



# SOMATOTHERAPIE

Association Française de Somatothérapie

N° 3

JUIN 2001

Chers Adhérents, Collègues et Amis,

Cette période de l'année est un moment propice pour chacun de se ressourcer, de se faire plaisir dans tous les domaines, la danse, le chant, la gastronomie, et les plaisirs de toute sorte. C'est la fête pour le corps et la vie.

C'est aussi l'occasion d'échanger, de partager, de découvrir (ou redécouvrir), et surtout d'apporter un nouveau regard sur la manière d'être somatothérapeute. Etre thérapeute, ("au-delà des techniques et des théories"), c'est la plénitude et la maîtrise interne (?) C'est l'unicité de l'être dans son corps et dans son âme (?) L'essentiel (?)

Une de nos tâches est d'expliquer au grand public clairement à travers les différentes manifestations le métier de psychothérapeute : Le 15 septembre 2001 à Mulhouse, nous organiserons " LES ETATS GENERAUX DE LA PSYCHOTHERAPIE " où nous parlerons de la philosophie, de la culture, de l'éthique de la profession, des fondements des pratiques psychothérapeutiques et de la formation du thérapeute au delà de l'apprentissage des techniques et des théories. Bien sûr, nous évoquerons également la protection des usagers contre la dérive sectaire et la manipulation mentale, le point sur la réglementation de la profession et expliquerons "c'est quoi la psychothérapie ? "

Vous êtes tous invités à venir nombreux à notre journée de rencontre, d'échange et de débat, entre les professionnels de terrain et le public. Ce sera votre contribution pour faire avancer la profession vers son autonomie et son indépendance.

En attendant le plaisir de vous rencontrer, je vous souhaite à tous de passer de bonnes vacances et de profiter des bonnes choses de l'été, ... avec le soleil.

A bientôt

Jérôme Chidharom  
Président

## Sommaire

### Page 2 -3 -4

Introduction à la Sexo-Socio-  
Conjugo Thérapie.

Dr. Pierre Dalens

### Page 5-6-7-8

Une nouvelle voie thérapeutique  
la voie plénière

Dr. Richard Meyer

### Page 9

Psychothérapie ? Déclaration des  
droits de la psychothérapie

### Page 10

Avant projet de la Charte du client  
en psychothérapie

### Page 11

Informations

### Page 12

L'esprit du Coaching et

Mentoring Jérôme Chidha-

## Informations Utiles à Retenir

**L'ASSEMBLEE GENERALE**  
**A .F.S et A.I.S Sompsy**  
**se tiendra à Mulhouse le 24 Novembre 2001**  
**de 9 H à 17 H**

**La revue SOMATOTHERAPIE paraîtra en Janvier 2002, sur les thèmes : de l'Hypnose, de la musico- art et Somato- thérapie, de la Sexo- Conjugo- et Somato- thérapie, des Psychothérapeutes holanthropiques, du Coaching, des actualités de la psychothérapie.**

**N'hésitez pas à nous envoyer vos articles.**

Édité par : l'ASSOCIATION FRANÇAISE de SOMATOTHERAPIE – 6a, rue Principale 68210 HECKEN  
Tél 03 89 25 91 03 – Fax 03 89 25 37 90 – Email info@somatotherapie.asso.fr – site web www.somatotherapie.asso.fr  
Directeur de publication : Jérôme CHIDHAROM – Dépôt légal : L101 – 414/01

## Introduction à la Sexo-Conjugo-Somatothérapie

### *L'Energétique de l'Eros Relationnel*

Nous a permis, de mieux comprendre les liens et différents enchaînements de la **thérapie** dans l'**évolution individuelle et du couple**, et les différentes **formations professionnelles** de l'ordre de la santé et des sciences humaines. C'est une application spécifique de la **Somatanalyse** à la Somatothérapie de Groupe, et en particulier à l'approche de la relation à deux, dans le sens d'une maturation Affective, Emotionnelle et Sensorielle. L'approfondissement de soi permet une ouverture relationnelle aux autres dans la découverte d'une relation d'Amour, ce qui débouche sur une **pratique professionnelle**.

La souffrance dans l'esprit et dans le corps nécessite une approche thérapeutique de divers niveaux :

\* Au niveau du corps, par le groupe de thérapie à partir de la **Somatothérapie** englobant les approches énergétiques, sensorielles et émotionnelles dans la **Sophro-Relaxation-Hypnothérapique** ; l'**Analyse Bio-Energétique** et l'**Energy Dance** assoupliront les rigidités corporelles et caractérielles. Les **expériences Gestaltiques** et les **Massages** de diverses écoles, permettront la résurgence des phénomènes émotionnels, sources de changements.

\* Au niveau du **mental** et de l'**imaginaire**, la **Sexoanalyse** et l'**Analyse Hypnothérapique** développeront les possibilités de symbolisation et faciliteront la visualisation du changement.

\* Au niveau **relationnel**, la spiritualité et l'amour envisageront le développement de l'être humain dont le comportement sera concrétisé dans des jeux de rôles à la fois corporels et symboliques. De même que les abords **Psychosomatodramatiques** mettront en jeu ces différents aspects dans la vie de chacun. C'est aussi une application spécifique à une recherche de l'équilibre dans la relation à deux, appliquant les théories générales de Richard Meyer.

### **Références conceptuelles :**

Ces abords ont entraîné la création d'une méthode spécifique qui avait pu aussi être préparée auparavant de diverses manières.

Reposant sur une **Pensée Humaniste**, ce processus conceptuel a essayé d'unifier dans ses applications concrètes la totalité de l'être humain - corps et psyché - sur les bases de la **Somatanalyse**, dans les notions de bipolarité psychique, Masculine et Féminine, de l'exploration de l'**Identité de Genre** et de l'**Identité de Rôle**, par l'aspect **Sexoanalytique** au niveau de l'imaginaire et de l'exploration d'une **chaîne sexuelle** allant des pulsions et de l'archaïque à la constitution du désir et à l'obtention

du plaisir pour aboutir enfin à l'échange au niveau du couple dans l'**état amoureux** et au partage **interrelationnel** entre les individus à travers les notions de **Caritas** et d'**Agape**.

