

# PÉDAGOGIE SOMATOPSYCHIQUE ET ENSEIGNEMENT DE LA MASSO-KINÉSITHÉRAPIE

Par Dr R.HUSSLER

Cadre de Santé MKDE

Docteur en Sciences de l'Éducation

Le présent article a pour objet de questionner le concept de pédagogie somatopsychique en formation initiale de masso-kinésithérapie, d'en expliquer les fondements théoriques, de proposer une démarche pédagogique pour la mettre en œuvre et d'évaluer la pertinence de ce dispositif pédagogique. La méthodologie est basée sur une étude pré et post test auprès d'une population d'étudiants en première année de masso-kinésithérapie ayant bénéficié d'un enseignement spécifique pendant trois mois. Les résultats significatifs montrent l'intérêt d'un enseignement structuré et cohérent qui peut contribuer à développer, dès le début du cursus de formation en masso-kinésithérapie, une posture d'éducateur en santé facilitant in fine l'autonomisation du patient quant à la gestion de sa problématique de santé.

*Mots clés : Pédagogie, Somatopsychique, Masso-kinésithérapie, Empathie, Autonomisation*

## INTRODUCTION

La pédagogie somatopsychique vise à développer les capacités d'une personne à percevoir ou à prendre conscience de son monde intérieur (domaines somesthésiques, émotionnels et mentaux). Mais quelle place accorde-t-on à cette pédagogie en formation initiale de masso-kinésithérapie et quelles pourraient être les conditions pédagogiques optimales pour mettre en place un tel enseignement ?

La recherche sur l'exploration des processus somatopsychiques est assez récente. Elle a été développée à l'origine d'une manière plutôt empirique. Les praticiens, souvent thérapeutes à l'origine, ont cherché à mesurer l'impact d'une pédagogie somatopsychique sur telle ou telle pathologie. La conceptualisation somatopsychique et son application dans le domaine pédagogique est un domaine d'investigation beaucoup plus récent. Citons en ce sens les travaux de Dagot (2007) sur des étudiants en cursus de formation universitaire d'ingénieurs et de sciences de l'éducation, et ceux de Didot-Rigaux (2013) sur une population d'aide à domicile en formation initiale. Ces travaux ont permis d'objectiver et d'explicitier les modifications de perception des étudiants et l'impact de ces modifications dans leurs représentations professionnelles. Dans le cadre de la formation initiale en masso-kinésithérapie, certains kinésithérapeutes, comme Thérèse Bertherat (1976), ont dénoncé une vision et un apprentissage très mécanistes du corps humain et encouragé plutôt une connaissance issue d'une introspection corporelle, d'une expérience du corps vécu venant considérablement enrichir leur potentialité et les aider à développer une posture d'éducateur en santé.

## MÉTHODOLOGIE

L'étude a été menée auprès d'une population de trente et un étudiants en première année de masso-kinésithérapie. L'outil de recherche sous forme de questionnaire a été conçu à partir d'une matrice théorique issue de l'interaction des concepts de processus somatopsychique et de composantes somatopsychiques que nous allons expliciter ci après:

- Le processus somatopsychique est l'objet d'un apprentissage décliné en trois temps : d'abord l'apprentissage par l'étudiant d'une vision autocentrée de sa Perception SomatoPsychique (PSP), puis l'apprentissage d'une vision centrée sur la PSP de l'autre, et enfin l'aide apportée à autrui pour qu'il apprenne à se centrer sur sa propre PSP. Cette approche du processus s'inspire de l'approche suggérée par Mme Ehrenfried, praticienne somatique, qui à la question « Mais comment voir ? », répond : « Apprenez à vous voir d'abord, à voir les autres ensuite et aidez-les enfin à se voir » (Bertherat, 1976 : 40).

