



Le mot du Président

Chers membres,

Après un an d'absence, le journal revient ! Ce délai illustre l'excès de charge qui pèse sur chacun de nous au quotidien.

L'évolution sociale semble continuer depuis plus de 30 ans à se dérouler de façon exponentielle dans le déni de la réalité. Le discours bien-pensant des médias, y compris au travers des pseudos provocations choquantes, se disant représentatif de la pensée sociale (bien qu'il en soit très éloigné) est suivi par les politiques avec en particulier une accumulation de réglementations, supprimant peu à peu les libertés individuelles, tout ceci au nom de la tolérance. Face à cette sortie progressive et insidieuse de la démocratie, chacun a tendance à se replier sur soi, pensant préserver l'essentiel, abandonnant ainsi les regroupements pouvant stimuler la pensée et son autonomie. Ceci ne peut pas ne pas nous rappeler notre histoire...

Néanmoins, comme toujours, restent des lueurs d'espoir. Si la plupart des associations de relaxateurs accentuent le protectionnisme et s'isolent, si les professionnels de santé se forment presque exclusivement à des techniques simplistes de soin rapide et proposées par des organismes qui ordonnent la promotion par le pouvoir de l'argent (à défaut de celui de soigner), un peu partout apparaît individuellement un manque de la pensée, et celle-ci se ré-anime dès qu'on lui en donne l'occasion.

Les tutelles gouvernementales veulent faire de la santé une gestion du handicap, situation beaucoup plus facile à budgétiser, et qui nécessite très peu de soignants qualifiés (à payer). Mais les patients et les professionnels sont encore dans l'idée de soigner, voire même de guérir (!), et ils ont le pouvoir du nombre. Notre mission se situe donc actuellement avant tout dans l'information des uns et des autres (contre la désinformation des médias et de leurs complices parmi les professionnels), dont la tendance actuelle est de chercher les réponses dans la para-médecine où la magie.

Notre association, qui va fêter l'an prochain avec un nouveau colloque ses 30 ans, a une place essentielle dans la défense des compétences spécifiques nécessaires (et de l'accomplissement des formations longues et approfondies qui seules les supportent) pour pouvoir revendiquer l'appellation de professionnel de santé. Nos réunions, et notre ouverture vers l'extérieur, y compris internationale, en particulier dans nos colloques, sont un espace loin d'être anodin pour préserver la circulation de la pensée.

La relaxation, sentir et ressentir, c'est la liberté de penser.

Christophe Peugnet

Siège Social
Service de Psychiatrie
Hôpital de la Pitié-Salpêtrière
Paris

Renseignements - Secrétariat
Pr. Philippe NUBUKPO
P.U.A.L. - C.H. Esquirol
15, rue du Docteur Marcland
87025 Limoges CEDEX
☎ 05.55.43.12.18
✉ contact@relaxationpsychotherapique.com
www.relaxationpsychotherapique.com

Infos brèves

• Les après-midis de la SFRP 2017

Dates et lieux

- 18 mars 2017 à Paris – Assemblée Générale
- 17 juin 2017 à Limoges
- 19 septembre 2017 à Paris
- 9 décembre 2017 à Paris

• D.U. de Relaxation Psychothérapique

Suite à une nouvelle demande administrative de l'université ayant fait appel à un nouvel organisme pour gérer la formation continue, l'incertitude sur les motivations et les conséquences possibles de la démarche a amené à ne pas ouvrir de nouvelle promotion en 2017 ; il n'y a donc cette année qu'une seule promotion en dernière année".

Date du prochain examen d'entrée : 16 juin 2018.

Contact : M BORIE 05 55 43 12 18

✉ XAVIER.BORIE@ch-esquirol-limoges.fr

• Manifestations des associations correspondantes

APERSD

Président : M Serge Grosset

EFTA

Président : Dr Arnaud Delage.

ICAT/ISATAP

ISATAP (International Society of Autogenic Training, Autogenic Therapy and Autogenic Psychotherapy). La liste des membres de l'association est disponible sur le site www.isatapsy.com.

