

Psychisme et corps: le lien intime



Qui ne rêve pas de marcher ou de courir cheveux au vent, libre dans son corps et dans sa tête, léger·e, complètement un·e et unique, indissociable du soi, de l'autre et de son environnement ? Heureux : intime émotion en relation avec le monde.

@jd-photodesig/ Adobe Stock



Réflexion de **Frédéric Müller**, directeur, Association Thaïs, Onex

Qui ne rêve pas de trouver cet équilibre entre le corps et la pensée, entre le monde et soi, comme dans cette unité particulière et personnelle qui crée notre unicité et notre particularité ? Cet équilibre est le « je suis ». Il n'est pas que pensée, il est aussi ressenti du corps. Contrairement à ce que nous a dit Descartes : « je pense donc je suis », j'ai envie d'affirmer « je suis, donc je pense, donc j'existe, donc j'ai un corps dans lequel cet esprit trouve sa matérialité, tout son sens ».

Il y a maintenant longtemps (mais pas si longtemps et peut-être encore aujourd'hui), alors que j'étais encore éducateur, il était dit qu'il ne fallait pas toucher au corps ou plus précisément à l'image du corps d'une personne avec des problèmes psychiques. Le risque qu'elle se sente agressée ? Le risque plus certain qu'elle agresse quelqu'un, se désintègre ? Le risque de quoi ? De l'intimité ? De l'émergence de pulsions incontrôlées ? Il me semble que penser que celui ou celle dont on s'occupe de la psyché ou de l'esprit n'a pas de corps est le plus grand risque de désintégration qu'il soit.

Dans ma position (encore une image du corps) de directeur d'institution, le défi n'est pas tant de comprendre uniquement les problématiques psychiques des personnes dont nous nous occupons dans notre foyer et dans notre arcade, mais de comprendre la personne dans son intégralité, dans son intégrité et dans son environnement, physique, social et psychique.

N'en déplaise à tous ceux et celles qui pensent que comprendre l'autre n'est que parole et pensée, le corps lui aussi a besoin de parler, de s'exprimer, de se sentir bien, et il le fait. Le corps dit ; la pensée est parfois révélée par ce qu'il dit dans la parole ; ou parfois et plus souvent pour les personnes en situation de handicap, dans l'absence de parole.

Comment citer cet article ?

Frédéric Müller, «Psychisme et corps: le lien intime», REISO, Revue d'information sociale, publié le 19 septembre 2022, <https://www.reiso.org/document/9594>

L'émotion intime du monde qui ne peut pas toujours s'exprimer.

Dans mon rôle de directeur, il m'a paru essentiel de pouvoir parler au corps, tout en respectant l'intimité, la juste distance, la volonté de chacun.

« Ce que tu es crie si fort que je n'entends pas ce que tu dis » (Ralph Waldo Emerson).

L'image que les autres nous renvoient et l'image que l'on donne de soi change tout, dans la relation, dans le travail, dans la famille, dans la rue. C'est un langage que chacun·e comprend et c'est un langage que je trouve important de pouvoir exprimer, et se laisser exprimer. Dans la beauté de soi.

Être regardé, regarder, aimer regarder et se plaire dans l'image interne que l'on a de soi, par le regard des autres, l'image que l'on donne, celle que l'on nous donne... Cette bulle dans laquelle certain·e·s vivent ne cache pas tout. Elle est l'image de ce que l'on veut dire et ce que l'on veut garder secret. Elle est la juste distance qui protège. Autant qu'elle soit belle et se sente bien, juste au corps. C'est ce que nous proposons dans notre arcade de bien-être.

L'intégration est un système à double sens, et le « je » que j'utilise s'adresse autant à moi qu'au lecteur, à la lectrice ou au bénéficiaire de nos prestations : j'intègre et je m'intègre. Triple sens : je m'intègre moi-même, en moi, en ce que je suis.

Je fais le pas et l'autre fait le pas, et celui-ci commence probablement par soi. Et c'est pour cela que l'association a décidé de faire ce pas vers ce qui nous paraissait si éloigné et pourtant si proche : le corps et l'esprit dans une même personne.

Pour cela, chacun·e, quels que soient ses problèmes, a besoin d'être, c'est vrai, mais a aussi besoin de paraître pour être. Pour être vu, pour être vu sous un beau jour, pour être vu beau et satisfaire sa propre identité... aux yeux des autres.

Cette identité qui a tendance à disparaître derrière les problèmes, l'arcade n'en a cure, si cela peut être dit ainsi, avec un brin d'humour. A l'arcade, chacun·e a le droit d'être et d'être beau, mais pas seulement.

