



Évaluation de l'atelier JPM-202

34e congrès de l'Association Québécoise
des Psychologues Scolaires

<https://forms.gle/y5vBcFvWNKSwcFtKA>



La présence à soi

Le psychologue scolaire comme outil thérapeutique

Anick Laverdure, psychologue et psychothérapeute



19 octobre 2023 Congrès AQPS

Psychologue scolaire... mission possible !

Objectifs de l'atelier

1

Les participants seront en mesure de

connaître et expliquer la démarche ontologique dans laquelle s'inscrit le concept de présence à soi.

2

Les participants seront sensibilisés à

l'impact de la présence à soi dans un cadre thérapeutique, de supervision et de développement professionnel.

3

Les participants auront expérimenté

la présence à soi par l'entremise d'un exercice pratique.





FAISONS
CONNAISSANCE

Immersion

Jeu de rôles



L'objectif est de connaître notre niveau de base

En dyade, l'un est thérapeute, l'autre est client.

Vous aurez 5 minutes pour discuter d'une situation difficile, complexe ou pour laquelle vous avez besoin de soutien en lien avec le travail. Ça peut être au sujet de l'organisation de la tâche, un élève, un collègue, un supérieur, l'institution, les moyens de pression, etc.

Il y aura une sonnerie après 5 minutes. Ce sera le moment d'inverser les rôles, pour un autre 5 minutes.

Contexte dans lequel s'inscrit la présence à soi

- Années 1970 au Québec
 - Aimé Hamman
 - Groupe de 5 thérapeutes
- Inspirations à la fois théorique, philosophique et spirituelle
 - « Devenir des élèves, des enseignés et non pas des enseignants de la vie, de l'énergie corporelle, de ses manifestations et de ses différents modes d'expression. »¹
 - Anti-technique



¹ Hamman, A. (1978). L'abandon corporel – Une approche non-directive à la bio-énergie. *Santé mentale au Québec*. 3(1), 85-96.

Contexte dans lequel s'inscrit la présence à soi

- Popularité des approches corporelles
 - Abordent le corps avec la tête
 - Séparation hermétique tête-corps
 - Privilégie la dimension somatique de la personnalité
 - Conception holistique de la santé
 - Unité dans le processus corporel et psychique
 - Autorégulation organismique
 - Primauté de ce réflexe versus la fonction réflexive de la conscience



Données de recherche

- Peu nombreuses
 - Ne semble plus faire partie des intérêts actuels
- Données expérientielles
 - Reproduites avec différents groupes
- Séminaire de recherche bi-annuel qui a toujours cours
- Avantages rapportés en 1978 :
 - Un meilleur contact de soi à soi-même
 - La découverte d'une plus grande capacité de relation réelle avec les autres
 - La disparition de symptômes physiques
 - Des changements même dans le rapport des différentes parties du corps et, dans certains cas, dans l'apparence extérieure des gens
 - Des modifications dans la qualité des rêves, dans l'imagerie intérieure, dans l'expression émotionnelle et la créativité
 - Et presque chez tous une transformation dans leur façon de faire l'amour (!!)



Démarche ontologique

- Comparaison avec
 - La psychanalyse et la position couchée
 - Janov et le cri primal
 - Rogers et le rôle du thérapeute non interventionniste
 - Gendlin et l'experiencing
 - Chocs électriques, crises d'épilepsie
 - Vaudou, chamanisme
- Abandon corporel
 - Abandonner le contrôle volontaire sur l'expérience corporelle
 - Toucher présence
 - Permet de poursuivre sa démarche seul, sans la présence des autres
 - Laisser émerger l'involontaire
- Posture du thérapeute
 - Co-chercheur



Démarche ontologique

- Définition
 - Pas simple, vocabulaire particulier
 - Définie par la négative (ce qu'elle n'est pas...)
- Une démarche qui peut être thérapeutique, mais qui n'est pas une psychothérapie
- Une approche au-delà des psychothérapies parce qu'on ne cherche pas à guérir le client de ses maladies mais bien à accueillir tout de l'humain
- Une forme de recherche de l'humain sur l'humanité, mettant l'accent sur le chercheur lui-même, l'impliquant dans sa globalité de sorte que le cherchant et le cherché se rencontrent
- Une position prise à l'égard de la réalité humaine et donc de chacun des humains
- Une psychothérapie comme recherche