Dans ce processus interviennent la mise en place de l'**énergie Somatopsychique** que les techniques d'expression corporelle, d'énergie dance, d'analyse bio-énergétique permettront d'aborder ; quand la décharge énergétique s'exprimera dans les diverses expérimentations proposées, dans les **jeux de rôles** à travers les canaux sensoriels de la proximité, du regard et du contact, c'est l'expression gestuelle qui entraînera le retour des Affects et des Emotions. Après ce temps de travail, une **Analyse Verbale**, dans chaque couple de partenaires, puis dans le groupe entier réuni, permettra la prise en compte des phénomènes émotionnels et des possibilités de changement que les techniques théâtrales, **psychosomatodramatiques** auront permis de rendre plus vivantes.

Le concept se place à un triple point de vue, **Energétique, de l'Eros, et de la Relation**.

En concrétisant et en expérimentant les **Mythes de l'Amour**, une part spécifique sera centrée sur l'Analyse de l'Eros en appliquant la théorisation du Sociologue Denis de Rougemont dans l'exploration de la recherche amoureuse, dans ses déroulements et ses obstacles ; c'est ce qui a donné lieu à l'**Eros Relationnel**.

**Les pratiques** utilisées dans l'**Evolution Thérapeutique** comprennent une association de thérapies individuelles et de thérapies de groupe.

\* **Ces pratiques d'Evolution**, comprennent un choix de techniques individuelles selon les demandes du patient et selon les indications choisies par le thérapeute.

Les techniques plus proprement **corporelles**, dans les **Groupes Somatothérapiques et Somatanalytiques** auront toujours un abord au niveau de la sexualité et de l'inconscient corporel et sexuel, ainsi qu'une explicitation à la fois **verbale et corporelle**.

Certains Groupes axés davantage sur une problématique conjugale constitueront ce que nous avons appelé il y a de nombreuses années les **Groupes de Couples** où les mêmes abords renverront toujours à la prise de conscience pour les individus de leur communication conjugale, à la fois sur le plan énergétique, verbal, affectif et érotico-sexuel.

Ces pratiques, en particulier au niveau des Groupes de Couples, mettront en jeu plus particulièrement la relation dans le sens de l'Eros en la situant au niveau de l'échange sensoriel, affectif et émotionnel, et de l'intimité amoureuse. Les canaux sensoriels utilisés seront essentielle-

ment la plus grande proximité dans la relation à deux ou à plusieurs, le regard comme organe émotionnel et le contact comme support de l'échange.

Le processus Masculin / Féminin s'inclue dans un cycle comprenant l'étude de la maturité de genre : Androgynie - Proto-Féminité, le Masculin, le Féminin, comme polarités devant s'équilibrer aussi bien chez l'homme que chez la femme, la Relation, et les Mythes de l'Amour.

### Somatanalyse des groupes de couples

Elle ne visera pas essentiellement une thérapie, mais surtout l'épanouissement affectif et sexuel dans un art de la rencontre sexuelle au niveau de la vie affective, émotionnelle et sensuelle. C'est la prise de conscience de l'opposition d'un *art intuitif* de la sexualité par rapport à une *science* que l'on privilégie le plus souvent.

Encore bien impuissant, face aux pulsions archaïques exprimées par tant de partenaires conjugaux, c'est de l'expérience vécue que nous paraît devoir surgir la *source* de l'élan relationnel.

La Somatothérapie permet de créer un processus mixte, à la fois corporel et verbal, centré sur l'évolution des individus, dans le cheminement interpersonnel du couple et l'ouverture sur le monde extérieur. A partir de là s'établira entre les partenaires du couple un processus d'évolution et de maturation des individus, débouchant sur l'accession au monde extérieur au niveau de la famille et des groupes sociaux tout en concentrant l'intérêt sur l'intimité des partenaires. Ce processus s'intègre bien dans le cadre de la *somatanalyse conjugale*, et permet d'appliquer la notion de *présence juste* de R. Meyer.

On pourra envisager deux particularités au niveau des couples :

- *Le processus de la communication conjugale* met l'accent sur l'importance du langage et de son manie- ment au niveau du dialogue. En contrepartie, le silence constitue le plus souvent un motif d'indisponi- bilité d'écoute de l'autre. Le conflit psycho-sexuel montre le *processus de distorsion de la communi- cation*. L'éclatement du conflit par l'intermédiaire d'un syndrome corporel est un mode de conversion soma- topsychique. Il s'agit de négocier une communication constructive, dans une disponibilité d'écoute et une dynamique psycho-sensorielle. Le silence constitue un sentiment dévalorisant de rejet par l'autre, avec des connotations de tristesse dépressive et une sensa- tion d'asthénie liée au repliement sur soi.

- *Le contrat conjugal* manifeste un deuxième aspect des systèmes d'échange et de réciprocité, selon un contrat moral fictif qui rentre dans le cadre d'une communi- cation

exprimée en langage clair pour les deux partenai- res du couple. Il faudra le plus souvent mettre en évi- dence les incompatibilités de l'attente sur le plan de la conscience verbalisée et fantasmatique.

Il faudra rendre ce contrat conjugal plus explicite dans un langage adapté aux deux partenaires pour obtenir une meilleure compréhension de leur part et s'adapter aux structures de la personnalité de chacun. On explo- rera les blocages corporels faisant intervenir senti- ments, émotions, et sensations pour permettre une meil- leure équilibration au niveau du couple.

### Processus de changement dans le couple :

On privilégiera l'écoute et l'attente au niveau du désir de chacun d'obtenir un meilleur échange en se servant en particulier des autres participants du groupe comme support. Mais c'est aussi la possibilité d'une difficulté d'expression face au groupe comme il y a une difficulté d'échange face au conjoint. L'accent sera mis sur la recherche de l'authenticité, de l'autonomie et des différen- ces de l'autre. Une dialectique de la séduction ou de la différence se mettra en place vis-à-vis du partenaire ha- bituel et des participants du groupe. Des possibilités de changement ont lieu par la découverte corporelle au ni- veau de la sensation et du langage non verbal, sans met- tre en jeu le *comportement d'échec habituel* et les réac- tions agressives au sein du couple. L'analysant s'habi- tue à l'échange, et cette modification pourra lui permet- tre de redécouvrir ses potentialités au sein de son pro- pre couple dans un nouvel équilibre. Du couple au groupe, un certain va et vient de l'individu est rendu possible dans un nouveau type de situation.

