



Le toucher relationnel :

« Le moi peau » de Didier ANZIEU	
Introduction	<p>Peau = organe des sens, apparait le plus tôt chez l'embryon</p> <p>Lors de la 3^{ème} semaine de dvpt in utero, au moment de la gastrulation, remaniement cellulaire, division en 3 feuillets :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ectoderme : feuillet externe à l'origine de la constitution de la peau et du cerveau (SNC, SNP, donc des neurones). - Mésoderme : feuillet médian à l'origine de la constitution des intestins, des poumons, du foie... - Endoderme : feuillet interne à l'origine de la constitution des os, des muscles, du système vasculaire, des reins, des organes reproducteurs.
Limites corporelle	<p>Peau = enveloppe corporelle, délimite le corps et agit comme un contenant.</p> <p>Vecteur des échanges entre dedans/dehors, soi/non soi.</p> <p>Transmet infos (palpable et impalpable) de l'extérieur vers le cerveau</p> <p>Statut de transitionnalité entre l'intérieur et l'extérieur</p>
Notion de pré-moi	<p>Naissance : enfant présente une ébauche du « moi », des expériences sensorielles in utero</p> <p>Le pré-moi (préconscient) continue de se développer en fonction du feed-back mère/enfant, les deux ont un rôle actif dans la relation. Émet des signaux afin de déclencher ou affiner les soins qui lui sont prodigués.</p>
La peau une surface d'inscription	<p>La peau est le récepteur d'excitations qui sont transmise au cerveau mais est aussi une surface d'inscription : elle garde en mémoire.</p> <p>Si la peau n'était qu'une surface excitable l'enfant n'intégrerait pas les différentes expériences, elles seraient fugaces et ne lui permettraient pas d'évoluer.</p> <p>La fonction d'inscription des expériences est donc essentielle en termes de mémorisation de l'expériences et de potentiel évolutif.</p>
Sécurité de base	<p>Début de l'existence du nourrisson : se confond avec sa mère, sentiment de faire peau commune.</p> <p>Premières relations de l'enfant : échanges tactiles, contact corporel avec la mère ou le père.</p> <p>➔ A l'origine de toute relation et communication humaine.</p> <p>Ce toucher donne à l'enfant un sentiment d'existence, de réassurance. Dans le ventre : sentiment de sécurité et de protection contre le monde extérieur = contact avec la peau a la naissance est donc essentiel au développement de tout humain.</p> <p>Angoisse de séparation à sa mère, liée à sa survie.</p> <p>Réflexe d'agrippement (réflexe de Moro) dès sa naissance. Ce besoin est lié à la pulsion d'autoconservation et à la pulsion d'attachement. Elle serait indépendante de la pulsion orale et serait une pulsion primaire non sexuelle.</p> <p>Ce qui complète ce sentiment :</p> <ul style="list-style-type: none"> - La chaleur corporelle - Le soutien dans ses bras - Le bercement <p>C'est la mère qui établit le lien entre le monde et l'enfant qui va découvrir le monde à partir de ce lieu sécurisant. Les bras de sa mère vont constituer un espace de transitionnalité entre le monde et l'enfant.</p> <p>Winnicott (pédopsychiatre de 1958), aborde le concept d'objet transitionnel qui se substitue au corps de la mère (doudou).</p> <p>Il fait le lien avec elle et rassure l'enfant en son absence. C'est en général un tissu doux ou d'une texture qui plaît à l'enfant, qu'il appartienne ou non à sa mère.</p>
Constitution du pré-moi	<p>Selon WINNICOTT : dépend de 3 facteurs important :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Holding ou « l'intégration du moi » dans le temps et dans l'espace dépendra de la façon dont l'enfant aura été porté. S'inscrit progressivement dans le temps entre le temps porté et non porté. Si trop souvent tenu il ne pourra pas se fusionner et pas se développer comme un



