

La relation d'aide comme outil dans le Neuro-Training.



Sommaire

Remerciements	
1. Introduction	1
2. Le Neuro-Training, qu'est-ce que c'est ?	2
2.1 Une rapide définition du Neuro-Training	2
2.2 Pourquoi	2
2.3 La lecture du corps et le test musculaire	4
3. La relation d'aide, qu'est-ce que c'est ?	6
3.1 Une définition de la relation d'aide	6
3.2 Les principes de la relation d'aide	6
4. Le Neuro-Training, au cœur de la relation d'aide.	8
4.1 Le lien entre le Neuro-Training et la relation d'aide	8
4.2 L'accueil, l'entretien, la séance et l'après séance	8
4.3 La posture du Neuro-Trainer	9
4.4 Risques d'interprétations, de suppositions ou de transfert.....	9
4.5 Ne pas créer de dépendance et ne pas prendre le pouvoir	10
5. Conclusion	10

Remerciements

Avant d'initier ce travail de recherche et d'analyse, je souhaite remercier ma famille et mes proches qui m'ont permis de m'inscrire dans cette formation et qui ont su m'apporter du soutien dans des moments de doute et tout au long de mon cheminement.

Je remercie également mon formateur qui a su me transmettre toutes ses connaissances, m'apporter beaucoup de réflexions qui m'ont permis d'avancer et surtout de mettre en lumière des difficultés que j'avais pour que je puisse les dépasser.

Enfin, je remercie l'ensemble de ma promotion et également les autres années pour les riches échanges, les temps collectifs, les pratiques, etc. Je les remercie également pour leur bienveillance, leur respect et leur soutien qui m'a permis aussi de me regarder, de m'analyser et d'avancer.

Je suis vraiment reconnaissante d'avoir pu participer à cette extraordinaire expérience et cet enrichissement que j'espère pouvoir partager et pratiquer au quotidien.



1. Introduction

« La relation d'aide est une relation structurée de manière précise qui permet au client d'acquérir une compréhension de lui-même, à un degré qui le rend capable de progresser à la lumière de sa nouvelle orientation » (Rogers, La relation d'aide et la psychothérapie, 2010)

Face à mon histoire de vie et étant depuis toujours tournée vers les relations et la compréhension du fonctionnement de l'être humain, j'ai fait le choix, très jeune, de devenir Assistante de Service Social. Au fur et à mesure de mes expériences, je trouvais de moins en moins de sens à mon métier. En effet, confrontée régulièrement à des limites qui ne permettent pas d'apporter de réponse ou d'en apporter, mais sur du court terme, j'ai constaté qu'il était de plus en plus compliqué de permettre à l'autre de retrouver son autonomie. L'objectif des interventions étant pourtant d'aider l'autre de manière ponctuelle en mobilisant ses connaissances pour lui permettre de reprendre le cours de sa vie tout en développant ses capacités. Face à ce constat et comprenant qu'il fallait aller plus loin que ça, je n'appréhendais plus de la même manière l'aide que j'apportais et désirais de plus en plus soutenir les autres d'une autre manière. Je ne voulais plus uniquement aider sur le plan matériel, à travers des aides financières ou des montages de dossiers, mais de manière plus globale, humaine et spirituelle. J'étais, depuis mon orientation vers le secteur social, à mes 15 ans, dans une recherche active d'informations sur le développement personnel, la psychologie ou autre et également dans une démarche me permettant de mieux comprendre l'autre mais aussi, et surtout, moi-même. Personnellement et afin de me libérer de certaines problématiques j'avais déjà fait appel à un Neuro-Trainer. Cette approche m'intriguait et me rendait encore plus curieuse, j'étais très attirée par la découverte de tout ce savoir. Pour autant, je n'osais pas m'inscrire à la formation et je continuais de mon côté, à travers mes lectures et mon travail, d'enrichir mes connaissances. Mes constats dans mon domaine professionnel et mon désir d'aider dans le cadre d'une autre dimension m'ont amené à m'inscrire à la formation pour découvrir, m'enrichir et partager cette discipline, qui depuis le début m'émerveille.

