¿ Interrogations ?
revue pluridisciplinaire de sciences humaines et sociales

Héas Stéphane, Le Hénaff Yannick, Bodin Dominique, Robène Luc

L'offre de relaxation en France comme exemple d'éthique psychocorporelle : analyse d'une déontologie en action

Pour citer l'article

Héas Stéphane, Le Hénaff Yannick, Bodin Dominique, Robène Luc, « L'offre de relaxation en France comme exemple d'éthique psychocorporelle : analyse d'une déontologie en action », dans *revue ¿ Interrogations ?*, N°6. La santé au prisme des sciences humaines et sociales, juin 2008 [en ligne], http://revue-interrogations.org/L-offre-de-relaxation-en-France (Consulté le 6 mai 2024).

ISSN 1778-3747

Tous les textes et documents disponibles sur ce site sont, sauf mention contraire, protégés par la Licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 France.

Résumé

Les méthodes de relaxation s'organisent, se diversifient, se banalisent également. Une éthique s'est mise en place et des préceptes déontologiques sont utilisés. Mais, sans organe de contrôle incontesté et unique, les variations entre praticiens sont sensibles, et restreignent un rassemblement œcuménique et standardisé de cette profession. La concurrence de pratiques illégales complexifie les prémisses d'une éthique *es* relaxation.

Mots-clefs : éthique ; relaxation ; déontologie ; sociologie ; supervision.

Abstract

The Case of Relaxation Exercise in France as Body and Mind Ethics : Study of a professional Ethics in Process

Relaxation's exercises are more and more organised and diversified, even in process of becoming more common. Professional ethics soon exit. Differences between practitioners are important ; they curb a potential standardised union of this "new" profession. Illegal exercises compete this specific professional ethics in process.

Keywords : professional ethics ; relaxation ; sociology ; supervision.L'offre de relaxation en France comme exemple d'éthique psychocorporelle : analyse d'une déontologie en construction

La santé est une préoccupation majeure, variant dans le temps et l'espace. Au-delà des évolutions, toutes les formations thérapeutiques gèrent leurs relations avec les patients, les instances régulatrices des soins, et entre les praticiens eux-mêmes. Sont présentés ici quelques éléments de l'étude réalisée en thèse de sociologie concernant les praticiens de relaxation entre 1992 et 1996, date de l'enquête principale [1], actualisée en 2004. Il s'agissait de mieux comprendre le travail de ces spécialistes fonctionnant sur le modèle d'une profession indépendante.

La mise en place et le respect d'une éthique professionnelle sont courants dans le milieu médical. Questionnons les relaxations au carrefour des mondes médicaux orthodoxe et hétérodoxe. L'interrogation déontologique interpelle la formation aux techniques thérapeutiques, l'installation d'un praticien, les relations professionnelles entre soignant et soignés, les relations entre soignants, et plus fondamentalement les représentations du corps et de la vie.

La question est ici d'autant plus aigue que les praticiens de relaxation sont pléthores aujourd'hui. La variété des formations, des parcours professionnels, des statuts d'exercice et des modes de traitement exigent la mise en place d'un code éthique minimal, condition de leur légitimation. Cette **nécessité éthique [2]** est indispensable depuis plusieurs années en France, en Europe et à travers le monde, en raison d'une offre de relaxation prostituée agissant sous le couvert de massages relaxants « et plus si affinité » et d'un voisinage sectaire plus ou moins associé à la nébuleuse du *New Age* au cours des années 1990 et au Développement Personnel aujourd'hui. Entre démarcation face à des pratiques sexuelles marchandes et souci d'éviter l'amalgame avec les sectes, l'éthique des relaxations s'étaye sur une visibilité et une banalisation importante à la fois *au sein et en dehors* des institutions légitimes de santé, ce qui constitue son originalité. Des succès éditoriaux nationaux et internationaux alimentent ces préoccupations sanitaires alternatives avec les médecines douces ou *Body/Mind*.

Après avoir explicité brièvement ici la porte d'entrée conceptuelle, puis le choix de la population d'enquête, nous précisons la pluralité de ce milieu professionnel. Ensuite, nous détaillons les prémisses à une éthique professionnelle par les questions du *self control* et de la supervision de cette pratique professionnelle. *Le gouvernement des corps [3]* et, plus largement, les différentes gestions de soi et des autres permettent de mieux saisir les variations rencontrées sur le terrain en termes de défense individuelle et surtout collective d'une éthique. *In fine*, les différences statutaires entre détenteurs d'un diplôme d'Etat notamment médical ou paramédical (les praticiens légitimes) ou non (les praticiens illégitimes) sont loin d'être les seuls indicateurs pour comprendre leurs positions et revendications.

Eléments de théorie et de méthode

La question des normes de santé et leur construction est posée, ici, sous l'angle d'une sociologie corporelle. Au-delà de ce qu'il faut faire, ou non, ce qu'il est " bien ou mal vu " de mettre en pratique, le maintien des prestiges professionnels, réels et symboliques, devient essentiel. Les enquêtés utilisent les relaxations comme ressort principal de leur pratique.

