

Faut-il abandonner l'abandon corporel ? Must We Really Abandon Spontaneous Body Experiencing?

Anne-Sophie Van Nieuwenhuyse et Serge Larivée

Volume 35, numéro 1, 2006

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1097280ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1097280ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Revue de Psychoéducation

ISSN

1713-1782 (imprimé)

2371-6053 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Van Nieuwenhuyse, A.-S. & Larivée, S. (2006). Faut-il abandonner l'abandon corporel ? *Revue de psychoéducation*, 35(1), 177-199.
<https://doi.org/10.7202/1097280ar>

Résumé de l'article

L'abandon corporel est une forme de psychothérapie développée au Québec. Bien qu'elle s'adresse à des individus en souffrance, la thérapie en abandon corporel ne cherche ni un changement ni une amélioration substantielle de la santé psychologique : elle vise tout simplement à « se recevoir ». Ce texte cherche à faire la lumière sur cette démarche qui se réclame à la fois de la recherche et de la thérapie. Les fondements et concepts clés de l'abandon corporel sont d'abord présentés. L'efficacité de l'approche est ensuite évaluée à l'aide des deux seules études contrôlées portant sur le sujet. Aucun changement significatif n'est rapporté dans ces études. Enfin, ce texte présente une réflexion éthique où l'abandon corporel est analysé sous l'angle de la compétence professionnelle et des critères des pseudo-sciences.

Controverse / Controversy

Faut-il abandonner l'abandon corporel?¹

Must We Really Abandon Spontaneous Body Experiencing?

A.-S. Van Nieuwenhuyse²
S. Larivée²

2. Université de Montréal

Résumé

L'abandon corporel est une forme de psychothérapie développée au Québec. Bien qu'elle s'adresse à des individus en souffrance, la thérapie en abandon corporel ne cherche ni un changement ni une amélioration substantielle de la santé psychologique : elle vise tout simplement à « se recevoir ». Ce texte cherche à faire la lumière sur cette démarche qui se réclame à la fois de la recherche et de la thérapie. Les fondements et concepts clés de l'abandon corporel sont d'abord présentés. L'efficacité de l'approche est ensuite évaluée à l'aide des deux seules études contrôlées portant sur le sujet. Aucun changement significatif n'est rapporté dans ces études. Enfin, ce texte présente une réflexion éthique où l'abandon corporel est analysé sous l'angle de la compétence professionnelle et des critères des pseudo-sciences.

Mots clés : abandon corporel, approche corporelle, recherche ontologique.

Abstract

Spontaneous Body Experiencing is a form of psychotherapy developed in Québec. Though it is intended for people who are suffering, Spontaneous Body Experiencing therapy does not seek either change or a substantial improvement in psychological health. Instead, it simply aims to help people accept themselves as they are. This paper aims to illuminate this process that claims to be both research and therapy. First, the founding principles and key concepts of Spontaneous Body Experiencing will be presented. Then, the effectiveness of the approach will be assessed with the help of two controlled studies on the subject. No significant change was reported in these studies. Lastly, this text will present an ethical reflection

Correspondance :
École de psychoéducation
Université de Montréal
Casier postal 6128
Succ. Centre-Ville
Montréal, QC, H3C 3J7
Canada
Courriel : anne-sophie.van.
nieuwenhuyse@umontreal.ca

-
1. Nous remercions J. Atlan, L. Bergeron, L.C. Fernandez, F. Filiatrault, A. Filion, P. Gauthier, P. Grégoire, A. Lafrance et A. Quiviger dont les commentaires verbaux ou écrits ont permis d'améliorer sensiblement le texte.

Key words: spontaneous body experiencing, bodily approach, ontological research.

En 2006, le marché du malheur (ou du bonheur selon le point de vue) n'a jamais été aussi florissant. Un marché régi par les « psys » (psychothérapeutes, psychanalystes, psychologues, psychoéducateurs), les « pathes » (naturopathes, homéopathes, étiopathes) et autres « aidants » autoproclamés. Jamais le mal de vivre n'a reçu autant de propositions curatives : *coaching*, musicothérapie, aromathérapie, rigolothérapie, luminothérapie, zoothérapie, EMDR, bioénergie, etc. La liste, pourtant déjà imposante, ne cesse de s'allonger. C'est à se demander pourquoi certains n'accèdent toujours pas au bonheur.

Contrairement à ce qu'on peut penser, il est bien difficile de rester en marge du courant « psy ». Les chiffres parlent d'eux-mêmes. À ce jour, on compte près de 500 types de psychothérapies différentes ([www. Skepdic.com/news/newsletter6.html](http://www.Skepdic.com/news/newsletter6.html)), plus de 7 500 psychologues membres en règle de l'Ordre des psychologues du Québec (OPQ) (selon le rapport annuel 2004-2005 de l'OPQ), 22 000 personnes qui se considèrent psychothérapeutes et près de 20 % de Québécois qui auraient déjà bénéficié d'une psychothérapie (Allard, 2002). En comparaison, dans les années 1960, le champ de la psychothérapie ne comptait qu'une soixante d'approches différentes (Garfield, 1995; Gros-Louis, 2003).

Une telle explosion des écoles psychothérapeutiques montre à quel point le malheur de la population nourrit de vastes entreprises lucratives où professionnels et charlatans se côtoient allègrement. Le danger est d'autant plus grand que le client est en proie à une certaine détresse, sinon une détresse certaine. Comme il consulte en vue de soulager sa souffrance, il est en droit d'exiger du thérapeute un minimum d'efficacité, c'est-à-dire une amélioration plus ou moins substantielle de son état (Larivée, 1996). Mais le thérapeute n'a pas toujours la compétence professionnelle suffisante pour garantir un tel résultat.

Il est donc important d'inventorier les nombreuses approches et d'évaluer objectivement leur efficacité. C'est l'abandon corporel qui retient ici l'attention. L'exercice est d'autant plus nécessaire que cette approche, pourtant qualifiée par ses tenants de psychothérapeutique, ne vise pas, comme nous le verrons plus loin, le bien-être du client ni l'amélioration de sa santé psychologique. Néanmoins, l'abandon corporel s'adresse explicitement à des individus en souffrance et se trouve exercé par des professionnels à vocation curative : psychologues, travailleurs sociaux, sexologues et psychoéducateurs (Deshaies, 1993). Il existe donc déjà une certaine confusion entre le mieux-être que vise habituellement la clientèle et ce que les tenants sont prêts à offrir. Les objectifs ici poursuivis sont de deux ordres : dans un premier temps, présenter l'approche, ses fondements, ses concepts clés et son déroulement ; dans un deuxième temps, évaluer les données disponibles permettant de se prononcer sur son efficacité ainsi que sur la position éthique des professionnels impliqués dans cette démarche.

Historique et fondements

D'origine québécoise, l'abandon corporel a été créé en 1972 par Aimé Hamann après une formation théologique, philosophique et psychologique (Hamann, Deshaies, Dubé, Pelletier, Richard, & Rioux, 1993). Insatisfait des approches alors existantes, notamment des approches corporelles, Hamann souhaitait améliorer sa compréhension de l'être humain en se préoccupant plus particulièrement du corps et des différentes formes du toucher. Assisté d'un groupe de cinq psychothérapeutes, Hamann créa le Groupe de recherche en abandon corporel (Hamann, Dubé, Lamothe-Lafortes, & Dubé, 1985; Desmarais & Hamel, 1996). L'abandon corporel est pratiqué aujourd'hui par plus d'une centaine de thérapeutes plus ou moins explicitement associés à l'approche et « engagés dans des processus thérapeutiques avec quelques milliers de personnes recherchant une aide psychologique ou un soutien existentiel » (Deshaies, 1993, p.122-123). Ces psychothérapeutes, originaires de France, de Suisse et du Québec, travaillent dans différentes institutions : prisons, hôpitaux, écoles, organismes communautaires, organisations religieuses et plusieurs cliniques privées (Deshaies, 1993; www.abandoncorporel.ca).

Même après 33 années d'existence, le statut de l'abandon corporel semble toujours aussi difficile à définir clairement. En fait, malgré sa triple formation, Hamann définit très souvent son approche par la négative : ce n'est ni une théorie, ni une technique et encore moins une intervention dont le but serait de guérir (Côté, 1978; Hamann et al., 1985; Hamann, 1993, 1996, 2003). Elle ne découle d'aucune école de pensée particulière, ni de quelque méthode thérapeutique que ce soit. Elle n'adhère à aucun corpus de connaissances ni à aucune vérité, et elle se définit en marge de tout ce qui est connu : religion, institution, anthropologie, pédagogie, psychologie et philosophie. Tel que qualifié par l'ensemble de ses membres, l'abandon corporel est une approche *sans a priori*, sans théorie (Dauphinais, 2001; Hamann, 1993, 1996, 2003) ce qui, au demeurant, est déjà un *a priori*.

