



# Identification de la méthode Thérapie Biodynamique

Août 2018 / Mai 2020

## Table des matières

### Identification de Méthode IDMET

1.	Dénomination de la méthode.....	3
2.	Brève description de la méthode.....	3
3.	Histoire et philosophie .....	4
3.0.	Histoire .....	4
3.1.	Philosophie et attitude .....	6
4.	Modèle théorique à la base de la méthode .....	6
5.	Formes d'anamnèse .....	7
6.	Concept thérapeutique .....	8
6.0.	Réalisation et soutien du processus .....	8
7.	Limites de la méthode et contre-indications .....	10
8.	Différenciation des compétences d'action spécifiques à la méthode TC (optionnel) .....	11
9.	Ressources spécifiques de la méthode .....	11
9.0.	Connaissances .....	11
9.1.	Aptitudes .....	11
9.2.	Attitudes .....	13
10.	Positionnement .....	13
10.0.	Rapport de la méthode à la médecine alternative et à la médecine classique ...	13
10.1.	Délimitation de la méthode par rapport à d'autres méthodes et professions .....	13
11.	Structure et étendue de la partie de la formation TC spécifique à la méthode .....	13
	Bibliographie .....	14

Dans ce texte, les formes féminines et masculines sont utilisées alternativement

## 1. Dénomination de la méthode

### 1.0. Thérapie Biodynamique

## 2. Brève description de la méthode

### 2.0. Approche thérapeutique et mode d'action

- 2.0.1. La thérapie Biodynamique est une thérapie corporelle selon Wilhelm Reich. La Thérapie Biodynamique suppose que l'homme forme une unité dans son expression du corps, de l'âme et de l'esprit.
- 2.0.2. La Thérapie Biodynamique a pour objectif de permettre aux personnes de retrouver leur intégrité et leur vivacité originelles. Cela s'exprime dans le processus de thérapie par une augmentation notable de la résilience du client.
- 2.0.3. Le déséquilibre entre le corps, l'âme et l'esprit conduit à des discordances, qui se manifestent physiquement, émotionnellement et mentalement et se montrent par des tensions, des congestions ou des blocages dans les couches tissulaires du corps.
- 2.0.4. Le traitement de la tension corporelle a pour but de ramener les tissus à l'homéostasie. Cela permet au client de percevoir de plus en plus le flux énergétique libéré dans son corps. Le contenu ainsi mis en lumière est soit digéré par l'autorégulation soit rendu conscient lors de la conversation avec le client.
- 2.0.5. La principale préoccupation de Gerda Boyesen était de redécouvrir ce qui fait du bien au client et d'amener l'énergie en fluxion dans son corps. Elle a désigné cette capacité une autorégulation qui fonctionne bien. La prise de conscience du Soi retrouvé permet au de devenir de plus en plus indépendant du thérapeute et de retrouver ainsi sa propre responsabilité.
- 2.0.6. Le lien entre psyché et soma se reflète dans la modification du contrôle vasomoteur du tissu (hyper-, hypo-, normo-tonique). A partir de cette constatation, Wilhelm Reich a créé son propre modèle du Cycle Vasomoteur. Les étapes nommées par Wilhelm Reich : Construction de charge, décharge, relaxation ont été complétées par Gerda Boyesen par la quatrième étape de la phase de repos et de récupération. Ce Cycle Vasomoteur joue un rôle central dans la Thérapie Biodynamique.
- Le Cycle Vasomoteur peut être interrompu à chaque endroit et donc ne pas ou que partiellement complété. Le flux d'énergie est ainsi inhibé ou bloqué. La Thérapie Biodynamique travaille alors au niveau physique à l'endroit de ces interruptions. Les dernières sont perceptibles par le thérapeute dans un schéma respiratoire restreint, une tension musculaire et une congestion du liquide dans les tissus, palpables sur le corps du client.
- 2.0.7. Dans le processus de thérapie, le client fait l'expérience de la restitution de son énergie bloquée grâce à des divers massages : au niveau du périoste, de la musculature, des tissus nerveux et conjonctifs, de la peau et jusqu'à son aura (champ morphogénétique autour du corps du client). Cette libération de stagnation dans le Cycle Vasomoteur donne accès aux émotions et aux pensées refoulées. Ces changements dans le corps émotionnel et mental permettent au client de reconnaître ses schémas incarnés (croyances, acquis). La thérapeute accompagne le client dans ce processus. Comme Gerda Boyesen l'a appelé, elle a une « fonction de sage-femme ».
- 2.0.8. Gerda Boyesen a découvert que les massages corporels, différenciés selon les types de tissus, peuvent transformer l'énergie bloquée en flux. Ainsi, par la décharge végétative (processus organique), la stase est libérée et les cycles inachevés du Cycle Vasomoteur sont complétés. L'équilibre des fluides est au cœur de ce processus. Dans les blocages énergétiques, ce métabolisme des fluides est interrompu. L'intestin en tant que centre du métabolisme, joue un rôle crucial dans la clarification et la dissolution de ces énergies. Comme la nourriture, les états émotionnels doivent être « digérés » et le corps doit retrouver à son équilibre initial. Pour ce processus d'autorégulation, Gerda Boyesen a inventé le terme Psycho-péristaltisme.