La distinction entre déontologie et éthique, semble recouvrir la césure cartésienne entre corps, objet d'application des normes, et esprit, celui des valeurs. Cinquante entretiens en face à face, sur le lieu de travail circonscrit à la Loire Atlantique, ont été complétés depuis par des entretiens ponctuels, par téléphone, auprès des professionnels *es* relaxation. La population, médicale et paramédicale, analysée rassemble psychiatres, orthophonistes, sages-femmes, infirmières, kinésithérapeutes, et psychologues. Malgré notre focale sur l'exercice indépendant/libéral des relaxations, nous avons rencontré des praticiens fonctionnant en libéral, d'autres dans le cadre d'associations (à la manière d'un cabinet privé sans en payer les charges), d'autres d'une manière souterraine, partiellement le plus souvent. Les récits de vie et les entretiens approfondis ont été complétés par l'analyse de contenu des sites Internet spécialisés, des plaquettes publicitaires, et des programmes de formations spécifiques, ainsi que d'observations participantes. Soit, une sociologie sensible et minutieuse, un « *regard sociologique* » alliant distance et empathie [4].

Définition d'un ensemble de pratiques

Les relaxations visent une détente psychocorporelle. Cette action directe sur le tonus a un « *rôle important dans le maintien des fonctions de vigilance et dans l'exercice des fonctions mentales supérieures* » [5]. Notre parti pris méthodologique les considère toutes également quel que soit le degré de légitimité sociale de la méthode de base, ou les trajectoires de formation du praticien. Il permet de saisir les enjeux, les conflits, les représentations dominantes et dominées au sein d'une profession psychocorporelle élaborant des valeurs et des normes de conduites.

Notre focale aborde les relaxations comme exercice professionnel *majoritaire*. Sont donc écartés les praticiens qui relaxent à la marge lors de séances d'arts martiaux, de musculation sportive, de kinésithérapie, de préparation à l'accouchement, etc. *De facto*, un consensus de la part des praticiens *es* relaxation caractérise ces approches corporelles partielles de détente… et non de relaxation.

Le Yoga est inclue aux méthodes de relaxation qui le présentent presque systématiquement dans leur historique [6] et/ou comme « *thérapie de relaxation* » [7]. L'Hypnose répond à cette même logique. Dans la pratique professionnelle libérale des relaxations, l'association de plusieurs méthodes est la norme.

Banalisation et massification de la relaxation en France

Les relaxations ne sont plus accessoires. Comme pratiques culturelles elles participent à l'évolution et à l'expansion du champ des pratiques thérapeutiques, voire de son impossible régulation [8]. Les enquêté(e)s peuvent, en effet, appartenir à des réseaux institutionnalisés (syndicats, fédérations, club, etc.) ou agir comme des électrons libres de leurs mouvements (professions indépendantes, salariés d'association sportive ou culturelle). Leurs comportements sont, de fait, différemment normés suivant la présence ou non d'un groupe reconnu et constitué, régulant les conduites techniques et relationnelles par le biais d'artifices divers : exclusion, cooptation, échange de clientèle, formation « légitimante », etc. Les groupes légitimes tendent à imposer leurs propres perceptions de la pratique, notamment dans un contexte d'élaboration de normes. Toutefois, certains regroupements ont un code d'apparence, davantage utilisé comme négociation identitaire avec l'extérieur, que comme mode de coercition interne.

Le dénombrement exhaustif des relaxologues est sans doute une gageure. En effet, la disparition effective l'année de l'apparition de l'activité (*turn over* annuel) dans les rubriques de l'annuaire téléphonique (papier et Internet) ou du Minitel avoisine les 15 à 20 % depuis 1991. Les statistiques inexistantes jusqu'en 1998 indiquent pour la première fois en France l'importance sociale du phénomène : entre 3 et 5% des Français déclarent pratiquer de la relaxation [9].

La rubrique « Relaxation » des *Pages Jaunes* apparaît au début des années quatre-vingt à la suite d'études menées par le régisseur des rubriques suivant l'avis de l'Association Française des Utilisateurs du Téléphone et des Télécommunications, en collaboration avec les ministères, ordres, syndicats. En 1992, 600 relaxologues sont comptabilisés, près de 800 en 1996, 1927 en 2004. En 2008, les 2942 offres de relaxation prouvent que

cette offre thérapeutique ne faiblit pas : cinq fois plus en 16 ans, soit en moyenne trois praticiens en plus tous les deux ans par département ! Encore, ne tenons nous pas compte des rubriques Yoga (1264 adresses en 2004), Soins hors nomenclatures (6024 adresses en 2004) où sont présents par exemple les praticiens des différentes hypnoses et psychothérapies (2527 adresses en 2004).

Ces différents « recensements », avec une marge d'erreur difficile à préciser, enregistrent l'importance des relaxologues comme *force professionnelle, voire comme force sociale*, si, toutefois, leur organisation venait à se concrétiser en lobby.

Problème d'étiquette professionnelle : existence d'une relaxation rose…

A Paris notamment, les pratiques relaxatives se sont fortement développées : de trente adresses en 1992 à plus de soixante trois ans plus tard. Aujourd'hui, les professionnels se comptent par centaines.