Les phénomènes de *soumission / domination*, ainsi que ceux de *sécurité / insécurité* entraveront le *champ rela- tionnel du couple* et posent le problème des limites à définir pour garder les bénéfices de la liberté.

Le groupe permet de mieux établir les rapports entre les niveaux de la vie conjugale et les secteurs de la vie indi- viduelle. Au niveau des groupes *somatothérapeutiques*, des espaces artificiels et protégés seront susceptibles de faciliter des prises de conscience et d'induire des phéno- mènes de changement. En partant des composantes af- fectives et sensorielles des couples, le rétablissement de la relation autorisera l'expression individuelle de l'é- nergie et de l'agressivité dans un milieu protégé où au terme de leur évolution, une certaine restructuration énergétique sera redevenue possible. *La relation théra- peutique de groupe* établira un *jeu de miroir* pour cha- que couple en cause pouvant faciliter les changements au niveau de la relation conjugale.

Le groupe somatothérapeutique fait appel d'une manière spécifique aux notions de :

- transfert au niveau du groupe,
- identification au thérapeute,
- écoute active et de systémique familiale,

- constitution et relation des participants, au couple et au groupe

• *Transfert des participants sur le groupe somatothérapique* :

Le groupe devient une *entité sur-moi* prenant la place habituellement réservée au thérapeute dans les thérapies mono ou dyadiques. Le transfert fixé sur le thérapeute est en partie reporté sur le groupe en tant que représentant symbolique du surmoi parental. Alors les sentiments de culpabilité et de frustration peuvent devenir un moteur thérapeutique de changement. Le couple pourra se confronter non plus aux individus, mais au groupe. Cela fait appel à la théorie du changement de Watzlawick.

Il existe aussi une notion de pression de groupe sur le couple constituant un affrontement entre surmoi et idéal du moi auxiliaire.

Les modalités du changement seront constituées à la fois par le dialogue verbal, mais aussi à un niveau plus corporel par la possibilité d'une mobilisation énergétique nouvelle.

• *L'identification symbolique au thérapeute* avec les représentations parentales que cela comporte face à un couple de thérapeutes constituera l'une des conditions du changement. Et l'essentiel semble être le rapport du couple thérapeutique aux divers couples du groupe dans la dynamique et l'intégration des phénomènes vécus dans l'ensemble du groupe et des rapports individuels. La formation d'un *couple leader* peut entraîner une dynamique de changement importante pour permettre au couple de prendre conscience de son désir de comportement par rapport au monde extérieur. Il y aura une dynamique inter relationnelle entre les divers couples du groupe.

*La notion d'écoute active* ne sera envisagée qu'à un stade de *pré-guérison* où le dialogue et la réalisation d'un langage commun aux deux partenaires seront re-devenus possibles. C'est l'évolution d'une communication au niveau du désir de chacun des partenaires qui peut s'exprimer dans la reconnaissance de l'existence de l'autre. L'écoute active permet de constater la *naissance du couple* ; c'est la formation du lien conjugal. C'est aussi la mise à jour d'une spécificité du couple, permettant d'explorer la *systémique familiale* conduisant à la notion de *contrat conjugal implicite*. Trois points sont essentiels à mettre en évidence :

- besoins et attentes de l'autre dans la satisfaction des désirs non exprimés,
  - réciprocité des besoins pour le partenaire,
  - langage gestuel ou verbal sans *double lien paradoxal*.
- La notion de projet sera mise en évidence à partir de la constitution du couple et de sa relation au groupe. Les thérapeutes deviendront des modèles inconscients des couples en mobilisant leur désir. Les divers rôles conjugués seront envisagés avec *moins de sentiments*

*de malaise / dépendance*. Le rôle du corps aura trouvé sa place dans les différentes étapes de la vie conjugale.

### Les différents processus techniques

Envisageront :

• Le *processus verbal* plus accessible au premier abord comme processus de départ, et permettant sur le plan *sexuel* des possibilités de changement passant par l'intermédiaire des affects et des émotions. Mais il semble utile de dépasser le verbal, sans pouvoir cependant en faire l'économie.

• Le *processus corporel* dans le cas de groupes corporels non verbalisés ne permettrait pas une prise de conscience suffisante des émotions, et pourrait entraîner des abréactions. Le blocage pourrait subsister s'il n'était pas analysé.

• Le *processus mixte* mettra les participants en condition gestuelle d'extérioriser les sensations, les sentiments et les affects par *l'analyse verbale somatothérapique*, en faisant référence au vécu antérieur personnel et au rapport avec ceux des autres couples.

Il y aura un besoin de clarification de la communication conjugale, dans une plus grande authenticité, une meilleure autonomie individuelle, une meilleure évaluation de l'agressivité potentielle et en découvrant le sens de son propre désir et l'acceptation du désir de l'autre.

**En conclusion de ce court préambule** les groupes somatothérapiques font référence à l'expression corporelle sous ses différentes formes, par l'utilisation de techniques comme *l'Analyse Bio-Energétique*, la *Gestalt*, les *techniques de Relaxation* et les *différentes techniques de Massages, type Eros Relationnel*, qui permettent une re-sensualisation et une prise en compte des aspects émotionnels et affectifs. *Les jeux de rôles* à la fois verbaux et corporels permettront une approche fantasmatique et représentative complétant celle du toucher et de la perception musicale des sons et des rythmes.

Il y aura un processus continu de mise en place de l'énergie retrouvée, puis déchargée, permettant par la reprise d'un langage plus conscient d'intégrer les affects et les émotions suscités et d'obtenir un plus grand lien au niveau du couple.

Pierre DALENS

à suivre ...

