

**NEURO-TRAINING**

# **Mémoire**

**Regard sur la relation client / Neuro-trainer**

**Année 2014-2016**

**Nathalie GUIGUE**

## **Regard sur la relation client / Neuro-trainer**

Avec le Neuro-Training nous cherchons à mettre en évidence les diverses relations qui existent entre le cerveau et le reste du corps afin de changer la relation à ce qui nous pose problème. Nous faisons un alignement conscient/ inconscient, une lecture du corps basée sur l'écoute.

Si la relation entre le thérapeute et le client est abordée ponctuellement au cours de la formation, nous travaillons peu sur la manière d'écouter, d'accueillir ce qui est dit et compris dans le déroulement de la séance.

Il me semble intéressant de développer davantage cet aspect pour nous sensibiliser au fait que notre manière d'intervenir peut impacter les personnes différemment en fonction de leur sensibilité, leur histoire...

### **I - Le positionnement du Neuro-trainer dans la relation**

Le rôle du Neuro-trainer est d'aider le client à récupérer des événements douloureux qui l'ont conditionné à répondre de façon prévisible et l'empêchent de s'adapter aux situations présentes en tenant compte des nouvelles options.

Le neuro-trainer utilise de nombreuses techniques pour entraîner notre neurologie à débrancher des situations inachevées afin que la personne puisse récupérer ses ressources et restaurer sa capacité à choisir.

En raison de ma manière de travailler en Gestalt thérapie, je me suis parfois trouvée en porte à faux quant à la posture du Neuro-trainer qui est plutôt dans une posture « de savoir ». En effet, il s'appuie sur un large éventail de connaissances (médecine traditionnelle chinoise, symbolique du corps...) pour s'aider dans ses recherches.

Je me suis rendue compte que cela pouvait parfois amener à partir un peu vite sur une mise en sens de la problématique de la personne (bien souvent poussés par notre désir d'aider l'autre).

Je pense qu'il nous faut être vigilant à ne pas partir trop vite dans des interprétations et présuppositions qui pourraient nous faire passer à côté de ce que la personne pourrait apporter de nouveau et de différent de ce que nous pouvons savoir et imaginer.

Cela peut nous faire perdre de vue que nous n'empruntons peut-être pas la bonne voie et que lui seul à les réponses.

Dans ma manière de travailler en Gestalt Thérapie (même si celle-ci bien sur, s'appuie sur des connaissances), je suis plutôt dans une posture inverse, qui est de ne plus savoir, qui vise à me départir le plus possible de mes connaissances et interprétations afin d'être dans la conscience de ce qui émerge dans l'ici et maintenant de la séance et rencontrer le monde de la personne. Je suis plus dans une approche phénoménologique.

Seule la personne sait vraiment ce qui est bon pour elle et mon travail est de l'amener à le découvrir et à l'aider à le mettre en acte.

J'ai donc un peu perdu mes repères et je suis en train d'en reconstruire d'autres.

Nous sommes faits d'énergie et attirons à nous des personnes qui sont en résonance chimique, énergétique... Si cela est vrai dans la vie courante, cela existe aussi dans la relation thérapeutique. Ainsi ces personnes déposeront avec nous certaines choses qu'elles ne déposeraient peut être pas ailleurs.

Nous serons également impactés différemment selon les gens que nous recevrons et cela pourra influencer sur notre manière d'intervenir.

Nous n'avons pas toujours conscience de cela et nous ne savons pas toujours comment.

Il me paraît donc nécessaire que le Neuro-trainer mette de la conscience sur ce qui se passe au cours de la séance :

Ce qu'il est en train de faire et comment il le fait.

Ce qu'il dit et comment il le dit.

Ce qu'il ressent et ce qu'il fait de son ressenti.

Ce qui rentre en résonance avec sa propre histoire ou qui appartient au client.

Comment le client reçoit ce qu'il lui est proposé, partagé...

En effet les gens qui viennent nous voir ont besoin de croire en nous pour imaginer pouvoir s'améliorer. Nous avons donc une position d'autorité dont nous devons prendre soin de ne pas abuser.

## **II - La Philosophie et la technique du NT reposent sur cette attention à l'autre**

En effet la philosophie du Neuro-training et les outils utilisés offrent des garanties du respect de la personne.

1\* Nous nous appuyons sur le test musculaire pour avancer dans nos recherches, sur le principe de priorité et l'identification du contexte d'origine afin de désamorcer l'émotion associée au stress initial, localiser l'impact de la problématique

sur le corps et éviter tout refoulement ou compensation qui rendrait l'équilibration temporaire ou renforcerait le déséquilibre.

Ainsi pour chaque problématique ou symptôme on cherche avec la personne :

**\*\***Si la cause est dans le futur (quel est le stress d'atteindre notre objectif peur du changement), dans le présent (toxicité, influence), dans le passé (programme, héritage qu'est ce qui m'empêche par rapport à notre histoire?)

