

M.D.B

Un aspect de la psychopédagogie perceptive

par Sandrine Toutard d'après les propos de Danis Bois recueillis dans Gtao n°18 et l'article de Christian Courraud paru dans le n°22 de Gtao

La Méthode Danis Bois, MDB, est issue des recherches sur le corps et le mouvement menées par Danis Bois et son équipe depuis plus de 20 années. Il s'agit d'une thérapie somato-sensorielle qui repose sur le développement des perceptions du corps et du mouvement grâce à deux outils : le mouvement indéterminé qui anime la totalité de l'univers, et le mouvement déterminé qui s'actualise dans la matière.



crédit photo: Point d'Appui

Une perception consciente du mouvement

Passionné par le mouvement sous toutes ses formes, Danis Bois devient kinésithérapeute puis ostéopathe avant de s'intéresser à la thérapie des fascias et plus tard fonder la «gymnastique sensorielle», le tout réuni sous le nom générique de Méthode Danis Bois, et aujourd'hui, la somato-psycho-pédagogie.

Au début, la pratique était tournée essentiellement vers les pathologies locomotrices et les troubles fonctionnels. Puis progressivement Danis Bois a introduit la pédagogie qui permet aux patients de mieux percevoir leur corps pour ensuite lui donner une dimension psychologique et humaine. Ainsi, selon lui : *La fasciathérapie constitue un paradigme de la somato-psycho-pédagogie qui résulte de ses recherches dans les domaines de la somatologie, de la pédagogie et de la psychologie. La psychopédagogie perceptive est le générique qui englobe à la fois la fasciathérapie, la pédagogie corporelle et la relation d'aide.*

La fasciathérapie est une pratique thérapeutique qui prend en charge la totalité de la personne : le fasciathérapeute interroge le tissu afin de rechercher la cause d'éventuelles douleurs, stases, blocages, fatigue... La thérapie rend leur mobilité aux muscles et aux organes en libérant les blocages mécaniques, articulaires, osseux, viscéraux et crâniens. Elle cherche également à solliciter le mouvement interne du corps pour relancer la vitalité de la personne. Lorsque cette dynamique interne lente et continue est perturbée, la maladie trouve un terrain propice à son installation. En revanche, lorsque le mouvement est relancé, le corps trouve une opportunité de se guérir. En MDB, l'objectif est de traiter la personne, mais aussi, et surtout,

de faire participer le patient aux effets créés par son propre traitement. Cette perception consciente du mouvement offre un potentiel de sensations nouvelles et inédites qui participe totalement à l'acte de guérison.

Le principe d'une séance

Le diagnostic est palpatoire : il doit donc s'appuyer sur une connaissance physiologique et anatomique, mais il requiert une subtilité de toucher qui permet de sentir le ou les déséquilibres. La main est ainsi sollicitée pour soulager les zones souffrantes et donner à la personne la possibilité d'une nouvelle rencontre avec son corps. Danis Bois a développé une thérapie manuelle où le ressenti et l'empathie du soignant donnent les outils pédagogiques qui permettent au patient de développer son potentiel de relation avec son corps, et son mouvement.

Indications

La fasciathérapie s'adresse à toutes les formes de douleurs crânienne, viscérale et locomotrice accompagnées ou non de troubles fonctionnels (digestifs, respiratoires, gynécologiques). Elle permet également de soulager les douleurs psycho-somatiques et les somatisations accompagnant les troubles psychologiques et les états de stress. Les douleurs de l'enfant, de la personne âgée et les douleurs qui accompagnent les cancers ou les autres maladies graves sont également susceptibles d'entrer dans le champ de compétence du fasciathérapeute. Ajoutez à cela les pathologies musculaires et articulaires traumatiques ou accommodatives : lumbago, cervicalgies, sciatique, entorse, épaule douloureuse, fibromyalgie, raideurs et douleurs articulaires, etc. ; les pathologies fonctionnelles : migraines, acouphènes, constipation, troubles digestifs et gynécologiques, etc. ; les pathologies de terrain : allergies, pathologies inflammatoires, terrain infectieux, dépression nerveuse, fatigue, déséquilibres neuro-végétatifs ou endocriniens, etc. ; la prévention des troubles du vieillissement, l'accompagnement à la grossesse et post-partum ; les pathologies de l'enfant : scoliose, torticolis congénital, trouble du sommeil, troubles alimentaires, instabilité, anxiété, difficultés scolaires, enfant hyperactif, etc.

SE FORMER & trouver un praticien

Pour en savoir plus, consultez le carnet d'adresses p. 62.