

# PÉDAGOGIE SOMATOPSYCHIQUE

ET SON APPLICATION DANS L'ENSEIGNEMENT EN  
MASSO-KINÉSITHÉRAPIE

1

# SOMMAIRE

## Définition et Concepts de la PSP

- Domaines somatopsychiques
- Processus somatopsychique
- Etapes du processus
- Illustrations du concept de PSP

## Dispositif expérimental

- Matrice théorique

## Principes généraux de la PSP

## Enseignement de la PSP en formation initiale

## Conclusion

# DÉFINITION

**« Apprentissage expérientiel de l'interdépendance du corps et de l'esprit par la voie d'entrée somatique »**

# DOMAINES SOMATOPSYCHIQUES

HANNA (1989) ET MEHLING (2009)

## Le domaine physique ou somesthésique

- perceptions kinesthésiques et intéroceptives
- température, nociception, battement cardiaque, respiration, etc.

## Le domaine mental

- Perceptions des pensées et schémas de pensée en lien avec leurs manifestations somato-émotionnelles

## Le domaine émotionnel

- Perceptions somato-émotionnelles
- Conscientisation des émotions en lien avec leurs manifestations corporelles

# PROCESSUS SOMATOPSYCHIQUE (SM)

BERTHERAT (1976)

« Apprendre d'abord à se voir puis apprendre à voir les autres et enfin aider les autres à se voir »

« Une suite d'opérations facilitant la prise de conscience somatopsychique dans une visée d'autonomisation »