Dans le cadre de cette exploration écrite, j'ai voulu croiser mes expériences en situant le Neuro-Training au cœur de la relation d'aide, technique indispensable dans le quotidien de l'Assistante de Service Social. Pour ce faire et afin d'illustrer ma pensée, j'ai présenté de manière concise deux premières parties théoriques sur le Neuro-Training ainsi que la relation d'aide. C'est à travers la troisième partie de cet écrit que j'ai relié les deux techniques et que j'ai développé la partie plus pratique.

Afin de débiter l'exploration de pourquoi la relation d'aide participe au Neuro-Training, je vous laisse découvrir ce que c'est.

2. Le Neuro-Training, qu'est-ce que c'est ?

« C'est une approche différente, globale, complète, qui permet d'identifier et de rééquilibrer les énergies perturbées pour augmenter le niveau de compétence, de récupération, de puissance, d'énergie disponible de chacun afin que l'on puisse utiliser nos ressources naturelles et améliorer notre vie » (Centre de Neuro-Training, s.d.).

2.1 Une rapide définition du Neuro-Training :

Le Neuro-training est une discipline qui « permet d'entraîner la neurologie à répondre de la meilleure manière possible¹ » en trouvant « la réponse la plus appropriée à une situation pour s'adapter et fonctionner par choix² ». Cette approche s'appuie sur un principe de priorité et sur la recherche de l'origine des troubles de fonctionnement pour récupérer tout en développant ses capacités naturelles.

2.2 Pourquoi ?

Face à n'importe quelle situation nous devrions être en capacité de nous adapter et d'y répondre de manière appropriée c'est-à-dire en « exprimant au mieux toutes nos valeurs et en apprenant de l'expérience vécue³ ».

Le frein majeur à cette capacité découle du fait que le cerveau « compare ce que nous vivons avec ce que nous avons déjà vécu ou hérité⁴ ». En effet, « avant de créer un nouveau circuit neurologique pour répondre à une situation, notre cerveau va scanner dans ses circuits pré existants à la recherche d'un circuit du même genre ou qui pourrait correspondre⁵ ». Pour cela, il s'appuie sur le subconscient qui garde en mémoire l'ensemble de nos programmations internes qui découlent de nos expériences mais aussi de nos héritages inconscients (les habitudes, les programmes, les mémoires familiales etc...). En fonctionnant ainsi il répond à son programme de nous maintenir en vie l'instant d'après en utilisant une « solution de survie plutôt que de prendre des risques⁶ ».

¹ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 13.

² CENTRE DE NEURO-TRAINING, qu'est-ce que le Neuro-Training, disponible sur https://www.neuro-training.fr/centre-de-neuro-training-marseille_fr/definitions-principes/.

³ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 13.

⁴ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 57.

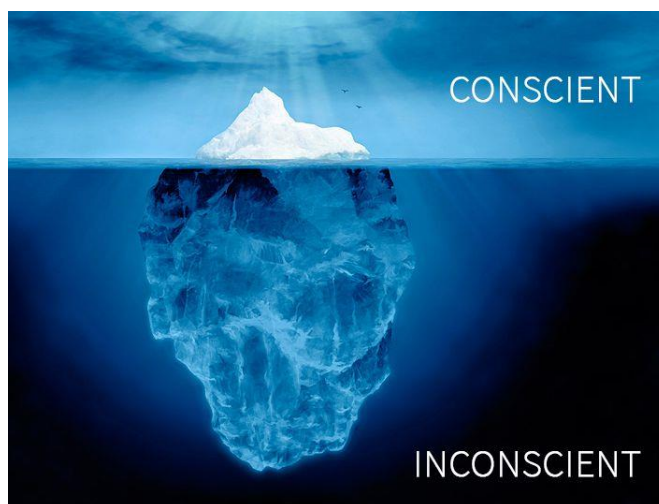
⁵ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 57.

⁶ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 58.

Cela permet également au cerveau de « ramener à la surface un circuit qui le dérange, afin que nous l'éliminons ⁷ ». Cependant, à force d'utiliser ce système nous apprenons à ne pas savoir faire autrement (l'impuissance apprise) ce qui « nous laisse dans un état de non-choix, de victime, dans l'incapacité d'avoir des résultats et qui, à force, crée un trouble dans notre fonctionnement⁸ ». Afin de retrouver sa santé, sa capacité à vivre par choix, à s'adapter et pour que les situations ne soient plus conditionnées par nos programmations, « il nous faut prendre conscience du contenu de notre subconscient, de notre conditionnement⁹ ».

