Zeitschrift: Actio humana : l'aventure humaine
Herausgeber: La Croix-Rouge Suisse
Band: 98 (1989)
Heft: 1

Artikel: Le toucher : la ligne directe corps et âme
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-682337

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

LE TOUCHER - LA LIGNE DIRECTE CORPS ET ÂME

Avec ses plus de cinq millions de cellules sensorielles, la peau est le plus étendu de nos systèmes organiques. C'est ainsi que sur deux minuscules millimètres carrés de peau, l'on compte plus de 700 corpuscules tactiles. Chaque contact, aussi léger soit-il, envoie au cerveau une foule de messages sous forme d'impulsions électrochimiques pouvant déclencher une intense activité cérébrale.

Lieu de l'action: une bibliothèque universitaire. L'étudiant franchissant le seuil semble irrité. Dehors, un passant vient de lui demander le chemin de l'Institut pédagogique et, ayant écouté l'explication, avait marmonné: «Me voilà aussi malin qu'avant. D'habitude je comprends vite – faut que j'demande à quelqu'un d'autre». Ça alors! Et voilà-t-il pas qu'un autre encore le hèle: «Salut», dit-il, «je cherche encore des volontaires pour répondre au téléphone le mois prochain. Juste deux heures pour une soirée. Un truc de bienfaisance pour les enfants handicapés. J'te mets sur la liste?» Notre étudiant fait «bof», secoue la tête et poursuit son chemin. Entretemps, le passant a redemandé sa route à un autre étudiant et commenté le renseignement avec les mêmes mots, mais en effleurant légèrement son avant-bras en les prononçant. Le second étudiant est, lui aussi, interpellé dans la bibliothèque et se laisse inscrire de bonne grâce sur la liste en question.

Cette scène faisait partie d'une expérience réalisée à l'University of Missouri et montrait qu'un simple et bref attouchement peut avoir sur le comportement humain une répercussion durable. Le test fut pratiqué sur 120 visiteurs de la bibliothèque. La réaction à la sollicitation pour une bonne action était le plus souvent négative lorsque le sondeur devant l'entrée avait tout simplement critiqué le renseignement donné, mais en majeure partie positive quand le commentaire critique avait été accompagné de l'effleurement du bras. Selon toute vraisemblance, donc, ce contact, si léger fût-il, avait neutralisé l'effet de la critique négative. Peut-être avait-il éveillé dans le sujet «touché» un besoin de chercher une compensation à l'appréciation injuste de son comportement secourable. Que de sens dans un geste aussi anodin en apparence!

Cette corrélation a été démontrée dans de nombreuses autres expériences. Ainsi, des étudiants purent recueillir nettement plus de signatures en touchant l'avant-bras des passants auxquels ils s'adressaient. Des personnes ayant trouvé une pièce de monnaie dans une cabine téléphonique sortaient plus vite «l'objet du délit» de leur poche quand l'expérimentateur, caché auparavant, accompagnait sa demande d'un attouchement du bras. Des chercheurs, déguisés en mendiants et en vendeurs de pizza connurent, eux aussi, nettement plus de succès en touchant les passants qu'ils interpellaient dans une zone piétonnière. Et des serveuses se faisaient un pourboire nettement plus substantiel lorsqu'en rendant la monnaie, elles effleuraient «involontairement» la main du client.

Au cours de l'une de ces expériences, également dans une bibliothèque universitaire, l'on chercha à savoir si les personnes-test avaient seulement perçu le contact. Les employés de comptoir avaient été instruits d'effleurer fugitivement d'un doigt très précisément une sur deux des personnes à qui ils remettaient un livre. Résultat: les clients qui avaient été touchés et interrogés après coup furent plus nombreux que les autres à juger leur humeur comme généralement positive. Seul un peu plus de la moitié d'entre eux avait remarqué avoir été touchée. L'effet positif, cependant, était identique chez ceux qui ne s'étaient aperçus de rien!

Un doigt, donc, en touche un autre pendant moins d'une seconde, si fugitivement que le fait n'est même pas perçu consciemment. Et pourtant, la personne ainsi touchée se sent mieux. L'attouchement est probablement le plus fort des modes de communication entre hommes et passe pour en être la forme la plus primitive. Pour beaucoup de créatures vivantes peu développées, il constitue même le seul moyen de contact. Le toucher est aussi à l'origine de toute existence humaine; une vie nouvelle, en effet, ne peut être engendrée que par un contact. Avant sa naissance, l'enfant est en contact direct et intime s'il en est avec sa mère. Mais après la naissance également, l'abondance de contact physique – avec la mère et d'autres personnes de référence – est indispensable au développement,

PHOTO: EXPLORER

à la santé et au bien-être du nourrisson. Aussi de plus en plus de mères et de pères remplacent-ils le landau par le «snugly», une version perfectionnée du châle porte-bébé encore largement répandu dans les pays du tiers monde.

