

TOUCHER-MASSAGE®

Auteur : C. Levacher

Date : 15.02.2020

Le **toucher** est un sens qui fait partie intégrante de la communication non-verbale. Etre touché procure un sentiment d'existence, de reconnaissance de soi. Le **Toucher-Massage®**, créé en 1986 par Joël Savatofski, est pratiqué, le plus souvent, par des soignants en vue d'apporter du confort et du bien-être aux patients en souffrance physique ou psychique.

Cette pratique se définit comme : *"Une intention bienveillante qui prend forme grâce au toucher (...), qui permet de détendre, relaxer, remettre en forme, rassurer, communiquer ou simplement procurer du bien-être."*

La pratique du Toucher-Massage® se décline sous forme de gestes souples, dont la pression et le rythme dépendent du balancement du corps du masseur. Les différentes catégories de gestes, appelées "**manceuvres**" (*effleurage, pétrissage, pression glissée, etc.*), amènent un apaisement au patient et réduisent temporairement la souffrance, l'anxiété et, parfois, les comportements agressifs. Ainsi, ils peuvent faciliter la mise en œuvre de soins (toilette, etc.). La pratique du Toucher-Massage® peut être intégrée à la dynamique institutionnelle et venir enrichir les projets personnalisés.

Déroulement

Une relation de confiance et de bienveillance est instaurée entre le patient et le soignant, qui a su trouver la juste distance relationnelle. La durée d'une séance n'est pas prédéterminée et s'adapte aux besoins exprimés préalablement par le patient. Ainsi, la zone corporelle massée et les manœuvres pratiquées sont ajustées en fonction de la demande.

Indications

Le Toucher-Massage® procure un apaisement psychocorporel, un bien-être et un vécu sécurisant, notamment chez les personnes présentant une pathologie neurodégénérative ou une perte d'autonomie. En soins palliatifs, le Toucher-Massage® sert à revaloriser l'image corporelle, procure une sensation de contenance et participe au sentiment d'existence. Cet outil peut également être utilisé auprès de femmes enceintes, dans une démarche d'acceptation des changements corporels, ou encore de nouveau-nés, en vue d'établir un lien de confiance avec le parent et d'aider à la régulation émotionnelle.

Étude de Bollondi & al., 2019

Cette recherche démontre que le toucher-massage participe à amoindrir l'intensité de la douleur & procure une détente, un confort physique (relaxation) et psychologique (lâcher-prise). Il participe ainsi à la diminution du stress et de l'anxiété. Il crée également une relation privilégiée entre le patient et le soignant et valorise ce dernier dans son rôle.

Formations

Elles ont pour principal objectif de transmettre les techniques adaptées aux besoins d'une population cible en tenant compte des contraintes d'installation, des limites physiques et/ou psychologiques, des capacités d'interaction, etc. La majorité des formations proposent également un temps de réflexion autour de la bienveillance. La durée de ces formations est très variable : l'IFJS, qui a déposé le brevet de la technique du toucher-massage, propose des formations de 2 à 32 jours. D'autres institutions proposent des alternatives de qualité, coût et durées fluctuantes (e.g., IFPVPS, Artec).

SOURCES

- <https://www.ifjs.fr/ecole/toucher-massage-dans-les-soins/>
- <https://www.ifjs.fr/wp-content/uploads/2019/10/CATALOGUE-IFJS-2020-toucher-massage.pdf>
- <https://soin-palliatif.org/soins/toucher-massage/>
- <https://www.cairn.info/revue-infokara-2010-2-page-83.htm>
- <https://www.artec-formation.fr/mediateurs-et-corps/le-toucher-relationnel-dans-la-relation-de-soins.html>
- <https://www.ifpvps.fr/art0816/>
- https://soiliance.art/wp-content/uploads/2019/11/Article-toucher-massage_2019-1.pdf

