



Le toucher en thérapie

Le thérapeute est parfois appelé à utiliser le toucher afin de renforcer et de soutenir le processus. Les thérapeutes accrédités en analyse bioénergétique sont formés de manière à utiliser le toucher de façon pertinente et respectueuse durant les séances thérapeutiques.

Beaucoup d'entre nous ont été blessés par des touchers irrespectueux ou encore ont souffert de l'absence de contact physique dans le passé. Compte tenu de cela, les thérapeutes en analyse bioénergétique savent que le toucher thérapeutique doit être utilisé avec discernement et délicatesse. Lorsqu'il est utilisé de manière appropriée, le toucher contribue au relâchement des tensions corporelles, permettant ainsi à la personne de ressentir davantage ses sensations corporelles. Celles-ci viennent enrichir, approfondir et conscientiser l'expérience affective et relationnelle, tout en contribuant à mettre cette expérience en rapport avec l'histoire de vie de la personne.

Le toucher peut également soutenir la personne dans l'expression des émotions reliées à des expériences passées de nature blessante et/ou traumatique. Il peut contribuer à l'apprentissage de nouvelles façons d'être. Enfin, il peut renforcer le lien déjà établi avec le thérapeute.

En analyse bioénergétique, on insiste sur le fait que l'utilisation du toucher ne doit en aucune façon porter atteinte à l'intégrité de la personne. Le thérapeute est tenu de maintenir des frontières claires. Le code de déontologie de l'Institut international d'analyse bioénergétique (IIBA), auquel sont soumis tous les praticiens de l'analyse bioénergétique, exige d'eux qu'ils se gardent d'exploiter la situation thérapeutique de quelque façon que ce soit. Les thérapeutes sont en effet tenus de respecter la personne dans toutes les dimensions de son être, notamment dans sa sexualité. La relation avec le thérapeute doit en être une de confiance réciproque, fondée sur des bases solides et sécurisantes. C'est à travers ce genre de relation claire et sécurisante que les clients pourront reconnaître leur besoin d'amour et de contact, et l'exprimer plutôt que de le réprimer par peur d'être blessés, déçus, rejetés ou exploités.

L'utilisation du toucher suppose enfin que le thérapeute demande explicitement la permission de toucher et reçoive un assentiment clair de la part du client. Cette forme de travail exige de respecter les particularités et les limites de chaque personne, et doit tenir compte non seulement des exigences éthiques formulées par l'IIBA dans son code de déontologie, mais également celles du code de déontologie de l'association ou de l'ordre professionnel auquel appartient le praticien.