- 2.0.9. Afin de percevoir ce processus de manière différenciée, Gerda Boyesen a commencé à écouter avec un stéthoscope les sons de l'intestin (péristaltisme) au cours des massages. Elle a constaté que les sons intestinaux sont une réponse directe du système végétatif au traitement corporel ; elle a appris à déterminer les différents types de sons. Gerda Boyesen décrit quatre sons différents : (1) sons de terre, (2) sons de l'eau, (3) sons de l'air et (4) sons de la chaleur. Ils sont audibles dans le stéthoscope en tant que (1) sons glissants, (2) sons de gargouillis et glossements, (3) sons frémissants et (4) sons de craquements. Ainsi, en Thérapie Biodynamique, le stéthoscope sert de simple dispositif de biofeedback.
- 2.0.10. L'espace thérapeutique protégé et la relation sécurisée entre le client et la thérapeute constituent la base sur laquelle les processus émotionnels et physiques peuvent s'épanouir et restaurer l'autorégulation naturelle du Cycle Vasomoteur complet et peuvent être bénéfiques pour la santé.

### 3. Histoire et Philosophie

#### 3.0. Histoire

- 3.0.1. Dans l'antiquité grecque, Hippocrate a enseigné le principe de « mens sana in corpore sano » (une âme saine dans un corps sain). Cette tradition a réapparu vers la fin du 19<sup>e</sup> siècle, lorsque des pionniers de psychothérapie corporelle tels que Pierre Janet (1859-1947) en France et Georg Groddeck (1866-1934) en Allemagne ont reconnu l'importance de la respiration libre, du mouvement expressif et de la relaxation musculaire dans le traitement des états de stress émotionnels.
- 3.0.2. **Sigmund Freud** (1856-1939) a expliqué que le Moi est avant tout un Moi du corps. **Wilhelm Reich** (1897-1957), médecin, psychanalyste, politicien social et thérapeute Végéto a été admis dans la société psychanalytique en 1920 et, par la suite été considéré comme le représentant le plus notable de l'enseignement original de Freud sur l'origine sexuelle de la névrose. Il découvre enfin l'importance centrale de la respiration bloquée et de l'armure musculaire pour l'ancrage somatique des états névrotiques. Il suivit Karl Abraham (1877-1925) et Freud dans leurs recherches sur la genèse de la structure du caractère, mais allait plus loin en démontrant comment la structure du caractère se manifeste dans le corps.
- 3.0.3. Reich a commencé à développer sa thérapie corporelle en partant de l'hypothèse de trouver un accès plus direct à l'inconscient et à ses pulsions réprimées à travers le corps, que par la psychanalyse. Il a demandé à ses patients de faire des exercices physiques, il touchait ou massait les muscles contractés de façon chronique pour libérer les impulsions emprisonnées dans la musculature et stimuler ainsi l'énergie vitale et la libido. Reich considérait les muscles tendus comme un mécanisme d'oppression ou de résistance. A partir de là, il a développé sa théorie des caractères et les théories de la libido et du Cycle Vasomoteur.
- 3.0.4. Sa méthode de Végétothérapie repose sur le principe d'équilibre du système nerveux végétatif qui régit nos états émotionnels tels que la joie, la colère, l'anxiété et la résignation. Reich a présenté pour la première fois ses travaux sur le lien entre le contact psychique et le flux végétatif en 1934 lors du 13<sup>e</sup> congrès de la Société Internationale de Psychanalyse à Lucerne.
- 3.0.5. Reich a utilisé le terme « bioénergétique » pour décrire le flux d'énergie dans le corps, avec lequel il a travaillé en Végétothérapie. Ce sont des processus bioénergétiques sous-jacents du métabolisme cellulaire et de notre vie émotionnelle. Le biologiste et lauréat du prix Nobel Albert von Szent-Györgi (1893-1986) a effectué des recherches approfondies à leur sujet.

Le flux d'énergie dans le corps représente la base somatique de ce que Freud appelle la « libido ». Le terme classique libido (latin libido : « désir, appétence », en sens restreint « volupté, impulsion, excès ») qui provient de la psychanalyse, désigne cette énergie psychique liée aux pulsions de la sexualité. La Thérapie Biodynamique comprend ce terme dans un sens plus large. Pour elle, la relation interhumaine est centrale et la sexualité n'est considérée que comme une forme de relation. En ce sens, la Thérapie Biodynamique dans le processus thérapeutique favorise la récupération du désir originel de vivre et de la joie de vivre.

Les recherches de René Spitz (1887-1974) et de John Bowlby (1907-1990) dans les années 1950, ainsi que les études de Reich au Infant Research Center, ont montré que ce contact énergétique qui résulte de la relation humaine, est essentiel à la santé mentale. Les perturbations invasives (dépassement des limites physiques et psychiques d'un être humain) ou privatives (manque d'attention et d'amour) sont des causes majeures du développement de la névrose.

- 3.0.6 La Thérapie Biodynamique a été développée par la psychologue et physiothérapeute norvégienne **Gerda Boyesen** (1922-2005). Au cours de ses études de psychologie, elle entreprit une analyse au début des années 50 avec Ola Raknes (1887-1976), un disciple norvégien de Wilhelm Reich. Pour Gerda Boyesen, il est devenu de plus en plus clair que l'armure musculaire est le résultat de la socialisation de l'homme. Afin de mieux comprendre l'interaction entre l'activité psychique-mentale et l'activité physique, Gerda Boyesen a achevé sa formation de physiothérapeute auprès d'Adel Bülow-Hansen. Cette dernière avait mis au point une nouvelle méthode de traitement de massage, en particulier pour les patients psychiatriques. En élargissant ce qu'elle a appris, elle a développé sa propre approche de la thérapie corporelle.

**Gerda Boyesen a développé la Thérapie Biodynamique sur cette base.** Gerda Boyesen a repris le concept des structures des caractères de Wilhelm Reich. Elle a réussi à assigner les structures des caractères aux blocages dans les segments. En utilisant diverses techniques de la Thérapie Biodynamique, elle a pu rendre de l'énergie à la vie qui était bloquée.