- En reprenant et enrichissant les travaux effectués par Hanna (1989) et Mehling (2009), la perception somatopsychique comprendrait trois domaines ou composantes :

- Le domaine physique (somesthésie) constitué par les sensations kinesthésiques (détection de la position et mouvements des articulations et des organes internes), la posture corporelle statique et dynamique, l'état de tension musculaire, les sensations de bien-être / mal-être (douleur, gêne, fatigue), les sensations liées à la température corporelle, la perception cardio-respiratoire, la perception des différents sens (olfactif, auditif, visuel, tactile, gustatif)
- Le domaine émotionnel avec la perception de toute la gamme des émotions (joie, tristesse, dégoût, colère, peur).
- Le domaine mental (perception des pensées ou de

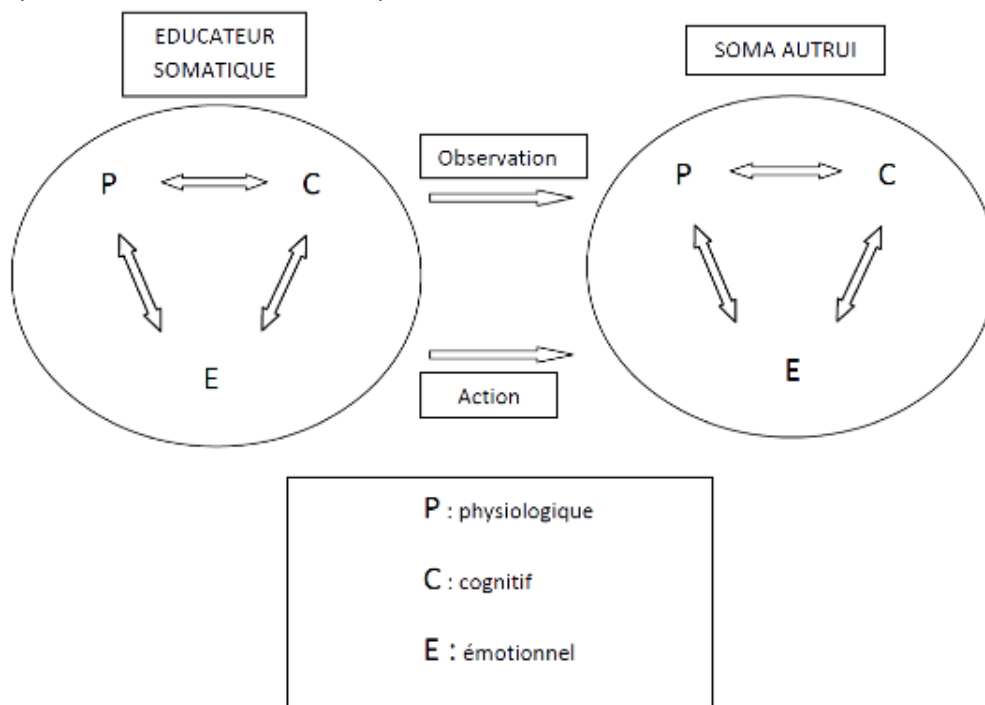
(1) Le terme somatopsychique est utilisé sans le tiret entre le terme « somato » et le terme « psychique » pour souligner davantage l'interdépendance entre les deux domaines.

(2) Le terme de « sensibilité somesthésiques générale » désigne les sensations conscientes éveillées par la stimulation des tissus du corps, sensations qui ne sont ni visuelles, ni auditives, ni gustatives, ni olfactives. Site internet : <http://www.universalis.fr/encyclopedie/somesthesie/>

l'absence de pensées et des attitudes mentales, c'est-à-dire des schémas de pensée engrammés depuis l'enfance)

Le schéma ci après illustre les interactions entre les trois phases du processus somatique. Le praticien apprend à percevoir les trois domaines somatopsychique et leurs interactions. C'est la phase d'observation de soi même. Puis il apprend à percevoir les trois domaines somatopsychiques de l'autre (le patient). C'est la phase d'observation de l'autre. Enfin le praticien apprend à son patient à identifier (prendre conscience) ses trois composantes

somatopsychiques. C'est la phase dite d'action. A ce stade le patient ayant pris conscience par exemple de sa tension musculaire peut décider de la neutraliser ou de la maintenir. Il devient ainsi davantage acteur de sa rééducation et peut ainsi faire des liens entre sa tension musculaire et sa tension émotionnelle et/ou psychique.



