

Formation à l'Approche Psychosomatique

Hussler Roland, Cadre de santé kinésithérapeute, PhD en sciences de l'éducation,
Psychosomaticien

Courriel : ifres.contact@gmail.com

Site : <http://www.ifres.fr>

Introduction

Cet article s'appuie sur la série d'articles précédents qui ont effectué un survol du concept psychosomatique. Il vient également clôturer la série en question en présentant une formation spécifique à l'Approche Psychosomatique. Je vais vous donner cher(es) lecteurs(trices) les raisons qui motivent la mise en place de cette formation ainsi que les principes pédagogiques qui la sous-tendent. Il est à préciser que la formation sera exclusivement en distanciel et l'admission en formation dépendra d'une évaluation par le formateur à partir d'un CV et une lettre de motivation.

Pourquoi une nouvelle formation en psychosomatique ?

Comme observé dans l'article précédents, il existe un certain nombre de formations existantes dans le champ psychosomatique. D'où la question de la raison d'une nouvelle formation. Premièrement plus il y aura de formations plus la psychosomatique sera **connue et reconnue**. Deuxièmement, chaque clinicien/formateur s'appuie sur une **expérience professionnelle** qui lui est propre et son désir est de transmettre cette expérience unique tout en respectant les principes de bases du concept psychosomatique. De plus en fonction de son parcours, de son expérience professionnelle et personnelle, le clinicien/formateur touchera plus facilement l'esprit et le cœur des personnes qui partagent les mêmes expériences. Troisièmement un clinicien quel que soit son expertise n'est pas forcément **un pédagogue**. Nous pouvons lire en effet dans un article : « *La transmission des savoirs à de nouvelles collègues ou à des étudiants se fait sur un mode analytique. L'expert doit donc faire un travail de métacognition pour retrouver la façon dont il combine ses connaissances et procède à leur mise en œuvre. Cette capacité renvoie à ce que Le Boterf [1] nomme le « **savoir-faire cognitif** ». D'après cette explication, l'expert a acquis des réflexes professionnels qu'il est amené à reconscientiser pour pouvoir les enseigner. De plus un expert s'adressant à des novices doit apprendre à adapter son vocabulaire, à évaluer le niveau des connaissances acquises sur le sujet ainsi que les représentations qui pourraient constituer un obstacle à l'apprentissage, à présenter les matières de manière compréhensible, attractive avec des outils pédagogiques adaptés à l'auditoire (en fonction de son âge et de ses centres d'intérêts) et enfin à évaluer l'appropriation de cette connaissance et son impact dans la pratique professionnelle. Nous pouvons donc répondre que l'expert n'est pas automatiquement un pédagogue car la pédagogie est une **profession par elle-même** ». [2].*

Donc les compétences et l'expérience pédagogique du concepteur et du formateur sont à questionner mais que propose cette formation ? Voyons ce point dans le paragraphe suivant.

Que propose cette formation à l'Approche Psychosomatique ?

Sur quels socles s'appuie cette formation en psychosomatique ? Le premier étant le concept dit du "*processus somatopsychique*" (Cf. Fig. 1). Ce concept est défini ainsi : « *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[3], 1976 : 40).[4]. Ce concept appliqué à la formation sur l'approche en psychosomatique prévoit donc un temps d'analyse psychosomatique sur soi.*

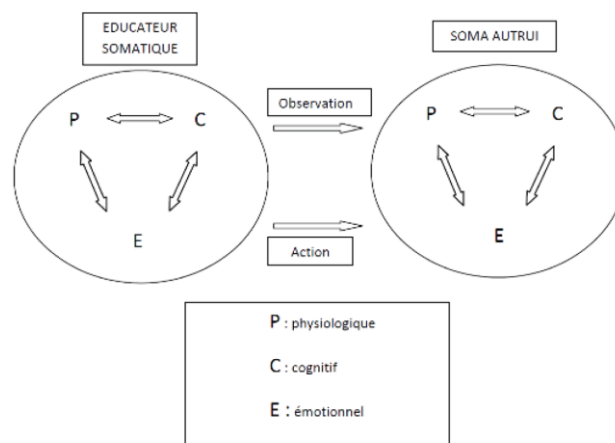


Figure 1 : Processus Somatopsychique

Le second socle de la formation s'appuiera sur les apports récents issus de la psychosomatique en conciliant l'analyse psychosomatique (par investigation verbale) et l'analyse somatopsychique (par une investigation somatique. Développons le socle de l'auto-analyse guidée.

L'auto-analyse guidée en psychosomatique

Un certain nombre d'étudiants étant issus de domaines variés n'ont pas eu l'occasion de faire une analyse de type psychanalyse ou autre. Or pour aider l'autre (le sujet en souffrance) à se voir pour reprendre le 3^{ème} élément du processus somatopsychique, il est d'abord nécessaire d'apprendre à se voir. (1^{ER} élément du processus). Comment peut se réaliser cette autoanalyse dans le cadre de cette formation ?. Premièrement au début de la formation et pendant environ trois à quatre mois, l'étudiant applique les principaux outils d'investigation clinique **sur lui-même sous la supervision clinique** régulière du clinicien/formateur. L'avantage est double: d'une part, l'étudiant pourra **se familiariser avec ces outils d'investigation** et d'autre part il pourra bénéficier de la supervision individuelle du clinicien/formateur qui en l'occurrence deviendra son **analyste psychosomaticien**. Bien sur cette guidance sera prévue sur une période

limitée mais rien n'empêche l'étudiant de poursuivre, si le besoin s'en fait sentir, son analyse (ou l'analyse des situations cliniques) **en dehors** du cadre de la formation.