Lors de ses massages, Gerda Boyesen a remarqué les différents sons abdominaux de ses clients. Pour entendre plus clairement ces sons abdominaux, elle a utilisé un stéthoscope, a commencé ses recherches et a découvert l'importance capitale du tube digestif dans le traitement du stress émotionnel et mental, non seulement du stress actuel, mais également d'expériences traumatisantes et non surmontées. La réponse des forces d'auto-guérison peut être entendue dans le péristaltisme fluide par le stéthoscope pendant le traitement.

Gerda Boyesen a décrit ce que l'on appelle le réflexe de frayeur, c'est-à-dire un événement qui a entraîné une interruption du Cycle Vasomoteur et qui est stocké dans une tension corporelle. Ce changement de tension dans le tissu entraîne une perturbation de l'homéostasie dans l'organisme, à partir de laquelle des peines et des troubles fonctionnels peuvent se développer. Cela peut aller de légers changements des tissus fonctionnels à de graves changements structurels.

Dans ce contexte, Gerda Boyesen a élargi les théories de Wilhelm Reich avec une contribution décisive. Dans son travail pratique, elle s'est occupée des processus plus profonds du système nerveux végétatif et a découvert le rôle de l'armure viscérale dans le développement des troubles psychosomatiques et l'importance du péristaltisme dans leur traitement. Les muscles lisses des organes internes peuvent également être « blindés » (imperméables, collés), et pas seulement la musculature arbitraire du système musculo-squelettique. Le Psycho-péristaltisme, comme Gerda Boyesen l'appelait, a pris désormais une position dominante dans le développement de la Thérapie Biodynamique. Le stéthoscope comme instrument biofeedback psycho-péristaltique n'est employé qu'en Thérapie Biodynamique.

- 3.0.7. La connexion étroite entre le système viscéral et le système nerveux a été prouvée entre-temps par les résultats de la recherche en neuro-gastroentérologie. Aujourd'hui, la science reconnaît et étudie le « deuxième cerveau de l'abdomen », appelé système nerveux entérique, dans lequel plus de 100 millions de cellules nerveuses remplissent en grande partie les tâches autonomes de contrôle neuro-végétatif.

Giulia Enders, dans son bestseller « Le charme discret de l'intestin » (paru en 2017) a passé en revue les recherches récentes et présenté l'importance de la position centrale de la fonction intestinale dans le métabolisme. Elle note que beaucoup plus de sérotonine est sécrétée dans l'abdomen que dans la glande pinéale elle-même, ce qui vaut également pour les autres neurotransmetteurs qui régulent la relaxation et la tension.

- 3.0.8. Ainsi, des recherches récentes sur l'importance du système nerveux entérique pour la santé confirment l'exactitude de l'approche thérapeutique de Gerda Boyesen.

- 3.0.9. Robert Schleip a publié en 2014 ses recherches sur l'importance des fascias, entre autre, dans le livre « Lehrbuch Faszien ». Le concept de Gerda Boyesen de travailler sur les membranes a ainsi obtenu une confirmation moderne.

### 3.1. Philosophie et attitude

- 3.1.1. Dans l'image humaine de la Thérapie Biodynamique, le principe de l'autorégulation est central. Si l'homme a retrouvé sa flexibilité et sa pulsation énergétique d'origine, la possibilité d'une autorégulation est alors donnée. En conséquence, l'ainsi nommé « vrai Soi » dispose de ses pouvoirs de croissance et d'auto-guérison et peut se mouvoir librement entre le monde externe et le monde interne. L'ainsi nommé « faux Moi » névrotique (aussi appelé « personnalité secondaire ») s'est par ailleurs éloigné de la vraie nature intérieure. Il est toujours réactif dans des modèles rigides fixés sur l'environnement et ne peut que très peu se développer. La Thérapie Biodynamique consiste à chercher son propre être intérieur, là où des sentiments et des impulsions originels peuvent apparaître et là où les expériences sont intégrées.
- 3.1.2. Le terme Biodynamique signifie « le mouvement de la vie ». Cela fait référence au flux naturel spontané d'énergie vitale qui nous agite, nous anime et nous rend vivants. L'objectif fondamental de la Thérapie Biodynamique est de restaurer la circulation naturelle de cette énergie vitale, appelée circulation de la libido (au sens familier du terme : ménage naturel de besoins et de sentiments). En travaillant sur les muscles tendus, sur le tissu imperméable et sur la récupération de la vague respiratoire saine, des émotions refoulées émergent spontanément et peuvent être modifiées. Le corps se détend et l'énergie vitale coule à nouveau librement. Cela conduit à la stimulation de l'autorégulation et de l'auto-guérison. Des sentiments de bien-être, d'équilibre, de satisfaction et de vitalité émergent.
- 3.1.3. La Thérapie Biodynamique favorise fondamentalement une attitude invitante, acceptante et encourageante. L'accent est mis sur l'attitude attentive, non évaluative et non analytique du thérapeute. Ceci est important pour que le client puisse s'ouvrir et se développer en toute détente. De cette façon, notre propre essence peut être redécouverte et l'homme peut retrouver une autorégulation naturelle, combinée avec un sentiment fondamental de « bien-être indépendant » (Gerda Boyesen).