Les relaxations ont connu, comme d'autres services marchands, un développement exponentiel largement entretenu par l'usage de l'Internet. Chacun peut promouvoir son activité même si celle-ci est réduite ou débute à peine. La situation était largement plus souterraine et invisible auparavant. Cet essor provient également des relaxations prostituées : sous le couvert d'une offre de relaxation, de détente ou de massages relaxants, des pratiques sexuelles sont proposées. Les préceptes et les codes de déontologie sont dès lors balayés. Les praticiens (souvent des femmes) sont des travailleurs du sexe. Les annonces et les publicités relatives aux relaxations avec « diplôme certifié » par les praticiens orthodoxes doivent, sous peine d'amalgame, indiquer un explicite « *non sex.* » ou bien « *n. sexuel.* » Cette distinction esquisse une première forme d'éthique, qui vise à placer l'autre, le sale, loin de soi. Désigner un contre-modèle permet de situer sa pratique, ses idéaux. L'investissement d'un « *ennemi* » permet la sauvegarde de l'identité menacée, « *objet dépotoir et repoussoir, dans le but inavoué/inavouable de se sentir meilleur parce que l'autre est mauvais* » [10]. Les positions déontologiques des relaxologues vis-à-vis de cette offre rose ou bien vis-à-vis du massage en général sont instructives [11].

Parfois, des mafias locales détiennent ces réseaux prostitués, notamment à Nantes, terrain principal de l'enquête depuis 1996. Toujours, les pouvoirs publics, notamment les Renseignements Généraux, veillent. Les récentes lois contre le racolage ont réduit la visibilité des prostitué(e)s au travail dans la rue, et… participé indirectement à la recrudescence de ce phénomène en cabinet privé.

Cette réalité plurielle des relaxations souligne la difficile question de la norme corporelle instituée par des instances socioprofessionnelles (para)médicales qui maintiennent leur monopole du toucher corporel à la manière d'entrepreneurs de la morale avec et face à des praticiens désirant proposer d'autres manières de vivre leur corps, d'éduquer les corps de leurs contemporains.

Le contrôle de soi et des autres : entre liberté et éducation corporelles

Les relaxologues véhiculent, dynamisent et parfois revendiquent une éthique, notamment en rapport avec le *self control* et la supervision de l'activité par un tiers.

Dans nombre d'approches psychocorporelles, le concept d'autocontrôle est central. Or, il caractérise un processus séculaire des nations possédant un Etat conséquent. Dans ce cadre, l'attention au corps est devenue une valeur essentielle des sociétés modernes occidentales : véritable autosurveillance confirmant la médicalisation croissante. Le plus souvent pour chacun d'entre nous, à la contrainte physique externe, à l'injonction, se sont substituées l'autocontrainte et l'autosuggestion. Aujourd'hui le thème récurrent " *Be cool, be relax* ! " promeut une régulation impérative des comportements, notamment parmi les catégories socioprofessionnelles moyennes en bute aux exigences et à la conciliation d'intérêts divergents. Intériorisée, l'autorégulation relaxative constitue, selon nous, un nouveau chapitre de la civilisation des mœurs. Mais dans les domaines variés des méthodes psychocorporelles, et suivant les positions de chacun des protagonistes, le *self-control* est recherché ou honni.

' Self-control ' avec… contrôle

Pour les praticiens les relaxations sont des contrepoids aux tensions qui assaillent l'Homme contemporain. Elles permettent de contrôler, d'autocontrôler une tension, et plus spécifiquement un énervement qui n'est pas un comportement valorisé.

La place de l'autocontrainte dans le travail de relaxation rassemble une majorité des enquêtés, sans pour autant faire l'unanimité. Surtout, les enquêtés s'expriment largement sur le sujet. Le plus souvent (quatre fois sur cinq), l'autocontrôle est considéré comme un ressort essentiel de l'activité. Pour autant, et malgré le fort plébiscite, l'analyse de contenu distingue trois groupes.

Pour le premier, l'autocontrôle permet, évidemment, de gérer soi-même ses niveaux de stress et de tension, ce que souligne le préfixe " auto ". L'indépendance des patients/clients préservée par le praticien est mise en exergue explicitement. Il s'agit d'amener « *chaque personne à être responsable de son capital santé* » [12]. La non-ingérence du praticien doit favoriser à la fois la progression du patient et la « bonne distance » thérapeutique. D'autres praticiens insistent sur l'autohypnose comme variante pour acquérir ce contrôle de soi.

Une régulation bien comprise

Pour un deuxième groupe, l'autocontrôle est requalifié de « régulation » ou « autorégulation ». Car, il peut être bon parfois de ne pas se contrôler complètement, et :

« *de laisser éclater sa colère. Il ne faudrait pas sous prétexte que je fais de la Relaxation que je dise ' Non, je suis calme, tout à fait calme ', ça ne me semble pas forcément être la bonne solution* ».

Ici, l'*auto*régulation est acquise au prix d'un d'apprentissage et d'un entraînement. A la fois, le résultat n'est jamais parfait et peut tourner au dressage. Cette discipline de vie n'est pas une panacée :

« *Il y a des gens qui pratiquent soit la Sophrologie, soit du Yoga et qui développent un cancer. Et quand elles disent aux autres personnes qui font ça avec elles, ' C'est pas vrai, pas toi quand même ! '. Parce qu'on suppose que les gens qui pratiquent des choses comme ça, vont être parfaits ; mais c'est complètement faux* ».

L'attention corporelle, même surentraînée, n'est pas le gage d'une vie à coup sûr sans accroc ou sans défaillance. La relaxation constitue une autogestion du stress quotidien.

