landerneau des Lecteurs et par le Femina.

