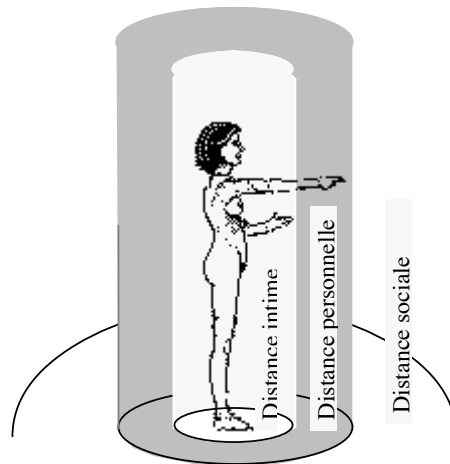
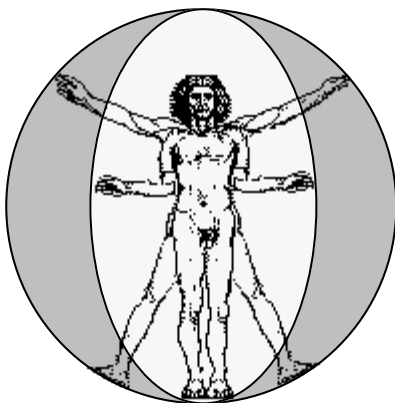


# Les distances chez l'homme ou, les bulles d'espace composant la sphère corporelle

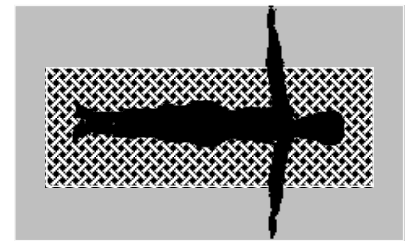
"L'homme ressent la distance de la même manière que les autres animaux. Sa perception de l'espace est dynamique parce qu'elle est liée à l'action, à ce qui peut être accompli dans un espace donné." Hall a défini quatre zones qu'il a appelées intime, personnelle, sociale et publique, distances déterminées par les possibilités des intéressés de se saisir ou de s'empoigner par leurs extrémités supérieures.

La frontière physique de notre corps, la peau, n'est pas notre limite par rapport au monde environnant : nous nous déplaçons avec une partie de l'espace accroché à nous, sortes de bulles invisibles, qui règlent nos contacts avec autrui sans que nous en ayons conscience.

## Les envergures, paramètres des bulles d'espaces



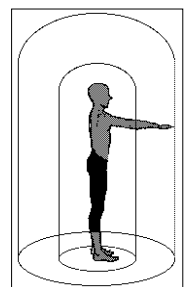
La notion de distance intime n'est pas présente à l'esprit dans l'action quotidienne car le vêtement isole l'intimité corporelle. Elle est plus consciente quand la peau est nue. Aussi, son existence est-elle surtout perçue sur les plages.



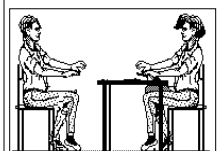
La distance intime, correspond, environ, à la longueur de l'avant-bras replié, coude au corps. A cette distance les mains peuvent se poser sur l'autre, la voix est moins forte, la chaleur et l'odeur de l'haleine de l'autre sont perçues. C'est la zone affective où les sentiments de l'émetteur sont perçus par le récepteur. Lorsque la distance intime est imposée mais non acceptée des mécanismes de défenses sont mis en oeuvre. Le soignant qui doit rentrer dans la distance intime du corps au cours de la toilette doit se mettre mentalement à la place du corps allongé dans le lit : accepterait-il que des mains prolongeant une blouse blanche aient le droit sans son accord, de toucher le centre frisé de son intimité ? Donc, pour les autres aussi, il faut demander la permission, proposer d'aider à faire au lieu de faire à la place, commencer par les zones neutres (les extrémités) avant d'investir le périnée. Car on fait la toilette d'une personnalité, présentant un ensemble de comportements qui en font un tout différent d'une autre. Être admis dans la bulle intime doit être considéré comme un privilège, car certains en sont exclus. Exclusion exprimée dans le langage courant par "je ne peux pas le sentir".



La distance personnelle correspond à la distance d'un bras tendu. Il s'agit de la limite d'emprise physique sur autrui, d'une zone sans contact qui sépare d'autrui. Elle est une bulle protectrice pour s'isoler des autres, que nous laissons pénétrer ou non dans cette zone pour des raisons spécifiques. A cette distance les traits du visage, l'expression des yeux, la texture de la peau, sont bien visibles. C'est la distance des relations interpersonnelles. Le refus d'accepter l'autre dans cette bulle s'exprime habituellement par "un tel, je ne peux pas le voir".



La distance sociale commence à la somme de deux distances personnelles. A cette distance on n'a plus de pouvoir physique sur autrui, et on ne perçoit plus les caractéristiques corporelles. L'oeil voit surtout la bouche et les yeux de l'autre. C'est la distance de deux personnes séparées par un bureau pour des négociations impersonnelles. Le refus de l'entrée de l'autre dans sa distance sociale s'exprime habituellement par "je ne veux pas le rencontrer".



La distance publique commence à 7 m environ, c'est la distance qu'impose le protocole des chefs d'état et celle de la scène du théâtre. Les signaux émis par le visage ne sont plus perçus et les communications non verbales passent par les attitudes et les gestes ; le discours doit être lent et très articulé. C'est d'un homme public qu'on pense "qu'il a le bras long" ce qui exprime l'idée d'emprise physique sur le monde environnant