



Travail original

La sophrologie caycédienne : une autre approche du couple infertile

O. Heymès, T. Forges, F. Guillet-May, A. Zaccabri, N. Dandachi, P. Monnier

UF d'AMP, Maternité Régionale Universitaire, 10, rue du Docteur-Heydenreich, CS 74213, 54042 Nancy Cedex.

RÉSUMÉ

En assistance médicale à la procréation (AMP), la course technique à la parentalité fait souvent oublier la dimension humaine et consciente de la démarche. Devant le constat de cette spirale de la médicalisation du désir d'enfant, des techniques de prise en charge parallèle peuvent être proposées aux couples. Parmi celles-ci, la sophrologie caycédienne comme l'indique son essence étymologique, repose sur la découverte et le développement de la conscience dans tous ses aspects, cognitifs, émotionnels et somatiques. Dans cette synthèse, les auteurs rapportent l'expérience de leur institution, dans laquelle un accompagnement sophrologique est proposé aux couples infertiles par le clinicien de l'AMP, et réalisé par une sage-femme qualifiée en sophrologie caycédienne. Au total, depuis sa mise en place en 1988, 310 personnes ont pu bénéficier de cet accompagnement, avec une moyenne de 10 séances par patient(e). Pour certains couples, la sophrologie est considérée comme un outil ponctuel qui aide à gérer une étape appréhendée dans la prise en charge. Pour d'autres, une démarche plus profonde sur leur corporalité est engagée. Les auteurs souhaitent sensibiliser les équipes de Médecine de la Reproduction à la place de cette approche différente dans le parcours médical proposé aux couples infertiles, mais aussi défendre la synergie d'une double compétence professionnelle, à la fois de sage-femme et de sophrologue, dont les premiers bénéficiaires sont les couples ainsi accompagnés.

Mots-clés : *Assistance médicale à la procréation • Infertilité • Sage-femme • Sophrologie caycédienne.*

SUMMARY: Sophrology: a different tool for infertile couples.

Because of the high degree of complexity of assisted reproduction techniques (ART), the human and conscious dimensions of infertility problems are often neglected. Different strategies may help infertile couples coping with infertility and related treatments; among these, Caycedian sophrology relies on the cognitive, emotional, and somatic aspects of consciousness. In the present article, the authors report on their experience with sophrologic support for infertile patients by a midwife qualified in caycedian sophrology. Overall, since 1988, 310 couples have benefited from this kind of support, with an average of 10 sophrologic trainings per patient. Whereas some couples consider sophrology as a short time training to better cope with any particular aspect of their infertility treatment, others want to undertake more profound work on their body scheme. The authors wish to call the attention of ART professionals to this kind of medical support for infertile couples, and also to the particular role of midwives with sophrologic competence in an ART center.

Key words: *Assisted reproduction techniques (ART) • Caycedian sophrology • Infertility • Midwife.*

En France, 1 couple sur 6 consultera pour un désir d'enfant à un moment donné et tous ne verront pas leur projet parental aboutir. L'évolution des connaissances et des techniques aboutit à une diversification de la prise en charge du couple et la complexité des démarches à effectuer rend le vécu du parcours difficile, chaotique. Dans cette course à la parentalité, la surenchère technique prend parfois le pas sur l'humain, l'anticipation permanente empêche de vivre le temps présent. Le corps est morcelé, quantifié, évalué dans ses capacités « à produire » des gamètes, une grossesse, un enfant... L'accompagnement sophrolo-

gique prend en considération l'individu dans sa globalité corps-esprit. Il permet d'appivoiser et de respecter le corps avec ses capacités de l'instant, sans interprétation ni jugement, ce qui mène à une conscience de soi différente. Dans la littérature, diverses applications des techniques sophrologiques ont été rapportées [1], en médecine ou en odontologie, que ce soit pour un accompagnement ponctuel, comme par exemple la réalisation d'une endoscopie pulmonaire [2] ou dans la prise en charge plus globale de la douleur [3] ou de maladies chroniques [4, 5]. Dans le domaine de la gynécologie-obstétrique, un accompagnement

sophrologique a été rapporté en cas d'interruption volontaire de grossesse [6, 7] ou comme technique de préparation à la naissance [8]. En revanche, en matière d'assistance médicale à la procréation (AMP), nous n'avons pas retrouvé d'expérience publiée. Notre équipe a fait le choix de proposer un accompagnement sophrologique aux couples infertiles, grâce aux compétences d'une de nos sages-femmes. Le but de ce travail était de sensibiliser les équipes de Médecine de la reproduction à l'influence de cette approche différente des couples infertiles dans le parcours médical proposé.

