

Haptonomie et transgénérationnel.

L'haptonomie

L'haptonomie est la science des interactions et des relations affectives humaines. Elle permet d'entrer en contact (tactile) pour guérir, rendre entier, confirmer. L'**haptonomie** est une pratique traitant de l'affectivité, ou des lois qui régissent les mécanismes affectifs en particulier dans les relations interpersonnelles. La pratique de l'haptonomie consiste à entrer en relation par le toucher, le contact affectivo-psycho-tactile (il s'agit d'une approche relationnelle et tactile qui ne dirige jamais, qui ne soumet jamais, mais qui guide, qui accompagne, qui soutient). Il s'agit d'une méthode qui vise à relaxer et faciliter la guérison et la compréhension par le toucher. Elle est surtout pratiquée dans le cadre néo-natal (accompagnement périnatal, premiers contacts du nouveau-né), parfois aussi dans l'accompagnement de fin de vie des personnes âgées. L'haptonomie est aussi un accompagnement de l'autre qui vise à lui faire prendre conscience de sa capacité de faire des choix, de s'engager, de porter la responsabilité de ses choix.

L'accompagnement haptonomique périnatal part du principe que la relation entre l'enfant et ses parents peut se créer et s'approfondir dès avant la naissance. - Frans Veldman

Cette discipline a été inventée par Frans Veldman, chercheur néerlandais en Sciences de la Vie, après la Seconde Guerre mondiale et présentée dans son livre « *Haptonomie, Science de l'Affectivité* », et développée en grande partie dans le contexte des relations prénatales.

Les principes

L'haptonomie considère deux façons d'être au monde, le *Corps de défense* et le *Corps de contact*.

Le corps de défense se caractérise comme un état d'expectative et de vigilance inquiète, dans lequel la personne regarde les choses et les gens comme une menace. Pour répondre à cette menace et vivre dans des conditions à peu près satisfaisantes, la personne va mettre en place un système d'outillages de diverses natures de façon à s'abriter d'un imprévu dangereux sinon hostile. Ce système d'outillages va être constitué de connaissances, de modes de vie précis, de principes de vie, d'opinions, de techniques, etc. Ce système peut être aride et brutal.

Mais il peut également être parfaitement élaboré et policé, avec de multiples facettes, décoré d'humanisme et de culture, renforcé d'affabilité et de gentillesse, et même se présenter avec des intentions d'une générosité parfaite sous le drapeau de l'amour universel. Il reste un système rigide, défensif, au milieu duquel la personne qui l'a élaboré est une petite chose apeurée, qui peut se croire grande âme jusqu'au moment où quelque chose fait mine de se glisser entre ses défenses.

Le corps de contact se caractérise par une corporalité ouverte, disponible, dans laquelle la personne considère les choses et les gens avec une curiosité ouverte. Dans le corps de contact les relations avec l'environnement sont souples, tranquilles, et la personne tend à avoir en toutes circonstances des réactions adaptées. L'intuition est disponible, la créativité est permanente.

Dans le corps de défense, on n'est pas condamné à exercer des professions de contrainte ou de vigilance. On peut être technicien, cuisinier, éducateur, chercheur, pompier ou agent de police, jardinier, DRH, ou chef d'Etat, et à peu près n'importe quoi, et on peut être bon. Mais dès qu'il s'agira de dépasser les règles, de répondre à l'imprévu des situations inattendues de façon ouverte et créative en gardant le sens du possible et de la réalité, se trouver dans le corps de contact, dans un état d'ouverture et de sécurité psycho-affective permet de faire face à ce qui se présente.

L'haptonomie permet, entre autres, de passer du Corps de défense au Corps de contact.