L'ambivalence humaine

Pour un troisième groupe, l'autocontrôle est ambivalente parce que le travail relaxatif comporte différents niveaux : on peut ainsi en rester à une relaxation passive et/ou à un abord uniquement technique. Ensuite, des précautions sont à prendre. Ainsi, le couple lâcher prise/autocontrôle est différent suivant qu'il est mis en œuvre dans un certain cadre, notamment transférentiel ou non. Dans cette logique, plus le relaxologue travaille avec son client « *le transfert et tout ce qui se passe dans le champ relationnel et de prise de conscience du symptôme, moins on travaille sur la maîtrise* ». Le niveau technique et utilitaire de l'autocontrôle dans la gestion des interventions en public, de la fatigue au volant, de l'insomnie, etc. « *devient un apprentissage, c'est pour ça que ceux qui pratiquent des techniques sans échange majeur, ont des succès thérapeutiques parce que ça fonctionne quand même* ». Selon ce psychiatre, une relaxation technique et sans analyse de la relation permet au client d'apprendre *« à devenir bien, même si il est complètement anxieux* ». Il faut pas que le travail relaxatif devienne une *contrainte de plus* dans un monde fortement stressant.

En ce sens, prôner un autocontrôle revient à poser l'équation impensable : état de relaxation = tensions extérieures (les multiples facteurs stressants : bruit, rythmes de travail, de vie, etc.) + tension intérieure (l'autocontrôle). Pour ces praticiens, l'addition de ces deux négations ne peut que détruire ce qu'il convient de reconstruire… En outre, le travail relaxatif peut amener :

« *un autocontrôle trop important… quand il y a des inhibitions, ça renforce les inhibitions. Il ne faut pas mettre un emplâtre sur une jambe de bois, il faut absolument lever les inhibitions, et après, on peut contrôler d'une façon positive* ».

Plus largement, les méthodes de relaxation peuvent conduire le pratiquant à vivre replié sur lui-même : « *quand on ne travaille que par soi-même, on s'illusionne, on déconnecte de la réalité, on n'a plus de référence, on perd les repères* ».

' Self-control ' sans… contrôle

Une minorité rejette fortement l'autocontrôle : « *qu'est-ce que vous entendez par autocontrôle, ça veut dire quoi ?* », « *C'est un mot que je n'utilise jamais !* »… Etrangement la compréhension anatomique du corps

humain, et notamment, la différence entre les lobes gauche et droit du cerveau est, parfois, utilisée par ces professionnels qui s'insurgent, pourtant largement, contre cette vision dualiste de l'être humain.

Telle praticienne « *n'aime pas du tout le mot contrôle* ». Il constitue un premier moyen facile de relaxer… et demeure insatisfaisant à la fois pour le client et pour le soignant : « *autocontrôle, ça me sort par les yeux ! »*. Logiquement, le travail de relaxation avec autocontrôle comme les formations à la gestion du stress devient complètement aberrant. Le rejet de l'autocontrôle indique sa proscription en vertu de la valeur Authenticité très forte dans ce champ social : « *c'est très mauvais l'autocontrôle ; on n'est plus vrai, on est en personnage en autocontrôle !* ». L'autocontrôle banni et par voie de conséquence le lâcher prise loué semblent concorder avec le principe psychanalytique des associations d'idées libres. Les réactions du relaxé à la détente psychocorporelle signifiant alors les tensions, les nœuds de son histoire.

Au total, les relaxations oscillent entre « *apprentissage de la maîtrise et laisser faire* » [13]. Rappel de la distinction courante entre « pratiques antistress relevant plus des loisirs » et les méthodes de relaxation véritables qui conduisent au relâchement des résistances tant psychiques que corporelles lorsque ce relâchement est « vécu dans un climat de confiance ». Dès 1995, le « déclin de la relaxation » est celui des techniques proposant une relaxation de la personne plus qu'une relaxation musculaire.

Ce déclin présent ou à venir dépend, selon nous, beaucoup plus des enjeux professionnels, identitaires et sociaux, qui traversent les utilisations relaxatives que d'un problème d'application galvaudée ou minimaliste des relaxations. En effet, la définition des enjeux et idéaux thérapeutiques fonctionnent comme moteurs des valeurs (éthiques) et prescripteurs des normes (déontologiques). Dessiner les spécificités du travail, son contenu, et ses standards participent des enjeux de cette activité. Cette éthique de la relation module selon les spécialistes la « bonne distance » au patient. Ces bases peuvent d'ailleurs être retraduites, et même reconstruites au niveau individuel, en cas de faible emprise du groupe, confinant à une éthique propre, idéalisant celles d'un éventuel groupe de référence. Cette production est au cœur du travail de légitimation, articulant étroitement l'action dirigée vers autrui, le profane, et la constitution d'une identité collective, qui serviront d'argument pour l'extérieur et de guide pour l'intérieur [14], soit la « *professionnalité* » de Broussard [15].

La déontologie relaxative ou comment préserver l'autonomie du client

La déontologie est abordée spontanément par la moitié des professionnels rencontrés, et toujours au regard des clients et non sur le rapport entre professionnels de la relaxation… contrairement à la médecine orthodoxe.

Cette déontologie exige de prendre des précautions pour protéger son client et soi-même. Un des dangers majeurs de cette relation est l'installation d'une dépendance du patient vis-à-vis de son praticien. C'est pourquoi, il faut être habitué, selon les relaxologues, à ce jeu de lien interpersonnel (transfert/contre-transfert dans le vocabulaire psychanalytique), pour ne pas faire émerger des émotions ingérables. Les trois quarts des professionnels formés à la psychanalyse font partie de ceux qui mettent l'accent, sans qu'on les interroge spécifiquement, sur ces dangers relationnels. Ne pas emprisonner le client dans cette **rela(xa)tion [16]** qui se noue, mais au contraire, s'employer à le rendre libre.