## Déclaration de Strasbourg sur la Psychothérapie

*1. La psychothérapie est une discipline spécifique, du domaine des sciences humaines, dont l'exercice représente une profession libre et autonome.*

*2. La formation psychothérapeutique exige un niveau élevé de qualification théorique et clinique.*

*3. La diversité des méthodes psychothérapeutiques est garantie.*

*4. La formation dans une des méthodes psychothérapeutiques doit s'accomplir intégralement et comprend: la théorie, l'expérience sur sa propre personne et la pratique sous supervision. Sont également acquises de vastes notions sur d'autres méthodes.*

*5. L'accès à la profession est soumis à diverses préparations préliminaires, notamment en sciences humaines et sociales.*

Strasbourg, octobre 1990

## Une nouvelle voie thérapeutique : la voie plénière

La praxis et le paradigme holanthropique ne pouvaient pas ne pas pousser à reconnaître une nouvelle voie thérapeutique, fondant ainsi la réalité de cette approche holanthropique.

Nous connaissons les deux voies classiques :

### 1) symptomatique :

diagnostic, traitement, guérison par voie directive,

### 2) analytique :

proposition d'un cadre, répétition du symptôme,

interprétation du symptôme,

analyse des conflits fondamentaux,

avènement du sujet.

Avec la proposition d'un cadre de travail global (verbal, corporel, relationnel) et l'attitude nouvelle du somatanalyste (implication dans le cadre et générosité), l'analysant accède beaucoup plus volontiers à un vécu positif et même paroxystique que je propose d'appeler "plénier", plein. **Ce vécu de plénitude est la condition même du bien-être et de la guérison**, mais il n'est pas anodin, générant tout aussi volontiers des peurs et des souffrances contre cette globalité de l'être bien trop inhabituelle chez l'adulte d'aujourd'hui !

Dans un premier temps, on traitera ces **obstacles ponctuels** (peurs, souffrances) par le travail émotionnel et par la voie symptomatique éventuellement, jusqu'au retour des vécus pléniers qui réorganisent peu à peu la dialectique maîtrise-jouissance jusqu'à s'élargir à un fonctionnement plénier.

A moyen terme, des défenses plus complexes **peuvent se manifester, au niveau des traits de caractère** cette fois-ci (principes de vie, comportements habituels, modes de relation affective fixés, atti-

tudes...) et il faudra recourir au travail sur les sentiments consensuels et affectifs, traverser la panique devant la dépendance, recourir à l'analyse éventuellement, pour accéder à cette dimension plus durable et modifier ces traits.

Dans les analyses longues se feront l'**intégration (restructuration psycho-somatique par la mobilisation du système énergétique et des états de conscience)** et la **maturation (adaptation des/aux cadres de vie par la mobilisation des investissements sécuritaires)**.

Cette voie plénière se développe préférentiellement au niveau des cinq fonctions, dites "plénières" pour cette raison même :

**l'émotionnel** (relation à l'entourage et à l'environnement)

**le consensuel** (relation au social)

**l'affectif** (relation au couple)

**l'énergétique** (relation au corps)

**le véridique** (relation à l'esprit).

Elle ne se produit que dans une praxis elle-même globale dans laquelle le thérapeute s'implique avec générosité. Cette voie plénière est volontiers hédonique, agréable, positive - sans exclure les vécus douloureux - et introduit une ambiance toute nouvelle dans la psychothérapie.

Cette troisième voie systématise ce qui se connaît par ailleurs comme "moment" de thérapie et de changement : catharsis (Breuer et Freud), transfert (Freud), néo-catharsis (Ferenczi), réflexe orgastique (Reich), cri primal (Janov), insight (psychothérapie psychanalytique), alliance thérapeutique (systémisme), lâcher-prise (somatothérapies) par exemple.



## Les fonctions plénières : l'un des apports majeurs de la somatanalyse

### Emotionnel, consensuel, affectif, énergétique, véridique.

Seule la somatanalyse réunit en un seul lieu ces cinq dimensions fondamentales du travail thérapeutique et, pour la première fois, le paradigme holanthropique en fait une théorisation pleine. En effet, l'histoire de la psychanalyse, par exemple, nous montre l'éclatement de ces occurrences en autant d'écoles différentes et

concurrentes :

- Freud a centré son oeuvre sur le sexuel (l'émotionnel),
- Adler, sur le groupal (le consensuel),
- Ferenczi, la relation archaïque (l'affectif),
- Reich, sur le corporel (l'énergétique),
- Jung, sur le véridique, côté spirituel,
- et Lacan, sur le véridique, côté symbolique.

Rappelons, en effet, que les trois somatanalyses mobilisent très largement ces cinq fonctions plénières.

| somatanalyse<br>fonction plénière | socio-<br>somatanalyse | psycho-<br>somatanalyse | auto- somatanalyse<br>Présence Juste |
|-----------------------------------|------------------------|-------------------------|--------------------------------------|
| émotionnel                        | +                      |                         |                                      |
| consensuel                        | +                      |                         | +                                    |
| affectif                          |                        | +                       |                                      |
| énergétique                       | +                      | +                       | +                                    |
| véridique (symbolique)            | +                      | +                       |                                      |
| véridique (spirituel)             |                        |                         | +                                    |

**Tableau 13 : le travail des fonctions plénières en somatanalyse**

Nous avons déjà esquissé la quintessence de chacune de ces fonctions et leur place dans la somatanalyse, à propos de la présentation de ces trois formes :

- l'émotionnel, à propos de la socio-,
- l'affectif, à propos de la psycho-,
- l'énergétique, en présentant la Présence Juste.

Il nous reste à compléter la **fonction de vérité** qui apparaît probablement comme celle qui est la plus obscure encore ; mais la vérité ne peut pas rester longtemps sans manifester son évidence ! Ici, il ne s'agit ni de l'exactitude scientifique (comme le serait une analyse de rêve argumentée par Freud avec preuves métapsychologiques à l'appui) ni de la croyance spirituelle (comme facteur de certitude pour son heureux dépositaire) car l'une et l'autre interviennent tout autant comme éléments de fermeture, d'appropriation, de repli repu, d'arrêt de la recherche et de l'éveil. Freud nous en avertit avec son concept de "souvenir écran" qui empêche -et évite- d'aller chercher plus loin encore. On peut donc parler tout autant de "savoir écran" et de "croyance écran".