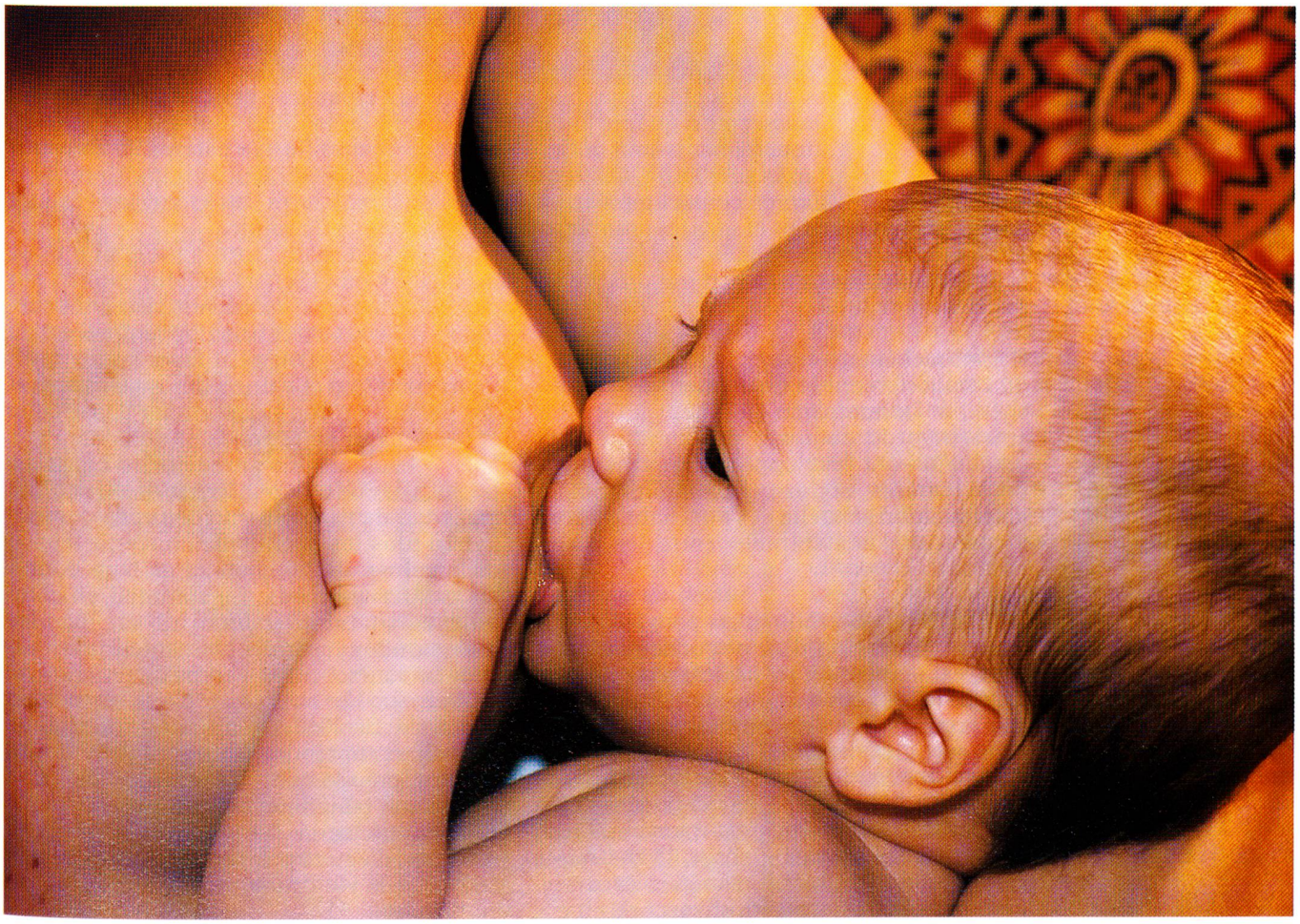
Quand les mouettes se posent sur le parapet d'un pont, elles respectent entre elles un écart déterminé. Qu'un oiseau s'approche trop de l'autre, ce dernier se pousse jusqu'à ce que la distance corresponde de nouveau à la norme. C'est un peu comme si chaque oiseau était ceint d'une baudruche invisible le séparant de son voisin. Nous autres humains portons aussi un tel ballon invisible dont l'enveloppe, selon notre humeur ou la situation, est plus ou moins éloignée de notre corps. Plus la personne à qui nous avons affaire nous est sentimentalement proche, plus nous la laisserons s'approcher de nous. Mais les trente derniers centimètres la séparant de notre épiderme constituent une sphère intime dans laquelle nous n'admettrons même le meilleur ami que sous certaines conditions. Tout attouchement est ressenti comme une intrusion dans cette sphère et peut, si elle est malvenue, déclencher des agressions. Enfants, adolescents et jeunes adultes même, nous apprenons – le plus souvent par des tentatives et des échecs – où et comment nous pouvons toucher qui, et dans quelles circonstances. C'est ainsi que j'apprends que je puis me permettre de toucher l'autre quand je veux le convaincre, qu'il exprime des soucis, quand la conversation commence à percer le fond du problème, quand je suis excité ou que je veux communiquer mon enthousiasme, ou encore lorsque je donne un conseil à l'autre. J'apprends aussi qu'il est relativement inoffensif de toucher le bras d'un interlocuteur, alors que – outre les zones érogènes bien sûr – mieux vaut ne pas toucher ne serait-ce que sa tête. Sans doute ce tabou protège-t-il depuis la nuit des temps ce centre de commande vital contre l'organe potentiellement le plus dangereux qu'est la main de l'homme. Tout attouchement engendre chez la personne touchée des réactions émotionnelles, ce qui explique l'importance des risques de malentendu. Des psychologues du comportement ont patiemment observé et consigné les réactions des gens à l'attouchement. C'est ainsi qu'ils purent en distinguer cinq catégories différentes:

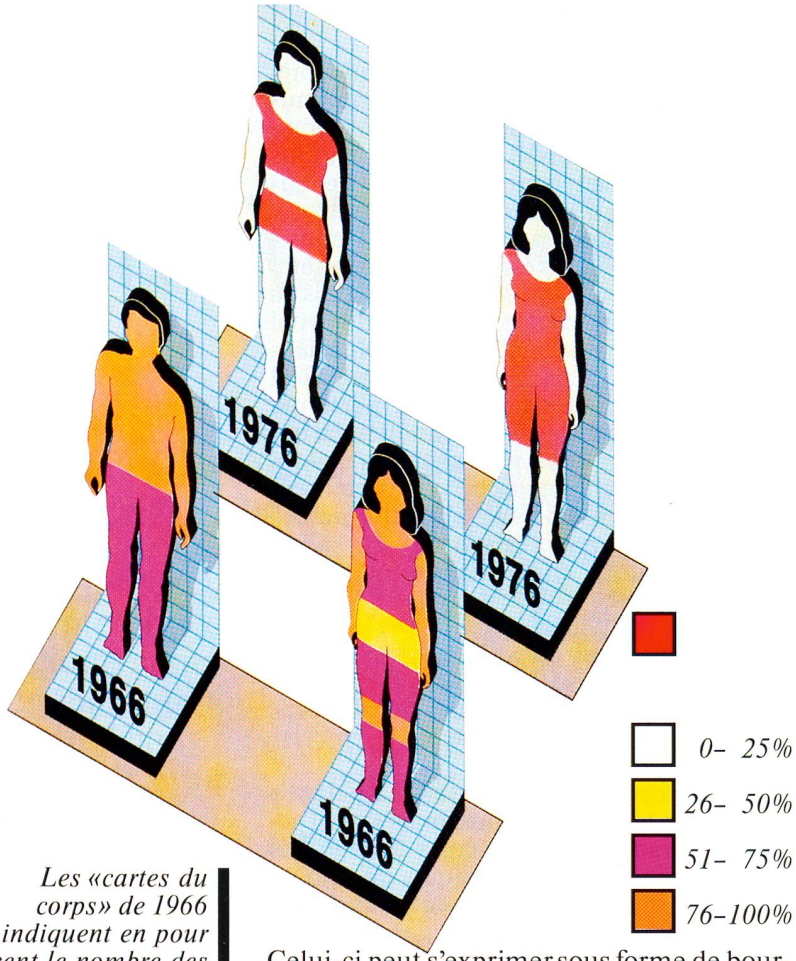
- L'attouchement objectif. Le médecin, le dentiste, la coiffeuse, le masseur, le chiropraticien, la couturière touchent notre corps comme s'il s'agissait d'un objet.

- L'attouchement de politesse. La poignée de main, le bec sur les joues, mais aussi l'accolade à grand renfort de tapes dans le dos dans certains pays d'Amérique du sud et d'autres formes d'attouchements dans d'autres cultures en font partie.

- L'attouchement amical. Il s'agit ici d'une sorte de langage secret individuel entre amis.

C'est lors de l'allaitement que le contact physique mère-enfant atteint son apogée.





Les «cartes du corps» de 1966 indiquent en pour cent le nombre des sujets interrogés ayant subi au cours de l'année précédente des attouchements dans telle ou telle région du corps. Celles de 1976 montrent les zones ou la fréquence des attouchements a considérablement augmenté depuis 1966. Dans les deux cas, il s'agit d'attouchements entre amis du sexe opposé.