Le Neuro-Training permet de se « libérer de l'influence parfois négative du passé ¹⁰ » en débranchant la trace en soi et en permettant à la neurologie de fonctionner autrement.

Le neuro-trainer montre « par des gestes précis les déséquilibres » et « avec quels circuits le cerveau a traduit cela dans le corps ». Pour ce faire, il utilise le monitoring musculaire et la lecture du corps afin d'établir un dialogue entre lui et la neurologie de la personne. Une fois la communication établie, le professionnel identifie le contexte d'origine en recherchant pourquoi et comment la personne ne fonctionne pas, depuis quand, dans quel but (bénéfice secondaire), son impact dans le corps ainsi que la nature du déséquilibre (mental, émotionnel, physique...). Après avoir identifié l'ensemble des dimensions et dans l'objectif d'éliminer la problématique, le neuro-trainer propose un large choix de réponses et de techniques permettant à l'intelligence naturelle du corps d'indiquer sa propre solution. Dans ce but, il s'appuie sur les techniques propres à la discipline mais également sur celles de la Kinésiologie avancée, de l'Ostéopathie, de la Médecine Traditionnelle Chinoise, de la Nutrition, de l'Hypnose, de la PNL, du décodage biologique, du Transgénérationnel etc.



⁷ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 58.

⁸ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 58.

⁹ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 59.

¹⁰ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 60.

2.3 Lecture du corps et test musculaire :

Ces techniques permettent d'établir un dialogue avec le cerveau et le corps afin d'avoir des réponses à différents niveaux dans l'objectif « d'identifier les courts-circuits qui entravent notre capacité à fonctionner, à nous adapter, à récupérer et donc à nous réguler ¹¹».

La **lecture du corps** s'effectue à travers des tests de mobilités qui permettent d'interroger les facias, les segments et l'atlas. Elle se fonde également autour du décodage des messages du corps comme les symptômes, les déséquilibres et les dysfonctionnements.

- Les *Facias* sont présents à tous niveaux du corps, ils « font partie de ce qu'on appelle globalement les tissus conjonctifs ¹²». Ils ont comme objectif de « maintenir l'équilibre fonctionnel du corps¹³ ». Or, « tout traumatisme, toute fatigue physique, toute répression émotionnelle, toute surcharge psychique s'imprègnent sur nos facias et entraînent une modification de leur mobilité ¹⁴». Cette lecture des facias informe sur ce que « nous ne voulons plus, des fins d'histoires, ce que nous venons déposer dans cette séance car nous sommes prêts à vivre autre chose ¹⁵».
- Les *segments* permettent de questionner la manière de vivre la situation au niveau de quatre membranes (tente du cervelet, clavicules, diaphragme et périnée) qui gèrent la structure et le circulant du corps.
- L'Atlas contrôle toute la neurologie qui se trouve en dessous d'elle. Lorsqu'elle est désalignée ou bloquée elle ne permet plus l'effet feed-back (communication entre le cerveau et le corps). A ce moment-là, le cerveau n'est plus informé des déséquilibres et le corps finit par compenser puis somatiser afin « d'excuser notre non-fonctionnement et nous alerter d'un problème ¹⁶». Sa lecture permet de s'« orienter sur la priorité dans la séance et de savoir contre quoi ou qui nous sommes en défense¹⁷ ».

¹¹ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 33.

¹² CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 23.

¹³ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 23.

¹⁴ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 24.

¹⁵ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 33.

¹⁶ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 18.

¹⁷ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 33.

- Outre les informations trouvées dans la première lecture du corps, il faut être à l'écoute des problématiques et comprendre « comment la neurologie va réagir, somatiser¹⁸ ». Il est donc nécessaire de connaître les fonctions, les muscles et méridiens pour *décoder les messages* et pour montrer quels ont été les circuits que le cerveau a utilisés afin de traduire la problématique dans le corps.

Le test musculaire permet d'interroger « le cerveau sur ses capacités d'adaptation ou pas à un relationnel¹⁹ ». Le tonus musculaire est régulé, tout comme le tonus émotionnel, par le cerveau limbique. Celui-ci indique notre capacité d'adaptation via le maintien du tonus musculaire et un stress avec un non-maintien du même tonus. A travers ce test « nous pouvons interroger les muscles, les méridiens, les organes, les glandes, la lymphe, l'eau, la chimie sanguine, les fonctions cérébrales, les glandes surrénales, les chakras etc...²⁰ ». Il permet d'avoir une réponse énergétique du corps, de savoir si les circuits sont fonctionnels et de déceler les déséquilibres.