C'est Jacques Lacan qui a insisté sur la dimension de vérité qui est strictement personnelle (c'est vrai pour

moi d'abord), parfaitement ponctuelle (demain il y aura probablement un développement plus vrai encore de cette évidence) et cathartique (ça fait choc, provoque un lâcher-prise et reconnecte les principales fonctions clivées par l'incertitude, grâce au "boum boum de l'interprétation juste").

Il y a trois types de vérité à effet plénier :

- la vérité intellectuelle
- la vérité spirituelle
- la vérité esthétique : c'est beau pour moi.

### L'expérience plénière du "consensuel"

J'insistais sur la cruauté du groupe social. Mais il y a aussi l'inverse, la sécurité chaleureuse, le sentiment d'être partie prenante de cette communauté, la sereine évidence qu'on a sa place parmi les autres, et de la valeur. J'appellerai ce vécu le "consensuel". Ce mot polysémique ne renvoie pas seulement au consensus mais rappelle que c'est éminemment "sensuel", affectif et partagé

(con \_ cum \_ avec).

La psychothérapie française a du mal à accepter ce point de vue, marquée qu'elle est par Didier Anzieu et

son concept “d’illusion groupale”. Eh bien non, la communauté sociale n’est pas une illusion. Le consensuel existe et nous l’avons rencontré. La séquence de la socio- qui privilégie cette expérience est celle du groupe rapproché. Quand les émotions les plus intenses se sont exprimées et épuisées, quand les analysants les plus chargés sont partis sur les matelas ou les zafous, il reste 7, 6, 5 personnes, il reste un “groupion”. Ces personnes se rapprochent encore, passent les bras sur les épaules ou s’accrochent par la taille pour resserrer le lien, s’accoler par les flancs. Les sons émis deviennent de plus en plus doux, s’accordent, s’ajustent jusqu’à produire des harmonies surprenantes; ce cercle solidement arrimé entre dans un balancement lent qui fait le tour et permet à l’analysant de s’abandonner physiquement au mouvement commun, en relâchant ses membres inférieurs par exemple et en se sentant maintenu par les autres. Tout comme l’harmonie sonore, cette harmonie des corps amène subitement à l’expérience pléniaire, profonde et douce, à la découverte du “consensuel”. Comme toute expérience pléniaire, elle s’impose d’évidence, on la reconnaît immédiatement, comme le premier orgasme, comme le coup de foudre affectif. Cette expérience du consensuel permet de réattribuer au groupe social son rôle général positif, de sécurisation et de protection, au-delà de toutes les rebellions personnelles, circonstanciées, qui entretiennent la peur et le rejet du groupe social. La répétition de cette expérience vient atténuer puis éliminer ces peurs et rejets.

Rappelons les caractéristiques principales de la fonction pléniaire :

- **l’attitude de lâcher-prise**, d’acceptation, d’abandon ; même pour l’émotion : si elle est d’abord concentration d’énergie, elle ne se déroule et ne se termine par la résolution que si on lui lâche la bride ;

- **l’énergie y est libre**, elle circule, elle diffuse, pour se transformer en énergie douce, puis subtile, seule à même de connecter des fonctions de plus en plus nombreuses en une unité plurielle ; la **conscience** elle aussi se libère et se prête à tous les “états de conscience” ; **l’amour** se délie de ses fixations objectales ;

- **la conscience se globalise**, englobe des données

de plus en plus nombreuses, va jusqu’aux 7 +2 éléments que peut contenir simultanément le “conscient” selon la loi de Miller, et va encore plus loin quand elle passe du conscient au transconscient.

- **la commande** : on aime à dire qu’elle serait “autonome” comme le système nerveux du même nom, en opposition au système volontaire ; eh bien non : elle est tout aussi volontaire, mais subtilement ; c’est un changement d’état d’être qu’on ne subit pas mais qu’on laisse advenir dans une commande... complexe ;

- **le processus opérant** : c’est l’unification fonctionnelle, la connexion psycho- somatique et intéro-externe ; jusqu’à cette saturation de la conscience où se fait le dé clic... plénier ;

- **le mode d’acquisition** n’est pas l’apprentissage qu’impose l’éducation pour les fonctions différenciées, mais “l’initiation”, concept pris au sens large, qui implique un référent qui montre par l’exemple et qui repère le bon ou mauvais fonctionnement chez l’élève ;

La focalisation sur les fonctions pléniaires donne une ambiance toute nouvelle à la cure holanthropique. On y dépasse le travail somatothérapique technique, sur la respiration ou le mouvement par exemple, on y transcende l’opposition du verbal et du corporel, on traverse la peur du transfert pour proposer des vécus pleins, profonds, de joie, volupté et amour. L’avènement de la plénitude est thérapie, changement, expansion de l’être.

La formation du thérapeute holanthrope se focalise elle aussi sur les fonctions pléniaires au-delà des acquisitions techniques et théoriques. Elle vise à faire advenir la “personnalité pléniaire” qui intervient pour 60 à 80 % dans l’effet thérapeutique alors que techniques et théories ne comptent que pour 20 à 40 %. Néanmoins, pour exercer “pleinement” le thérapeute a besoin des meilleurs outils !

*Dr. Richard Meyer*

## PSYCHOTHERAPIE ?

L'heure est venue de définir clairement la Psychothérapie et d'affirmer son indépendance et sa spécificité. Le Gouvernement prépare enfin une réglementation.

Pourtant, il n'est pas encore évident pour tous que cette *profession* existe en tant que telle !

Sera-t-elle réellement reconnue comme une discipline autonome ou ne sera-t-elle considérée que comme une spécialisation de la psychologie, voire comme un simple traitement psychiatrique ou médical parmi d'autres, au même titre que les psychotropes ?

Après la deuxième guerre mondiale, *la Psychologie* s'est émancipée de la Philosophie - dont elle avait été, pendant longtemps, partie intégrante.