Partisan de l'anti-technique, Hamann refuse de catégoriser son approche. Il lui reconnaît tout de même certaines « parentés ponctuelles », dont il fait état dans *Au risque d'être soi* (Hamann, 1993) :

- Pour l'importance accordée au ressenti corporel, l'approche n'est pas sans rappeler le *focusing* de Gendlin et la bioénergie de Lowen, deux approches d'inspiration humaniste.
- Pour le choix d'une approche non interventionniste, l'abandon corporel rejoint la psychothérapie de Rogers.
- Pour la durée de la thérapie et la place laissée à l'association libre, l'approche de Hamann s'apparente à la psychanalyse.
- Pour la vision cosmique de l'être humain, l'abandon corporel ressemble à la philosophie de Teilhard de Chardin, théologien et paléontologue français.
- Pour sa conception de l'être humain, corps-esprit-matière, l'approche rejoint le paradoxe de la matière spirituelle de Jean Charon.

- Enfin, parce que l'abandon corporel implique une expérience corporelle et spirituelle, il rappelle les expériences mystiques des chamans et des derviches tourneurs (confrérie religieuse d'obédience musulmane où les hommes accomplissent des danses sacrées afin de vivre une expérience transcendante et ainsi entrer en contact avec leur conscience spirituelle).

Une approche en quête de définition

Principalement connu à titre de psychothérapie, l'abandon corporel répond en outre à bien des qualificatifs : réflexion philosophique, démarche thérapeutique, recherche ou encore expérience empirique (Bonnevay, 2003; Deshaies & Dubé, 1995; Hamann et al., 1985; Hamann, 1993). En fait, l'approche de Hamann compte autant de descriptions que de textes à son sujet. Elle est tantôt définie comme une attitude, un mode de rapport, une forme de psychothérapie et tantôt comme une méthode de recherche, une expérience ou encore une position de recherche (Hamann et al., 1985; Hamann, 1996, 2001). On dira qu'il s'agit d'« une démarche qui peut être thérapeutique [mais qui] n'est pas une psychothérapie » (Iannone, 1996, p.2). On parle ailleurs d'« une approche au-delà des psychothérapies en ce sens que son créateur ne cherche pas à guérir le client de ses maladies mais bien à accueillir tout de l'humain » (Filion, 2005, p.8). C'est « une forme de recherche des humains sur l'humanité, mettant l'accent sur le chercheur lui-même, l'impliquant dans sa globalité de sorte que le cherchant et le cherché coïncident » (www.abandoncorporel.ca/court/reflexframeset.html). Son fondateur la définit comme « une position prise à l'égard de la réalité humaine et donc de chacun des humains » ou comme « une psychothérapie comme recherche » (Hamann, 1996, p.19).

Un seul concept semble faire consensus chez les tenants de l'abandon corporel pour définir leur approche : une « position de recherche ontologique ». Mais la confusion augmente encore quand on veut définir ladite position. Certains parlent de position d'ouverture, de position à être [*sic*], de position à l'autre [*sic*], de position face à la vie, de position universelle; d'autres parlent plutôt de position méta scientifique, de position empirique, de position phénoménologique, de position de co-chercheur ou encore de position de recherche (Deshaies, 1993, 2001; Deshaies & Dubé, 1995; Desmarais & Hamel, 2000; Hamann et al., 1993; Hamann, 2001, 2003; Iannone, 2001; Plamondon-Ataman, 2003). Une définition plus spécifique est avancée par Hamann (2001, p.1) : « recherche de l'humain sur l'humanité ». Pour Deshaies et Dubé (1995), cette position convergerait avec celle des philosophies modernes qui définissent l'ontologie comme « la science du fonctionnement de la connaissance » (p.11). Rien de moins! Malgré ce manque de clarté, la position de recherche ontologique semble constituer la pierre angulaire de ce qu'est l'abandon corporel (Comeault, 2003). Une position qui, aux dires des tenants de l'approche, s'expérimente à la fois en contextes de thérapie et de recherche (Deshaies, 2001; Deshaies & Dubé, 1995; Desmarais & Hamel, 1996; Filion, 2005; Hamann et al., 1985; Hamann et al., 1993; Hamann, 1996, 2003).

L'abandon corporel : expérience de recherche

Au moment de sa création en 1972, l'abandon corporel était d'abord et avant tout une expérience de recherche et non pas une nouvelle forme de psychothérapie (Desmarais & Hamel, 1996; Hamann et al., 1985). Désirant explorer le corps humain comme un nouveau mode de rapport thérapeute-client, les « chercheurs » du Groupe de recherche en abandon corporel entreprirent une étude sur le toucher (Deshaies & Dubé, 1995; Hamann et al., 1985 ; Hamann et al., 1993; Latraverse, 1987). Ils souhaitaient ainsi accéder à « [...] des dimensions obscures, incomprises, du corps humain, donc de l'être humain tout entier » (Hamann, 1993, p.24). Pour Hamann, l'objectif de cette recherche qualitative était de « trouver une façon d'aborder la vie qui permette d'intégrer toutes les expériences thérapeutiques ou autres, faites antérieurement » (Hamann, 1993, p.25). Les « chercheurs » du Groupe de recherche en abandon corporel émirent l'hypothèse vague que le toucher des diverses parties du corps produirait différents effets chez le thérapeute et son patient (Deshaies, 1993).

La recherche débuta par une étude technique du toucher. Les « chercheurs » testèrent alors différents modes de contact entre eux : toucher avec ou sans pression, dans l'immobilité, dans le mouvement, pendant divers laps de temps et sur différentes parties du corps (Desmarais & Hamel, 1996; Latraverse, 1987; Hamann et al., 1985). L'expérimentation se déroulait selon la procédure suivante : un membre du groupe étendu sur le dos, couchée sur le sol et une personne « thérapeute » touchant la tête de son partenaire. Les autres membres du groupe observaient et décrivaient alors les réactions de la personne étendue (Deshaies, 1993). Aux dires de Hamann (1993), les séances d'expérimentation pouvaient durer jusqu'à dix heures par jour sans interruption.

L'étude purement technique du toucher se transforma peu à peu en toucher-présence, « un contact physique constant et sans autre intention que celle de la présence [à l'autre] » (Deshaies, 1993, p.136). Contrairement aux touchers pratiqués par les massothérapeutes (toucher-caresse) ou les bioénergéticiens (toucher-intervention), le toucher-présence n'est pas une intervention et ne vise surtout pas à provoquer quelque chose chez l'autre (Deshaies, 1993; Hamann, 1996). C'est une présence qui invite l'autre à se recevoir, à recevoir ce qui se passe en lui (Desmarais & Hamel, 1996; Hamann, 2003).

C'est cette nouvelle forme de rapport à l'autre qui présida à une expérience qui allait bouleverser les tenants de l'abandon corporel. Au cours d'une session de travail, un des membres du groupe fut saisi de réactions corporelles inattendues : vibrations, tremblements musculaires et décharges énergétiques (Desmarais & Hamel, 1996; Hamann, 1993). Sans en comprendre vraiment le sens, chacun des membres expérimenta tour à tour ces réactions. Ce phénomène fut alors désigné sous le nom de « phénomène involontaire » (Hamann et al., 1985; Hamann, 1993, 2001, 2003). « L'involontaire », défini comme « l'arrêt de tout mouvement dans l'espace et le temps pour que le mouvement intérieur de l'organisme présent en ce

moment puisse émerger », allait dorénavant constituer l'état à recréer (Deshaies & Dubé, 1995, p. 6).

Encore aujourd'hui, l'abandon corporel consiste, entre autres choses, à laisser émerger « l'involontaire » chez le client. Ce dernier a pour seule consigne d'interrompre et de suspendre toute action ou pensée volontaires³. Dans un tel état, le corps peut exprimer ses mouvements intérieurs tels les cris, les pleurs, des mouvements corporels particuliers ou encore des décharges énergétiques (Hamann, 1993). L'individu se met ainsi en position d'ouverture, d'autoréception. Il reçoit la vie telle qu'elle est organisée en lui et accepte d'être ce qu'il est réellement (Deshaies, 1993; Hamann, 1993, 1996). Bref, en arrêtant ces mouvements volontaires, le client accéderait à « l'involontaire », point central de la thérapie. Pour Latraverse (1987), cette libération du monde intérieur permet l'amélioration du vécu de l'individu et donne un sens à la vie, tandis que pour Chabot (2003), cette démarche aide tout simplement à vivre.