✉ isatapsy@gmail.com

• Autres associations

ARTEA

Présidente : Mme Marika Berges-Bounes

arteaberges@free.fr

<http://arteaberges.free.fr>

MRSzE - Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület

Association Nationale Hongroise des praticiens de Thérapies Symboliques et de Relaxation Psychothérapique

Présidente : Dr Magda Szönyi

Le prochain congrès international de relaxation et des thérapies symboliques aura lieu le 30 septembre 2017 à Budapest.

<http://www.relaxacio.hu/francais>

Les après-midis de la S.F.R.P.

Résumé des interventions - Résumé des commentaires - Projets de travaux

Panorama des Après-midis de la SFRP 2016

Date : Samedi 19 Mars 2016, Paris.

Thème : Communication brève

Intervenants : Dr Frank Suzzoni.

Lecture

Extrait de la communication « Certaines relaxations sont parfois rapidement libératrices », Colloque de la SFRP, Lyon 2015 : « Sur le temps dans les expériences de la Relaxation ».

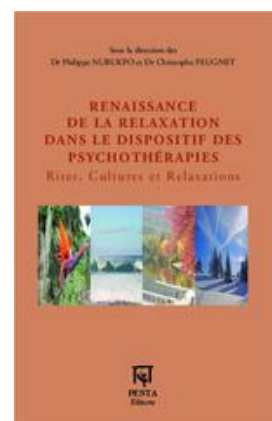
Selon Bergson, le temps ne peut-être perçu dans son essence : il ne peut être objet de conscience autrement que dans la relativité.

La Relaxation, qui récapitule le corps et l'esprit dans leur unité, nous éclaire sur l'essence du temps ; l'expérience unitaire qui peut être connue en relaxation rétablit la réalité d'un temps primordial à caractère continu.

Si la conscience courante établit le temps dans la construction d'une raison raisonnante, les états de la relaxation régénèrent l'expérience d'un temps originel. Nous avons fait, plus haut, l'hypothèse d'une segmentation de l'expérience vitale par le progrès, et nous avons évoqué un effet de décohésion individuelle, et d'incohérence du sens commun, comme conséquences de son mouvement d'accroissement. L'expérience, collective, du « temps technologique » conduit à la perception d'une emprise menaçante de celui-ci sur les êtres.

Dans les états autogènes, les rythmes du corps, les minimes fluctuations du tonus, les variations de l'activité émotionnelle, parsemées de protopensées, établissent l'expérience du temps dans une lecture globale. Au-delà de sa formalisation physique rationnelle. Juste avant de se fondre dans le continu. Ce parcours dans différentes formes du temps, circonscrit, puis diffus, et finalement dissous dans l'absolu, accompagne et garantit la reviviscence d'une force cohésive, sur ce qui avait été mis en désordre.

Et, à la reprise de la conscience ordinaire, la réalité se décrypte autrement : pour le passé comme pour l'avenir, dans la réparation comme vers la création. »



Argument pour la discussion

La question du Corps-Esprit unitaire, résolution marquante du colloque de 2011, « Rites, Cultures, Relaxations » doit devenir un repère central dans la théorisation des pratiques de la Relaxation.

Date : Samedi 25 Juin 2016, Paris.

Thème : Communication brève

Intervenants : Dr Frank Suzzoni.

Première intervention

Présentée de façon surprenante : « on va faire un jeu » ; distribution de feuilles de papier ; écrire "en un mot, ce que la relaxation évoque pour vous".

Ce mot ayant été inscrit, en inscrire deux autres.

Puis en inscrire deux derniers. On ramasse les feuilles, anonymes.

On énumère les différents mots couchés sur le papier par les participants.

L'assemblée paraît s'intéresser d'abord au terme « calme ». Au cours du débat affleure le thème de l'appel à communication initial : « induction-neutralité-empathie ».

D'autres termes sont également évoqués. Isabelle Charent a appelé ça « le jeu de Frank ». L'expérience a paru intéressante aux participants.

Deuxième intervention : la question de l'évaluation de la relaxation

Lecture de la conclusion du rapport de l'Inserm de juin 2015 sur l'hypnose. Cette conclusion insiste clairement sur la discordance entre les méthodes habituelles de validation des thérapeutiques, et la réalité des pratiques, qui échappent aux méthodologies reconnues.