Processus SomatoPsychique (PSP)	Domaines SomatoPsychiques	Items
Capacité à l'observation de son PSP	Physiologique	1
	Emotionnel	2
	Mental	3
Capacité à l'observation du PSP d'autrui	Physiologique	4
	Emotionnel	5
	Mental	6
Capacité d'aider l'autre à l'observation de son PSP	Physiologique	7
	Emotionnel	8
	Mental	9

Ce questionnaire comprenant 9 items a été testé par cinq professionnels dont un pratiquant et enseignant en relaxation et deux étudiants en troisième année ayant suivi un cursus en pédagogie somatopsychique. Ce nouveau test gagnerait sans aucun doute en fiabilité, en validité et en fidélité s'il pouvait être validé sur un effectif plus important (plus de 100 personnes voire davantage). Il s'agit donc ici d'une première version exploratoire qui sera à affiner lors de recherches ultérieures.

Le questionnaire a été administré avant et après une période de trois mois d'enseignement en pédagogie somatopsychique.

### RÉSULTATS

L'analyse des résultats consiste en une comparaison pré/post test afin d'objectiver une différence significative quant à l'évolution de l'acquisition du processus somatopsychique. Le tableau suivant synthétise les résultats obtenus.

	Statistiques descriptives				Test T de Student sur la significativité de la différence des moyennes
	Moyennes pré test	Ecart type	Moyennes post test	Ecart type	
<b>Ensemble du test du processus somatopsychique</b>	2,83	0.330	3,06	0.194	significatif p<0,001
<b>Capacité à l'autoperception du PSP</b>	2,88	0.467	3,12	0.350	significatif p<0,001
<b>Capacité à observer le PSP d'autrui</b>	2,80	0.484	2,99	0.417	significatif p<0,001
<b>Capacité à aider autrui à l'autoperception du PSP</b>	2,81	0.588	3,06	0.458	significatif p<0,001
<b>Domaine physiologique</b>	2,54	0.452	2,77	0.277	significatif p<0,001
<b>Domaine émotionnel</b>	2,75	0.463	2,94	0.337	significatif p<0,001
<b>Domaine mental</b>	3,19	0.438	3,46	0.409	significatif p<0,001

## DISCUSSION

Les résultats obtenus permettent d'objectiver une progression significative dans l'acquisition des capacités des étudiants dans la maîtrise du processus

somatopsychique et ce dans les trois domaines de la perception somatopsychique. Le tableau suivant permet d'objectiver la cohérence entre la matrice théorique et le programme d'enseignement pratique :

Étapes du processus somatopsychique	Objectifs de formation	Modalités d'exécution (outils d'enseignement somatopsychique) correspondantes (travaux pratiques et dirigés).
<b>1</b>	Le formateur forme le futur praticien à l'auto perception somatopsychique	1) Bodyscan statique
		2) Bodyscan dynamique
		3) Bodyscan respiration
		4) Bodyscanmove
		5) Bodyscanstretch
		6) Bodyscan cuirasses musculaires
		7) Sensoriscan
		8) Scanémotion/cognition
<b>2</b>	Le formateur forme le futur praticien à appréhender le soma de l'autre	9) Scaninteractif
<b>3</b>	Le futur praticien aide la personne à développer l'auto-perception	10) Scanéducatif

Certains outils d'enseignements ont été empruntés à différents courants d'enseignements existants (Méthode Feldenkrais, Antigymanstique, Pleine Conscience, etc.) et d'autres ont été élaborés spécifiquement pour être en cohérence avec la matrice théorique.

## CONCLUSION

L'étude comporte certaines limites telles qu'une faible population investiguée (31 étudiants), un outil d'évaluation ayant besoin de tests de validité et de sensibilité plus conséquents pour s'assurer de sa fiabilité et de l'absence d'une population témoin. Les résultats obtenus en dépit de ces limites ouvrent néanmoins des perspectives de recherches intéressantes. En effet L'approche du processus somatopsychique développée dans le cadre de cet article aboutit à montrer comment cette capacité d'agir soi même sur soi même peut modifier notre regard et notre action vis à vis de l'autre. C'est ainsi la posture du professionnel de santé qui est questionnée : de la posture de thérapeute curatif ou de celle d'éducateur préventeur en santé, quelle est celle qui favorise l'autonomisation du patient quant à la gestion de sa problématique de santé ?