Celui-ci peut s'exprimer sous forme de bourrades amicales, de pincements et de «palpations», mais n'a rien à voir avec l'attouchement intime. Fait typique, ce genre de prise de contact est moins fréquent lorsque les amis sont seuls.

● L'attouchement intime. Le fait de caresser les joues, le bras, les épaules et les hanches, d'étreindre et d'embrasser ainsi qu'une foule d'autres formes d'attouchements sont désintéressés, fortement axés sur l'autre, destinés à satisfaire son besoin de contact tactile et à lui dire en même temps et sans les prononcer des mots tels que «je t'aime», «j'ai besoin de ta proximité», «tu es une part importante de ma vie».

● L'attouchement sexuel. Les psychologues du comportement le distinguent de l'attouchement intime parce qu'il peut intervenir aussi hors du contexte de l'intimité. Les sexologues ont développé diverses thérapies de la caresse excluant volontairement la manipulation sexuelle et s'attachant d'abord à construire une intimité entre les partenaires.

Des conflits «interhumains» peuvent surgir lorsque l'intention d'un attouchement, son sens, est ambigu ou mal interprété.
Depuis les années soixante, les participants à des groupes dits «encounter-groups» peuvent prendre des cours de rattrapage dans l'art de toucher l'autre. Scène typique d'une telle séance de groupe qui s'est déroulée à Zurich: les dix participants sont assis en cercle, sur des chaises. George, 25 ans, relate sa tentative d'approche manquée avec une inconnue. Soudain, un cri. «Espèce de porc!» Susi, 20 ans à peine, une allure d'adolescente chétive, pointe, tremblante de rage, un doigt accusateur sur Fritz, 22 ans, assis à côté d'elle, accablé de malheur, les épaules rentrées en une bosse pitoyable, les jambes croisées et fixant le sol à travers d'épaisses lunettes. «Il m'a tripotée!», hurle Susi. «En cachette et par derrière! J'veux pas d'ça!» Elle vient de libérer sa colère. Son ami, assis près d'elle, lui tient la main. «Qu'est-ce que ça t'a fait?», demande l'animateur à Fritz. Celui-ci lève les yeux, croise les bras et sourit: «Rien.» La belle Irma, 20 ans, potelée et les cheveux longs, le regarde: «J'te crois pas. Ça a dû te faire mal, non?» Fritz se dresse d'un coup. Des larmes dégoulinent de derrière ses lunettes. Il serre les poings et en ponctue ses paroles: «Oui, oui, nom de Dieu! Mais qu'est-ce que ça peut t'foutre!» Irma se lève. «Peut-être rien, mais...» Elle traverse le cercle en direction de Fritz, se plante devant lui et l'enlace des deux bras. Interdit, d'abord, il reste figé, les bras ballants. Puis, doucement, ses poings se défont. Ses mains s'élèvent, hésitantes, touchent le dos de la jeune femme, puis s'en écartent, comme catapultées, pour y revenir et s'y poser. Fritz se met à pleurer, doucement d'abord, puis avec un sanglot. Un être humain souffrant de la faim d'en toucher un autre.
De plus en plus d'humains découvrent que l'attouchement est aussi vital que l'air et la nourriture. Dans un vademecum pour les parents nourriciers et adoptifs, l'auteur recommande aux mères de prendre à tout prix leur bébé adoptif dans leur lit afin qu'il puisse rattraper le contact corporel qu'il n'a pas eu dans les homes. Une plaquette de l'organisation de secours aux victimes de violences sur la prévention des mauvais traitements aux enfants se penche sur les brutalités au sein de familles tout à fait normales. L'auteur y conseille aux parents de convertir systématiquement leur «impulsion à la gifle» en impulsion à l'attouchement câlin, à la caresse ou à l'étreinte.
Un petit livre paru cette année, «Le doux massage-bébé» (Scherz éditeur), décrit sur plus de 150 pages, «comment, par attouchements affectueux et une douce pression du doigt (Shiatsu), l'on peut favoriser le développement sain et naturel des nourrissons et des enfants en bas âge, stimuler leur vitalité et les délivrer de tensions et de douleurs».
Une conseillère du groupement Ligue La Leche, l'organisation internationale militant en faveur de l'allaitement, conseille dans un livre à tous les parents de convertir leur lit conjugal en «lit familial» et de faire dormir les enfants avec eux. Le sommeil en commun aurait un effet lénifiant sur tous les malentendus et paroles blessantes de la journée. Le contact corps à corps dirait à l'autre: «Tu es okay, je suis okay. Nous restons en contact.» Et l'auteur d'ajouter qu'elle ne pouvait comprendre pourquoi l'on devait exclure précisément les enfants de cette institution bénéfique entre toutes.
Elle donne aussi des conseils quant à la manière d'aménager un tel «lit familial» sans que la vie intime des parents ait à en souffrir.

ILLUSTRATION: PSYCHOLOGIE HEUTE