Ayant affirmé que l'évaluation de la relaxation posera le même problème on expose l'intérêt des études qualitatives dans un domaine comme celui de la relaxation. On fait ressortir la démarche de type "théorie ancrée" (grounded theory).

A l'inverse des méthodes classiques qui visent la validation d'hypothèses définies dans un cadre préexistant, par une démarche en particulier statistique, l'approche qualitative de type « théorie ancrée » se fonde sur le recueil de données « du terrain » qui sont regroupées en catégories selon leur signification, puis abstraites, pour ensuite être théorisées. A ce stade, il est alors possible de compléter par des études quantitatives pour valider les théories qui ont été élaborées sur la base des expériences de terrain.

On remarque que l'expérience de la première partie de l'après-midi pouvait être un exemple d'étape initiale de recueil de données de terrain (les praticiens) et de l'exploration de leur signification.

Ainsi peut-on comprendre que l'évaluation de la Relaxation est l'affaire de tous les relaxateurs, chacun pourrait commencer à s'y préparer, quitte à ensuite livrer les données recueillies et réfléchies à des scientifiques qui pourraient l'élaborer selon les critères reçus.

Date : Samedi 24 septembre 2016, Limoges.

Thème : L'EFTA reçoit la SFRP. Trois présentations cliniques en T.A.P.

Intervenants : Dr Arnaud Delage, Mme Laetitia Brassart, Mme Annie Thomasson-Marcillaud

Date : Samedi 3 décembre 2016, Paris.

Thème : L'APeRSD reçoit la SFRP.

Intervenants : Dr Isabelle Charent, Dr Catherine Hurel.

Training 1

Relaxation statico-dynamique de la main (Dr Isabelle Charent)

Training 2

Le voyage du visage avec la relaxation statico-dynamique (Dr Catherine Hurel-Gillier)

Communication

Visage et main : 2 points cardinaux en R.S.D.

- . De la relaxation du visage au sentiment d'identité
- . La main comme une miniature de la cure R.S.D.

(Catherine Hurel-Gillier et Isabelle Charent)

Démonstration pratique

Apport de la psychophysiologie appliquée à la perception du tonus facial (Dr Frank Suzzoni)

Echanges, ressentis et commentaires avec la salle.



ADMINISTRATION
Société Française de Relaxation Psychothérapique
Siret n°795 238 864 00016

La S.F.R.P. est une association régie par la loi de 1901, créée le 9 Mars 1988.

La S.F.R.P. reconnaît la pluralité des Relaxations psychothérapiques. Ces méthodes impliquent la concentration mentale sur les états du corps propre, toniques et sensoriels.

Les inductions verbales et tactiles du relaxateur dans un cadre propice à la régression, le caractère transférentiel de la relation thérapeutique, les changements physiologiques et psychologiques donnent à la Relaxation, sa dimension psychothérapique spécifique.

Le vécu corporel s'élabore psychiquement avec une progressivité de l'évolution vers la créativité et/ou la verbalisation.

La cure peut être entreprise sur indication médicale pour des pathologies diverses (maladies physiques, anxiété, somatisations et autres troubles psychologiques) ou pour servir une démarche d'édification personnelle.

La S.F.R.P. a été créée dans le but :

- de regrouper les psychothérapeutes qui pratiquent la Relaxation en France et dans les pays étrangers.
- de former les psychiatres, les psychologues, les psychomotriciens, et plus généralement l'ensemble des professionnels des soins : médecins généralistes, chirurgiens-dentistes, sages-femmes, infirmiers, kinésithérapeutes, orthophonistes, etc.
- de promouvoir la Relaxation en tant que psychothérapie et de la faire connaître en vue de l'amélioration de la qualité des soins.
- d'assurer l'enseignement et les travaux de recherche sur la Relaxation.
- de contribuer à l'évaluation des pratiques professionnelles de Relaxation.