En 1968, la neuropsychiatrie s'est scindée en neurologie et en *psychiatrie*, cette dernière s'intéressant aux dysfonctionnements psychiques, même sans fondements organiques précis.

### Une profession autonome

Et voici maintenant que *la Psychothérapie* se sépare et de la psychologie et de la psychiatrie. Elle s'intéresse à la pathologie des *malades* mentaux, mais aussi à *l'homme ordinaire*, dans sa souffrance existentielle quotidienne, confronté au mal-être personnel, conjugal ou familial, aux difficultés et traumatismes sociaux (licenciements et chômage, insécurité urbaine). Ainsi, la psychothérapie se situe-t-elle à l'articulation du médical, du psychologique et du social.

Il convient de rappeler qu'en France à ce jour, elle n'est quasiment pas enseignée à l'université et ne fait pas encore partie du programme d'études de psychologie ou de psychiatrie. Ainsi, la formation à cette discipline s'effectue aujourd'hui dans des écoles et instituts privés, sur une durée variant de 4 à 7 années d'études, précédées d'une psychothérapie personnelle du futur thérapeute et suivies d'une supervision.

Dès 1990, il y a dix ans déjà, les représentants européens des organisations professionnelles de psychothérapeutes signaient la *Déclaration de Strasbourg* sur la spécificité de la psychothérapie.

Aujourd'hui, l'Association Européenne de Psychothérapie (ou EAP) rassemble 100000 psychothérapeutes professionnels de 39 pays d'Europe.

Une *vingtaine de méthodes* sont aujourd'hui enseignées dans de nombreux pays d'Europe et reconnues comme fondées sur des bases scientifiques.

Toutes les recherches comparatives sont parvenues au même constat : aucune méthode ne peut se prévaloir d'être plus efficace que d'autres. Les résultats tiennent, pour une grande part, à la compétence personnelle du psychothérapeute, aux motivations du patient client et surtout à la relation qui s'établit entre eux. Ce thème de la liberté de choix d'une méthode thérapeutique est souligné dans la *Déclaration de Paris (1998)* sur les *Droits à la psychothérapie*.

### Lutte contre les dérives sectaires

En réglementant l'exercice de la profession, il s'agit aujourd'hui de *protéger le public* contre les *charlatans*, exerçant sans formation spécifique ainsi que contre les " gourous " de certaines *sectes*, qui usent des techniques psychologiques, les détournant de leur objectif, pour en faire des instruments de *manipulations mentales*, au service de leur pouvoir narcissique ou de leurs besoins personnels, financiers ou sexuels. La lutte contre les dépendances de toutes sortes, physiques (toxicomanies) ou mentales (embrigadement sectaire), devient un des *objectifs importants de la psychothérapie* - qui vise à aider chacun à trouver sa pleine autonomie.

Ces *états généraux* mobiliseront tous les psychothérapeutes, qu'ils soient rattachés à une *méthode* ou indépendants. Ils se dérouleront en plusieurs temps et donneront largement la parole à "la base" : psychothérapeutes de terrain et représentants des usagers ayant entrepris une psychothérapie.

Une table ronde sera ouverte au grand public.

## DECLARATION DES DROITS

### DE LA PSYCHOTHERAPIE

#### Article 1

La psychothérapie est une science humaine, qui tend au développement harmonieux de la personne et à l'apaisement des souffrances psychiques.

#### Article 2

Le psychothérapeute exerce sa mission dans le strict respect de la dignité et de l'intégrité, physique et mentale, de la personne humaine.

Il prête son concours à la prévention sociale, à la protection de la santé publique et à la promotion de l'autonomie et de la responsabilité du citoyen. Il assure sa mission avec dévouement, sans distinction ni influence fondées notamment sur le sexe, la race, la couleur, la langue, la religion, les opinions politiques, l'origine nationale ou sociale, l'appartenance à une minorité, la fortune, la naissance ou toute autre situation.

#### Article 3

Toute personne a droit au libre choix d'un psychothérapeute et au libre accès à toutes les méthodes reconnues de psychothérapie.

#### Article 4

Le psychothérapeute détermine librement, dans le respect des règles déontologiques de la profession, la méthode de psychothérapie dans laquelle il entend se former et qu'il choisit d'exercer.

#### Article 5

Le psychothérapeute exerce son art en toute indépendance. Il est libre de ses méthodes, en considération des circonstances qui lui sont soumises, sans exposer son patient à un risque injustifié.

La liberté de pratiquer une psychothérapie ne peut faire l'objet d'autres restrictions que celles expressément prévues par la loi, qui constituent des mesures nécessaires, dans une société démocratique, à la sécurité publique ou à la protection des droits et libertés d'autrui.

Le psychothérapeute est astreint au secret professionnel, dans les conditions fixées par la loi; Il exerce son art dans le respect de la vie, de la liberté et de la sécurité des personnes.

#### Article 7

Le psychothérapeute reçoit une formation spécifique, à laquelle ne peuvent suppléer des diplômes sanctionnant une formation différente : médecine, psychologie, sociologie, philosophie ou autres.

#### Article 8

Toute méthode de psychothérapie doit être fondée sur des critères scientifiquement validés spécifiques des Sciences Humaines. Aucune méthode reconnue de psychothérapie ne peut se prévaloir d'être supérieure à une autre.

#### Article 9

Chaque méthode de psychothérapie détermine librement les conditions de formation, d'évaluation et de contrôle de ses praticiens en cohérence avec ses principes, en conformité avec les règles générales qui gouvernent la profession.

#### Article 10

Lorsque la psychothérapie fait l'objet d'une prise en charge institutionnelle ou sociale, celle-ci doit être appliquée dans les mêmes conditions, à toutes les méthodes reconnues, afin de permettre un accès à chacun sans distinction.

*La Déclaration des Droits à la Psychothérapie rédigée par la Fédération Française de Psychothérapie et adoptée par l'Association Européenne de Psychothérapie, a été proclamée le jeudi 25 juin 1998 à 18h30, Place du Trocadéro à Paris, sur le Parvis des Droits de l'Homme, au cours d'une cérémonie publique qui a*

## Quelques informations ...

**Le C.A. s'est tenu le 31 Mars 2001 à Mulhouse** sous la présidence de Jérôme CHIDHAROM. Certains membres sont venus de loin et nous les en remercions.