## 4. Modèle théorique de base

- 4.0.1. La Thérapie Biodynamique utilise le modèle d'énergie bioénergétique (Alexander Lowen, John Pierrakos, David Boadella), qui s'oriente aux segments du corps décrits par Wilhelm Reich, tels que définis dans son livre « L'Analyse caractérielle ». La vision bioénergétique suppose que le flux d'énergie naturel se déroule comme le processus d'une naissance normale. La tête vient en premier, avec les segments oculaires et buccaux. Viennent ensuite le segment du sein, le segment pelvien avec la région anale et génitale, puis les jambes et les pieds. Le flux d'énergie vitale va de la tête aux pieds. L'homme doit passer par cinq points de stagnation pour atteindre la forme pleinement humaine d'être dans l'esprit de Wilhelm Reich. Il intitule les gens pleins d'énergie vitale librement coulante : **le caractère génital**.

Lorsque l'énergie vitale s'accumule déjà autour de la tête, le modèle bioénergétique parle du **caractère schizoïde**, qui penche vers le type orienté à penser. Si le processus et l'énergie s'accumulent dans le segment oral, le **caractère oral** apparaît qui est orienté vers les besoins. Si l'énergie est encombrée dans la région thoracique et des épaules, nous avons à faire à un **caractère masochiste** qui a besoin de charge. Si l'énergie est congestionnée dans la région pelvienne, trop peu d'énergie coule du haut vers le bas, on parle de **caractère psychopathique**, qui a besoin de contrôle. Si l'énergie s'accumule dans la région génitale, on parle du **caractère rigide**, qui est axé sur le rendement. Si le flux d'énergie est exempt de congestion et d'attachement, il va pratiquement au-delà des pieds et jusqu'à la périphérie du corps. Dans le modèle bioénergétique on parle alors du **caractère génital** qui, paradoxalement, ne se rattache pas au segment génital de type rigide, mais est capable d'amour libre.

- 4.0.2. La Thérapie Biodynamique a reconnu que le flux d'énergie a la forme du huit. Les premiers blocages se développent dans la région de la tête et se terminent dans le bloc des yeux (structure de caractère schizoïde d'après Wilhelm Reich).

Ensuite, l'énergie entre dans le segment oral (structure de caractère oral) selon le schéma de développement psychosexuel de Freud.

A partir de là, l'énergie passe par le cœur dans le dos et en bas dans le segment anal (structure masochiste et psychopathique d'après Wilhelm Reich).

Et de là, le courant énergétique retourne au cœur, par le segment génital (structure de caractère rigide d'après Wilhelm Reich).

Depuis du cœur, l'énergie est distribuée dans tout le corps et conduit à un écoulement libre. Wilhelm Reich a appelé une personne à flux d'énergie libre la « personnalité génitale ».

- 4.0.3. Gerda Boyesen a modifié le modèle bioénergétique, inspirée par la doctrine de la pierre, du guerrier et du soleil, provenant de l'ancienne typologie indienne. Cette doctrine fait le lien avec la théorie du cotylédon de l'embryologie, de telle sorte que les êtres humains développent certaines forces ou faiblesses en fonction de leur prédisposition constitutionnelle. D'une certaine manière, cette théorie indienne ressemble à la médecine Ayurvédique. Cette théorie classe les gens en types, en fonction de leur Dosha (énergie vitale) : Vata (instable), Pitta (excessif) et Kapha (lent). Là aussi on retrouve des assignations aux éléments.

Lorsque l'ectoderme est accentué, l'homme vit davantage dans les processus conscients neurosensoriels, jusqu'au flot d'impressions sensorielles, ce qui peut conduire à la confusion. Par conséquent, il est nommé « soleil troublé ». L'objectif thérapeutique déclaré est d'absorber cette instabilité chez « l'homme supérieur » et de guider le client en l'assistant à mieux percevoir son propre centre et donc à atteindre le « soleil sain ».

Si l'accent est sur le mésoderme, Gerda Boyesen parle du « guerrier » dont le but inconscient est de perdre tout son sang sur le champ de bataille – l'aspiration inconsciente au parasympathique. Sous la forme du « guerrier », on pourrait assumer une sorte d'esprit, une forme de personnage qui, avec le souffle du feu et la passion orageuse, dans l'enthousiasme de l'intuition et du sentiment, brise et balaie toutes les barrières et les déterminations externes. De même, ce tempérament a ses avantages irremplaçables et ses dangers inévitables.

Si l'accent est sur l'endoderme, l'être humain possède un grand pouvoir digestif, qu'il soit mental, capable de digérer des bibliothèques entières, ou émotionnel, c'est-à-dire doté d'une grande résilience, ou capable de beaucoup supporter et digérer physiquement. On parle alors de la « pierre » ou de la « roche ». Selon Gerda Boyesen, ce caractère est souvent tellement étroit qu'il faut le briser, ce qui signifie que cette personne peut supporter des stimulations thérapeutiques puissantes.

Chaque communauté humaine a besoin de la « solidité » et de la « stabilité » de ces personnes « pierre » – des gens pesants et de pensée lente, de l'attachement traditionnel et de la gravité vécue, un mélange souvent fait de gravitation et de manière grave (pour ainsi dire imposant). Celles-ci semblent offrir la meilleure garantie du point de vue institutionnel, juridique et objectif de la vie commune. D'autre part, en raison de leur manque de connaissance de soi-même et de leur satisfaction trop rapide face à l'exactitude des possibilités extérieures, elles risquent toujours de trahir ce qu'elles prétendent être leur plus grand engagement. Si la thérapie conduit ces personnes à prendre soigneusement conscience et à se réconcilier avec leurs forces et leurs faiblesses, alors la « roche » se transforme en roche spirituelle, en diamant.

De même, la transformation de la mentalité du « guerrier » est nécessaire pour maintenir une société en vie entre raidissement et écoulement, entre solidification et abandon de soi, entre réalisme excessivement pragmatique et idéalisme trop ambitieux. Le but est également de trouver son propre centre et le « saignement » du propre égo exalté, ce qui mène ensuite au guerrier spirituel.

