

RENAISSANCE DE LA RELAXATION DANS LE DISPOSITIF DES PSYCHOTHÉRAPIES

Rites, Cultures et Relaxations

Le XII^e colloque international de la S.F.R.P. (Société Française de Relaxation Psychothérapique) : Rites, Cultures et Relaxations (Limoges les 2 et 3 décembre 2011), avec des relaxateurs venus du monde (Italie, Autriche, Hongrie, Roumanie, Espagne, Japon, France), nous conduit au cœur même des pratiques du soin de l'âme à travers la médiation corporelle. L'efficacité des médications « corporelles » réside dans le partage, dans une culture donnée, d'une croyance sur leur bien-fondé. Cette adhésion - également partagée par le soignant et le soigné - part du corps propre comme objet et sujet de changement, de la transmission d'une technique - un rituel - dans un cadre qui se veut soignant. Cela nous renvoie à l'anthropologie du soin où médecine et prêtrise avaient des origines communes, le malade, considéré comme un pécheur coupable de transgression, pouvait *in fine* se racheter. La réversibilité de l'état de maladie témoignant de sa participation, volontaire, aux soins qu'il reprend à son compte dans cette mutation escomptée à travers une initiation et un rite de passage.

Mais la découverte de l'inconscient et de la sexualité infantile est passée par là, enrichissant et transformant la compréhension du soin à médiation corporelle et de la relation « originelle » au corps qui se construit précisément chez le petit de l'homme à travers le dialogue tonique avec celle - la mère - qui prodigue les soins.

Il est alors question de transfert, de symbolique, d'incorporation... et si le vocabulaire partagé a changé il est toujours question de mutation transformatrice et créatrice dans une réappropriation de son corps qui, n'étant plus tout à fait étranger, fait enfin moins peur. Le patient pouvant enfin dire, comme Corneille, « je suis maître de moi comme de l'univers, je le suis, je veux l'être ».

Aujourd'hui les pratiques de relaxation, débordant largement les indications classiques, se pratiquent dès la constitution du schéma corporel chez l'enfant, à l'adolescence, chez l'adulte, jusqu'aux personnes âgées. Certaines psychoses ne sont même plus des contre-indications absolues. De plus, au-delà du soin à proprement parler, dans un monde qui a en partage le stress au travail comme le traumatisme, elle peut s'utiliser à titre préventif avant un examen académique, un accouchement, une intervention chirurgicale, voire pour préparer le passage à la cessation ou au changement d'activités professionnelles.

Dans une société où les pratiques corporelles - du body-building au bronzage à l'ultra-violet - sont culturellement partagées, la relaxation - littéralement l'élargissement d'un prisonnier - a toute sa place et de beaux jours devant elle ; d'où l'intérêt de cet ouvrage, qui en facilite la compréhension. La relaxation, également appelée « psychanalyse du pauvre », au-delà d'un instrument de soin exclusivement, est également - à l'heure où l'on parle du stress au travail et du « burn out » - à l'instar de ce qu'a introduit Renault dans ses usines en 1945, un moyen de prévention de la souffrance au travail.

Collection *Psychanalyse, médecine et société*

Dirigée par le Dr Abram Coen

ISBN : 978-2-917714-06-5

25 €



9 782917 714065

Sous la direction des
Dr Philippe NUBUKPO
et Dr Christophe PEUGNET

RENAISSANCE DE LA RELAXATION DANS LE DISPOSITIF DES PSYCHOTHÉRAPIES
Rites, Cultures et Relaxations



Sous la direction des
Dr Philippe NUBUKPO et Dr Christophe PEUGNET

RENAISSANCE DE LA RELAXATION DANS LE DISPOSITIF DES PSYCHOTHÉRAPIES

Rites, Cultures et Relaxations




PENTA
Editions