Pour ces praticiens, l'homme possède les ressources internes suffisantes pour s'ajuster aux difficultés qu'il rencontre. Le *New Age* est, plus spécifiquement, épinglé comme pratique fourre-tout qui favorise une dépendance à la fois psychologique et matérielle. Comme les prostituées relevées plus haut, ces « charlatans » [17] détournent les principes de la relaxation, dans une mise à distance douteuse du profane. Ces écueils affirment leur identité professionnelle dans l'opposition. L'éthique du travail des relaxologues consiste à la fois à protéger leur client pour ne pas le rendre dépendant du praticien, tout en l'exposant à ses difficultés. Pour la représentation dominante il s'agit de confronter le client à « *ce que Jung appelle ' l'ombre ', un jour, il faut se coltiner à son ombre, à tout ce qui nous embête et qui est un frein pour la vie de tous les jours* ».

La liberté offerte par le relaxologue, doit aussi l'être par le client. L'espace thérapeutique est espace de liberté. Il ne s'agit pas de s'y « laisser emprisonner ». Car, dans la rela(xa)tion, peut se mettre en place, si l'on n'y prend garde, non seulement une possession de l'autre , mais aussi une véritable possession *par* l'autre. Elle rejoint la logique cannibalique :

« *j'ai vu arriver de gens en demande de relaxation, et* **au bout d'un quart d'heure/dix minutes, ils me**

possédaient hein ?! Parce que ce sont des malades *; donc, il ne faut pas avoir à faire à des psychopathes hein ?!* ».

Kinésithérapeute libérale, Master de Sophroanalyse, en instance de déconventionnement pour dépassement de son quota d'actes, 47 ans.

Cette « sélection » de la clientèle permet de mettre de côté les patients dangereux… ce qui participe de fait à leur éthique.

Autre élément de la déontologie relaxative, le passage à l'acte, notamment sexuel, est interdit avec de possibles sanctions. Parmi les multiples techniques psychocorporelles, il y a parfois, notamment aux Etats-Unis, effectivement des passages à l'acte : ils font alors partie intégrantes de la recherche d'un certain épanouissement personnel. En France, l'acte sexuel, pour prendre un exemple extrême, entre le/la relaxologue et un(e) client(e) est profondément choquant et particulièrement stigmatisant. L'amour en relaxation est un acte qui coûte cher à son auteur en termes de pertes de clientèle et de reconnaissance (comme par exemple l'impossibilité d'adhérer à un syndicat national). De manière générale, le bouche à oreille reste son principal pourvoyeur de patientèle. L'information et le jugement ne cessent de circuler au travers de relations interpersonnelles que Karpik [18] nomme « *réseau- production* », pour ce qui concerne les pairs, et « *réseau-marché* » pour le monde des profanes. De même, une mauvaise réputation entache, par effet boule de neige, et discrédite les collaborateurs ou les professionnels travaillant avec le ' fauteur '.

La relation entretenue entre confrères reste difficilement sous contrôle, et notamment à cause de la délicate maîtrise de la trajectoire du client, qui est pour le praticien un moyen efficace d'obtenir de l'information sur les comportements de ses pairs. De façon passive il porte sur lui les traces des actions déjà effectuées, même si l'inexistence d'un dossier médical implique une lecture à travers la subjectivité du patient. Ce « *réseau-production* » permet la comparaison, mais aussi la production de normes, avec l'usage de règles informelles, par des « *dispositifs de jugements* » [19] basés sur la « *confiance personnelle* » (réseau de camarades, réputation) ou sur la « *confiance impersonnelle* » (statut universitaire, diplôme spécialisé, publication).

Cette sensibilité particulière vis-à-vis de l'acte sexuel entre relaxant et relaxé relève, en partie au moins, de la proximité des relaxations avec les massages relaxants… érotiques, et même prostitués. Ainsi, une variante relaxative, la sexothérapie, de type naturiste est aux yeux du praticien précité totalement irrecevable. Paradoxalement, dans le champ des ' libérations ' corporelles, une certaine gêne entoure ce qui dévoile totalement le corps… et, à juste titre, ce qui viole/ceux qui violent l'être humain. Les praticiens qui se sont, spontanément, positionnés par rapport au versant prostitué, ont insisté sur un code de déontologie à respecter (à trois exceptions près). Tout se passe comme si les erreurs de jugements, les accrocs à la déontologie (normes) et plus encore à l'éthique (valeurs) permettaient de saisir qui a le droit de définir en quoi consiste une erreur ou un échec… qui, inévitablement, font référence à l'autonomie de la profession. « *Il serait plus juste de dire qu'une sorte de jurisprudence des erreurs constituent une partie essentielle de l'étude de chaque métier* » [20].

Toutefois, la rhétorique officielle, négociation d'une image idéale et d'une identité qui se donne à voir propose une certaine forme de relation au patient et des objectifs thérapeutiques propres, qui fonctionnent comme des éléments incontournables du répertoire de comportements disponibles, et davantage encore suggérés. Il n'en reste pas moins qu'entre les valeurs de l'individu et ses actions, le fossé peut être grand et la cohérence faible. Moore « *établit une distinction importante entre les normes idéales et formelles transmises par la formation et les normes pratiques et informelles consolidées par l'expérience du travail (…). Ces dernières (…) structurent de manière durable les identifications des salariés et assurent de leur part des formes diverses d'engagement professionnel continu* » [21].