Le but du « soleil » réuni avec le cœur, c'est le découplage de l'amour et de la réussite dans notre société de rendement, et le développement de la capacité de être simplement heureux.

- 4.0.4. La thérapeute utilise les schémas ci-dessus pour compiler ses constatations quant à la localisation des blocages d'énergie. Elle s'engage à libérer le flux d'énergie au moyen des diverses techniques de massage et des exercices corporels relatifs de la Végétothérapie.

## 5. Formes d'anamnèse

- 5.0.1. Par sa présence et son attitude sans jugement de valeur, la thérapeute de Biodynamique crée un espace thérapeutique protégé dans lequel le client peut se sentir en sécurité. C'est la condition nécessaire à chaque pas de ce processus qui doit être assuré continuellement.

- 5.0.2. Sur la base des peines et des préoccupations décrites par le client, le thérapeute et le client définissent ensemble les objectifs du travail thérapeutique.
- 5.0.3. Au cours de l'anamnèse, le thérapeute perçoit – en plus de la conversation avec le client – comment le flux d'énergie s'exprime à travers le corps (Bodyreading, lire le corps). Par exemple, une cogestion située dans la région de la tête peut montrer une image corporelle, où la région de la tête est fortement chargée et le reste du corps énergiquement mal desservi, ce qui peut apparaître, par exemple, aux extrémités froides et indiquer une structure schizoïde.
- 5.0.4. En outre, l'évaluation tient compte : comment le client marche, comment il se tient debout, comment il parle, quelles sont les particularités de sa posture.
- 5.0.5. Lors des constatations tactiles du corps du patient, le thérapeute examine sa perception et vérifie ainsi son image énergétique. Par exemple, chez une personne orientée vers le rendement ou vers la charge, le corps peut être bien alimenté en énergie, mais les énergies ne sont pas fluides, ce qui est tangible pour le thérapeute dans la forte tension de la musculature, ce qui indique une structure rigide ou masochiste.
- 5.0.6. La palpation comprend également la perception de la turgescence et de la trophique des tissus, les dépôts, les durcissements, les tensions de l'organisme, ainsi que les congestions et les variations de l'orientation thermique du corps. Lors de ses constatations, le thérapeute examine toutes les couches du corps : des os, de la musculature, des tissus conjonctifs, des nerfs et des vaisseaux jusqu'à l'aura.

## **6. Concept thérapeutique**

### **6.0. Réalisation et soutien du processus**

- 6.0.1. Lors de la première séance, le thérapeute clarifie avec le client quel est son objectif thérapeutique envisagé.
- 6.0.2. Pendant ce premier entretien, le thérapeute apprend à connaître les antécédents médicaux du client et l'informe sur la méthode et les possibilités. Il convient avec le client les conditions générales et les coûts des séances.
- 6.0.3. La Thérapie Biodynamique se préoccupe du flux libre de l'énergie vitale, le thérapeute perçoit soigneusement et en contact avec le client, comment son énergie s'exprime, où elle s'écoule et où elle s'arrête. Même Hippocrate a rendu les pouvoirs d'auto-guérison de cette énergie vitale responsables pour la santé et la maladie. Cette énergie vitale, appelée « flux libidineux » par Wilhelm Reich, s'exprime structurellement et énergiquement dans le tissu corporel et dans la posture du client. Dans ses constatations, le thérapeute formé dresse l'image du client, qui sera la base de l'approche thérapeutique. Cela inclut : la posture du client, son mode de respiration, sa façon de s'exprimer et sa situation de santé actuelle. Au moyen de la palpation, le thérapeute perçoit avec précision l'état des différents tissus au niveau du corps et l'intègre également dans l'image.
- 6.0.4. En tant que dispositif de feedback dans le processus végétatif, le thérapeute utilise en outre le stéthoscope, qui est placé sur l'abdomen. Puisque l'énergie bloquée se manifeste toujours lors du transfert des fluides (homéostasie perturbée), lors de la libération ou de l'activation de cette énergie, le Psycho-péristaltisme réagit. Le Psycho-péristaltisme est une expression du système nerveux végétatif qui indique que le système nerveux parasympathique est activé et que les processus de régénération associés sont également activés (autorégulation).

Le client éprouve un sentiment de repos, de libre écoulement, de détente et de connexion avec l'univers, alors jusqu'à s'endormir.

Ce « processus de fusion », la réconciliation avec le côté parasympathique de la régénération, ne peut avoir lieu que dans un environnement sûr, calme et intime.



- 6.0.5. Dans le processus de la thérapie, il est essentiel que le thérapeute perçoive comment se trouve le client dans la prise de conscience de son corps. Lorsque le processus s'arrête, le thérapeute offre un pont permettant au client de faire le pas suivant. (Par exemple : pendant le traitement du corps, le thérapeute perçoit une tension soudaine, un schéma respiratoire changeant).

Alors, le thérapeute demande : Que se passe-t-il, où est-tu, que ressens-tu dans le corps ? Il invite donc le client à devenir attentif au processus actuel et à trouver des mots pour des sensations jusque-là réprimées dans une tension. Souvent, les thèmes centraux du client deviennent justement visibles à ces points de stagnations. Par exemple : un client serre ses bras devant sa poitrine, le thérapeute ressent la tension qui en résulte. Il en parle au client qui lui se rend compte qu'il protège son cœur. Ou bien le thérapeute attire l'attention sur l'affaiblissement de la respiration, et le client ressent une anxiété qui se transforme en parlant ou bien en acceptant simplement cette perception, ce qui peut déclencher un important processus de prise de conscience.