**\*\***On cherche à en comprendre le sens et le bénéfice secondaire: à quoi ça sert, pour qui, pourquoi. Le problème sert à quelque chose.

Ce qui nous évite de gommer le symptôme, de le déplacer, de créer un autre refoulement. Ainsi montre-t-on au corps la direction à prendre pour aller vers la récupération.

2\*La permission demandée à la personne et tous les prés et posts-tests sont une garantie d'attention à l'autre, de respect de ce que la personne est en mesure de déposer et du rythme qui est le sien.

3\*Chaque action que l'on fait à une incidence et la personne doit être capable de gérer les changements et les conséquences du changement. Ainsi enlève-t-on les couches de l'oignon que l'autre veut bien nous donner.

4\*Toute récupération commence à l'intérieur, on ne peut forcer personne à récupérer, au mieux, pouvons-nous créer un environnement où l'intelligence de récupération innée peut se mettre facilement à l'œuvre.

5\*Cherchons ce qu'il y a à trouver et non ce que nous aimerions trouver : on va taper aux portes d'après ce que nous a dit la personne. On va éveiller des choses qui sont des infos jusqu'à ce que quelque chose soit prioritaire. Plus on affine notre recherche et plus on sera plus précis dans nos corrections.

6\*Parler de récupération au client me semble important afin de prendre soin de l'autre et de le rassurer. « Lorsque l'on est capable d'utiliser son énergie pour récupérer, des déséquilibres anciens vont revenir à la surface pour être éliminer ».

Ce qui peut expliquer qu'après certaines séances on pourra avoir un passage difficile avant d'aller mieux. Chaque personne réagit différemment en fonction de sa sensibilité. La réponse apportée est donc différente en fonction des gens.

### **III - La relation thérapeutique : notre attention sur la manière dont on intervient dans la relation.**

Nous interagissons dans la relation et avons à nous ajuster en fonction du déroulement de la séance. Le processus de travail est un processus de co-création ou nous allons l'un et l'autre apprendre quelque chose.

Nous partons d'ailleurs de Principe Universel que l'autre fait du mieux qu'il peut, avec les moyens qu'il a en sa possession, et s'il est devant nous, c'est que nous avons à apprendre de cet échange quel qu'il soit.

Buber écrit « Une fois passé le temps de la rencontre, nous n'en sortons pas tel que nous y sommes rentrés »

La relation thérapeutique repose sur une relation de confiance qui doit permettre à la personne de se sentir accueillie, écoutée, pour l'aider à cheminer et à trouver du sens à ce qui lui arrive afin d'expérimenter de nouvelles façons de faire.

Nous mettons notre compétence à sa disposition pour l'accompagner dans cette recherche.

Ce qui va nous aider dans cette démarche repose outre le test musculaire et les outils dont nous disposons, **sur la qualité de notre présence** qui demande écoute, empathie, compassion, authenticité.

La qualité de notre présence repose sur la conscience de ce qui se passe dans la séance et de l'attention que nous allons mettre sur :

1\*Ce que l'on dit et comment on le dit : est-ce qu'on sait pour elle ?

Est-ce qu'on est dans le conseil, l'interprétation, l'affirmation, le questionnement, la recherche?...

2\*Si ce qu'on dit, on le dit pour soi ou pour l'autre ?

Pour nous rassurer car on se sent perdu, pour garder du pouvoir sur l'autre, pour justifier notre travail...

3\*Ce que nous faisons ? Est-ce que nous cherchons à être efficace, sauveur, directif...

4\*La manière dont nous allons écouter ce qui nous est dit. Reformuler ce que nous avons entendu pour vérifier que nous avons bien compris.

5\*Notre capacité à abandonner nos préjugés car ceux-ci faussent notre perception et rendent notre écoute sélective.

6\*Chercher la solution avec elle et non pour elle et vérifier l'impact que cela peut avoir sur la personne ?

\*\*On peut influencer, créer de la dépendance, créer de la honte ou de la culpabilité (si par exemple la personne a du mal à changer des choses), se tromper de solution.

Elle peut l'accepter car elle a besoin d'y croire. Mais elle ne fera que compenser et s'il y a une rechute elle ne croira plus en nous. Même si la solution était bonne on ne l'aura pas aidé à être responsable de ses choix.

Les solutions bonnes pour nous ne sont pas forcément bonnes pour les autres en raison de nos différences et notre manière d'être au monde est unique.

**\*\***Si nous cherchons avec elle, elle va pouvoir s'approprier les réponses, intégrer les solutions et être responsable de ses changements.

7\*Laisser le temps à la personne de ressentir ce qui est bon pour elle, d'explorer son ressenti, son vécu et comprendre ce qui fait qu'elle n'a pu faire autrement.

8\*Comment le Neuro-trainer se laisse toucher par ce que vit ou dit la personne ? Que peut-il partager de son ressenti et à quoi cela sert-il ?