La supervision : contrôle et aide à relaxer

La moitié de notre population d'enquête fonctionne en rapport avec une tierce personne. Confirmant le maillage important de l'offre. En 1980 le taux de supervision était deux fois moindre, de l'ordre d'un quart [22]. Aujourd'hui, ce recours à un tiers se distribue en deux types d'égale importance, non exclusif l'un de l'autre.

Contrôle de la relaxation

Un premier type de relaxologues travaille avec un superviseur, qui contrôle, en quelque sorte, leur activité : «

quand j'ai des difficultés, j'ai référence à mon prof. de Yoga… on est toujours contrôlé par quelqu'un. Enfin, et si on ne l'est pas alors là, c'est grave ». En outre, la supervision est représentée comme quelque chose d'obligatoire, " le contrôleur " occupe une place incontournable dans le domaine corporel. « *On travaille avec de l'humain, on n'a pas le droit à l'erreur !* ».

Ne pas être contrôlé constitue une erreur car le praticien risque de ne pas « se remettre en question, il ne faut pas s'amuser à s'enfermer dans son petit monde, avec ses occupations… et faire les pires conneries comme ça ». Ce danger, présent(é) dès le début des années soixante en France [23], n'a pas véritablement été suivi de mesures tangibles. Pour cette raison, sans doute, les professionnels, eux-mêmes, ont progressivement mis en place des contrôles plus ou moins informels entre formateurs et formés à la relaxation.

Aide à la relaxation

Le deuxième type considère la supervision à la fois comme un moyen d'autoperfectionnement, à l'instar d'une formation continue, et donc, surtout comme une *aide plutôt qu'un contrôle*. Le soutien pédagogique « *donne des fils directeurs pour travailler après : ' Tiens ce serait intéressant de travailler dans ce sens-là ou dans ce sens-là '…* ». Il participe, également, et de fait à la distribution et au renforcement des normes, par leur confrontation des techniques et des cas.

Ici, la supervision est une aide à celui qui… aide les autres : on ne peut aider sans avoir soi-même la possibilité d'être soutenu, notamment dans les moments parfois difficiles de certaines prises en charge. C'est une question d'équilibre, de besoin intime : « *dernièrement, j'ai eu besoin de faire un Rebirth, j'ai fait appel à un thérapeute.* Dès que je sens que j'ai besoin de quelque chose, je n'hésite pas à appeler… ». Pour une masseuse kinésithérapeute et sophroanalyste depuis près de vingt ans : « *Il n'est pas question de s'occuper des autres si on ne s'occupe pas de soi* (…) Je ne pense pas qu'on puisse faire ce genre de travail si on ne se fait pas suivre par quelqu'un d'autre ».

Un invariant sous-tend les deux acceptions de la supervision — partagée par la moitié de notre population —, la structure en poupées russes du champ corporel : chaque professionnel se réfère et a besoin d'une autre personne. La relaxation, avec ces conditions supervisées, peut alors permettre au professionnel de ne pas sombrer dans les maux pour lesquels ses clients viennent le voir. Face à des cas cliniques lourds (des accompagnements de mourants par exemple), le relaxologue s'aménage des temps de récupération : la supervision, même sous la forme d'un simple support/accompagnement occasionnel, permet la continuité de l'exercice professionnel. Tout comme ces relations d'entraides intra-professionnelles constituent un contrôle parallèle, homogénéisant les discours et participant au réseau que pourra tisser le spécialiste.

Une masseuse kinésithérapeute sophroanalyste ironise en soulignant les comportements de « *certains médecins qui boivent un demi-litre de whisky ou fument comme des sapeurs* » afin de continuer à assurer leur exercice privé : « *moi, je ne fume pas, je ne bois pas, je ne prends pas de tranquillisants, je me relaxe !* »….

Une profession en devenir ?

Au total, les trois éléments de l'identité des relaxologues : la *formation intellectuelle supérieure*, la *spécialisation des savoirs* conduisant à des règles d'activités, et, *l'idéal de services*, qui implique une déontologie et un contrôle entre pairs, offrent un caractère particulier à cette profession en devenir. De l'extérieur, une identité spécifique se dégage. Elle est d'autant plus à l'œuvre dans le cadre de la relaxation ' de ville ' où il existe clairement une volonté d'intervention individuelle/professionnelle autonome.

Les praticiens mettent par conséquent en avant une attention relationnelle et une référence éthique constantes. Les valeurs associées à ces normes professionnelles en vogue deviennent l'enjeu de position, de pouvoir et finalement de négociation entre les différents acteurs ce que nous ne pouvons développer ici.

Cependant, agir au sein d'une profession qui se constitue progressivement ne signifie pas forcément « *s'opposer aux solidarités plus larges qui ont court dans une société. Au contraire, une identité professionnelle peut devenir un vecteur d'ouverture sur l'extérieur* » [24]. Les frontières entre professions connexes s'interpénètrent suivant de multiples niveaux. La transe comme caractère anthropologique majeur est susceptible de rassembler les relaxologues, et leur permettre de se rapprocher d'autres professions. Lapassade rappelle, ainsi, le statut récurrent dans la plupart des sociétés de « **professions à transe** » : chamans, chanteurs, musiciens, danseurs, etc. Il indique que « *l'hypnose est notre rite de transe, le seul avec la*

psychanalyse, à être organisé aujourd'hui en Occident ». En rappelant le caractère particulier de l'état de relaxation comme porte d'entrée en transe, les méthodes de relaxation englobe ces deux rites de la transe moderne.