La thérapeute accompagne ce processus de prise de conscience en aidant le client à trouver des mots qui expriment ses perceptions ou ses sentiments. La thérapeute est consciente du fait qu'il n'est possible d'inscrire par-dessus ou d'empreindre à nouveau sur les anciennes structures inhibitrices du cerveau, qu'en reconnaissant à plusieurs reprises le fait de ce qui est.

- 6.0.6. Au début d'une session, le thérapeute demande au client quelles réactions se sont manifestées entre les sessions, et constate, si nécessaire, ce qui doit encore être intégré.
- 6.0.7. Dans le processus de thérapie, le client réapprend à avoir un accès conscient à ses sensations corporelles perdues. Grâce à cela, il entre en contact avec des sentiments qui n'ont trouvé jusque à présent aucune expression et qui ont été somatisés dans le corps (Cycle Vasomoteur non terminé). Il trouve progressivement accès à ses larmes non versées, à sa colère non autorisée (charge, énergie), à son anxiété non éprouvée (contractions) et à ses rires non admis. L'énergie vitale libérée dans le processus de thérapie (« flux libidineux » selon Wilhelm Reich) donne au client de plus en plus accès à son autorégulation et donc à son indépendance et à son autonomie.
- 6.0.8. Le thérapeute se sert des techniques suivantes :

Massages Biorelease : Biorelease est une notion collective désignant les techniques de massage pour soulager le stress physique et mental, sans toucher les profondeurs de l'inconscient. Cela inclut des exercices de relaxation, de perception et de respiration appropriés, que les clients peuvent également utiliser pour se détendre chez eux.

Massages de Thérapie Biodynamique : Au cours de son travail théorique, Gerda Boyesen a développé de nombreuses techniques de massages. Ils ont pour effet la diminution des tensions physiques et mentales, l'accord de l'énergie et la restauration de l'équilibre physique et mental. Les différentes applications des techniques résultent d'intentions différentes, à partir desquelles se déroule la mise en scène. Des massages peuvent être donnés avec une intention de vitaliser, d'harmoniser, de provoquer, de calmer, de distribuer ou de confirmer. Le schéma du Cycle Vasomoteur constitue la base de l'application des massages individuels. En fonction de l'endroit où le flux d'énergie est interrompu, le massage spécifique correspondant est utilisé. (Par exemple, des massages tonifiants sont appliqués en cas de hypotonie, des massages dé-tonifiants en cas d'hypertonie).

Deep Draining (Intégration psycho-posturale) : Cette technique de massage vise à dissoudre les postures dysfonctionnelles et les schémas respiratoires limités ou limitatifs. La thérapeute travaille dans les couches les plus profondes de la musculature et du tissu conjonctif. L'expression « Deep Draining » (drainage profond) désigne la « déshydratation » c'est-à-dire l'élimination du liquide de congestion neuro-végétatif des couches de tissu collées et des parties musculaires contractées. Systématiquement, dans cette technique de massage, le corps est libéré de la malposition incarnée au niveau de l'os, du tissu conjonctif, de la musculature, de la peau et de l'aura (champ morphogénétique autour du corps). Par exemple, le réflexe de choc réduit la mobilité du diaphragme, comme en témoigne la modification du schéma respiratoire. En dissolvant progressivement la tension du diaphragme, l'onde respiratoire est relâchée, ce qui permet de corriger la malposition dans le corps. Le Deep Draining peut dégager des réactions végétatives et émotionnelles et déclencher des processus psychiques profonds.

Végétothérapie : En Végétothérapie, il s'agit davantage de la rencontre directe et consciente du thérapeute et du client. Les points de stagnation émotionnelle et végétative sont consciemment identifiés et travaillés de manière directe, allant droit au but.

Le thérapeute donne aux **personnes orientées vers la pensée** les images qui leur correspondent et donne ainsi au client le sentiment d'être bienvenu.

Pour le **client axé sur les besoins**, tout peut être utilisé pour lui permettre d'être « dans le besoin », de lui prêter l'attention nourrissante, voire de le tenir et le bercer.

Pour le **client axé sur la charge** il faut qu'il apporte la charge au Toi. Mais comme il a tendance à « tirer du deuxième rang » il est possible que le thérapeute travaille avec des exercices de résistance ou qu'il conduise le client du travail à genoux (au niveau de l'enfant) à la position debout (au niveau de l'adulte).

Chez une **personne soucieuse de contrôle**, le thérapeute essaie en douceur de sensibiliser le sentiment fragile de sa valeur, ou de parvenir par un exercice bioénergétique à ce que le client perçoive sa propre faiblesse dans la partie inférieure de sa personne.

Chez **l'être humain axé sur le rendement**, tout vise à la maturation du dernier pas vers la personnalité génitale. Il faut qu'il fasse librement l'offrande de sa propre volonté, afin de devenir vraiment capable de relations humaines et capable d'aimer.

L'approche de la Thérapie Biodynamique des « Stepping stones » (être attentif aux points de stagnation) et du « rooted talking » (le thérapeute encourage le client par son propre modèle fondé) sont deux autres instruments de la Végétothérapie.