Aux dires de Hamann (1993), la recherche sur le toucher et la découverte de l'involontaire ont soulevé de nombreuses réactions à travers le monde, notamment en Afrique et en Amérique du Sud. Une seconde recherche, quantitative cette fois, aurait été menée sur le phénomène de l'« involontaire » et présentée dans un congrès aux États-Unis sous le titre *Spontaneous Body Experiencing*. Hamann ne donne toutefois aucune information factuelle permettant de retracer cette seconde recherche et ledit congrès. À notre connaissance, les seules informations disponibles concernant cette recherche sont les propos suivants rapportés par Hamann :

« Il s'agissait d'observer les séquences des mouvements involontaires en chaque individu, leurs fréquences, leurs différences individuelles, etc. Pour pouvoir présenter les résultats de cette recherche dans un congrès aux États-Unis, il fallait trouver un nom à cette étonnante découverte. L'expression « abandon corporel » (*spontaneous body experiencing*) fut retenue, pour la nommer et la caractériser. Cette expression est donc issue d'une recherche *quantitative* [italique dans le texte] bien en forme... » (Hamann, 2001, p.1).

Recherche centrée sur le chercheur

Selon les tenants de l'abandon corporel, la disposition à recevoir l'involontaire exige la mise en place de conditions facilitantes de la part du psychothérapeute (Deshaies, 2001; Deshaies & Dubé, 1995; Hamann et al., 1985). Celui-ci, plus souvent appelé « chercheur » que thérapeute, doit, par sa propre capacité d'ouverture, créer les conditions nécessaires pour que son client arrive à expérimenter l'involontaire (Deshaies, 1993; Hamann et al., 1985; Hamann, 1996).

3. La dite interruption/suspension est un acte volontaire. Comment en effet peut-on poser un geste intentionnel de manière involontaire ?

Pour ce faire, le thérapeute-chercheur doit lui-même être en mesure de se recevoir afin d'induire le même processus chez son client. Le travail du thérapeute consiste alors essentiellement à être centré sur lui-même, branché sur ses propres états intérieurs tout au long des séances thérapeutiques (Desmarais & Hamel, 1996). Ce faisant, le « chercheur » met les conditions en place pour que la vie de son client puisse émerger, but ultime de l'abandon corporel. Contrairement aux approches thérapeutiques traditionnelles, où l'emphase est mise sur le client, l'abandon corporel préconise une approche centrée sur le thérapeute, d'où l'expression « recherche centrée sur le chercheur » pour définir l'abandon corporel (Deshaies & Dubé, 1995; Deshaies, 1993).

Cette capacité à rester centré rigoureusement sur soi-même, « à faire un espace continu à sa propre vie » [*sic*], constitue l'assise première de la compétence du thérapeute en abandon corporel (Chabot & Comeault, 2000, p.7). La compétence du thérapeute n'est donc pas de l'ordre des savoirs théoriques mais repose plutôt sur une attitude : une capacité d'ouverture à soi et à l'autre (Chabot, 2003; Delacroix, 2003; Desmarais & Hamel, 1996). Le thérapeute sort ainsi du rôle d'expert. Il doit accepter la souffrance que l'autre faite naître en lui et ne doit surtout pas céder à la tentation de chercher à guérir son client. Car, rappelons le, l'abandon corporel ne vise pas de changement mais plutôt l'accueil de ce que la personne est réellement. Desmarais et Hamel (1996) résument bien le rôle du thérapeute ainsi que la compétence attendue :

« Il [le thérapeute] ne sait pas comment le client doit résoudre ses problèmes. Il n'est pas là pour poser un diagnostic ou pour proposer un plan de traitement. Il n'est pas là pour répondre aux demandes de changements des clients. Il n'offre pas un modèle de croissance auquel le client doit adhérer. Son rôle est de chercher constamment à créer des conditions qui favorisent l'émergence possible de la vie du client telle qu'elle est. Voilà l'expertise du thérapeute : la prise de position d'ouverture à la totalité de l'être (...), une attitude, un mode de rapport que le thérapeute s'efforce de soutenir et qu'il doit continuellement reconquérir » (p.8).

La formation des thérapeutes en abandon corporel ne réside donc pas dans un enseignement théorique ni dans l'apprentissage d'un savoir scientifique mais coïncide avec un cheminement personnel (Hamann, 2003). À cet égard, plusieurs clients sont devenus psychothérapeutes en abandon corporel à la suite d'un long processus thérapeutique (Deshaies, 2001). Étonnamment, malgré l'absence d'un savoir théorique, une formation de 12 semaines (étalée sur 4 ans) est offerte par l'Institut de formation à la psychothérapie en abandon corporel. Cette formation compte quatre axes d'apprentissages : théorique, méthodologique, expérientiel et professionnel (Maugin, 2001). Par ailleurs, les « thérapeutes-chercheurs » peuvent perfectionner leur formation grâce à de nombreux séminaires et à des colloques en abandon corporel. À ce jour, deux colloques ont eu lieu, l'un en France et l'autre au Québec. Les thèmes discutés étaient « Être psychothérapeute en abandon corporel » et « De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique » (www.abandoncorporel.ca).

L'abandon corporel : intervention psychothérapeutique

Depuis sa création, l'abandon corporel est vite passé du statut de recherche à celui de psychothérapie. Se défendant bien de faire de la psychothérapie dans un but curatif, Hamann (1996, 2001, 2003) précise que celle-ci constitue simplement le lieu d'application par excellence pour l'étude du phénomène de « l'involontaire ». En d'autres mots, la psychothérapie sert de laboratoire de recherche. On est ici en droit de se demander si les clients en abandon corporel sont clairement informés de la situation : sont-ils avertis que l'abandon corporel ne vise nullement « à guérir, à soulager les tensions, à corriger les troubles sexuels et à faire disparaître toute formes de somatisations » (Hamann et al., 1985, p.7) ? Car, l'approche de Hamann n'est pas orientée dans le sens d'un changement, comme dans les autres approches thérapeutiques, ni vers un « plus-être », comme dans la plupart des sagesses orientales (Deshaies, 1993). Plutôt que d'enlever la souffrance, cette approche la rend plus signifiante (Chabot, 2003). Le seul résultat que promet l'abandon corporel est celui « d'accéder à notre être » (Hamann et al., 1985, p.7). La démarche conduit donc l'individu à se recevoir et non à se soigner ou à s'améliorer (Filion, 2005). Mais, paradoxalement, Hamann souligne à quelques reprises que l'acte de se recevoir serait l'unique façon d'accéder au changement : « se recevoir, en cela et en cela seulement consiste le changement » (Hamann et al., 1985, p.7) ou encore « consentir à être soi-même, à se recevoir globalement, tel est le véritable moteur du changement » (Hamann, 1996, p. 20).

Déroulement

Désormais mieux connue comme psychothérapie que sous forme de recherche, l'abandon corporel respecte une démarche thérapeutique spécifique où se déroulent des séances individuelles et des séances de groupe. Les séances individuelles comportent habituellement deux volets : le travail corporel et les échanges verbaux. Le travail corporel respecte la procédure établie par le Groupe de recherche en abandon corporel au début des années 1970. Il se déroule toujours au sol, le client allongé le dos sur un matelas (Marchand, 2003). Le thérapeute accompagne ce dernier par un contact corporel direct, le « toucher présence ». Habituellement, le contact corporel consiste à poser ses mains de chaque côté du visage du client ou, plus rarement, sur d'autres groupes musculaires suivant les besoins du client (Iannone, 2001). Le phénomène de l'involontaire constitue toujours le point central de l'approche. Pour ce faire, le client est invité à s'abandonner, à laisser venir à lui toutes les sensations, les images, les fantaisies, les mouvements ou les vocalisations qui surgissent spontanément (Côté, 1978). Il doit éviter toutes formes de contrôle volontaire sur son expérience corporelle. Lors de ces exercices, il ne se passe rien : « La personne demeure dans l'immobilité et le silence total pendant 40 à 60 minutes » (Latraverse, 1987, p.1). Le client ne doit ni bouger ni se gratter, bref ne céder à aucun mouvement volontaire. Les séances corporelles sont suivies de séances verbales où le thérapeute discute avec son client de l'expérience corporelle précédemment vécue. Cet échange face à face poursuit l'intégration conceptuelle de l'expérience corporelle du sujet par le truchement verbal (Côté, 1978). Notons que cette démarche est souvent taxée de longue et ardue. Les

participants parlent d'un processus de plus d'une dizaine d'années (Defour, 2003; Hamel & Simard, 2001; Saint-Jules, 2001).

Le travail en groupe peut prendre deux formes, soit des rencontres hebdomadaires courtes et/ou des sessions de longue durée (Marchand, 2003). Peu d'informations sont fournies quant au déroulement des séances, particulièrement au sujet des séances de longue durée. Néanmoins, les témoignages des participants en abandon corporel laissent entrevoir une procédure semblable à celle des séances individuelles : travail corporel suivi d'un échange verbal (Deshaies, 1993; Marchand, 2003). D'après les témoignages des divers participants, les séances de groupe semblent être particulièrement difficiles. Les extraits présentés dans l'encart 1 en font foi.

