

I 'ABS

Soumis par Administrator

05-06-2007

Dernière mise à jour : 18-09-2014

A.B.S. ASSOCIATION BELGE DE SOMATOPSYCHOTHERAPIE Présentation Ce terme universel, somatopsychothérapie, regroupe de manière générique toutes les approches psychothérapeutiques qui intègrent le corps. Comme il existe le terme psychothérapie qui regroupe les diverses techniques de thérapeutique par des procédés psychiques, l'« affluence sans cesse grandissante des thérapeutes » appuyant sur des procédés corporels a imposé un nouveau terme dans le vocabulaire du monde des soignants, celui de somatothérapeute. Dans les sociétés traditionnelles, le corps participait de façon importante à la vie sociale et les sorciers guérissaient les maladies en leur donnant un sens, rassemblant la tribu autour du malade dans des cérémonies rituelles. Ensuite, la religion a dénié le corps, le livrant à la médecine qui « est emparée de la maladie. Dans ce climat idéologique, le corps sain ne sert qu'à travailler, se reproduire et faire la guerre. Le siècle des lumières imposa la raison et quelques deux cents ans plus tard la psychanalyse consacre encore cette dichotomie de l'esprit et du corps ; son influence est puissante au point qu'elle agit toujours. Cependant, il y a cinquante ans est produit un événement indéniable dans le monde des psychothérapies occidentales : l'avènement du corps. Celui-ci ne se contente plus d'être cette charpente composée de divers tissus et organes dont les soins sont exclusivement réservés à la médecine classique. Il prend vie dans la situation et dans la relation, il goûte au plaisir des sens, il devient corps vécu, qualitatif et réclame sa place dans le champ des psychothérapies. Historique l'histoire des somatopsychothérapies depuis entre deux guerres nous montre différents courants qui se succèdent répondant à des mouvements de mode mais aussi témoignant d'une ouverture d'esprit qui suit une logique certaine : - après guerre laisse des corps meurtris et des corps endeuillés. Le principal souci est de répondre d'abord à ce mal-être physique qui aggrave la douleur psychique. On voit poindre de toutes parts des thérapies qui adressent au corps fonctionnel avec des thérapies du mouvement, de la posture, de la tension et de la détente. - Cet abord qui rend le corps moins douloureux donne accès à un autre courant : on peut maintenant s'attacher à libérer l'émotion. C'est l'époque du cri primal, la bioénergie, la gestalt. - Vers le début des années 1970, on constate que le travail de l'émotion lorsqu'elle atteint l'acmé puis se résout amène à plus de sensualité. Les massages, le bonding sont des techniques qui viennent d'Amérique vers l'Europe - Dans les années 80, la sensualité profondément vécue engage à un recentrement sur soi qui débouche vers une quête de transcendance vers plus de spiritualité : c'est l'époque des méditations, des états de conscience modifiée, du transfonctionnel. - Enfin actuellement, on observe une recherche de thérapies plus globales qui tentent d'aborder l'individu sous ses différentes fonctions simultanées, dans les ateliers de groupe en somatanalyse. Ce court historique introduit de manière claire les différents lieux de l'homme dans sa triple dimension psychique, sociale et corporelle. Inventaire (… incomplet !) Les somatothérapies sont nombreuses et s'articulent autour des différentes fonctions corporelles telles : - le mouvement, en Allemagne surtout, les danseurs ont développé ce qui se nomme l'expression corporelle, la danse thérapie, l'antigymnastique - la posture, comme Alexander et Feldenkrais qui ont créé des pratiques corporelles pour venir à bout de leur souffrances personnelles puis celle des autres ou même l'importance accordée aujourd'hui en occident au yoga - la tension détente : Schultz crée le training autogène, forme la plus répandue de la relaxation et noyau de nombreuses variantes (Jacobson, Ajuriaguerra). Gerda Alexander travaille la détente et le mouvement permettant de prendre conscience de régions ou de fonctions corporelles restées jusque là inconscientes. Ou encore les postures de stress de Lowen. - la respiration avec le rebirth de Léonard Orr et ses diverses adaptations actuelles - la voix, l'écoute avec la musicothérapie, l'écoute Tomatis, le chant, le travail de la voix par le cri - la vision avec l'art-thérapie, la vidéo-confrontation, la chromothérapie - le toucher avec le massage sensitif, l'haptonomie de Veldman, le bonding de Casriel, le ferme maintien, l'enveloppement humide, la mobilisation passive, l'intégration posturale - l'émotion avec le cri primal de Janov, la bioénergie, le gestalt-thérapie - les états de conscience modifiée par la méditation dynamique, le caisson sensoriel, - la transe-terpsychothérapie, l'hypnose éricksonienne, l'analyse transpersonnelle de Grof, la sophrologie Qu'elles soient structurées ou analytiques, individuelles ou de groupe, toutes visent au même projet d'amener le sujet à un mieux-être tant psychique que physique, car l'irruption du corps en psychothérapie entraîne l'avènement de l'être dans sa globalité. Le travail corporel est devenu une évidence en psychothérapie et cependant chaque théorie, chaque méthodologie, chaque technique se veut particulière et est ainsi que les praticiens parlent des langues différentes pour dire les mêmes souffrances de leur patients et exprimer le même souci thérapeutique. Les somatopsychothérapies ne créent pas une nouvelle dissociation de l'être, elles parachèvent au contraire sa réintégration et sa globalisation puisqu'elles abordent les trois dimensions psychique, sociale et corporelle. Elle ne privilégie le corps que comme moyen de cet abord intégral. L'association belge de somatopsychothérapie se propose d'être un lieu de rencontres des différents praticiens pour l'échange, la recherche et la réflexion dans un esprit pluraliste et en respectant la spécificité de chacun, dans un esprit de pluralité. Les somatopsychothérapies ne créent pas une nouvelle dissociation de l'être ; elles parachèvent au contraire sa réintégration, sa globalisation, car elles abordent les trois dimensions psychique, sociale et corporelle et ne privilégient le corps que comme moyen de cette approche intégrale. L'A.B.S. a aussi le projet de promouvoir et de défendre le titre de somatopsychothérapeute à côté de celui de psychothérapeute. Chaque année, l'A.B.S. propose à ses membres un minimum de trois soirées de rencontres et de débats ; les échanges et les réflexions permettent l'organisation d'une journée de congrès organisée

autour d'un thème annuel choisi pour interpeller chaque praticien quels que soient sa technique ou son courant de pensée. Il est bon que nous soyons nombreux : venez nous rejoindre pour faire de nos différences une enrichissante pluralité. Cette adresse est lancée à vous qui voulez ouvrir votre pratique professionnelle à d'autres horizons, tout en restant maître de votre domaine de soins médical, psychologique, kinésithérapeutique ; des éducateurs, des infirmiers nous rejoignent aussi … Adresses utiles : -Jean-Luc Deconinck, président de l'A.B.S., Clos du Sadin, 62, 1420 Braine l'Alleud 02/3849508 -André Liénard, trésorier, rue Pierre Thomé, 2, 5020 Namur 081/262217 -Ecole Belge de Somatanalyse, asbl, rue Pierre Thomé , 2, 5020 Namur 081/262217