- 6.0.9. La Thérapie Biodynamique fournit ainsi un accès direct au corps et donc à l'inconscient incarné et à l'histoire du client devenue visible. Le résultat est le suivant : le client retrouve l'accès à ses ressources et développe une conscience de ce qu'il peut faire lui-même pour retrouver le lien avec son corps (autorégulation).
- 6.0.10. En s'orientant vers l'énergie corporelle, il est possible d'accéder aux traumatismes infantiles pré-linguistiques les plus anciens. Les expériences traumatiques qui se manifestent par des blocages des différentes couches et segments du corps peuvent, d'une part, être transformées en flux par le processus organique (végétatif) et, d'autre part, intégrées par la prise de conscience.
- 6.0.11 Le client peut entrer en contact dans l'espace thérapeutique sécurisé avec ses résistances protectrices qui se manifestent dans la tension physique. Grâce à l'attouchement invitant du thérapeute, le client peut faire de nouvelles expériences positive de son énergie corporelle. Il peut constater que les tensions anciennes sont capables de fondre progressivement, libérant ainsi des images, des sentiments et des pensées, ainsi la source de la tension devient évidente.
- 6.0.12 Cette thérapie corporelle renforce l'autorégulation, et le client atteint de plus en plus un accès à ses ressources d'origine. Cela rend le client plus résistant au stress, il peut à nouveau faire face aux besoins quotidiens.
- 6.0.13 La Thérapie Biodynamique peut initier un « processus de post-nutrition » par l'attouchement, ce qui, dans le sens d'être « entouré de soins maternels et paternels ultérieurs » permet au client de mûrir et de compléter les processus de développement bloqués. Cela correspond à la « fonction de sage-femme » du thérapeute, comme Gerda Boyesen l'a intitulée.

## 7. Limites de la méthode et contre-indications

La Thérapie Biodynamique est appropriée pour les thérapies individuelles des enfants, des adolescents et des adultes.

La Thérapie Biodynamique ne convient pas au traitement de

- Troubles du comportement, cognitifs
- Psychoses aiguës
- Dépressions majeures
- Troubles bipolaires
- (Hypo-) Manies
- Maladies organiques du cerveau
- Psycho-syndromes

- Troubles graves de personnalité
- Formes sévères d'anorexie nerveuse

Ces maladies sont contre-indiquées et nécessitent un traitement médical ou psychiatrique.

## **8. Différenciation des compétences d'action à la méthode TC (optionnel)**

## **9. Ressources spécifiques de la méthode**

### **9.0. Connaissances**

- 9.0.1. L'ancienne typologie indienne de la Pierre, du Guerrier et du Soleil est liée à l'embryologie et sert d'approche thérapeutique
- 9.0.2. Le Cycle Vasomoteur
  - Connaissance de la théorie du Cycle Vasomoteur
  - Comprendre les interruptions possibles du Cycle Vasomoteur et la signification de ces interruptions dans le développement psychosexuel de l'homme.
- 9.0.3. Concept de personnalité primaire et secondaire
- 9.0.4. Théories des réflexes de stress et de frayeur
- 9.0.5. Théorie du Psycho-péristaltisme
  - Comprendre la position centrale du système nerveux autonome, en tant que producteur des sons abdominaux
  - Travailler avec les sons du Psycho-péristaltisme, en lien avec la typologie et les structures des caractères
- 9.0.6. Physiologie du blocage (chimio-stase / homéo-stase)
- 9.0.7. Modèle des segments selon Wilhelm Reich
- 9.0.8. Végétothérapie
  - Approche de la Thérapie Biodynamique du « Stepping stone » et du « rooted talking »
- 9.0.9. Le dialogue en Thérapie Biodynamique
  - Interventions verbales et non verbales lors des massages et thérapie corporelle
- 9.0.10. Connaissance de la résistance protectrice
- 9.0.11. Travail du processus émotionnel

### **9.1. Aptitudes**

- 9.1.1. Techniques de massage
  - Massages Biorelease
  - Massages de Thérapie Biodynamique
  - Deep Draining
  - Végétothérapie
- 9.1.2. Application du stéthoscope ainsi que classement et coordination des différents sons de l'intestin lors du processus
- 9.1.3. Distinction des différentes formes d'attouchement des qualités des tissus, des différentes intentions dans les massages
- 9.1.4. Perception des différences entre énergie fluide et stagnante

- 9.1.5. Entraînement de la perception corporelle, émotionnelle et cognitive
- 9.1.6. Développement de la perception et de l'esprit d'observation des processus et des changements chez soi et chez les autres
- 9.1.7. Massages selon la Thérapie Biodynamique en tant qu'outil de travail dans le processus
- 9.1.8. Instruments de la Thérapie Biodynamique et procédé de relever l'anamnèse et les constatations
- 9.1.9. Massages sans stéthoscope :
  - Polarisation
  - Palming
  - Holding
  - Lifting
  - Massage du cou et des épaules
  - Massage de la tête, des mains et des pieds
  - Massage du colon
  - Massage de bébés selon Eva Reich
  - Massage d'ergonomie, vitalisant, sédatif
  - Massage d'autorégulation
  - Massage cocktail (légère impulsion de choc, eu-stress, toucher changeant rapidement et ponctuel par ordre défini précis pour la stimulation du système sympathique)
  - Massage des cinq points
- 9.1.10. Massages avec le stéthoscope :
  - Massage distribution de l'énergie
  - Massage du cou et des épaules
  - Massage de la tête, des mains et des pieds
  - Emptying
  - Basic Touch
  - Massage du périoste
  - Traitement de symptômes (par exemple, des maux de congestions aux environs de la tête peuvent immédiatement s'améliorer par des techniques du Grounding, sans passer à un niveau plus profond)
  - Massage du « Canal Es »
  - Séquence de Basic Touch
  - Travail au niveau de l'aura (Basic Touch, Palming, mouvement de puiser dans le champ d'énergie du corps, Aura-Packing)
  - Combinaisons de massages
- 9.1.11. Exercices de la Thérapie Biodynamique
  - Exercices de Grounding (prendre contact avec la terre)
  - Exercices de respiration
  - Exercices de relaxation
  - Exercices d'énergie tonifiants et vivifiants
  - Exercices d'ergonomie
  - Exercices fortifiant le Moi
  - Exercices de démarcation et de relation
  - Exercices dynamiques de groupe lors de l'entraînement
  - Exercices psycho-dynamiques
  - Exercices de visualisation
  - Voyages de fantaisie
  - Bodyreading (lire le corps)
  - Emptying verbal