	<p>être existant en dehors de la peau de sa mère. Si il manque à l'inverse de contention il risquera d'être insécure.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Handling ou « personnalisation du moi » dépend de la manière dont l'enfant aura été soigné - Satisfaction des besoins permet « l'instauration par le moi » de la relation d'objet : construira sont rapport aux autres en fonction de la satisfaction de ses besoins. La base de sa relation à l'autre, de comment il va être. <p>Ces 3 facteurs vont constituer le narcissisme primaire (libido du moi) qui va préfigurer le narcissisme secondaire (libido d'objet).</p>
Différenciation du moi et du non moi	<p>La différenciation Moi/non Moi s'établit, au départ, sur l'alternance présence/absence de la mère. Il distingue au départ ces deux moments qui rythment sa vie, liés à des espaces différents (seul, dans sa chambre ou avec maman dans les espaces communs).</p> <p>Si au départ, il y a fusion, ces alternances et son repérage par le bébé vont lui permettre de sentir son existence propre en l'absence de sa mère, c'est-à-dire, être séparé du corps de sa mère.</p> <p>La peau est donc perçue comme contenant du corps et comme le lien entre le dedans et le dehors, où il reçoit de nombreuses stimulations. C'est sur la base de cette contention par la peau, et la différenciation Moi/peau et peau de sa mère que va se construire le Moi psychique.</p> <p>Il percevra donc sa peau comme une peau frontière, délimitant son propre corps.</p>
Image du corps	<p>Avec le Rorschach, 1958, qui correspond à un test de personnalité sur la base de dessins, donc de symbolisation, on s'est rendu compte que la peau (mais aussi les organes) pouvait être perçue de manières différentes mais classées dans deux grandes variables :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'enveloppe, impliquant une image protectrice de la peau, perçue comme frontière de l'image du corps. - La pénétration, s'opposant à la précédente, qui correspond à l'expression symbolique d'un sentiment subjectif, selon lequel le corps n'a qu'une faible valeur protectrice et peut être facilement pénétré. Donc sentiment d'insécurité et de non-limite corporelle. <p>L'image des limites du corps est acquise au cours du processus de dé fusion de l'enfant par rapport à sa mère et présente des analogies avec les frontières du Moi. L'image du corps serait « un processus symbolique de représentation d'une limite qui a fonction d'image stabilisatrice et d'enveloppe protectrice. »</p> <p>Cette démarche pose le corps comme objet d'investissement non interchangeable (sauf dans le délire), un objet qui doit être à tout prix maintenu intact. La fonction des limites rejoint l'impératif d'intégrité corporelle.</p>
Délimitation interne et externe	<p>La nutrition produisant la chaleur interne conduit l'enfant à sentir le dedans, ou l'interne. Les soins donnés par la mère concernant la peau, conduisent l'enfant à sentir le dehors, sa limite corporelle.</p> <p>Prise de conscience d'un espace interne et externe délimité : le Moi psychique se fonde sur ce moi corporel, comme espace psychique interne délimiter, contenu dans une enveloppe protectrice et contenant des défenses (x : à l'inverse relation incestuelle).</p>
Moi corporel et moi psychique	<p>« L'introjection par le tout -petit de la relation mère/nourrison, en tant que relation contenant /contenu, induit la constitution d'un espace émotionnel et d'un espace de la pensée, aboutissant à un appareil à penser les pensées. » La première des pensées est celle de l'absence de la mère et de l'absence du sein (frustration intolérable au début de la vie).</p> <p>L'appareil psychique fonctionne avec une dialectique dedans, dehors, réagit et se construit à travers ces interactions. « L'instauration du Moi peau répond au besoin de l'enveloppe narcissique et assure à l'appareil psychique la certitude et la constance d'un bien être de base ».</p> <p>C'est sur cette sécurité de base que les autres fonctions vont pouvoir s'organiser, ingérer, excréter, ainsi qu'avoir une sexualité (auto érotique au début, puis plus tard avec un autre). Puis penser, avoir une communication verbale avec les autres...</p>