Ensuite, nous pouvons considérer quelques fois les professionnels de la relaxation comme membres d'une *TRIBU professionnelle*. La problématique d'interdépendances tribales, développée par M. Maffesoli dès 1988 remettait en cause l'idée dominante d'une individualisation des rapports sociaux. En considérant simplement le concept de tribu comme un être ensemble, une communauté de pensées et d'actions, il permet la reconnaissance de réseaux de sociabilité, de solidarité… alors même que notre terrain concerne une activité spécifiquement indépendante. En effet, il n'apparaît pas absurde de parler, parfois, de tribus de relaxologues. Car, il existe, aussi, des logiques familiales de transmission du savoir relaxatif et de ses conditions d'exercice libéral : une expérience d'état modifié de conscience est dévoilée, un cabinet, ou même une clientèle sont cédées, et forment, ainsi, les témoins du relais vers l'activité relaxative de la progéniture. Dans certains cas, les relaxologues forment un groupe soudé par un ancêtre commun, ce peut être, parfois, le cas autour de Schultz pour le TA, autour de S. Sivananda pour le Yoga, ou bien autour de A. Caycedo pour la Sophrologie, etc. On ne transmet pas que des techniques. Ici l'histoire, plus ou moins remaniée, ailleurs « *l'anecdote exemplaire* » [25] et plus généralement une conception de la santé et du corps, lient un groupe. Des effets de réseau, donc de solidarité en ce qui concerne la circulation des clients, existent notamment dans la phase délicate de la création du cabinet libéral. Nous avons rencontré, enfin, des représentations fortes d'appartenance au ' métier ' de relaxologue. Ce métier devient alors un « *instrument que les acteurs sociaux se sont forgés pour régler leur interaction de façon à obtenir le minimum de coopération nécessaire à la poursuite d'objectifs collectifs, tout en maintenant leur autonomie d'agents relativement libres* » [26]. Dans ce cadre, la relaxation ' de ville ' est une composante essentielle de la construction du métier puisqu'elle prend largement modèle sur l'activité médicale correspondante. Or, traditionnellement, d'une part, « l'image du médecin est l'exemple type de la profession médicale, comme si ce statut juridique correspondait à la nature même de cette profession » [27]. D'autre part, la sociologie du travail considère les professions libérales comme incarnant le type *professionnel* idéal.

Finalement, l'identité des relaxologues offre de multiples facettes. Doit-on s'en étonner ? Non, dans la mesure où d'un côté il s'agit d'un ensemble de méthodes et surtout de professionnels très disparates. Les pluralités socioculturelles des positions des relaxologues induisent des représentations, des attentes et des comportements différents. Non, d'un autre côté cette diversité ne peut étonner puisque les années quatre-vingt et quatre-vingt dix sont globalement des années de récession économique pour la majorité. L'identité professionnelle n'est plus, aujourd'hui, autant fixée : « faut-il parler d'identités en crise, voire de crise générale des identités ? (il faut) nuancer la réponse (…) (désormais) le simple fait d'avoir un emploi ne suffit plus à stabiliser une appartenance professionnelle » [28]. Il nous faut donc également prendre en compte ce « *pluralisme identitaire irréductible* ». A tous ces égards, *le sens du travail de relaxation ne peut être univoque*.

Bibliographie

Barruel F., « Le déclin de la relaxation », Bordeaux, *Revue Française de Relaxation Psychothérapique* , n°14, p. 171-183, 1995.

Baszanger, I., « Emergence d'un groupe professionnel et travail de légitimation. Le cas de médecins de la douleur », *Revue française de sociologie*, XXXI-2 257 282, 1990.

Bonneville, E., « L'ennemi nécessaire, caractéristiques psychologiques et rôles dans l'identité du sujet », *Société* n°80, 5-15, 2003.

Broussard, V., Loriol, M., Caroly, S., « Catégorisation des usagers et rhétorique professionnelle. Le cas des policiers sur la voie publique », *Sociologie du Travail* vol 48, n°2, 2006.

Dubar C., « Le sens du travail ; les quatre formes d'appartenance professionnelle », Auxerre, *Sciences Humaines*, n°37, 1994, pp. 22-25.

Donnat O., *Les pratiques culturelles des* Français, Paris, La documentation française, 1998.

Durand De Bousigen R., *La relaxation*, Paris, P.U.F., (11ème édition), 1992.

Ferrand-Nagel S., « Médecine libérale/Médecine sociale et régulation du système de santé : les leçons de l'histoire de longue période », *Revue Française des Affaires Sociales*, n°2, Avril-Juin 1993.

Gerin P., Vignat J.-P., *L'identité de psychothérapeute*, Paris, P.U.F., 1984.

Héas S., « Relaxation ou plus si affinité », *Revue Française de Relaxation Psychothérapique,* n°16, novembre, pp.147-162, 1996.

Hughes E. C., *Le regard sociologique, essais choisis*, textes rassemblés et présentés par J.M. Chapoulie, Paris, Editions des Hautes Etudes en Sciences Sociales, 1996.