Grâce au test, mais aussi à l'Atlas, le professionnel « travaille que sur des sujets essentiels²¹ ». En effet, « en entraînant la neurologie de cette manière, nous amenons la personne à ne vivre que ce qui est prioritaire, que ce soient ses choix, ses relations, son alimentation...²² ». En suivant ce système de priorité et en étant conscient de l'ordre de sortie défini dans les lois de récupération de Hering, la personne pourra plus facilement se réaligner avec elle-même tout en récupérant naturellement. Respectueux et conscient du fait « nous ne pouvons gérer que ce qui est possible à éliminer pour la personne, afin de ne pas la déstabiliser » le Neuro-Trainer questionne également la neurologie sur des permissions précises.

Il me semble important de souligner qu'au-delà de la communication mise en place avec le corps et la neurologie de la personne, le professionnel s'appuie sur les échanges verbaux et non-verbaux et adapte sa pratique en fonction. Grâce à tous les moyens de communications utilisés pour trouver les informations inhérentes à la problématique, le professionnel écoute la personne dans sa globalité.

Au début de toute séance il y a une rencontre et une relation interpersonnelle qui s'instaure. Cette relation centrée sur la personne a comme objectif de lui permettre de récupérer naturellement en l'aidant à trouver ses propres solutions.

¹⁸ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 251.

¹⁹ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 32.

²⁰ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 32.

²¹ CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 20.

²² CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 21.

3. La relation d'aide, qu'est-ce que c'est ?

« La relation d'aide (thérapeutique) est une des formes de relation interpersonnelle ayant pour vocation de favoriser chez l'autre la croissance, la maturité, une plus grande capacité à affronter la vie, en mobilisant ses propres ressources (Rogers, La relation d'aide selon Carl Rogers, s.d.).

3.1 Une définition de la relation d'aide :

La relation se définit comme l' « ensemble des rapports et des liens existant entre personnes qui se rencontrent, se fréquentent, communiquent entre elles²³ » et l'aide se définit par l' « action d'aider quelqu'un, de lui donner une assistance momentanée ; appui, soutien²⁴ ». Centrée autour de ces deux définitions la relation d'aide est une interaction dans laquelle le professionnel vise à soutenir une personne tout en « favorisant chez l'autre la croissance, une plus grande capacité à affronter la vie, en mobilisant ses propres ressources ²⁵». Elle est structurée par quatre phases :

- 1) L'accueil commence dès le premier contact.
- 2) Le recueil de données ou l'identification permet au professionnel d'explorer la problématique et à la personne de visiter ses sentiments grâce au climat de confiance mis en place.
- 3) L'exploration implique un approfondissement du professionnel ainsi que l'analyse d'un plan d'action.
- 4) La résolution qui se traduit par une action permettant à la personne de retrouver ses capacités et son équilibre.

Pour être mise en place, la relation d'aide s'appuie sur quatre concepts principaux : la confiance, l'écoute active, la congruence (authenticité) et l'empathie.

3.2 Les principes de la relation d'aide :

- Une relation d'aide doit s'établir sans jugement de valeur, dans un climat de **confiance** et d'acceptation. Ce lien s'établit face à une attitude et un regard positifs, sans jugement. Elle est favorisée par l'écoute active.

²³ LAROUSSE, Définition : relations, Disponible <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/rerelations/67845>

²⁴ LAROUSSE, Définition : aide, Disponible <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/aide/1840>

²⁵ CH VAUCLAIRE, La relation d'aide, Disponible <https://www.ch-vauclaire.fr/wp-content/uploads/2015/01/la-relation-daide-selon-carl-Rogers-module-5-FL.pdf>