Encart 1 - Les affres de l'abandon corporel

- « Sous la pression du groupe (selon moi odieusement acharné à me débusquer et outrageusement solidaire), j'ai perdu un équilibre chèrement construit et j'ai vu mon ego se réduire à l'image d'un poulet entièrement déplumé » (Maugin, 2003, p.2)
- « Pour avoir vécu des instants de détresse profonde dans des moments intenses de travail sur Soi en abandon corporel, pour avoir aussi été témoin participant d'états semblables chez d'autres participants de groupes en démarche d'abandon corporel... » (Poirier, 2003, p.1).
- « J'ai longtemps vécu mon expérience dans le groupe du mercredi matin comme plus exigeante, plus épuisante même que nourrissante » (Marchand, 2003, p.3).
- « Dès mes premières rencontres de groupes, je me suis interrogée sur l'intérêt d'Aimé Hamann pour la souffrance, un intérêt que je trouvais suspect, me demandant s'il y faisait une place trop grande ? J'allais jusqu'à craindre que cet intérêt pouvait être dangereux » (Chabot, 2003, p.1).
- « La douloureuse appartenance à un groupe en abandon corporel » (Marchand, 2003, titre d'une allocution présentée dans le cadre du colloque de Nantes, France).

Évaluation

Nous avons d'abord voulu répertorier les travaux publiés sur l'abandon corporel. Une première recherche à l'aide des bases de données Psyclit, CurrentsContents, Eric et Francis a été effectuée à l'aide des mots clés suivants : abandon corporel, approche corporelle, *spontaneous mind body*, *body therapy*, *body psychotherapy* et Hamann. Une deuxième recherche a été réalisée dans les catalogues Atrium, Badadug et Ariane, banques de références des trois plus importantes bibliothèques de langue française au Québec : l'Université de Montréal, l'Université du Québec à Montréal (UQÀM) et l'Université Laval. Enfin, une troisième recherche a porté sur les données de l'Internet.

Résultats

Bases de données

La recherche effectuée sur les bases de données Psyclit, CurrentsContents, Eric et Francis n'a donné aucun résultat. Il ne semble exister aucun article scientifique traitant de près ou de loin de l'abandon corporel dans ces bases de données, ce qui confirme en quelque sorte la nature strictement québécoise de l'approche.

Bibliothèques universitaires

La seconde recherche effectuée dans les catalogues des bibliothèques de l'Université de Montréal, de l'UQÀM et de l'Université Laval s'est révélée plus concluante. Divers écrits ont été retracés dont les deux livres d'Aimé Hamann (1993, 1996), soit *L'abandon corporel : Au risque d'être soi* et *L'abandon corporel, au-delà des psychothérapies* ; deux documents audiovisuels (*Recherche en intégration organismique, entrevue avec Aimé Hamann*, Richard, Hamann & Châteauneuf, 1975; *L'Abandon corporel, entretien de Gilbert Tarrab avec Aimé Hamann*, Galarneau, Tarrab, Hamann, 1983) et deux mémoires de maîtrise (Côté, 1978; Cousineau, 1977). Depuis 1978, aucune thèse ou mémoire portant sur l'abandon corporel ne semblent avoir été réalisés dans l'une ou l'autre université.

Les deux mémoires de maîtrise s'inscrivent dans un contexte de recherche plus global dirigé par Michel Sabourin, professeur à l'Université de Montréal. Cette recherche visait à circonscrire les indices de changements psychologiques et physiologiques chez des sujets en thérapie d'abandon corporel. L'aspect physiologique des changements est élaboré dans le mémoire de Cousineau (1977), tandis que l'aspect psychologique est étudié dans celui de Côté (1978). À notre connaissance, ces recherches dirigées par Sabourin n'ont qu'une seule référence scientifique, une communication en langue espagnole présentée au congrès de la Société interaméricaine de Psychologie en Floride : *Los indicios de cambio en una terapia de tipo bioenergetico : resultados preliminares* (Sabourin, Cousineau, Côté, & Rondeau, 1976). Il est possible que ladite recherche soit la même que celle évoquée par Hamann (2001, p.1) : « Un professeur d'université eut alors l'idée d'amener l'un de ses étudiants à entreprendre une recherche quantitative sur le phénomène de l'involontaire ».

L'objectif de ces deux mémoires est donc d'évaluer la présence de changements, psychologiques (Côté, 1978) et physiologiques (Cousineau, 1977) consécutifs à une thérapie en abandon corporel. Les deux auteurs arrivent à la même conclusion : aucun changement significatif n'est observé. Côté et Cousineau utilisent une même procédure afin d'évaluer la présence de changements chez les sujets participant à une thérapie en abandon corporel. Ils ont sélectionné 24 participants, répartis en trois groupes : 8 sujets déjà impliqués dans une démarche d'abandon corporel depuis 12 mois ou plus (groupe expérimenté), 8 sujets ne possédant aucune expérience thérapeutique en abandon corporel mais intéressés à

entamer une telle démarche (groupe inexpérimenté) et 8 sujets n'ayant pas d'expérience de thérapie corporelle et soumis à aucun traitement (groupe de contrôle). Ces participants sont d'âge, de sexe, de niveau socioéconomique équivalents. Lors de l'expérimentation, les sujets du groupe expérimenté poursuivent leur démarche régulière en abandon corporel à raison d'une rencontre par semaine pendant trois mois. Les sujets du groupe inexpérimenté sont soumis à 12 séances hebdomadaires de thérapie en abandon corporel (pour un total de 36 heures), tandis que les sujets du groupe de contrôle ne sont soumis à aucune condition outre les biais liés à la maturation, au passage du temps. Les séances de thérapie se déroulent en groupe où des exercices de mise en contact et de réchauffement précèdent le travail corporel (1 à 2 heures d'abandon corporel proprement dit). Les séances se terminent par un échange verbal entre les participants sur les différentes expériences vécues (Côté, 1978; Cousineau, 1977).

La recherche de Côté (1978) vise à évaluer les indices psychologiques de quelque changement en thérapie d'abandon corporel. L'hypothèse suivant laquelle la participation à cette thérapie produit significativement plus de changements psychologiques orientés vers la croissance personnelle que le simple passage du temps est infirmée : la participation à une thérapie en abandon corporel n'apporte aucun changement significatif dans la personnalité des sujets. Quatre indices psychologiques sont mesurés à l'aide de différents instruments validés, soit l'actualisation de soi (Questionnaire d'attitudes personnelles, Shostrom, 1966), l'image du moi (entre autres, l'Échelle d'investissement affectif du moi et du corps, Jourard & Secord, 1953; le Questionnaire d'évaluation corporelle, Fischer, 1964), la personnalité (entre autres, l'Inventaire de personnalité de Eysenck, 1968; le STAI de Spielberger, 1970) et la vie fantaisiste (entre autres, le Test de pensée créatrice de Torrance, 1972; l'Inventaire des rêves, 1976). Côté (1978) conclut en trois points : « la situation de groupe semble tout au plus efficace à améliorer le contact des individus avec leurs corps (conscience et investissement accrus) »; « à moyen terme seulement, [la situation de groupe] semble amener une certaine transformation de la clarté et du rôle du rêveur »; « ces effets positifs semblent s'accompagner de niveaux d'anxiété relativement élevés et d'une déstructuration plus ou moins manifeste de la personnalité » (p.189). En d'autres mots, la participation à un suivi en abandon corporel semble comporter plus de risques que de gains.

La recherche de Cousineau (1977), axée sur les changements physiologiques, va dans le même sens : la participation à une thérapie en abandon corporel ne modifie pas l'activité physiologique des sujets. Cousineau a étudié différents indices dont la fréquence respiratoire (à l'aide d'un pneumographe de Marey), le volume respiratoire (à l'aide d'un spiromètre), l'activité électromyographique (à l'aide d'un appareil de rétroaction de l'activité musculaire), l'activité cardiaque (à l'aide d'électrodes de surface Beckman) et l'activité électrocorticale (électrodes de surface Grass). L'unique différence observée réside dans une capacité d'accélération cardiaque significativement plus élevée, au prétest seulement, chez le groupe expérimenté que chez les sujets des groupes inexpérimentés et de contrôle ($p < 01$). Cousineau explique cette différence par la nature du traitement thérapeutique qui met constamment le patient en contact avec

ses sensations corporelles d'où un entraînement proprioceptif et un plus grand contrôle de l'activité du système nerveux autonome.