Thérapeute chercheur

- Doit être en mesure de se recevoir pour permettre au client de le faire à son tour
 - Être centré sur lui-même, branché sur ses propres états internes tout au long des séances thérapeutiques
 - Le contraire du contrôle
- La compétence du thérapeute repose sur une attitude : une capacité d'ouverture à soi et à l'autre
- Le thérapeute sort du rôle d'expert
- La formation repose sur le cheminement personnel du thérapeute



La présence à soi

- La position de se recevoir peut être bénéfique dans n'importe quelle relation interpersonnelle
 - Se vivre en direct
 - Approche du lien
 - Demeurer en lien malgré les irritants, les conflits ou les embûches
- Permet d'avoir accès aux sensations physiologiques et aux émotions sans nécessairement avoir à passer par le verbal
- Interdépendance
 - « Laisser l'autre nous approcher de lieux dépossédés de nous-mêmes représente d'abord et surtout une grande menace à notre organisation. »²

² Cinq-Mars, M. (2019). De l'institution à l'être: le difficile passage vers son incomplétude. *Les apports spécifiques de la recherche ontologique en abandon corporel*. 10e colloque de recherche en abandon corporel. Bretagne (France), PP



Contextes d'utilisation en milieu scolaire

Soutien et accompagnement

Permet de connecter
au-delà des mots
Renforce la relation
thérapeutique
Moins menaçant



Consultation et formation

Permet de se
connecter au
consulteur
Moins menaçant
qu'une position
d'expert



Supervision (eur.e, é.e)

Permet de se
connecter à
l'expérience
Moins menaçant
qu'une position
d'expert



Expérimentons

Jeu de rôles



L'objectif est de tenter de mettre en pratique la présence à soi

Même dyade.

Exactement le même sujet.

Même déroulement : sonnerie après 5 minutes, on inverse les rôles pour un autre 5 minutes.

Retour verbal

Deux expériences de jeux de rôles



En tant que client

En tant que thérapeute



Différence

Intérêt



Suites à
donner



Connaissances



**Échanges et
expérimentations**



Merci beaucoup

Au plaisir de conserver le lien...

alaverdure@academiefournier.qc.ca

Références



Cinq-Mars, Martine. (2017). La position du psychothérapeute en démarche ontologique : avancées pour une pratique réflexive. *L'abandon corporel, une démarche ontologique*. 9^e colloque de recherche en abandon corporel. St-Paulin (Québec), 43-52.

Cinq-Mars, M. (2019). De l'institution à l'être : le difficile passage vers son incomplétude. *Les apports spécifiques de la recherche ontologique en abandon corporel*. 10^e colloque de recherche en abandon corporel. Bretagne (France), PP

Dubé, Clémence. (2017). Se recevoir : la position de recherche en abandon corporel. *L'abandon corporel, une démarche ontologique*. 9^e colloque de recherche en abandon corporel. St-Paulin (Québec), 53-54.

Gentes, Monique. (1986). *Les effets de l'abandon corporel sur le niveau d'experiencing*. Mémoire de maîtrise en psychologie, Université du Québec à Trois-Rivières.

Hamann, Aimé. (1978). L'abandon corporel : une approche non-directive à la bio-énergie. *Santé mentale au Québec*. 3(1), 85-96.

Références



Hamann, Aimé. (1996). *Au-delà des psychothérapies – L’abandon corporel*. Stanké. (Montréal).

Maté, Gabo, et Maté, Daniel. (2022). *The Myth of Normal: Trauma, Illness, & Healing in a Toxic Culture*. Penguin Random House (Toronto).

Ortiz, Brigitte. (2019). « Se recevoir » ou le consentement à l’expérience de la douleur humaine. *Les apports spécifiques de la recherche ontologique en abandon corporel. 10^e colloque de recherche en abandon corporel*. Bretagne (France), 23-24.

St-Amand, Claude. (2019). Se recevoir ou le risque d’être. *Les apports spécifiques de la recherche ontologique en abandon corporel. 10^e colloque de recherche en abandon corporel*. Bretagne (France), 17-18.

Van Nieuwenhuyse, A.-S., et Larivée, S. (2006). Faut-il abandonner l’abandon corporel ? *Revue de psychoéducation*. 35(1), 177-199.