Certaines choses viendront en résonance. On ne peut pas ne pas être affecté et on ne s'en rend pas toujours compte. Être en conscience de ce qui se passe pour nous, nous permet de savoir ce que nous fabriquons dans la relation aux autres.

De plus, il peut être utile à certains moments de partager nos ressentis car la personne se sentira davantage comprise et accompagnée.

Dans notre société exprimer nos émotions n'est pas forcément bien vu. On nous a appris à les retenir, à les refouler, bien souvent parce qu'il ne faut pas se montrer faible ou parce que « cela n'est pas socialement acceptable »...

D'ailleurs, souvent nous ne savons pas bien quoi en faire et parfois certaines émotions viennent en cacher d'autres.

- *Ainsi par exemple, Si on se retrouve en face d'une personne qui se met à pleurer, on peut se sentir gêné, démuni, ému. Comment allons-nous gérer cela ? De quoi la personne a-t-elle besoin ? D'un soutien silencieux, d'un peu de temps pour vivre son émotion, d'entendre que nous sommes émus...*
- *Dans la vie personnelle, quand on se sent blessé, on peut exprimer de la colère ou de l'agressivité ou encore se recroqueviller au lieu de simplement dire sa peine ou sa tristesse. Je prends cet exemple car il est dès plus représentatif de comment une émotion peut en cacher une autre.*

Si nous n'avons pas conscience des émotions qui nous traversent, elles peuvent nous amener à passer à côté d'un moment de contact avec l'autre.

Laisser du temps pour qu'une émotion puisse se vivre. Accueillir cette émotion va être un outil utile dans la relation d'aide.

Exprimer nos ressentis tout en tenant compte des autres, c'est faire preuve de courage, c'est laisser exister qui nous sommes et c'est être au service de la relation.

9\*Enfin en fonction des personnes ou des situations on sera réceptif à certaines choses qui nous feront agir d'une certaine manière (oublier des choses, être dans le conseil, se sentir perdu...) Ex : *En séance, quand on ne sait plus quoi faire ou qu'on ne comprend pas là où on va, on peut se sentir perdu. Que faisons-nous de cela ? Est-ce que cela nous appartient car on a oublié des choses ou pour toute autre raison ? Est-ce que cela appartient à la personne car dans sa vie actuelle elle aussi se sent perdue.*

Dans le moment présent, il se passe quelque chose dans lequel on peut se laisser emmener sans s'en rendre compte.

L'important n'est pas de réussir à être tout le temps dans la conscience mais de s'interroger plus tard sur ce qu'on a fait, pourquoi et comment on l'a fait.

Tout comme nous avons à travailler sur le lâcher prise et l'acceptation dans notre vie, c'est aussi vrai sur la manière dont nous allons travailler. Puisque c'est dans la rencontre avec l'autre que s'actualise nos fonctionnements, il est donc probable que cela puisse se repasser dans nos séances.

Je vois l'évènement tel qu'il est, j'accepte que cela se soit passé car à ce moment là, je n'ai pu faire autrement en fonction de la situation et de mes possibilités du moment. J'identifie ce qui dans la situation m'a fait répondre de cette manière. Et aujourd'hui en fonction de ce que je suis, de ce que je sais, de mes valeurs comment je pourrais faire autrement. Je pense que cela nous permettra de nous améliorer et de travailler dans le respect de l'autre et de soi.

**Pour conclure, j'insiste sur cette conscience que nous avons à développer** car ma formation et ma pratique professionnelle m'ont appris qu'être vraiment à l'écoute de l'autre ainsi que de soi soi-même est un outil important pour que le thérapeute arrive à mieux se situer dans la relation d'aide afin de mieux aider la personne.

De ce fait, je me demande s'il pourrait être envisageable dans le cadre de la formation en NT, d'aborder davantage cette notion d'écoute dans la relation ou de mettre en place des séances de groupe lors desquelles nous pourrions à la fois échanger sur notre pratique et les problèmes éventuels que nous pourrions rencontrer et qui seraient aussi des moments didactiques.

Cela nous permettrait aussi de nous interroger sur nos limites et d'être dans le respect du code déontologique et éthique du Neuro-Training.

Je suis aussi sensibilisée au fait que dans le monde de la thérapie de nombreux thérapeutes prennent le pouvoir sur leur client et peuvent les mettre en danger et ainsi discréditer la profession.

Ceci est d'autant plus important que nous sommes dans un domaine professionnel qui ne bénéficie pas d'une reconnaissance légale.

Le Neuro-training est un bel outil dont il nous faut prendre soin.

Je terminerai en disant que cette formation m'a beaucoup nourrie car elle pose sur l'être humain un regard positif. Le plus beau voyage commence à l'intérieur de nous. Si des choses sont devant nous c'est que cela fait parti de notre chemin.

Nous cherchons à rendre fluide notre chemin de vie, à vivre notre unité, à exprimer nos valeurs et notre capacité à choisir tout en tenant compte de notre environnement.