Internet

La recherche sur Internet a donné plusieurs résultats. La majeure partie des textes trouvés provient du site officiel de l'abandon corporel (www.abandoncorporel.ca). Ce site compte plusieurs témoignages et anecdotes rapportés par les tenants de l'abandon corporel. Il comprend, entre autres, des réflexions d'Aimé Hamann sur divers concepts (l'abandon corporel, la réalité humaine, la subjectivité, la différenciation, l'institution, l'esprit, la liberté, la paradoxalité, la violence, la souffrance, la mort, etc.), les parutions sur l'abandon corporel et plusieurs allocutions présentées dans le cadre des deux colloques mentionnés. De façon générale, ces textes confirment l'absence de références dans les banques de données puisque les seules références sont celles de Hamann ou des tenants de l'abandon corporel. Par ailleurs, la lecture de ces textes débouche sur deux constats : aucune donnée empirique mesurant l'efficacité de la recherche ontologique n'est disponible et la validité de l'abandon corporel n'est jamais remise en question.

Soulignons en outre la difficulté de repérer certains écrits de Hamann et de ses collaborateurs. Par exemple, dans *L'abandon corporel : au risque d'être soi*, Deshaies (1993, p.147) énumère plusieurs effets liés à la thérapie en abandon corporel : meilleur contact avec soi-même, plus grande capacité de relation réelle avec les autres, plus grande compréhension de l'organisation des rapports humains, disparition de certains symptômes physiques ou psychiques, plus grande aisance relationnelle, sociale et professionnelle, transformation dans la façon de faire l'amour chez presque tous les participants, changements dans l'apparence physique extérieure, modifications dans la qualité des rêves, dans l'imagerie intérieure, dans l'expression émotionnelle et dans la créativité. Il appuie ces résultats sur une seule référence : Hamann, 1978. Non seulement cette référence ne fait pas partie de la liste des références mais elle demeure introuvable. Il est dès lors impossible de vérifier l'authenticité des effets rapportés par Deshaies. Par ailleurs, dans leurs mémoires respectifs, Côté (1978) et Cousineau (1977) font référence à un document de Hamann, publié cette fois en 1976. Ce document inédit, intitulé tout simplement *L'abandon corporel*, reste lui aussi introuvable.

Un autre exemple frappant concerne la recherche qualitative sur le toucher, expérimentation amorcée en 1972 et fondement de l'abandon corporel. Sauf erreur, cette expérience ne repose sur aucun document de recherche probant. À notre connaissance, le seul document disponible appuyant cette expérimentation est un document maison de huit pages dans lequel sont abordés les concepts centraux de l'abandon corporel : origine, lien thérapeutique, conception du corps, etc. (Hamann et al., 1985).

Enfin, on retrouve à la toute fin du livre de Hamann *L'abandon corporel, au risque d'être soi* une notice biographique : « Il [Hamann] a publié quelques articles sur

l'abandon corporel dans des revues scientifiques et professionnelles » (Hamann et al., 1993, p.206). Vérification faite, seul un article écrit par Hamann a été publié dans la revue québécoise *Santé mentale au Québec* (Hamann, 1985). Sauf erreur, aucun autre article écrit de la main de Hamann n'a paru dans une quelconque revue scientifique ou professionnelle. Notons toutefois que deux articles écrits par les « élèves » de Hamann ont été publiés dans la revue *Psychothérapie Québec* (Filion, 2005) et la *Revue de l'association pour la recherche qualitative* (Deshaies & Dubé, 1995). Aucun de ces articles ne fait état d'une quelconque vérification de l'efficacité de l'abandon corporel; seuls apparaissent quelques témoignages.

Réflexions éthiques

Compétence et validité scientifique

La présente démarche tend à démontrer que la psychothérapie en abandon corporel ne repose sur aucun fondement théorique dûment vérifié et n'assure aucune amélioration substantielle de la santé psychologique de ses clients. Mais ces deux constats n'ont rien d'étonnant puisque les tenants de l'abandon corporel admettent eux-mêmes ne pas chercher à guérir et recourir à la recherche ontologique plutôt qu'à la méthode scientifique pour le valider. Cela étant, notre critique n'est pas pour autant caduque, car l'abandon corporel est sans cesse déroutant et rempli de paradoxes, comme le dit si bien Hamann (1993) : « Nous passons ainsi d'un monde causal à un monde paradoxal, là où, à travers nous, la matière cherche à s'accomplir, à faire en sorte que sa finitude devienne l'infinitude, que la mort devienne la vie, que la matière laisse apparaître l'esprit » (p.66).

Le questionnement concerne surtout les professionnels impliqués en tant que thérapeutes en abandon corporel : psychologues, sexologues, psychoéducateurs, travailleurs sociaux ou issus d'autres professions connexes (Deshaies, 2001; Filion, 2005). En effet, la pratique en abandon corporel ne répond ni aux critères de compétence professionnelle communs aux ordres des professions susmentionnées ni aux critères de la recherche scientifique. En revanche, l'abandon corporel répond tout à fait aux caractéristiques de pseudoscientificité : utilisation d'un langage hermétique, évitement du processus d'évaluation par les pairs, crédit excessif accordé aux témoignages et aux anecdotes et absence de liens avec d'autres disciplines scientifiques (Larivée, 2004).

Langage hermétique

D'abord, l'abandon corporel utilise un langage maison où la compréhension ne peut se faire que par déduction et supposition. Le discours préconisé par Hamann et ses collègues est on ne peut plus vague. Dauphinais (2001) souligne d'ailleurs très bien cet aspect : « Pour parler plus spécifiquement de l'abandon corporel, il apparaît d'abord que notre langage éveille le sentiment de quelque chose de fermé et d'inaccessible. Il faut être initié pour comprendre quelque chose » (p. 3).

La position ontologique, concept central de l'abandon corporel, constitue un exemple fort éloquent. À aucun moment, la position ontologique n'est clairement définie. Et qu'entend-on exactement par recherche ontologique ? Ce ne sont certainement pas les définitions données par Hamann (2001), Deshaies et Dubé (1995) qui permettent d'éclairer le lecteur profane : « recherche de l'humain sur l'humanité » et « fondements de la connaissance ». Bon nombre des textes publiés sur le site officiel de l'abandon corporel abordent, de près ou de loin, ce sujet. Dans plusieurs pages, les auteurs insistent sur l'importance de cette position dans leur pratique et dans leur vie sans que le lecteur ne puisse jamais saisir ce qu'ils entendent précisément par « position de recherche ontologique ». La confusion semble même régner chez les membres pourtant initiés : « Intellectuellement et conceptuellement, il demeure toutefois difficile de discourir et d'écrire au sujet de l'ontologie » (Deshaies, 2003, p.1). Comment dès lors un non-initié peut-il comprendre un concept que même les spécialistes concernés n'arrivent pas à cerner ?

Le problème de l'abandon corporel ne réside pas seulement dans l'hermétisme du vocabulaire employé mais aussi dans le flou des propos tenus. Hamann et ses collègues s'enlisent souvent dans un discours nébuleux et sans fondement apparent. C'est en tout cas ce qu'on retrouve dans la majorité des 49 textes recensés sur le site officiel de l'abandon corporel (www.abandoncorporel.ca). Quelques exemples de ces passages sont présentés dans l'encart 2.

Par ailleurs, les tenants de l'abandon corporel utilisent un discours rempli de contradictions. Ils justifient les incohérences par le fait que l'abandon corporel est une position qui met en lumière la « paradoxalité » (Dubé, 1993). Tous les paradoxes sont alors acceptables, ce qui permet des affirmations telles que « C'est en étant dans une disposition à ce qu'elle soit sans terminaison que la formation serait définitivement amorcée » (Deshaies, 2001, p.9). « Dans la paradoxalité de la rencontre, le retrait, l'enfermement reçus comme étant soi n'est plus enfermement mais intimité, ouverture et espoir » (Chabot, 2003, p.3). L'utilisation d'un tel discours évasif sert bien les « chercheurs » en abandon corporel. De cette façon, ils peuvent réajuster leurs propos selon les objectifs visés puisque rien n'est jamais vraiment défini clairement. Même leur conception de l'erreur ou de la faute professionnelle conforte en quelque sorte leur pouvoir. Pour ces « chercheurs », l'erreur est considérée en effet comme l'expression de ce que le « chercheur » est réellement, la révélation de sa propre organisation. Le « chercheur » n'a donc plus à regretter ses erreurs ou à chercher à les éviter mais simplement à les découvrir (Maugin, 2003). En d'autres mots, l'erreur professionnelle en abandon corporel peut toujours être justifiée puisqu'elle exprime une façon d'être du thérapeute.

Évitement du processus d'évaluation par les pairs.