Voici quelques points évoqués :

**Les activités régionales** : elles sont importantes, car elles nous font connaître.

Le président nous a rappelé qu'il n'était pas nécessaire d'avoir des intervenants "locomotives" qui souvent sont d'un coût élevé et qui ne promotionnent pas forcément la somatothérapie. Un intervenant local, expert dans le domaine du thème choisi pour la journée et sensibilisé à la somato est souvent un partenaire suffisant pour animer.

Interrogez-nous si vous avez envie de mettre en place une journée régionale.

Voici les aides que nous pouvons mettre à votre disposition :

- . Fichier des membres de votre région
- . Aide financière de 500 à 1.000 Frs
- . Assurance pour la location de la salle.  
(L'assurance de l'AFS a une couverture nationale)

Faites votre demande 2 à 3 semaines avant la manifestation.

**Les responsables des commissions** : ont été confirmés leurs travaux portent sur les points suivants :

- . les critères de recrutement.
- . Les procédures et doléances.
- . Le règlement intérieur.

Nous rendrons compte de ce travail à l'Assemblée Générale du 24 novembre 2001.

Pour promouvoir la SOMATOTHERAPIE, nous avons participé à la célébration du CENTENAIRE DE LA LOI DE 1901 à Belfort les 29-30 juin et 1er juillet 2001 au centre de congrès ATRIA « Liberté d'association 1901-2001 » organisée par la Fédération Nationale du Bénévolat Associatif F.N.B. et l'U.D.B.A 90

### MEMBRES DU C.A.

Jérôme CHIDHAROM  
Pascale GUNSETT  
Pierre DALENS  
Alain DONNARS  
Claudie DIEU  
Sandra LE GUELF  
Élisabeth LORRACH  
Jean-Loup BROCHET  
Chantal VINCENT  
Claude GROSERRIN  
Michel GABORIAUD  
Bernard LUIGI

### MEMBRES DU BUREAU

Jérôme CHIDHAROM  
Pascale GUNSETT  
Alain DONNARS  
Sandra LE GUELF  
Élisabeth LORRACH

### LES ÉTATS GÉNÉRAUX DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

**Le 15 septembre 2001 à MULHOUSE**

Journée organisée en partenariat avec la (F.F.d.P.)

### C'EST QUOI LA PSYCHOTHERAPIE ?

#### L'actualité de la psychothérapie

Le point sur la réglementation de la profession

Déclaration des droits de la psychothérapie

Déclaration de Strasbourg sur la psychothérapie

Claudie DIEU - Jérôme CHIDHAROM  
Psychothérapeutes

### Au delà de l'apprentissage

des techniques et des théories :

### LA FORMATION DU THÉRAPEUTE

Dr Richard MEYER

### FONDEMENTS DES PRATIQUES PSYCHOTHERAPIQUES

Dr Pierre DALENS

### PHILOSOPHIE, CULTURE ET ETHIQUE DU METIER DE PSYCHOTHERAPEUTE

Dr. Alain DONNARS

### Dr Alain Donnars et Zahia Boulmier

proposition de communication orale  
Congrès mondial de sexologie 24 -28 juin 2001

### Sophrologie et sexologie

La sophrologie est une technique de modification d'état de conscience sophronique qui permet un remaniement de l'équilibre tonico-postural. En conséquence les patients relatent spontanément un changement dans l'harmonie sexuelle dans leur couple : sortie de la banalisation du coït, retrouvaille de la spontanéité du corps dans la cinétique sexuelle et retour des émotions. Ce travail se présente dans trois cadres : Thérapie de groupe, Thérapie individuelle et Thérapie de couple.

Une mention spéciale est à faire du point de vue de la relation du sophrologue avec le patient ou avec le couple, l'alliance sophronique insiste sur l'aménagement de la bonne distance (distanciation) selon qu'un rapproche est nécessaire ou au contraire non souhaitable. Il faut différencier les types de prise en charge pour donner sa place par une parole à une entente meilleure distinguée de l'approche médicamenteuse ou du toucher.

#### Mots-clés

Sophrologie / Modification d'état de conscience /  
Equilibre tonico-postural  
Thérapie individuelle / groupe / Alliance sophronique.

# AVANT– PROJET DE LA CHARTE DU CLIENT EN PSYCHOTHÉRAPIE

par la Fédération Française de Psychothérapie (FFdP)

Cette charte est un instrument au service des personnes et des familles. Sa perspective est de formaliser et de publier des points de repère – du point de vue du client – qui permettent de s’engager en connaissance de cause dans une thérapie. Nous vous engageons à participer à sa conception. Merci de communiquer vos réactions et propositions, en tant que professionnel, en les adressant à :

« **Charte du client en psychothérapie** »  
**FFdP – 2 bis, rue Scheffer – 75116 Paris**

Vos remarques seront prises en compte par un groupe de travail réunissant la FFdP et des Associations de Consommateurs et d’Usagers des services de Santé. La version finalisée de la Charte sera diffusée à la clôture des États Généraux de la Psychothérapie les 12 et 13 Octobre.

**Finalité.** Cette charte a pour but de préciser les modalités de la relation entre le client et le psychothérapeute : engagement, déroulement et fin de la psychothérapie, qu’elle soit individuelle ou en groupe.

## 1. Droit à la dignité et au respect

Quelle que soit sa demande ou son état psychique, le client a droit au respect, à la dignité, et à l’intégrité de sa personne physique et mentale, sans discrimination d’aucun ordre.

## 2. Droit au libre choix

Le client a le droit de choisir librement sa méthode et son psychothérapeute et de modifier ce choix, s’il l’estime nécessaire.

## 3. Droit à l’information

Le client a le droit de connaître la (ou les) méthode (s) employée (s) par le psychothérapeute ainsi que sa qualification et sa formation.