Dernière Assemblée Générale : 18 mars 2017

Conseil d'Administration du 3 décembre 2016

Décisions :

- Validation de la fiche de poste et recrutement du chargé de mission
- Démission statutaire de Mme Carine Mollas-Goryl du C.A. et admission du Dr Arnaud Delage
- Précision et différenciation des subventions et bourses données par la SFRP
- Validation du renouvellement du site internet de la SFRP et de son hébergement payant
- Reprise de la participation au CFP
- Colloque des 30 ans de la SFRP en 2018
- Organisation de la bibliothèque Yves Ranty ; édition et diffusion des actes du colloque 2015

Projets en cours et à venir :

- Contact avec GARP et Vittoz
- Bilan et registre des formations et formateurs
- Réédition de l'annuaire et du dépliant de la SFRP
- Validation dans l'année du logo pour la SFRP
- Recrutement d'un chargé de mission pour les projets "lourds" en cours

Nouveaux membres de la SFRP : Mme Annick Leca, Mme Gaele Carette, Mme Sylvie Locher, Mme Sylvia Jereti.

Bureau :

Présidents Fondateurs :

Dr. Michel ERLICH
Dr. Raymond JARREAU
Dr. Reine KLOTZ
Dr. Yves RANTY
Dr. Henry WINTREBERT

Présidents d'Honneur :

Pr. Jean-François ALLILAIRE
Mme Marie-José HISSARD

Président :

Dr. Christophe PEUGNET

Vice-Président :

Dr. Frank SUZZONI

Trésorier :

Dr. Catherine MOUSNIER

Secrétaires :

Dr. Philippe NUBUKPO
Mme Marie WARNERY (communication)
Mme Aurore JUILLARD (formation)

Cotisation (annuelle)

- membre bienfaiteur : libre (minimum 30 €)
- membre titulaire : 40 € (35 € pour les membres correspondants)
- membre correspondant : 5 € (par l'association correspondante)

FORMATION
Comité Scientifique (I.F.E.R.T.)
N°11 75 21113 75

Membres formateurs :

Limousin :

Dr Arnaud DELAGE, psychiatre
Mme Sophie LAMAUVE, psychanalyste
Dr Jean-Christophe MANDON, psychiatre
Dr Catherine MOUSNIER, psychiatre
Pr Philippe NUBUKPO, psychiatre
Dr Christophe PEUGNET, pédopsychiatre
Dr Alain RATTI, psychiatre
Mme Annie MARCILLAUD, infirmière

Rhône-Alpes :

Mme Aurore JUILLARD, psychomotricienne

Ile de France :

Dr Isabelle CHARENT, médecin généraliste
Mme Françoise DEPECKER, infirmière
Mme Lisbeth HEULLE, psychologue
Mr Willem VAN LYNDEN, psychologue

Midi-Pyrénées :

Dr Chérifa ZEMZANI, psychiatre
Mr Gérard THOURAILLE, kinésithérapeute

Corse :

Dr Frank SUZZONI, médecin généraliste

La formation des relaxateurs est définie par l'organe de formation de la S.F.R.P. (Comité Scientifique), intégration de l'I.F.E.R.T. (Intergroupe de Formation et d'études en Relaxation Thérapeutique).

Le cursus minimum est de deux années :

- la première étape est consacrée à une expérience personnelle didactique de Relaxation individuelle (une année minimum au rythme d'une séance hebdomadaire)
- la seconde étape est consacrée à la supervision individuelle du travail de relaxateur (une année minimum)

La formation est validée par la délivrance d'une double attestation de formation, par le formateur (membre du Comité Scientifique de la S.F.R.P.).

La formation pratique est complétée par une formation théorique : soit par la soutenance d'un mémoire devant le Comité Scientifique, soit par la validation du **Diplôme Universitaire de Relaxation Psychothérapique**.

La formation se poursuit par la participation aux manifestations de la S.F.R.P. (Après-midis de la S.F.R.P. etc.). La S.F.R.P. organise également, sur demande, des actions de formation en groupe.

Coût de la Formation

Formation personnelle : 1 600 € par an
Formation continue : 1 900 € par an
Action de formation (groupe) : variable (fonction de la durée, du matériel, et du nombre de formateurs)

À titre indicatif :

Moins d'une journée : 50 €/heure/formateur
Plus d'une journée : 250 €/jour/formateur

Pour toute information, contacter Mme Aurore JUILLARD
contact@relaxationpsychotherapique.com