L'évitement du processus d'évaluation par les pairs est une autre caractéristique des pseudo-sciences qui colle bien à la réalité de l'abandon corporel. À plusieurs reprises, les « chercheurs » en abandon corporel justifient l'impossibilité de soumettre cette approche au processus évaluatif de la recherche scientifique

Encart 2 - Le charabia de l'abandon corporel

- « En effet, fondamentalement, l'abandon corporel n'est pas une approche à la psychothérapie. C'est une position de recherche ontologique qui, lorsque adoptée par le chercheur, induit des effets thérapeutiques. Ces effets ne sont toutefois pas recherchés par le chercheur et ils ne se manifestent que par surcroît, apparaissant même d'une manière paradoxale » (Deshaies, 2001, p. 4).
- « Mais l'abandon corporel, avant d'être une pensée et une vision cosmique, est d'abord une expérience empirique. Avant d'être un espace thérapeutique, il est d'abord l'aventure d'une recherche » (Bonnevay, 2003, p.7).
- « En abandon corporel, le thérapeute ne travaille pas au niveau du changement, il n'essaie pas de changer quoi que ce soit chez l'autre. Il essaie seulement de permettre à ce qui est d'être. Et, paradoxalement, cela produit des changements » (Plamondon-Ataman, 2003, p.5).
- « Cette position qu'est l'abandon corporel est ce mode de rapport interdépendant et paradoxal qui devient, à travers le psychothérapeute, le lieu même de la psychothérapie, la possibilité que les connivences passent à l'interdépendance. C'est la co-naissance ontologique d'où émerge la connaissance relative de soi et de l'autre qui s'expérimente et indique à chaque moment la route à suivre, les mots à formuler » (Hamann, 2003, p.14).
- « L'événement psychothérapeutique serait paradoxal en ce sens que ce serait le dépôt de l'effort thérapeutique dans une expérience ontologique qui serait thérapeutique » (Deshaies, 2003, p.6).
- « Au désert déserté de l'errance... » (Atlani, 2003).
- « Une méthode sans méthodologie » (Deshaies & Dubé, 1995, p.14).
- « L'institution que nous sommes, et pour chacun ça se présente sous une forme différente et unique, c'est l'organisation qui a installé des modes d'être réflexes, pour éviter d'aller là *[italique dans le texte]*, là où la vulnérabilité est impossible à habiter » (Dauphinais, 2003, p.1).
- « Comme Aimé nous le disait lors de la session de réflexion d'avril dernier, il est important, comme thérapeute, d'attendre que ma parole soit ontologique qu'elle se situe au niveau de l'être, qu'elle reconnaisse l'autre comme il est, que ma parole fasse savoir à l'autre que je reçois ce qu'il me dit comme décrivant ce qu'il est sans demande de changement » (Quintin, 2003, p.3).
- « La position prise d'ouverture à ressentir et à habiter cette subjectivité rend possible la rencontre réelle de soi et de l'autre dans le fait même qu'elle fait toute la place à la subjectivité. Chacun peut donner à l'autre d'être dans un rapport de co-devenir, d'interdépendance. Une seule personne se recevant dans l'ici et maintenant de sa subjectivité, plonge toute l'humanité et la matière dans l'expérience interdépendance » (Comeault, 2003, p.2).
- « [...] l'humanité porte en elle la possibilité de son devenir mais son devenir n'est pas pour elle-même...il est un devenir qui serait le projet de la matière dont l'accomplissement passe par l'humanité conçue comme une élaboration de la vie cherchant son chemin dans et à travers la matière qu'elle organise dans des formes de plus en plus complexes et différenciées » (Atlani, 2001, p.2).

(Deshaies, 2001; Deshaies & Dubé, 1995). Ils mentionnent entre autres difficultés les limites inhérentes à l'écriture, aux communications scientifiques et aux structures institutionnelles (universités et centres de recherche). Selon eux, l'abandon corporel nécessite un style d'écriture souple et métaphorique qui permette de communiquer les dimensions globales et relationnelles de l'approche. De cette façon, la vie du « chercheur » est prise en considération, chose impossible dans l'écriture scientifique. C'est pourquoi les connaissances en abandon corporel ne peuvent être véhiculées par le biais des communications scientifiques, les universités et les centres de recherche. Aux dires de Deshaies et Dubé (1995), ces connaissances ne peuvent être communiquées selon « la rigueur et l'objectivité froide de l'écriture scientifique » (p.15), ce qui ne les empêche pas de dire que l'abandon corporel comporte sa propre rigueur : une rigueur qui exige « la subjectivité complète de chacun des co-chercheurs puisque c'est dans le rapport entre les diverses subjectivités que constitue l'objectivité même de la recherche » (p.8). Que les auteurs qui traitent de l'abandon corporel prônent des « modalités souples et créatives d'écriture » (Deshaies & Dubé, 1995, p.15), c'est leur droit le plus strict, mais ils ne peuvent pas du même souffle se réclamer de la science à titre de « chercheur » et refuser la rigueur de l'écriture scientifique ainsi que les principes de la démarche scientifique. Ils ne peuvent pas en outre exploiter impunément le vocabulaire courant de la recherche (chercheurs, méthode de recherche, expérimentation) tout en faisant fi de la méthode.

Le crédit excessif accordé aux témoignages et aux anecdotes

Le site Internet de l'abandon corporel foisonne d'anecdotes et de témoignages. Les actes des colloques et les textes diffusés sur ce site sont essentiellement des réflexions personnelles des « chercheurs » eux-mêmes engagés dans une démarche d'abandon corporel. Les « chercheurs » mentionnent à quelques reprises les bienfaits de la thérapie en abandon corporel et son impact dans leur vie. Cette diffusion de témoignages va apparemment à l'encontre de l'article 83 du code de déontologie des psychoéducateurs actuellement en révision, selon lequel aucun témoignage d'appui ou de reconnaissance ne doit servir à la publicité d'un membre. Les tenants de l'abandon corporel contournent la règle en insérant ces témoignages dans des textes aux allures scientifiques.

Absence de liens avec d'autres disciplines scientifiques

Tel que signalé précédemment, l'abandon corporel ne partage aucun lien avec quelque discipline scientifique dûment validée que ce soit. Les seules ramifications rapportées par son fondateur concernent des parentés avec la spiritualité de Jean Charon, l'association libre de la psychanalyse, la vision cosmique de l'être humain et la philosophie de Teilhard de Chardin. Ces approches ont certes droit de cité mais elles ont peu à voir avec la démarche scientifique.

Caractéristiques des pseudo-sciences et déontologie

Notons en terminant que les quatre caractéristiques énumérées témoignent apparemment de transgressions aux codes de déontologie des psychoéducateurs, des psychologues, des travailleurs sociaux et des sexologues, autant de professions qui sont représentées parmi les thérapeutes en abandon corporel (Deshaies, 2001; Fillion, 2005). Compte tenu de l'absence d'appui scientifique, doublée d'accointances avec les pseudo-sciences, force est de constater que l'abandon corporel repose sur des fondements plutôt douteux. Ce faisant, la pratique de l'abandon corporel nous semble aller à l'encontre des codes de déontologie des professions concernées, notamment celui de l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation et des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec (OCCOPPQ).⁴

En définitive...

L'abandon corporel usurpe non pas une, mais deux identités : la recherche et l'intervention. Les tenants de l'abandon corporel ne sont pas thérapeutes, ils sont « chercheurs »; ils ne font pas de la psychothérapie, ils font de la recherche ontologique.

Comment peut-on prétendre faire de la recherche alors qu'aucune hypothèse dûment construite n'est formulée, qu'aucun résultat n'est jamais présenté et que les publications paraissent presque exclusivement sur des sites Internet sans être soumises au processus d'évaluation par les pairs ? Tout en avouant ouvertement rejeter les critères de la recherche scientifique, les tenants de l'abandon corporel semblent tout à fait à l'aise d'emprunter la forme et le discours de la science. Ils se croient alors justifiés de « ne pas faire de la recherche scientifique mais plutôt de la psychothérapie comme recherche » (Hamann, 2003, p.4). Ce type de précision ne fait qu'augmenter la confusion. On pourrait certes argumenter que la recherche dont il est question à plus à voir avec la recherche de sens qu'avec la démarche scientifique, mais on conviendra alors que l'utilisation de ces termes prête à confusion. En fait, les « chercheurs » en abandon corporel ne le sont que par

4. Par exemple, le code de déontologie de l'OCCOPPQ actuellement en révision détermine les devoirs dont doivent s'acquitter tous ses membres. On est en droit de se demander si les articles suivants ne sont pas difficiles à concilier avec la démarche de l'abandon corporel. Par exemple : Art. 12. « Afin que le client puisse accorder son consentement libre et éclairé, le membre doit l'informer et s'assurer de sa compréhension des éléments suivants : 1. la nature et la portée de la problématique qu'il a identifiées à partir des informations recueillies, 2. l'objectif à poursuivre et les modalités de sa réalisation, 3. la nature des services professionnels qu'il peut lui rendre, ainsi que les avantages et l'alternative, 4. les limites et les contraintes caractérisant le contexte du service professionnel »; Art. 42. « Le membre doit éviter toute fausse représentation quant à ses compétences, quant à l'étendue et à l'efficacité de ses propres services professionnels et de ceux généralement assurés par les autres membres de sa profession ». Art. 44. « Le membre doit assurer au public la qualité de ses services professionnels, notamment en : 1. assurant la mise à jour, le maintien et le développement de sa compétence, 2. évaluant la qualité de ses évaluations et de ses interventions, 3. favorisant les mesures d'éducation et d'information dans le domaine où il exerce sa profession ».

autoproclamation. Cet intérêt porté au vocabulaire relié à la rigueur et à la recherche s'est accentué au cours des dernières années. Les premiers écrits en abandon corporel ne font guère mention de « recherche ontologique », ni de « chercheur ». Chose certaine, le label scientifique aide indubitablement à faire croire au sérieux de l'approche.