## 4. Conditions de la thérapie

Les conditions de la thérapie doivent être précisées avant tout engagement : les modalités (verbale, émotionnelle, corporelle ...), la durée et la fréquence des séances, la durée présumée de la psychothérapie et ses conditions d’arrêt, la coût financier (horaire, prise en charge éventuelle, règlement des séances manquées)

## 5. Droit à la confidentialité

Le psychothérapeute doit s’engager, vis à vis du client, au secret professionnel absolu concernant tout ce qui lui est confié au cours de la thérapie. Cette confidentialité est une condition indispensable au lien thérapeutique. Elle est limitée par les dispositions légales en vigueur.

## 6. Engagement déontologique du psychothérapeute

Le praticien est tenu de respecter le code de déontologie de son organisme professionnel de référence. Ce code est communiqué sur simple demande. Le psychothérapeute est dans l’obligation d’assumer ses responsabilités : il doit s’engager à ne pas utiliser la confiance établie à des fins de manipulation politique, sectaire ou personnelle (dépendance émotionnelle, intérêts économiques, relations sexuelles ...).

## 7. Procédure de doléance

En cas de plainte ou de réclamation, le client peut s’adresser à des organismes professionnels de recours ou à la justice.

**Le client est acteur de sa démarche thérapeutique ;**

**Le rôle du thérapeute est de l’accompagner dans cette évolution.**

## Code Ethique de l’A.I.S. et de l’A.F.S.

1. Exercer **LEGALEMENT** en étant déclaré comme professionnel. (libéral ou salarié).
2. **RESPECTER** la dignité de la personne en traitement :
  - en connaissant ses propres limites professionnelles.
  - en s’engageant à orienter la personne en traitement vers un autre praticien si besoin
  - en mettant en oeuvre une recherche de moyens qui tend vers l’autonomie et le mieux être du patient ou client.
  - en respectant ses croyances religieuses, politiques, philosophiques.
- en n'utilisant aucune pratique, pression, de quelque ordre que ce soit, qui puisse mettre en péril l'intégrité du patient ou client.  
(adhésion à un mouvement, une école, une communauté religieuses... etc...).
3. **S'INTERDIRE** toute pratique sexuelle avec les patients ou clients et les élèves en formation.
4. **S'INTERDIRE** et **INTERDIRE** tout passage à l'acte violent.
5. Fixer les **HONORAIRES** avec tact et mesure et s'interdire toute exploitation matérielle et financière.
6. **RESPECTER** et faire respecter la règle de **CONFIDENTIALITÉ**

## L'ESPRIT DU COACHING & MENTORING

Le coaching, c'est parfois difficile à définir car il s'agit en même temps de **la philosophie relationnelle** et de **la philosophie du faire**, (action) du présent vers le futur. C'est la synergie entre le corps (physique), l'émotion (le cœur) et la réflexion-communication (le langage). C'est un dialogue, une conversation pour apprendre à " maîtriser le monde interne ".

**RELATIONNELLE** : il s'agit de créer la relation de confiance entre le coach et le coaché ; le coach aide le client à augmenter sa confiance en soi, à clarifier son identité et sa vision, à augmenter sa performance, sa puissance et sa congruence (par effet miroir). Le coach sert de repères et de modèle transitionnel.

Le coach aide le client à faire un bilan de ses moyens et ressources, à évaluer les risques, à définir son intention, sa volonté d'évoluer, de progresser, de grandir, de réussir avec les autres et parmi les autres.

Le coaching est un processus interne où le coaché se pose des questions à 360° tout autour des différents domaines de sa vie. C'est un travail d'ouverture d'esprit et d'acceptation de la différence.

C'est apprendre à désapprendre, à s'adapter, à se recycler par rapport aux changements de plus en plus profonds et rapides, à gérer sa peur, son angoisse, ses émotions et ses contradictions internes.

C'est porter un regard nouveau sur les fondements de l'apprentissage.

Apprendre avec plaisir, faire ce qui donne sens et plaisir, oser être soi et différent dans sa créativité, oser choisir sa voie et sa vie.

Oser vivre au maximum de ses possibilités dans l'incertitude, s'ouvrir aux changements pour surfer au lieu de sombrer dans le creux de la vague.

Le coaching est une sorte de relation d'amour et de respect entre le coach et le coaché, aussi importante que la relation parent-enfant ou la relation amoureuse entre les conjoints.

**ACTION** (faire –agir) : il s'agit de faire mieux avancer, pour être efficace dans la réalisation des objectifs, pour améliorer sa performance.

Aider l'homme à être responsable de ses actes, à créer son avenir, et à donner du sens à son action. " L'homme acteur de son développement ".

Pour réussir dans ce monde mutant où l'individu perd ses repères et son identité, l'accompagnement d'un coach est nécessaire.

L'esprit du coaching, c'est accorder une place au sujet dans son existence et ses activités, pour qu'il puisse s'orienter dans le sens de sa vision, pour qu'il puisse agir avec plaisir et efficacité.

Le coaching individuel et le coaching d'équipe, permettent à l'homme de rester homme ( être de relations), d'avoir une bonne image de soi, et de co- créer le futur, une collectivité intelligente et apprenante dans le monde des humains.

Le fait d'avoir un coach peut permettre :

- d'établir une plus grande intimité avec soi-même, de mieux connaître ses aspirations, ses intérêts, ses goûts, ses valeurs, en établissant une forme d'intimité avec les autres.
- d'augmenter sa performance dans l'action, d'accomplir la réalisation de son objectif-but avec plaisir et sens.

**C'est pour toutes ses raisons là que l'individu a besoin d'un coach.**

*Jérôme Chidharom*

### Le Coaching & Mentoring

Le Coach et le Mentor sont des alliés, ils sont des experts du développement du potentiel humain et des processus.

**Le Coach** s'adresse particulièrement au niveau des capacités, il répond à la question **comment ?** Il n'extériorise pas ses solutions mais facilite l'émergence des propres pistes et solutions du Coaché.

**Le Mentor** s'adresse au niveau des croyances et des valeurs, il répond à la question **pourquoi ?** Il intervient dans la sphère de la motivation et de la permission, il a un style de leadership "inspirational", qui par résonance permet au Protégé de dévoiler ou de comprendre quelque chose de profond. (R. DILTS – document IRDP)