Être accepté et accepter fait partie de l'essence de la relation, le début d'un progrès, d'une amélioration, d'un ressenti positif, d'un élan vers l'avant.

Et plus simplement, il s'agit de trouver la dignité, pour soi, pour les autres. Une intime et légitime dignité.

Ainsi l'arcade s'occupe du corps et de son bien-être, l'institution s'occupe de la vie de tous les jours, des problèmes psychiques.

L'Association lie l'esprit et le corps, par le travail, par les soins apportés, par le soin apporté à l'ensemble de la personne... Cette intimité sociale se partage, c'est une intimité partagée avec l'autre, dans le respect.

Oser partager ce moment de coiffure ou de massage, oser proposer ses mains ou ses pieds à la manucure, à la beauté, c'est une approche qui demande du courage pour certain·e·s. D'autres disent « enfin, enfin j'ose m'occuper de moi, j'ose que l'on s'occupe de moi ».

Oser se laisser embellir, oser changer, c'est une confiance qui ne dit mot : je suis respecté.

Être respecté, donc être.

Les travailleurs de l'arcade accueillent les client·e·s qui viennent elles et eux aussi trouver en ces lieux du bien-être. Intime du partage.

Avoir un travail, même peu d'heures par semaine, permet de dire haut et fort : je travaille. C'est ainsi donner la dignité à chacun·e.

Pouvoir profiter de massage, de pédicure, de coiffure ou de manucure, permet de dire : j'existe aussi. C'est ainsi donner une existence à chacun.

Accepter tout le monde dans un endroit où l'intime se fait beau, c'est être en lien avec le monde et soi, entre l'autre et soi. C'est aussi accepter le plaisir, et ce n'est pas toujours facile. Alors que le plaisir peut être si simple.

Pouvoir trouver là aussi un espace de parole tandis qu'un ou une autre s'occupe de la beauté du corps, en toute confiance, c'est l'intime qui s'exprime enfin, sans crainte et sans mot.

L'Association Thaïs - Maison des Champs

L'institution, fondée en 1994, propose des places en appartement, en foyer, ainsi qu'en atelier. La Maison des Champs accueille, répond et s'adapte aux besoins de personnes en situation de handicap psychique et social. Elle propose un accompagnement socio-éducatif sous tendu par un projet pédagogique proche de la personne, de son projet, et de son évolution.

Elle crée et dynamise un environnement propice à la vie en foyer et en appartement pour ce qui est du logement. L'accès au travail dans son atelier arc@bulles et dans des ateliers extérieurs, lieux favorables à la socialisation et à l'intégration, complètent sa mission. Une approche sociale globale permet à chaque résident·e de trouver sa place dans la société.

Plus précisément, Arc@bulles est un salon de bien-être qui propose des soins esthétiques, de podologie, des massages et de coiffure, avec des tarifs réduits pour les personnes justifiant de l'AVS, de l'AI, du chômage, de l'aide sociale de l'Hospice Général, du seuil RDU (revenu déterminant unifié) et aux étudiant·e·s. L'arcade s'est également ouverte à tout public, ce qui ouvre l'accès aux prestations à une clientèle plus large et de proximité.

La coiffure, l'esthétique, les massages et la podologie sont effectués par des professionnel·le·s. Une gérante et un assistant socio-éducatif gèrent l'ensemble pour le rendre cohérent et adapté.

A l'origine, l'arc@bulles a été créée pour les résident·e·s du foyer de La Maison des Champs qui avaient des difficultés à trouver une activité dans un atelier adapté, soit parce qu'ils ou elles n'étaient pas suffisamment autonomes (transport, horaires, persévérance dans le travail), soit parce qu'ils-elles ne remplissaient pas les critères d'exigence trop élevés d'autres ateliers protégés.

Depuis sa création, l'arc@bulles a ouvert ses portes à d'autres travailleurs et travailleuses au bénéfice ou en demande de l'AI, dans les domaines de la réception et de l'accueil, de l'entretien (intérieur et extérieur), de la lingerie, de la bureautique ou de la cuisine. A plein-temps ou à temps partiel, ces personnes peuvent ainsi :

- Expérimenter le travail dans des conditions adaptées
- Progresser dans l'acquisition des compétences et de formations nécessaires pour un travail

- S'engager dans une activité professionnelle afin que de se sentir valorisé-e et utile au sein de la société et gagner en estime de soi
- Recevoir un accompagnement socio-éducatif dynamique et pleinement mettre en œuvre un projet professionnel