



**Approche de l'eutonie dans une activité
manuelle professionnelle**

L'auteur de cette communication, par son origine (fils d'un menuisier-ébéniste) connaissait le milieu des travailleurs manuels des métiers du bâtiment. Professeur d'EPS, durant 21 ans dans un collège d'enseignement technique formant/éduquant des apprentis destinés aux métiers du bâtiment, il trouva, dans l'eutonie, le terreau qui devait permettre à ces adolescents de parfaire leur motricité en matière de gestuelle manuelle.

Nous rencontrons-là un exemple d'application de la méthode de Gerda Alexander pour ce qui concerne le développement de la conscience de soi et la préparation à l'action.

Pour ce faire, l'auteur a été obligé de tenir compte de nombreux paramètres : ceux dévolus à la méthode elle-même, ceux propres au milieu scolaire et à ce genre d'élèves, enfin et surtout ceux, très spécifiques, du monde du travail manuel.

Cette étude – fruit des nombreuses années de formation au sein du Groupe International d'Eutonie – constituait un des mémoires exigés par l'institution de l'école Alexander.

Sommaire de la première partie

Introduction

Chapitre I : le travailleur manuel, sa gestuelle

- 1) Geste et activité
- 2) Geste et personnalité
- 3) Rythme
- 4) Geste et information
- 5) Hiérarchies de valeur dans les métiers

Chapitre II : Le bâtiment : de l'organisme social aux éventuelles incidences motrices

- 1) L'espace habité
- 2) L'espace des lieux de travail
- 3) Les lieux de fin de journée
- 4) Spatialité et schéma corporel
- 5) Motricité et schéma corporel
- 6) La fonction tonique
- 7) Le tonus du fœtus au bébé
- 8) Contrôle tonique et vigilance
- 9) Émotion
- 10) Du tonus à la force

Chapitre III : Le corps de l'apprenti

- 1) Le corps dans la société
- 2) Le corps et « l'Autre »
- 3) Authentification du corps
- 4) Relation avec « l'Autre », le contact avec autrui
- 5) Relation avec l'espace sonore
- 6) Mesure des aptitudes corporelles
- 7) Des parties du corps plus sollicitées que d'autres
- 8) Corps et langage

Conclusion de la première partie

Sommaire de la seconde partie

Introduction

Chapitre I : La maladresse, concept culturel pour l'apprenti

Chapitre II : Les tensions

- 1) Tensions et douleur
- 2) Dolorisme et anti-dolorisme
- 3) Le silence, facteur de découverte des tensions ?
- 4) Différenciation des notions d'effort et de douleur/souffrance
- 5) Tensions et attitudes
- 6) Tensions et spécialités professionnelles
- 7) Essais de réduction des tensions

Chapitre III : Quel mode relationnel ?

- 1) Avec l'objet
 - a) Relation du corps avec l'outil
 - b) Relation avec le matériau
- 2) Relation sujets-objet

Conclusion générale

Bibliographie

125 pages