- **L'écoute active**, aussi nommée écoute bienveillante, est une technique d'accompagnement qui permet d'établir un lien profond, de témoigner du respect et de la bienveillance. Elle suppose une écoute attentive du discours verbal et non verbal et une reformulation des éléments exprimés. Elle est non-directive et neutre ce qui implique, « de ne pas donner de conseils, d'émettre ses propres idées, de faire des interprétations ²⁶ » dans le but de « créer les conditions pour que la personne puisse régler son problème, trouver ses propres solutions ²⁷ ». C'est à travers l'attitude congruente du professionnel, sa posture et sa communication non-verbale qu'il témoigne son attention et favorise la relation.
- **L'attitude congruente** du professionnel découle de sa manière d'être et de son authenticité. Elle nécessite une « certaine adéquation entre ce qu'il ressent, pense, ce qu'il dit et fait et entre son comportement verbal et non verbal ²⁸ ». Ainsi, il « crée une harmonie entre ses émotions, ses pensées et ses actions ²⁹ » afin « d'exprimer ce qu'il pense de manière thérapeutique ou de faire ce qu'il croit approprié afin de faciliter une prise de conscience ou une évolution de la perception ³⁰ ». Cette capacité est essentielle pour l'établissement du climat de confiance et demande au professionnel d'être conscient de lui-même tout en étant dans un état empathique.
- **L'empathie** est une disposition intellectuelle et émotionnelle permettant de se représenter et de comprendre la perception et le ressenti de l'autre. De cette manière, elle permet de « percevoir le cadre de référence interne d'autrui aussi précisément que possible, comme si l'on était cette personne, mais sans jamais perdre de vue la condition du 'comme si' ³¹ ». Ainsi, le professionnel peut 'se mettre à la place' de l'autre, en percevant son cadre de référence et en conservant une certaine distance.

La relation d'aide est une technique professionnelle qui permet de créer un lien thérapeutique afin de permettre à la personne de retrouver ses ressources dans un cadre adapté et neutre. A l'issue de cette approche théorique et suite aux informations apportées, il apparaît intéressant de croiser ces techniques et situer la relation dans le quotidien du professionnel.

²⁶ FORMASSAD, Les fondamentaux de la relation d'aide, <http://www.formassad.fr/blog/fondamentaux-de-relation-daide/>

²⁷ FORMASSAD, Les fondamentaux de la relation d'aide, <http://www.formassad.fr/blog/fondamentaux-de-relation-daide/>

²⁸ Les concepts de la relation d'aide, Les sept concepts de la relation d'aide, file:///C:/Users/chene/AppData/Local/Temp/les_7_concepts_de_la_relation_daide.pdf

²⁹ Les concepts de la relation d'aide, Les sept concepts de la relation d'aide, file:///C:/Users/chene/AppData/Local/Temp/les_7_concepts_de_la_relation_daide.pdf

³⁰ Les concepts de la relation d'aide, Les sept concepts de la relation d'aide, file:///C:/Users/chene/AppData/Local/Temp/les_7_concepts_de_la_relation_daide.pdf

³¹ CAIRN Info, Processus de conceptualisation d'empathie, disponible sur <https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2009-3-page-28.htm>

4. Le neuro-training au cœur de la relation d'aide.

« L'individu possède en lui-même des ressources considérables pour se comprendre, se percevoir différemment, changer ses attitudes fondamentales et son comportement vis-à-vis de lui-même. Mais seul un climat bien définissable, fait d'attitudes psychologiques facilitatrices, peut lui permettre d'accéder à ses ressources (Rogers, Les fondamentaux de la relation d'aide, s.d.)»

4.1 Le lien entre le Neuro-Training et la relation d'aide :

Les éléments théoriques présentés précédemment me permettent de mettre en avant une certaine similarité entre le Neuro-Training et la relation d'aide. En effet, elles s'appuient, toutes deux, sur des valeurs communes tel que l'écoute, la confiance, le non-jugement et suivent une structure similaire dans l'objectif de permettre à l'autre de récupérer et de retrouver ses propres capacités.

Au vu de ces éléments et d'après à mon expérience dans le cadre de la relation d'aide, j'ai pu constater que le Neuro-Trainer s'inscrit de manière intuitive dans ce type de relation. C'est à travers elle que le professionnel se présente, appuie son positionnement, traduit ses valeurs de manière congruente et accompagne la personne, avant pendant et après la séance. Afin de détailler mon constat et d'illustrer mes propos, je vais approfondir mon approche en décrivant de quelle manière le professionnel instaure la relation et comment il s'y inscrit.