LA SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE : UNE MÉTHODE, UN ART DE VIVRE...

La formule de Rabelais : « *Science sans conscience n'est que ruine de l'âme* », a une valeur intemporelle. La sophrologie, comme l'indique son essence étymologique, repose sur la conscience, force qui intègre les structures responsables de l'être, dans toutes ses dimensions, philosophique, physique, psychique. En effet, son fondateur, Alfonso Caycédo, neuropsychiatre colombien, choisit les formants grecs pour créer sa sémantique : *sos* « harmonie », *phren* « esprit-conscience » *logos* « science-étude ». Après une formation académique, ce médecin souhaita trouver une alternative thérapeutique et choisit l'hypnose, très en vogue à cette époque. Peu satisfait de cette prise en charge trop inductive à ses yeux, il en abandonna la pratique pour se tourner vers la phénoménologie [9]. Aborder la conscience humaine en médecine par le biais de la phénoménologie existentielle était alors pratiqué en Suisse par Ludwig Biswanger, neuro-psychiatre. Caycédo approfondit cette démarche à ses côtés. Toutefois, il souhaita aller plus loin dans la connaissance des modifications des états et niveaux de conscience et leurs interactions corporelles en s'initiant aux philosophies orientales et aux pratiques qui les accompagnent. En 1960, après différents séjours en Orient (Indes, Tibet, Japon), les fondements de la sophrologie furent posés. Sa devise est : « *ut conscientia noscatur* », « *pour que la conscience soit connue* ». Il définit la sophrologie comme « *une école scientifique, de base phénoménologique existentielle qui propose une nouvelle étude de la conscience, la conquête des valeurs de l'existence et de l'Être* ». Ce fondateur, dans le cadre de sa démarche, structure la conscience en états (notion qualitative) et en niveaux (notion quantitative). Cette théorie est représentée sous forme d'un éventail, nommée « éventail sophrologique de la conscience » dont les branches constituent les différents états de la conscience : la

conscience pathologique (conscience qui peut être transitoire ou définitive, liée à la maladie mentale et/ou physique, à un stress ou une difficulté de vie), la conscience ordinaire (conscience au quotidien) et la conscience sophronique (conscience vers laquelle l'individu aspire, qui permet la rencontre avec soi et le monde, et apporte bien-être et sérénité). Sur un versant quantitatif, quatre niveaux sont distingués : la veille, le sommeil, le coma, et, entre veille et sommeil, le niveau sophro-liminal, « lieu » privilégié du travail entrepris en sophrologie. Ce dernier niveau correspond à un seuil à la fois proche de la veille dans sa partie supérieure et du sommeil dans sa partie inférieure. Les postures assises et debout permettent de travailler dans la partie la plus proche de la vigilance, voire de l'hypervigilance, afin que la personne reste très présente à elle-même.

Trois principes fondamentaux donnent à la sophrologie caycédienne sa spécificité. Le premier est le principe du schéma corporel comme réalité vécue. Le schéma corporel est au carrefour du postural, du physiologique et de l'émotionnel : à la fois corps-perception, sensation et corps image de soi. Il permet de communiquer, de ressentir et d'exprimer (conflits, peines, joies...). Tout au long de la vie et des événements vécus, le corps se modifie, se forge. Cette évolution et ces changements sont parfois difficiles à appréhender et à accepter [10-12]. La sophrologie permet ainsi d'appivoiser et d'habiter sereinement son corps lors de ces différentes étapes tout en installant une harmonie mentale. Le deuxième principe est le principe d'action positive qui consiste à orienter notre champ de pensée vers ce qui est positif (ce qui s'exprime et qui permet d'être là, d'être présent à la vie) plutôt que négatif (ce qui détruit et empêche de vivre l'instant présent : les représentations et l'agitation mentales). Il s'agit d'une démarche volontaire, qui nécessite une certaine énergie, et grâce à laquelle on apprend à reconsidérer son histoire de vie passée, présente et future en intégrant ce qui est ressource, dynamisme, capacités personnelles et élan de vie. C'est une philosophie de vie qui mène vers la sérénité. Le dernier principe est celui de réalité objective qui concerne plus spécifiquement le sophrologue. Ce dernier doit s'être approprié la méthodologie et doit avoir cheminé par rapport à sa perception de lui-même. Il ne doit pas se situer comme la référence, mais comme un guide, « un passeur à gué », permettant ainsi au sophropratiquant d'accéder à sa propre transformation. Il ne s'agit pas de travailler sur un concept de transfert mais sur celui d'une « alliance » qui relie sophrologue et sophropratiquant. L'emploi du « nous » est privilégié

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3273702>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3273702>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)