# ETAPES DU PROCESSUS SM

**En premier**  
l'apprentissage  
par l'étudiant  
d'une vision  
autocentrée  
de son propre  
soma,

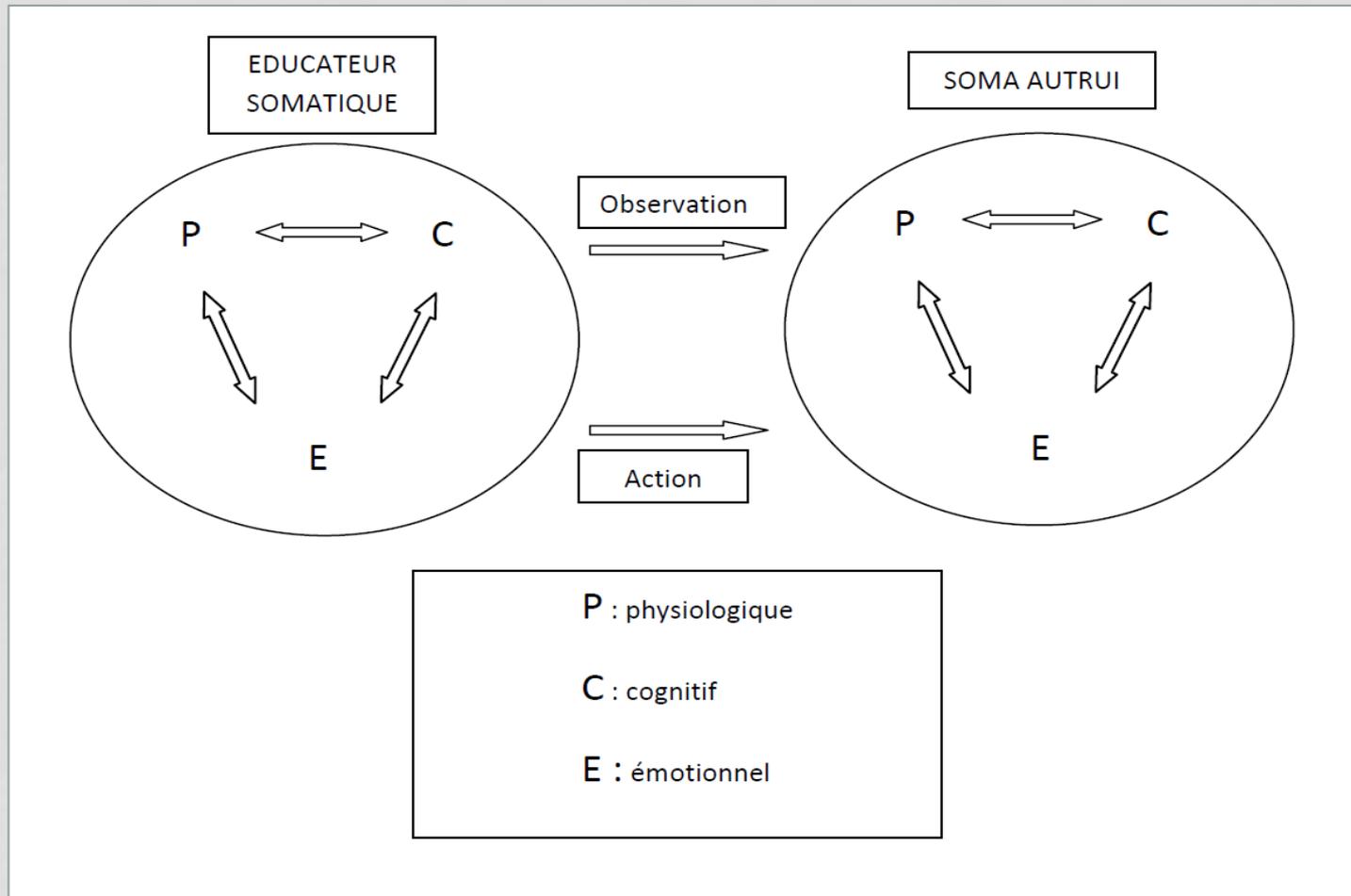


**En second**  
l'apprentissage  
par l'étudiant  
d'une vision  
centrée sur le  
soma d'autrui,



**En dernier**  
l'aide  
apportée par  
l'étudiant à  
autrui afin  
qu'il  
apprenne à  
se centrer sur  
son propre  
soma

# ILLUSTRATION DU CONCEPT



# DISPOSITIF EXPERIMENTAL

Elaboration d'une **matrice théorique** en croisant les 3 domaines SM et les 3 étapes du processus SM

A partir de la matrice, élaboration de l'**outil théorique** (questionnaire 9 items)

**Etude** réalisée sur promotion K1 avec **pré/post test** suite à une formation élaborée pour la circonstance

**Résultats significatifs** sur l'acquisition de compétences en pédagogie SM

# MATRICE THÉORIQUE

Processus somatique	Domaine somatique	N°	Items questionnaire	Modèles de réponse
Capacité à l'observation de son soma	Physiologique	1	J'ai tendance à utiliser plus d'énergie musculaire que nécessaire	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Emotionnel	2	Quand je suis tendu(e), je n'arrive pas à savoir de quel sentiment cela provient	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Mental	3	Je pense que mes pensées peuvent avoir une influence sur ma santé	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
Capacité à l'observation du soma d'autrui	Physiologique	4	Quand je suis en contact avec une personne, j'ai des difficultés à percevoir la présence de tensions musculaires dans son corps	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Emotionnel	5	Au cours d'une discussion, j'arrive à mettre un nom sur toutes les émotions manifestées par autrui	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Mental	6	J'ai des difficultés à rester concentré(e) sur le discours d'autrui	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
Capacité d'aider l'autre à l'observation de son soma	Physiologique	7	Quand je vois une personne tendue, j'ai envie de le lui faire remarquer	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Emotionnel	8	En général, l'émotion exprimée par une personne m'invite à l'évoquer avec elle	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord
	Mental	9	Quand une personne a des pensées négatives sur elle, j'aimerais l'aider pour qu'elle en comprenne les raisons	Pas d'accord du tout / plutôt pas d'accord / plutôt d'accord / tout à fait d'accord

# PRINCIPES GENERAUX DE LA PSP

« Tout expérimenter sur soi d'abord »

« Respecter les phases d'acquisition du processus SM pour favoriser une posture d'autonomisation »

« Favoriser une approche globale de perception et expression SM »

# ENSEIGNEMENT DE LA PSP EN FORMATION INITIALE

Plusieurs  
approches  
possibles  
complémentaires

- **Expérience somato-sensorielle**
  - l'enseignement inclut l'expérimentation et l'appropriation du geste technique sur son corps puis sur le corps de l'autre
    - Anatomie éprouvé
    - Automassage
    - Chorégraphie Kabat
- Favoriser dans les UE optionnelles, les **approches somatopsychiques** tels que le yoga, le tai chi, le théâtre, etc.
- **Répertorier** tous les enseignements susceptibles de favoriser une PSP et les inscrire dans un projet formalisé.

# ENSEIGNEMENT DE LA PSP EN FORMATION INITIALE

Favoriser le contact  
avec les éducateurs  
somatiques de la  
région

Répertorier les  
Educateurs  
somatiques  
proches

Participation étudiants  
(petits groupes) sur une  
séance gratuite et topo  
en retour à évaluer

Prévoir une  
**appropriation**  
du processus  
SM tout au long  
de la formation  
(Ex: K1  
apprendre à se  
voir ; K2:  
apprendre à  
voir l'autre. K3 :  
aider l'autre à  
se voir)

Construire une  
**formation**  
**spécifique** et  
transversale  
(voir tableau  
suivant)