Le travail personnel, dans le cadre du premier axe du processus somatopsychique, permet d'affiner la **sensibilité somatopsychique** et donc de faciliter le **transfert et contretransfert psychosomatique**. En effet sur l'influence du transfert et contretransfert, notons le commentaire édifiant de Tonella & Heinrich-Clauer (2018) [5] citant Asper (1993 p. 39): «*Nous devons particulièrement prendre au sérieux nos sentiments contre transférentiels dans le travail avec un analysant qui a perdu sa capacité de sentir et qui n'a plus ou seulement très peu accès à ses sentiments. Dans ce cas, ce sont nos sentiments contretransférentiels qui nous permettent d'accéder aux sentiments perdus de l'analysant*»[6]. Or prendre au sérieux nos sentiments contretransférentiels suppose développer la perception de nos propres sentiments et d'une manière générale de nos sensations psychocorporelles. Par conséquent les étudiants sont encouragés à suivre des **ateliers à visée psychocorporelle**. Il existe de nombreux professionnels qui dispensent des ateliers collectifs visant à développer le sens kinesthésique et somesthésique (il est possible de se renseigner auprès du formateur de cette formation qui anime des ateliers psychocorporel en distanciel).

Un dossier d'autoanalyse clinique validera l'acquisition des compétences développées au cours de cette première période.

Apprendre à voir l'autre et l'aider à se voir

Dans le cadre du deuxième stade du processus somatopsychique, il sera proposé l'analyse de un **cas clinique virtuel** puis dans le cadre du troisième stade du processus clinique l'analyse d'un **cas clinique réel**. L'étudiant pourra dans ce dernier cas, puiser soit dans la clientèle/patientèle de sa profession d'origine soit proposer à son réseau personnel un contrat pédagogique (l'institut de formation n'étant pas habilité à délivrer des conventions de stages, l'étudiant devra prévoir d'informer voire de contracter une assurance pour responsabilité civile) durant le temps d'investigation clinique.

Selon le nombre de participants, des groupes seront constitués. Le cas clinique virtuel fera l'objet d'une analyse personnelle puis régules par le groupe et validés oralement par le formateur. L'analyse du cas clinique réel suivra le même principe que le cas clinique virtuel avec en plus la rédaction d'un rapport/mémoire qui fera l'objet d'une soutenance orale finale au cours du mois de septembre de l'année de formation.

En outre, la formation pourra prévoir des évaluations/régulations sur les connaissances et compétences à acquérir, la constitution et l'évaluation de fiches de lecture indispensables à l'élaboration des différents cas cliniques, la réalisation d'un article publiable, etc. Un note de 10/20 sur l'ensemble des travaux et l'assiduité durant la formation notamment les régulations individuelles et collectives conditionneront l'obtention de l'attestation de formation en tant que psychosomaticien.

Quel est l'intérêt de suivre une telle formation

Comme souligné dans les articles précédents, la dichotomie ou division entre le corps et l'esprit, reflet de la tendance dualiste, a généré des professionnels experts du corps d'un côté et experts

de l'esprit de l'autre. Beaucoup ressentent de la frustration à n'aborder qu'un aspect de la personne humaine, sachant que seule une vision biopsychosociale permet d'être efficace en tant que thérapeute. L'être humain étant une unité psychosomatique, la relation humaine se nourrit des influences psychosomatiques et environnementales. Par conséquent tout professionnel de la relation humaine profitera des apports spécifiques de cette formation à l'approche psychosomatique. A l'issue de la formation, il est possible soit d'intégrer les apports à sa pratique professionnelle existante, soit de pratiquer en tant que psychosomaticien (pratique libérale en tant que micro entrepreneur) en plus de son activité professionnelle. Certains se consacrent à la pratique exclusive de la psychosomatique avec la possibilité de devenir formateur en psychosomatique, sans oublier la nécessité de développer la recherche clinique.

Et après la formation ?

L'analyse d'une situation clinique réelle vous donnera une compétence mais pas une expérience dans l'approche psychosomatique. Pour vous donner envie d'appliquer cet enseignement dans une activité clinique, des régulations de groupe en post-formation (donc hors cadre de la formation initiale) vous seront proposés à partir de vos situations cliniques. Un précieux réseau professionnel peut donc se constituer favorisant les échanges.

Conclusion

Chaque formation aborde la matière à enseigner, ici la psychosomatique, en fonction des spécificités propre à l'expérience et aux compétences des formateurs qui la composent. Cet article a donné les principes généraux justifiant l'élaboration de cette nouvelle formation ; Les détails techniques de la formation seront visibles sur le site ifres.fr qui diffusent les informations de l'institut de formation et de recherche en éducation à la santé (IFRES). Le lecteur(trice) intéressé(e) pourra ainsi effectuer une pré-inscription par l'envoi de son CV et D'une lettre de motivation soit par le lien contact du site soit à l'adresse mail indiqué en début d'article.

Bibliographie

[1] Le Boterf (G) De la compétence, essai sur un attracteur étrange, Ed organisation 1995

[2] Hussler R, Transmettre une expertise d'adulte à adulte, une compétence à acquérir"(2016) article publié sur la revue électronique de kineakine.com et disponible sur le site internet : <http://www.ifres.fr/pages/publications.html> (Cf. n°5)

[3]Bertherat T, , Le corps a ses raisons, Paris : Seuil., 1976

[4] Hussler R, Pédagogie somatopsychique et enseignement de la masso-kinésithérapie, (2016) article publié sur la revue électronique de kineakine.com et disponible sur le site internet : <http://www.ifres.fr/pages/publications.html> (Cf. n°1)

[5]Tonella G, Heinrich-Clauer V. Aux fondements des thérapies psychocorporelles: l'analyse bioénergétique, de Lowen à nos jours. 2018.

[6]Asper, K (1939) : Verlassenheit und Selbstentfremdung, München ,DTV).