4.2 La rencontre, l'entretien, la séance et l'après séance :

La démarche d'aller voir un Neuro-Trainer est très régulièrement à l'initiative et à la demande de la personne (ou un de ses proches comme les parents pour les enfants). Il y a donc un premier contact avec une prise de rendez-vous qui peut apporter une première représentation. Ce contact, souvent rapide, n'est pas à l'origine de la relation mais peut l'influencer ou y contribuer. La relation d'aide s'instaure lors de la rencontre physique dans le cadre d'un processus bien défini qui s'articule autour et pendant la séance :

- Le premier temps est constitué par une *rencontre* qui se fonde à travers *l'accueil* du professionnel et dans sa posture. Cette étape représente une clef de voûte car permet d'initier le lien de confiance, nécessaire pour l'entretien et l'ensemble de la séance. Elle représente la première étape dans la structure de la relation d'aide.
- *L'entretien*, associé au *recueil de données*, se caractérise par un échange qui permet à la personne de libérer sa parole en confiance, en expliquant sa problématique et sa demande. Il permet au professionnel de témoigner, par le biais de sa communication verbale et non verbale, les qualités de la relation d'aide. Cela lui permet également de cerner les potentiels circuits par lequel le cerveau a traduit la problématique dans le corps et qu'il pourra utiliser comme témoins lors de la séance.

- Pendant la *séance*, la personne est allongée sur une table d'examen ou de massage et le professionnel recherche l'ensemble des informations, montre au cerveau les circuits utilisés et propose différentes techniques d'équilibrations, comme détaillé dans la partie théorique sur le Neuro-Training.
Ce temps se décompose en deux parties : la première correspond à l'exploration, la recherche d'informations et au fait d'établir une cartographie pour le cerveau. Elle s'avère être la partie la plus conséquente de la séance et demande au professionnel d'être attentif à chaque message afin d'en saisir le sens, de faire le lien avec l'histoire et d'identifier les autres circuits impactés. La seconde, associée à la résolution, s'articule autour d'une équilibration dans le cadre de temps demandé et de la vérification des tests et témoins qui répondaient avant celles-ci.
- Une fois l'équilibration et les post-vérifications (témoins, facias, C1...) effectuées, le professionnel peut proposer quelques minutes d'échange afin de permettre à la personne de revenir dans l'instant présent.

4.3 La posture du Neuro-Trainer :

Dans le cadre de sa pratique, le Neuro-Trainer adopte une certaine posture professionnelle qui est définie dans la relation d'aide comme une attitude, une manière d'être dans l'échange et de s'acquitter de sa fonction. Cette posture s'articule autour de certaines valeurs, de connaissances et d'expériences qui ensemble forment le savoir-faire et le savoir-être. Elle permet au Neuro-Trainer de communiquer par son attitude ou son comportement ce qu'il veut transmettre (empathie, écoute...) et de définir un cadre thérapeutique. Elle prend ses racines et se construit durant la formation puis se développe tout au long de la vie professionnelle. Elle nécessite un ajustement et une adaptation face à la singularité de chacun et suppose des réflexions pour la faire évoluer en fonction des expériences vécues. Pour cela, il est important que le professionnel soit conscient de sa propre communication, de ce qu'il est en train de faire, de ce qui se passe en lui et de ce qui rentre en résonance avec lui. Outre le fait d'être conscient de soi pour remettre sa pratique en question, c'est ainsi que le professionnel peut adopter une attitude congruente, respectueuse et établir le lien de confiance.

4.4 Risques d'interprétation, de supposition ou de transfert :

Conscient de la différence liée à la singularité de chacun et incarnant une posture professionnelle le Neuro-Trainer respecte les valeurs, les convictions et les opinions de la personne. Cette reconnaissance est nécessaire pour créer un lien de confiance mais aussi, et surtout, pour être attentif aux risques d'interprétation, de supposition ou de transfert. En étant conscient de soi le professionnel peut reconnaître ses propres représentations, émotions et ce qui résonne en lui. Cela lui permet d'être davantage vigilant sur sa communication et aussi de vérifier régulièrement si l'information est juste avec la reformulation et si elle est prioritaire et objective à travers le test musculaire. Ainsi, le professionnel veille à ne pas induire et peut réajuster constamment sa pratique, dans un respect profond de l'autre.