## **9.2. Attitudes**

### 9.2.1. Le thérapeute

- est accordant (ouvert envers le client et sans résistance)
- sécurise l'espace
- non invasif, respectant la résistance protectrice
- est orienté au processus
- a une fonction de sage-femme
- est conscient de son attitude éthique et agit conformément

9.2.2. Le thérapeute élargit et révisé son travail continuellement par des formations continues et par des supervisions régulières,

## **10. Positionnement**

### **10.0. Rapport de la méthode à la médecine alternative et la médecine classique**

10.0.1. La médecine alternative et la médecine classique sont valorisées et leur statut dans les soins de santé est reconnu. Au cours de l'anamnèse, le thérapeute s'informe d'éventuels constatations ou diagnoses de médecine alternative ou classique concernant son client. D'autres thérapies et médications sont respectées dans le travail thérapeutique. Si nécessaire, d'autres spécialistes de santé sont consultés, afin de prendre soin du client de manière intégrale. Ainsi, le thérapeute favorise activement la coopération interdisciplinaire et les échanges avec des spécialistes en médecine alternative et classique.

### **10.1. Délimitation de la méthode par rapport à d'autres méthodes et professions**

10.1.1. La Thérapie Biodynamique se distingue de la psychothérapie et de la psychothérapie corporelle par les points suivants :

- La Thérapie Biodynamique s'oriente au modèle des structures des caractères de Wilhelm Reich. Elle se distingue des psychothérapies cognitives telles que la psychanalyse classique selon Sigmund Freud, de l'analyse des rêves selon C.G. Jung et d'autres thérapies orientées sur la conversation. La Thérapie Biodynamique fonctionne de manière holistique, intégrant consciemment le corps et le langage du corps en soutenant le processus de thérapie avec les techniques de massages biodynamiques.
- La Thérapie Biodynamique s'oriente sur le corps et le processus. Elle favorise la prise de conscience de soi-même, renforce les capacités de l'autorégulation et de la compétence de guérison. Contrairement à la psychothérapie, elle ne diagnostique et ne traite pas les troubles mentaux tels que définis par l'OMS (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems, actuellement ICD-10).
- La Thérapie Biodynamique se distingue de la psychothérapie corporelle, en travaillant directement avec le corps par les techniques spécifiques de massages biodynamiques, tels que Gerda Boyesen les a développés.

## **11. Structure et étendue de la partie de formation TC spécifique à la méthode**

### **11.0. Minimum d'heures d'apprentissage**

La formation en Thérapie Biodynamique comprend au-moins 500 heures de contact et 1250 heures de formation.

## Bibliographie

Boyesen Gerda: Entre Psyché et Soma.  
Bibliothèque scientifique Payot, Broché, 1997

Boyesen Gerda: Entre Psyché et Soma, Introduction à la psychologie Biodynamique.  
Adapté par Lucien Bailly-Maître. Petite Biblio Payot, 2018. Broché / Poche

Enders Giulia : Le Charme discret de l'Intestin. Tout sur un organe mal aimé.  
Nouvelle édition augmentée. Actes Sud Editions, 2017

Heller Michel : La Méduse, ou le monde reichien de Gerda Boyesen.  
Les Editions Biodynamiques.

Lewin François et Gablier Miriam : La psychologie Biodynamique : Une thérapie qui donne la parole au corps.  
Le courrier du livre, 2013. Poche

Reich Wilhelm : L'analyse caractérielle. Edition Payot, 2006

### En Allemand :

Boadella David: Befreite Lebensenergie, Kösel Verlag 1991

Boyesen Gerda: Über den Körper die Seele heilen. Kösel Verlag, München 1987

Boyesen Mona Lisa und Gerda: Biodynamik des Lebens – die Gerda Boyesen Methode.  
Synthesis Verlag, Essen 1987

Boyesen Gerda: Von der Lust am Heilen – Quintessenz meines Lebens. Kösel Verlag

Boyesen Paul und Huber Hans-Georg: Eigentlich möchte ich.... Leben zwischen Wunsch  
und Wirklichkeit. Kösel, München 1991

Enders Giulia: Darm mit Charme. Ullstein Verlag, Berlin 2014

Eberwein Werner: Impulse von Innen: Biodynamik, Körperpsychotherapie zur Heilung und  
Selbstfindung. Transform, Oldenburg 1990 (nur noch antiquarisch erhältlich)

Greuter Ulfried: Körperpsychotherapie. Springer Verlag 2015

Maul Bernhard: Körperpsychotherapie oder die Kunst der Begegnung. Bernhard Maul Verlag  
Berlin 1992

Reich Wilhelm: Charakteranalyse (1933). Erweiterte Fassung, Kiepenheuer & Witsch, 1970

Sandner Barbara: Theoriebildung in der Biodynamik, in: Energie und Charakter, Heft 11,  
Juni 1995, Bernhard Maul Verlag, Berlin

Schleip Robert: Lehrbuch Faszien. Urban & Fischer Verlag, 2014

Zundel Edith und Rolf: Leitfiguren der Psychotherapie – Gerda Boyesen, in DIE ZEIT No. 47,  
14. November 1986