L'éthique n'est guère mieux servie sur le plan de l'intervention thérapeutique. Hamann se protège en affirmant que son approche n'a pas pour but de « guérir ni de favoriser un mieux-être » chez les gens. Le fondateur de l'abandon corporel se soustrait ainsi au critère de compétence professionnelle où l'amélioration du bien-être psychologique des individus est recherchée. En se positionnant de la sorte, les « chercheurs » en abandon corporel n'ont plus à fournir de résultats. N'ayant jamais promis de guérir, personne ne peut leur reprocher quoi que ce soit. Pourtant, dans leur pratique, Hamann et ses collaborateurs soignent des personnes vulnérables qui souhaitent soulager leur souffrance. Malgré un renoncement au changement, ces thérapeutes ne cessent de rapporter la souffrance de leurs clients, souffrance qui les a conduit à une demande d'aide en abandon corporel. La contradiction est de taille (voir Encart 3).

Encart 3 - Les patients de l'abandon corporel veulent bien cesser de pâtir

- « Ces personnes sont d'abord venues en psychothérapie, parfois en psychothérapie d'abandon corporel, et ce uniquement dans le but d'améliorer leur qualité de vie personnelle » (Deshaies, 2001, p.3).
- Mais paradoxalement, sans le savoir, je suis venue en psychothérapie aussi pour tenter de fuir l'être que je suis car je voulais (et je voudrais encore) me changer, devenir plus désirable, plus recevable. Et c'est sans doute ce que font toutes les personnes qui demandent à venir en psychothérapie : fondamentalement, c'est leur être qu'elles cherchent, qu'elles fuient tout à la fois. « En effet, le mal aise qui amène en psychothérapie est fondamentalement un mal aise de l'être » (Plamondon Ataman, 2003, p.3).
- « Dans la plupart des cas, les personnes qui s'engagent dans un processus de psychothérapie sont d'abord motivées par la recherche de solution à un problème, d'une diminution de leur souffrance, d'une transformation personnelle, etc. » (Deshaies, 1993, p.127).
- « La personne qui vient consulter arrive avec un inconfort et l'espoir d'en sortir » (Hamel & Simard, 2001, p.4).
- « Une expérience de plus en plus souvent manifeste chez les clients et qui nous laisse quelque peu déroutés est celle où, lorsqu'il est invité à faire de la place à sa vie comme elle est, le client a une réaction de découragement, de désespoir ou d'hostilité. Il dira par exemple : Si je ne peux pas changer, à quoi ça me sert de faire une thérapie ? » (Hamel & Simard, 2001, p.6)
- « Les demandes de changement les plus souvent formulées en début de thérapie sont celles de changer une attitude ou un comportement jugés déficients afin d'arriver à un bien-être » (Hamel & Simard, 2001, p.3).

Les « chercheurs » en abandon corporel révèlent-ils à leurs clients qu'ils renoncent d'emblée à leur bien-être ? Chabot (2003, p.1) a l'honnêteté de soulever ce malaise : « D'une certaine façon, cette position ontologique nous place en porte-à-faux par rapport à la psychothérapie en général et face à la demande de la plupart de nos clients; une thérapie qui ne traite pas, qui ne vise pas la guérison ».

L'entorse à l'éthique de l'intervention est à notre avis beaucoup plus dommageable que celle faite à la recherche. Le mensonge porte bien davantage à conséquence. L'adhésion à une telle approche devient encore plus inquiétante lorsque appliquée à des contextes judiciaires tels ceux qui relèvent de la Direction de la Protection de la Jeunesse (Poirier, 2003). Une telle application de l'abandon corporel ne peut laisser indifférent pour peu qu'on soit attentif aux propos de Deshaies (2001) : « En étant située comme une recherche ontologique, la psychothérapie échappe aux préoccupations identitaires des organisations des Ordres » (p.7).

En terminant, on ne peut passer sous silence le « produit » qu'offre l'abandon corporel : 40 minutes de « psychothérapie » où rien ne doit se passer, où aucun changement ne doit être espéré. Pour un montant qu'on suppose substantiel, les « chercheurs » en abandon corporel proposent à leurs clients 40 minutes à ne rien faire, à cesser tout mouvement volontaire. Quel consommateur averti voudrait d'une telle offre ? Aussi la question n'est-elle plus de savoir si l'abandon corporel est efficace mais plutôt de s'assurer que cette approche ne soit pas néfaste. Devant une pareille technique, on peut comprendre pourquoi certains témoignages diffusés sur le site de Hamann font mention d'un important déséquilibre lors de la première expérience en abandon corporel (Delacroix, 2003; Latraverse, 1987; Marchand, 2003). L'abandon corporel pourrait-il nuire plus qu'il n'aide ? Pour répondre à cette question, il faudrait s'astreindre à une démarche d'évaluation, démarche qui sauf erreur, n'est pas pour le moment privilégiée par les tenants de l'abandon corporel.

Conclusion

De toute évidence, l'abandon corporel s'inscrit bien dans la lignée des approches aux fondements empiriques douteux, qui s'apparentent aux pseudo-sciences et se développent aux antipodes de la démarche scientifique. En plus de ces soubassements fragiles (pour ne pas dire inexistantes), l'approche de Hamann comporte des paradoxes dangereux : elle renonce à guérir mais s'adresse à des personnes en détresse, comme en fait foi cette annonce : « Vous êtes mal dans votre peau ? Vous souffrez de dépression, de phobie, d'épuisement professionnel ou autre ? Vous cherchez un sens à vos souffrances ? L'abandon corporel peut vous aider; il est une démarche de croissance et une thérapie. C' est une prise de conscience avec la structure de votre énergie corporelle et un lieu de recherche sur sa vie » (Site internet de Bottin, Santé et Croissance : www.bottin-sante.org).

Comme ses concurrentes, la thérapie de l'abandon corporel exploite le filon du mieux-être. N'est-il pas saisissant de voir que l'ascension des « remèdes » thérapeutiques concorde avec une montée du nombre de maladies mentales

répertoriées dans le *Manuel diagnostique et statistique des désordres mentaux* (DSM) ? En 1952, moment où les types de psychothérapie étaient moins nombreuses, le DSM comprenait 106 pathologies. En 1995, alors que les approches thérapeutiques abondaient, le DSM-IV comptait 300 pathologies différentes (Larivée, 1996). Cette augmentation du nombre de pathologies a certes des bases empiriques, mais elle contribue du même souffle à la psychologisation de la société. Avant que les nouvelles pathologies n'apparaissent dans le DSM-IV, les individus qui en présentaient les symptômes étaient considérés adaptés. Certains pourraient être tentés de conclure que les malades apparaissent en même temps que la catégorie qui les définit et les thérapeutes qui sont prêts à les soigner (Helmuth, 2004). On peut aussi se demander si l'augmentation du nombre de psychothérapies et, conséquemment, du nombre de psychothérapeutes n'a pas aussi contribué à l'émergence de troubles psychologiques.

En ce qui concerne l'abandon corporel, l'approche doit bien rapporter quelques fruits puisqu'elle demeure inscrite dans le marché des approches aidantes. C'est la raison de cet article : que quelqu'un enfin nous en parle en termes compréhensibles et fasse état, dans un prochain numéro, des résultats observés. Par exemple, si la méthode vise effectivement à une plus grande acceptation de sa propre vie telle qu'elle est, pourquoi viser un tel but ? C'est ce genre de question qui laisse présager un registre de pensée tout autre que psychologique. Un registre spirituel ? Qu'on nous le dise.