Activités	Actes	Compétences	Savoirs	Savoir-faire
<p><b>1°Examiner un patient de façon globale</b></p>	<p>Observer, faire une évaluation morphologique, une évaluation dynamique, une évaluation de la posture, un bilan global en tenant compte de son environnement</p>	<p>Conduire une écoute, un entretien visant à clarifier la demande et les besoins de la personne</p> <p>Evaluer le niveau de dysfonctionnement articulaire, tissulaire, moteur, sensitif, sensoriel, cognitif de la personne en référence aux concepts de la kinésithérapie</p>	<p>-Historique du concept en pédagogie somatopsychique</p>	
<p><b>5°Prévenir : informer, conseiller et guider le patient</b></p>	<p>Mettre en œuvre les actions de prévention</p>	<p>Contribuer à rendre les patients responsables de leur santé</p> <p>Concevoir, proposer et mettre en œuvre des actions de conseil, de promotion de la santé et de prévention répondant aux besoins de populations ciblées</p>	<p>-Analyse des méthodes en pédagogie somatopsychique</p> <p>-Analyse des principes en pédagogie somatopsychique</p> <p>-Etat des lieux de la recherche en pédagogie somatopsychique</p>	<p>-Autoperception</p> <p>-Perception du soma d'autrui</p> <p>-Enseignement de l'autoperception</p>
	<p>Valoriser la gestualité, la fonctionnalité et l'activité physique</p>	<p>Contribuer à entretenir et à aider au maintien de l'état de santé des personnes</p>		

# PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Étapes du processus	Objectifs de formation	Chapitre de la thèse	Savoir-faire correspondants (travaux pratiques et dirigés)
1	Le formateur forme le futur praticien à la perception de son propre soma	5.1.1.2	1) Bodyscan statique
			2) Bodyscan dynamique
			3) Bodyscan respiration
			4) Bodyscanmove
			5) Bodyscanstretch
			6) Bodyscan cuirasses musculaires
			7) Sensoriscan
			8) Scanémotion/cognition
2	Le formateur forme le futur praticien à appréhender le soma de l'autre	5.1.1.3	9) Scaninteractif
3	Le futur praticien apprend à aider la personne à l'auto-perception	5.1.1.4	10) Scanéducatif

Programme d'enseignement								
Semaines	Séquence pédagogique/évaluation	Groupe A	Groupe B	Groupe C	Thèmes	Temps Enseignant	Temps Etudiant	
1	Cours magistral	3 heures			Test processus somatique +Cours théorique+Test projection 3D	3		
2	Séquence pratique guidée n°1	1h15	1h15	1h15	Bodyscan statique	4h15	1h15	
3	Séquence pratique guidée n°2	1h15	1h15	1h15	Bodyscan dynamique	4h15	1h15	
4	Séquence pratique guidée n°3	1h15	1h15	1h15	Bodyscan respiration	4h15	1h15	
5	Séquence pratique guidée n°4	1h15	1h15	1h15	Bodyscan move	4h15	1h15	
6	Séquence pratique guidée n°5	1h15	1h15	1h15	Bodyscan cuirasses	4h15	1h15	
7	Séquence pratique guidée n°6	1h15	1h15	1h15	Bodyscan stretch	4h15	1h15	
8	Séquence pratique guidée n°7	1h15	1h15	1h15	Sensoriscan	4h15	1h15	
9	Séquence pratique guidée n°8	1h15	1h15	1h15	Bodyscan émotion et cognition	4h15	1h15	
3	Séquence pratique guidée n°9	1h15	1h15	1h15	Bodyscan interactif	4h15	1h15	
4	Séquence pratique guidée n°10	1h15	1h15	1h15	Bodyscan éducationnel	4h15	1h15	
2	Restitution Travaux Dirigés	2h00			Restitution en plénière	2h00		
3	Restitution Travaux Dirigés	2h00			Restitution en plénière et test du processus somatique	2h00		
<b>Total</b>						49h30	19h30	

# CONCLUSION

La PSP s'inscrit dans une **pédagogie active** et dans un concept **néo socioconstructiviste**

La PSP favoriserait une vision **globale et causale (interdépendance soma-émotion-pensée)**

La PSP favoriserait une « **empathie corporelle** » chez l'étudiant propice à une communication de qualité

La PSP favoriserait le passage d'une posture d'agent à une **posture d'acteur et d'auteur** (Ardoino, 2000)

La PSP favoriserait une posture **d'éducateur de santé** ( attitude de compréhension des causes et conséquences de la problématique de santé et donc meilleure gestion par la personne (Empowerment) de cette problématique (autogestion)

# POUR ALLER PLUS LOIN

Ardoino J, (2000), *Les avatars de l'éducation*, Paris : Presses Universitaires de France.

Bertherat T, (1976), *Le corps a ses raisons*, Paris : Seuil.

Hanna T, (1989), *La somatique*, Paris: Inter-éditions.

Mehling WE, Gopisetty V, Daubenmier J, Price CJ, Hecht FM, et al. (2009), *Body Awareness: Construct and Self-Report Measures*,

Articles publiés à partir de la these et téléchargeables sur [www.ifres.fr](http://www.ifres.fr) section recherche au bas de la page

# MERCI POUR VOTRE ATTENTION

