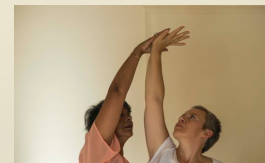


INTERETS ET ENJEUX DE LA GYMNASTIQUE SENSORIELLE

Isabelle Eschali r, masseur-kinésithérapeute, fasciath rapeute, somato-psychopédagogue - isa.eschali r@wanadoo.fr
Université Fernando Pessoa, Porto – Centre d’Etude et de Recherche Appliquée en psycho-pédagogie perceptive

La gymnastique proposée dans le cadre de la somato-psychopédagogie repose sur la sollicitation sensorielle et notamment proprioceptive qui vise à **soigner la présence à soi** dans le geste. Cet **art du mouvement** qui permet d’**accéder à son intériorité** et d’**exprimer cette intériorité à travers le geste** est utilisé par les praticiens fasciath rapeutes et somato-psychopédagogues. Il a semblé important de déterminer l’intérêt et la place que prenait la gymnastique sensorielle dans la pratique personnelle et professionnelle de praticiens experts.



Méthodologie

Une étude exploratoire a été menée à travers l’interview de trois praticiens experts en somato-psychopédagogie. La méthode d’analyse des verbatim est d’inspiration phénoménologique à travers une approche catégorielle comme point de départ d’un récit phénoménologique cas par cas. Sur cette base de données, une analyse herméneutique transversale a permis de mettre en lumière les apports de la gymnastique sensorielle pour les praticiens, tant pour eux-mêmes que dans le cadre de leur pratique soignante et éducative.

Interview de 3 praticiens experts



Analyse d’inspiration phénoménologique
Grille classificatoire

Catégories a priori	Catégories �mergentes
Apports de la GS sur les praticiens eux-mêmes	Intérêts et apports de la gymnastique sensorielle auprès des patients
Difficultés rencontrées et stratégies déployées dans l’acte pédagogique	
Que rapportent les praticiens à propos du visible et de l’invisible dans leur pratique ou dans l’observation de leurs patients	

Récit phénoménologique cas par cas



Analyse herméneutique transversale



Résultats

L’analyse a mis en évidence trois grandes natures d’enjeux, sur le praticien (physiques, psychologiques et existentiels), sur la pratique (soignante, éducative) et sur les patients eux-mêmes (structuration, confiance, participation).

(1) Pour le praticien :

- ❶ **Enjeux physiques** : amélioration de la vitalité, diminution de la douleur, maintien de la santé.
 - ❷ **Enjeux psychologiques** : dynamisme, confiance, effet anti-stress, diminution de la fatigue morale et mentale.
 - ❸ **Enjeux existentiels** : sentiment d’harmonie, lien avec la globalité, lien avec un sentiment de totalité, sentiment d’exister, maintien du lien avec l’intériorité.
- La GS installe un rapport entre le sujet et son intériorité et permet d’entrer dans la dialectique invisible/visible. Elle propose deux voies, la première, de l’invisible vers le visible, pour mettre en action l’intériorité, la seconde, de la forme vers le fond, pour accéder à l’intériorité.

(2) Pour la pratique :

- ❶ **Dimension soignante** : sur les plans somatique et psychique (libération des immobilités, des résistances)
 - ❷ **Dimension éducative** : mobilisation intense des ressources attentionnelles.
- Processus d’attention, d’écoute, de coordination des fonctions cognitives et du geste, renouvellement du rapport à soi et au mouvement.

(3) Pour les patients

- ❶ Donne des repères, structure, rassure et améliore la confiance des patients.
- ❷ Concerne toute la globalité de la personne, tant au niveau somatique que psychique.
- ❸ Mise en action, participation, auto-formation, autonomie.

Discussion et Conclusion

Quand le praticien pratique la GS pour lui même, il apparaît un intérêt et des enjeux significatifs et positifs sur sa santé physique et psychique ainsi que sur sa quête existentielle. D’autre part, la GS appliquée sur les patients génère aussi des effets notables.

Cette recherche issue d’un Master en psychopédagogie perceptive présenté à l’université Fernando Pessoa (2011) montre que la pratique de la gymnastique sensorielle dépasse le simple exercice physique ciblé sur la santé physique. Elle touche aussi des enjeux psychiques et existentiels chez les personnes qui la pratiquent.

Mots clés : gymnastique sensorielle, intériorité, mouvement

Eschali r, I. (2011). *Didactique et dialectique de la gymnastique sensorielle*. Mémoire de Mestrado en Psychopédagogie perceptive. Université Fernando Pessoa, Porto.