Corrélation de fonction de la peau et du moi	<p>La peau :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fonction 1 : contient et retient la nature des soins prodigués - Fonction 2 : notion d'interface dedans/dehors, limite entre les barrières qui protègent des agressions - Fonction 3 : surface d'inscription, relation d'échanges, communication primaire avec autrui <p>« Le Moi peau assure une stabilisation de sa délimitation personnelle et de l'image du corps et fait le lien entre le moi et l'autre (le non moi) »</p> <p>Le moi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fonction 1 : contient les éléments constitutifs de la personnalité au niveau conscient (identité personnelle, narcissisme), - Fonction 2 : filtre les échanges entre le dedans et le dehors et entre les instances psychiques (ça et surmoi), peut établir des barrières (mécanismes de défenses) - Fonction 3 : surface d'inscription des échanges dedans/ dehors, en partage avec l'inconscient, communication verbale. <p>« Le Moi a une fonction de stabilisation, de liaison entre les instances psychiques. Il forme l'unité psychique. Il synthétise et fait barrières aux injonctions du Ça et du Surmoi. Il permet une distinction consciente entre soi et l'autre ».</p>
Interdit du toucher	<p>Collage au corps de l'autre nécessaire au dvpt de l'enfant et à sa sécurité de base Cependant par la suite interdit afin d'éviter une sur stimulation de l'excitation sexuelle et du plaisir.</p> <p>La séparation des corps est nécessaire à la séparation psychique, pour que l'enfant puisse se délimiter en tant qu'être unique, différencié et séparé. L'interdit de collage repose aussi sur la loi de l'interdit de l'inceste (œdipe), et à l'interdit de la non-différenciation des êtres et des générations (antoedipe).</p> <p>L'interdit du toucher correspond aussi à une pulsion d'autoconservation, ne pas toucher des médicaments, des saletés assimilés comme du poison, un couteau.... C'est plus une question de survie et de l'intégrité corporelle.</p>

« la dimension cachée » de E.T. HALL	
La proxémie	<p>Selon l'anthropologue, E. T. Hall, la proxémie est la distance physique qui s'établit entre des personnes prises dans une interaction. Cette proxémie diffère selon les cultures, l'individu et le contexte. Le territoire personnel se nomme la sphère personnelle, qui selon l'auteur, comprend plusieurs dimensions.</p>
La sphère intime	<p>Peau à peau Présence de l'autre s'impose et peut devenir envahissante par son impact sur le système perceptif. Distance de l'acte sexuel et de la lutte, celle avec laquelle on réconforte et on protège. Le contact physique domine la conscience des partenaires.</p>
La sphère intime éloignée	<p>De 15 à 45 cm Corps disjoints, seules les mains peuvent se joindre. Visage encore déformé car proche des yeux. Voix utilisée en murmure. Corps encore assez près pour être ressenti.</p>
La sphère personnelle	<p>De 45 cm à 1,2 m Distance minimum acceptable par chaque individu. Ton de la voix plus élevé, chaleur et odeur ne sont plus perceptibles</p>
La sphère sociale	<p>De 1,2 à 3,6 m Limite du pouvoir sur autrui. Plus aucun détail intime perceptibles. Contacts impossibles. Attention retenue par les yeux et la bouche de l'interlocuteur</p>
La sphère publique	<p>> 3,6 m Hors du cercle où l'individu est directement concerné. Peut déclencher une forme de fuite.</p>

Dans la relation de soin

Dans la relation de soin il est important de **respecter la sphère relationnelle** du patient, en veillant à **ne pas être trop intrusif, ni distancié** du patient, pour **favoriser la communication** et la **relation de confiance**.
Il est important d'être **attentif à la proxémie**, et d'arriver **doucement vers le patient**, qui sinon risque de se **sentir agressé** si vous arrivez trop vite dans sa sphère intime.



Il faut **prendre en compte** :

- La **culture** du patient, ses **habitudes de vie**,
- la structure de **personnalité** du patient pour évaluer si le **toucher** peut-être **soignant ou non**.
- les **traumatismes passés** du patient qui sont connus
- la **pathologie somatique** du patient

De toute façon dans la relation de soin il est souhaitable **d'adapter son toucher** en fonction de l'individu, de des besoins, désirs, habitudes....

Pour **toute relation de soin**, évaluez si la **communication verbale** est plus **adaptée** que la **relation non verbale** pour **soigner**, quand vous **avez le choix**.

Conclusion

Si le **toucher relationnel** participe à la **communication non verbale**, elle nécessite de **réfléchir** au **respect de l'intégrité** des **personnes** : « le bon geste au bon moment à la bonne personne pour des bonnes raisons »

Le **toucher relationnel** « **juste** » implique donc :

- Une **alliance de départ** : demander l'accord pour toucher (Confiance et sécurisation)
- Une **juste proxémie** : respect de l'autre (intimité, vécu, pudeur...),
- Un **confort** : veiller au respect des zones douloureuses, des positions antalgiques...
- Une **qualité de présence** à soi et à l'autre : écoute et partage, prendre soin de soi pour prendre soin de l'autre /ancrage/ connaissance de soi,
- Une **intention adaptée** au **besoin** de la personne soignée = faire avec l'autre mais pas pour l'autre.

