

■ Une discipline assez méconnue qui peut soulager les douleurs physiques et psychiques

Profession : somato-psychopédagogue

Somato-psychopédagogie. Derrière ce terme un peu barbare se cache une discipline assez méconnue. Et elle risque de le rester encore un peu dans la mesure où son champ d'action est très, très large. Ce qui rend, en effet, un peu plus délicate encore sa démocratisation. Le somato-psychopédagogue soigne les maux du corps et de l'esprit, mais tente aussi de les prévenir. Pour ce praticien, les dimensions physiques et le psychiques sont en général étroitement liées.

Il y aurait seulement environ un millier de somato-psychopédagogues dans le monde. La somato-psychopédagogie (SPP) s'adresse à un large éventail de patients : de l'enfant qui rencontre des problèmes d'attention à l'école au sportif de haut niveau qui veut garder la forme ou soigner une douleur musculaire, en passant par un comédien qui souhaite mieux maîtriser son corps et ses émotions... Le somato-psychopédagogue travaille d'abord et avant tout sur des personnes volontaires. « C'est un ostéopathe qui a découvert la méthode, donc il y a des points communs, en même temps ce n'est pas du tout pareil », explique Christelle Signe, une infirmière diplômée de la Ferté-Alais qui a choisi de se réorienter dans la fasciathérapie et la SPP qu'elle pratique depuis quatre ans



Lors d'une séance de somato-psychopédagogie, Christelle Signe interroge d'abord le corps de son patient par de simples points d'appui du bout des doigts pour voir si son tissu conjonctif réagit bien.

maintenant. En France, l'Etat ne reconnaît pas de diplôme de SPP. Ce qui n'est pas le cas du Portugal. En revanche, l'université moderne de Lisbonne a agréé la formation dispensée par l'Ecole supérieure de SPP d'Ivry-sur-

Prévenir la maladie en interrogeant le corps

Seine (94). « Je me contente de répondre à la demande du patient », affirme Christelle Signe. Quand celui-ci arrive, par exemple, un peu déprimé ou avec un mal au pied,

la somato-psychopédagogue commence par "interroger" son corps. Pour cela, par de simples points d'appui du bout des doigts (et même à travers les vêtements), elle perçoit si le tissu conjonctif de la personne réagit bien. « *Tous les fascias (membranes qui entourent les parties anatomiques du corps : os, nerfs, artères, muscles...) sont reliés entre eux ; en cas de choc traumatique ou psychologique, on peut sentir un arrêt localisé ou total du mouvement du corps et cela peut être à l'origine de problèmes de santé* », détaille Chris-

telle Signe. Ce déséquilibre pourrait ensuite être à l'origine d'un problème de santé non encore déclaré. Inversement, « *le corps a une mémoire* », et à travers cette interrogation tactile du corps, elle peut identifier une rupture dans le mouvement du corps. Par l'interrogation, verbale cette fois-ci, le SPP peut alors faire ressurgir dans la mémoire du patient un choc qui s'est parfois produit il y a des années. Du point de vue thérapeutique, la dynamique gestuelle tient une place importante. A travers des gestes lents et simples qui sol-

licitent le corps tout entier, le patient apprend à mieux connaître son corps et son esprit. Il effectue un travail à la fois physique et psychique sur lui-même. Le but étant de favoriser l'autonomie, selon les cas, il ne serait pas nécessaire de consulter au-delà de trois séances.

■ **Olivier Fermé**

• **Christelle Signe consulte sur RV. Tél. : 01.69.23.39.36.**