Karpik L., *Les avocats, entre l'Etat, le public et le marché*, Saint Amand, Gallimard, 1995.

Lapassade G., *La transe*, Paris, P.U.F.-q.s.j.?, 1990.

Leblanc, F., *Du statut social à la pratique professionnelle : construction d'une identité professionnelle,* libraire, thèse de sociologie, Lille 3, 1995.

Lemaire J.-G., *La relaxation ; relaxation et rééducation psychotonique*, Paris, Petite Bibliothèque Payot, 1964.

Stengers I., *Le médecin et le charlatan*, les empêcheurs de tourner en rond, 1999.

Notes

[1] *« La relaxation comme 'médecine' de ville ? ».* Soutenue le 01/10/1996, Université des Sciences Humaines et Sociales (USHS) de Strasbourg 2, (dir. D. Le Breton).

[2] Tautologie puisque le mot éthique provient du verbe grec " *dein* " (falloir, être nécessaire).

[3] D. Fassin, D. Memmi (dir.), *Le gouvernement des corps*, Paris, Éd. de EHESS, 2004.

[4] E. C. Hughes, *Le regard sociologique, essais choisis*, textes rassemblés et présentés par J.M. Chapoulie, Paris, Editions des Hautes Etudes en Sciences Sociales, 1996.

[5] R. Durand De Bousigen, *La relaxation*, Paris, P.U.F., (11ème édition), 1992, p. 15

[6] Par exemple, M. Erlich, « Les concepts du corps ; la brève histoire de la relaxation », in *Relaxation thérapeutique*, Masson, 1986, p.4-5.

[7] C. Mirabel-Sarron, « Le Yoga, sa place en psychiatrie », *Revue de Médecine Fonctionnelle*, 1992, p.168. R. Dumel précise ces liens avec les relaxations, de même que le caractère fortement thérapeutique des demandes de yoga [« Le yoga : préhistoire, actualité, à-venir de la relaxation », L'Harmattan, 1988, p. 388-404].

[8] J. Peneff, 2005, *La France malade de ses médecins*, Paris, éd. du Seuil, coll. Les empêcheurs de penser en rond. 358 p.

[9] O. Donnat, *Les pratiques culturelles des* Français, Paris, La documentation française, 1998.

[10] E. Bonneville, « L'ennemi nécessaire, caractéristiques psychologiques et rôles dans l'identité du sujet », *Société* n°80, 5-15, 2003, p. 11

[11] S. Héas, « Relaxation ou plus si affinité », *Revue Française de Relaxation Psychothérapique*, n°16, novembre, pp.147-162, 1996.

[12] Extrait de l'entretien avec une sage-femme libérale, professeure de Yoga ; elle consulte, désormais, dans un lieu collectif de santé, désavoués par certains généralistes, elle a perdu ainsi une partie de sa clientèle ; mariée à un chef d'atelier dans un C.A.T., 44 ans.

[13] F. Barruel, « Le déclin de la relaxation », Bordeaux, *Revue Française de Relaxation Psychothérapique*, n°14, p. 171-183, 1995, p. 172

[14] I. Baszanger, « Emergence d'un groupe professionnel et travail de légitimation. Le cas de médecins de la douleur », *Revue française de sociologie*, XXXI-2 257 282, 1990.

[15] V. Broussard, M. Loriol, S. Caroly, "Catégorisation des usagers et rhétorique professionnelle. Le cas des policiers

sur la voie publique", *Sociologie du Travail* vol 48, n°2, 2006.

[16] Jeu de mots proposé en 1996 pour préciser l'enjeu *es* relaxation.

[17] I. Stengers, *Le médecin et le charlatan*, les empêcheurs de tourner en rond, 1999.

[18] L. Karpik, *Les avocats, entre l'Etat, le public et le marché*, Saint Amand, Gallimard, 1995.

[19] *Ibid*.

[20] E. C. Hughes, *Le regard sociologique, essais choisis*, textes rassemblés et présentés par J.M. Chapoulie, Paris, Editions des Hautes Etudes en Sciences Sociales, 1996, p. 91

[21] F. Leblanc, *Du statut social à la pratique professionnelle : construction d'une identité professionnelle*, libraire, thèse de sociologie, Lille 3, 1995, p. 278

[22] P. Gerin, J-P. Vignat, *L'identité de psychothérapeute*, Paris, P.U.F., 1984, p. 78

[23] J-G. Lemaire, *La relaxation ; relaxation et rééducation psychotonique*, Paris, Petite Bibliothèque Payot, 1964, p. 121

[24] D. Schnapper, « Identité collective », In Boudon et al., *Dictionnaire de la Sociologie*, Paris, Larousse, 1990, p. 102.

[25] L. Karpik, *Les avocats, entre l'Etat, le public et le marché*, Saint Amand, Gallimard, 1995.

[26] G. Latreille citant les travaux de M. Crozier et E. Friedberg, *La naissance des métiers*, Lyon, PUF Lyon, 1990, pp. 253-257.

[27] S. Ferrand-Nagel, « Médecine libérale/Médecine sociale et régulation du système de santé : les leçons de l'histoire de longue période », *Revue Française des Affaires Sociales*, n°2, Avril-Juin 1993.

[28] C. Dubar, « Le sens du travail ; les quatre formes d'appartenance professionnelle », Auxerre, *Sciences Humaines*, n°37, 1994, p. 24.