Références

- American Psychological Association. (2001). *Publication manual of the American Psychological Association*. (5e éd.). Washington, DC : American Psychological Association.
- Allard, S. (2002, mai). Qui est un psy ? *La Presse*, p. C1, C2
- Atlani, J-M. (2001). *Humanité, Subjectivités, Ontologie*. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 octobre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_humanite_subject.pdf
- Atlani, S. (2003). L'abandon corporel : une position agogique ? De l'incompétence-absence à l'incompétence ontologique. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005
- www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/satlani.pdf
- Bottin, Santé et Croissance. *Abandon corporel*. Récupéré du site web Bottin Santé et Croissance le 12 décembre 2005 : <http://www.bottin-sante.org/page17.html>
- Bonnevay, R. (2003). L'abandon corporel en dehors de l'espace thérapeutique. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/rbonnevay.pdf
- Chabot, F. (2003). Le désespoir, de la mort à la vie. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience*

- ontologique. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/fchabot.pdf
- Chabot, F. & Comeault, J. (2000). *Rôle et position du thérapeute en abandon corporel*. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 octobre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_role.pdf
- Comeault, J. (2003). Le devenu humain et l'interdépendance. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/ccomeault.pdf
- Côté, G. (1978). *Indices psychologiques de changements en thérapie d'abandon corporel*. Mémoire de maîtrise inédit. Université de Montréal, Québec, Canada.
- Cousineau, F. (1977). *Conséquences physiologiques d'un traitement corporel en fonction du temps de traitement*. Mémoire de maîtrise inédit. Université de Montréal, Québec, Canada.
- Dauphinais, R. (2001). La position que nous prenons en abandon corporel et notre rapport aux autres. Colloque 2001. *Etre psychothérapeute en abandon corporel*. Montréal. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 9 mars 2005 : www.abandoncorporel.ca/textes/_txtcol/position_rd.pdf
- Dauphinais, R. (2003). Quelques réflexions sur le passage à l'ontologie et la notion de changement. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/rdauphinais.pdf
- Defour, Y. (2003). L'absence à soi, la peur du mélange. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/ydefour.pdf
- Delacroix, M. (2003). Vers de l'ordre dans mon ontologie. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 11 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/mdelacroix.pdf
- Deshaies, G. (1993). L'abandon corporel : un regard nouveau sur le counseling psychologique et la psychothérapie. In A. Hamann, G. Deshaies, C. Dubé, R. Pelletier, F. Richard & G. Rioux (Éds). *L'abandon corporel. Au risque d'être soi* (pp.119-149). Montréal : Stanké.
- Deshaies, G. (2001). Quelques paradoxes dans la formation des psychothérapeutes en abandon corporel : réflexions à partir des expériences vécues au Québec. Colloque 2001. *Etre psychothérapeute en abandon corporel*. Montréal. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 17 octobre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_txtcol/paradoxe_gd.pdf
- Deshaies, G. (2003). A propos de l'ontologie. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 30 mai 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/gdeshaies.pdf
- Deshaies, G. & Dubé, C. (1995). Le corps en quête d'une méthode centrée sur le chercheur. *Revue de l'association pour la recherche qualitative*, 12, 5-17.
- Desmarais, G. & Hamel, C. (1996). L'abandon corporel, un nouvel éclairage jeté sur l'expérience d'être humain. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 10 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_nouveleclairage.pdf
- Dubé, C. (1993). Abandon corporel et éducation. In A. Hamann, G. Deshaies, C. Dubé, R. Pelletier, F. Richard, & G. Rioux (Éds). *L'abandon corporel. Au risque d'être soi* (pp.177-205). Montréal : Stanké.
- Filion, A. (2005). De la psychoéducation à l'abandon corporel. Vers une voie spirituelle. *Psychothérapie Québec*, 8, 8-11.

- Galarneau, J., Tarrab, G., & Hamann, A. (1983). *L'abandon corporel. Entretien de Gilbert Tarrab avec Aimé Hamann*. Montréal: Intervention
- Garfield, S. L. (1995). *Psychotherapy : An Eclectic-Integrative Approach* (2nd edition). New York: Wiley.
- Gros-Louis, Y. (2003). Sous le match nul entre les approches en psychothérapie: les facteurs communs. *Psychologie Québec*, 4, 26-30.
- Hamann, A. (1985). L'abandon corporel : une approche non directive à la bioénergie. *Santé mentale au Québec*, 1, 85-96.
- Hamann, A. (1993). Les origines et les fondements de l'abandon corporel. In A. Hamann, G. Deshaies, C. Dubé, R. Pelletier, F. Richard & G. Rioux (Éds). *L'abandon corporel. Au risque d'être soi* (pp.17-66). Montréal: Stanké.
- Hamann, A. (1996). *Au-delà des psychothérapies. L'abandon corporel*. Montréal: Stanké. 212 p.
- Hamann, A. (2001). Être chercheur en abandon corporel. Colloque 2001. *Être psychothérapeute en abandon corporel*. Montréal. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 21 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_txtcol/etrepsh_ah.pdf
- Hamann, A. (2003). Recherche ontologique en psychothérapie. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 21 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/_colloque/nantes/txnantes/_ahamann.pdf
- Hamann, A., Deshaies, G., Dubé, C., Pelletier, R., Rochard, F. & Rioux, G. (1993). *L'abandon corporel. Au risque d'être soi*. Montréal: Stanké.
- Hamann, A., Dubé, C., Lamothe-Laforest, L., & Richard, F. (1985). *L'abandon corporel, une thérapie, une démarche*. Document de recherche non publié. Montréal : Groupe de recherche sur l'abandon corporel.
- Hamel, C., & Simard, G. (2001). Être psychothérapeute en abandon corporel. Colloque 2001. *Être psychothérapeute en abandon corporel*. Montréal. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 21 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_txtcol/attentes_ch.pdf
- Helmuth, L. (2004). La fabrication des malades. *La recherche. Hors série*, 18, 46-48.
- Iannone, M. (2001). L'abandon corporel : une position pour être. Récupéré du site web de la CERFPA le 20 novembre 2004 http://www.cerfpa.com/articles/approches/articles_4.htm#HAUT.
- Larivée, S. (1996). Le marché de l'intervention psychosociale : une fraude collective politiquement correcte. *Revue canadienne de psychoéducation*, 25, 1-24.
- Larivée, S. (2004). Pour éviter de nuire, une nouvelle rubrique. *Revue de psychoéducation*, 33, 1-14.
- Latraverse, L. (1987). L'abandon corporel. *Guide Ressources*, 3. Récupéré du site web du Réseau proteus le 20 novembre 2004 : http://www.reseau.proteus.net/fr/therapies/guide/articleinteref.aspx?doc=abandon_corporel
- Marchand, H. (2003). La douloureuse appartenance à un groupe en abandon corporel. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 20 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/_colloque/nantes/txnantes/_marchand.pdf
- Maugin, M. (2001). L'abandon corporel. Récupéré du site web de l'institut de formation à la psychothérapie en abandon corporel le 2 juin 2005 : www.perso.wanadoo.fr/abandon_corporel/
- Maugin, M. (2003). L'abandon corporel : une autre éthique de la réalité. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 20 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/_colloque/nantes/txnantes/_mmaugin.pdf
- Plamondon-Ataman, M. (2003). L'abandon corporel : Une démarche ontologique. Colloque 2003. *De la relation*

- psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 20 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/mplamondon.pdf
- Poirier, P.P. (2003). Impact du rapport ontologique sur des familles en détresse sociale. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 1er décembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/ppoirier.pdf
- Quintin, G. (2002). Responsabilité et position ontologique. Colloque 2003. *De la relation psychothérapeutique à l'expérience ontologique*. France. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 28 novembre 2005 : www.abandoncorporel.ca/colloque/nantes/txnantes/gquintin.pdf
- Richard, H., Hamann, A., & Châteauneuf, C. (1975). *Recherche en intégration organismique : entrevue avec Aimé Hamann*. Nicolet : Projet Nouvelles Frontières
- The Skeptic's Dictionary. *Skeptic's Dictionary Newsletter*. Récupéré du site web The Skeptic's Dictionary le 12 décembre 2005 : <http://www.skeptdic.com/news/newsletter6.html>
- Sabourin, M., Cousineau, F., Cote, G., Rondeau, G. (1976). *Los indicios de cambio en una terapia de tipo bioenergético : resultados preliminares*. Communication présentée au congrès de la Société interaméricaine de psychologie, Miami, Floride.
- Saint-Jules, M. (2001). L'abandon corporel et la psychose. *Etre psychothérapeute en abandon corporel*. Montréal. Récupéré du site web de l'abandon corporel le 21 novembre 2004 : www.abandoncorporel.ca/textes/_txtcol/ac&psychose.pdf