4.5 Ne pas créer de dépendance et ne pas prendre le pouvoir :

Afin d'incarner ce profond respect, en plus la conscience de soi et de la posture, le professionnel se doit de laisser place à l'autre, sans vouloir le contrôler, ni le sauver, ni lui prendre son pouvoir. En effet, l'objectif du Neuro-Training mais aussi de la relation d'aide est de permettre à la personne de récupérer tout en développant ses propres capacités afin qu'elle puisse améliorer sa vie. De fait, le professionnel ne propose pas de solution et ne pousse pas la personne à des changements qu'il n'a pas demandés. Il laisse le pouvoir à l'autre et veille, à travers la conscience de soi, à ne pas induire ni prendre le contrôle. De la même manière et toujours face à cet objectif commun, le professionnel veille à ne pas créer de dépendance. Il est là dans une relation professionnelle teintée d'aide, de bienveillance et de respect pour apporter un soutien ponctuel et permettre à l'autre de comprendre son histoire pour s'en libérer et améliorer sa vie.

Face à un objectif commun, des valeurs communes et une structure similaire, il me semble que la relation d'aide est un outil que le Neuro-Trainer utilise dans son quotidien de manière intuitive et s'articule autour des techniques spécifiques de la pratique. Elle représente le lien qui se crée et fait le pont entre la pratique et l'humain.

5. Conclusion

Travailler avec l'humain n'implique pas que des techniques. Cela implique aussi des qualités, des valeurs et une réflexion sur soi-même permettant de se décentrer pour être dans un respect profond de l'autre et en lui accordant une certaine place pour qu'il puisse, au final, s'écouter et trouver ses solutions lui-même.

A travers ce travail et pour relier mes expériences, j'ai voulu mettre en lumière le lien qui existe entre le Neuro-Training et la relation d'aide. Il s'agit d'un axe important pour moi car il m'a permis de faire un pont entre mes deux choix professionnels, de réfléchir différemment afin d'enrichir ma nouvelle pratique avec mon ancienne.

Pour conclure, je pense qu'il est important d'être sensibilisé à ce sujet mais que pour autant il appartient à chacun de se questionner sur sa propre pratique et de choisir quelle posture incarner, en veillant à ne pas nuire ni à l'autre ni à cette merveilleuse discipline qui est le Neuro-Training.

Références

- Centre de Neuro-Training. (s.d.). https://www.neuro-training.fr/centre-de-neuro-training-marseille_fr/definitions-principes/. Récupéré sur Centre de Neuro-Training: https://www.neuro-training.fr/centre-de-neuro-training-marseille_fr/definitions-principes/
- CHOURAQUI José, *Neuro-Training les clefs pour retrouver la santé et le bien-être*, édition Quintessence, Escalquens, 2021, page 13.
- LAROUSSE, Définition : relation, Disponible <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/relation/67845>
- LAROUSSE, Définition : aide, Disponible <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/aide/1840>
- CH VAUCLAIRE, La relation d'aide, Disponible <https://www.ch-vauclaire.fr/wp-content/uploads/2015/01/la-relation-daide-selon-carl-Rogers-module-5-FL.pdf>
- FORMASSAD, Les fondamentaux de la relation d'aide, <http://www.formassad.fr/blog/fondamentaux-de-relation-daide/>
- Les concepts de la relation d'aide, Les sept concepts de la relation d'aide, file:///C:/Users/chene/AppData/Local/Temp/les_7_concepts_de_la_relation_daide.pdf
- CAIRN Info, Processus de conceptualisation d'empathie, disponible sur <https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2009-3-page-28.htm>
- *L'écoute active*. (s.d.). Récupéré sur cairn info: <https://www.cairn.info/la-boite-a-outils-du-coaching--9782100791408-page-38.htm>
- Rogers, C. (2010). *La relation d'aide et la psychothérapie*. ESF édition.
- Rogers, C. (s.d.). *La relation d'aide selon Carl Rogers*. Récupéré sur <https://www.ch-vauclaire.fr/wp-content/uploads/2015/01/la-relation-daide-selon-carl-Rogers-module-5-FL.pdf>
- Rogers, C. (s.d.). *Les fondamentaux de la relation d'aide*. Récupéré sur Formassad: <http://www.formassad.fr/blog/fondamentaux-de-relation-daide/>



”
*Les **maux** du corps sont
les **mots** de l'âme.
Ainsi on ne doit pas guérir
le **corps** sans chercher
à guérir l'âme. ”*

PLATON