

Lundi 12 juillet, ouverture d'un cabinet de psychologie biodynamique à Vic-Fezensac, seul cabinet de ce type dans le Gers



Lundi 12 juillet, ouverture d'un cabinet de psychologie biodynamique à Vic-Fezensac, seul cabinet de ce type dans le Gers

Julie Rieb est la seule diplômée dans le Gers de l'école de psychologie biodynamique, une discipline peu connue qui obtient pourtant d'incroyables résultats auprès de publics de tous les âges.

Son cabinet ouvre au 13, rue Victor Hugo à Vic-Fezensac lundi 12 juillet pour les ados, adultes, seniors et en septembre pour les enfants, domaine dans lequel Julie est spécialisée.

Rencontre avec une thérapeute corporelle convaincue par les bienfaits de cette thérapie qu'elle a expérimentée sur sa propre personne :



Journal du Gers : Pouvez-vous nous expliquer ce qu'est la psychologie biodynamique ?

Julie Rieb : L'école de psychologie biodynamique a été fondée dans les années 50 par Gerda Boyesen. Psychologue clinicienne, elle s'oriente de par son apprentissage vers les concepts de Wilhelm Reich et Gustav Jung. Ces personnalités importantes du premier mouvement psychanalytique considèrent que l'inconscient est présent sous forme biochimique dans le corps.

Ainsi, il est possible de travailler sur des problématiques psychiques en passant par le corps.

Notre histoire est inscrite dans notre peau, nos tissus, nos muscles, nos os, nos membranes et nos viscères. Le principe étant de remettre en circulation les anciens vécus refoulés et non digérés.

Et c'est la fonction de base naturelle du corps que de digérer son histoire : lorsqu'il n'y parvient plus parce que trop d'accumulation, le corps la stocke...c'est pour cette raison qu'on a plus de facilités à se souvenir d'événements douloureux!

On a toute une palette d'outils comme le rêve, l'histoire familiale, les mises en situation, la parole enracinée, l'accueil fondamental...

Mais l'outil principal est le toucher thérapeutique, les manipulations, du moins pour ceux qui acceptent d'être touchés.

Journal du Gers : Comment se déroulent les séances ?

Julie Rieb : Avec les adultes, on va commencer par un temps de parole – mais ce n'est pas obligatoire - puis on passe à la phase corporelle.
<https://www.lejournaldugers.fr/article/49737-lundi-12-juillet-ouverture-dun-cabinet-de-psychologie-biodynamique-a-vic-fezensac-seul-cabinet-de-ce-type-dans-le-gers>

La réponse est individuelle et adaptée au moment et à l'état émotionnel et physique de chacun. La régularité des séances est gage de qualité dans ce travail: le corps à besoin de temps pour laisser émerger ce qu'il garde dans ses tiroirs...chaque séance est différente, c'est un processus dynamique.

On travaille lentement avec les adultes, c'est plus rapide avec les enfants.

Lorsqu'il s'agit de travailler avec un enfant, je commence par un entretien téléphonique avec un ou les parents pour ne pas imposer à l'enfant un interrogatoire en présentiel. Et cela me permet de poser un premier diagnostic : l'histoire familiale, le déroulement de la grossesse et de la naissance sont des éléments clés de notre constitution.

La séance se déroule un temps avec un ou les parents, puis un temps avec l'enfant.

Parfois cela consiste simplement à accompagner la parentalité ; quelques conseils suffisent pour que tout rentre dans l'ordre!

Journal du Gers : Vous avez choisi de rajouter une spécialité « enfants » dans votre formation.

Pouvez-vous nous parler de ce volet ?

Julie Rieb : Si j'ai souhaité m'installer à Vic, c'était précisément pour pouvoir développer cette dimension. J'exerce déjà à Caillavet mais il me fallait plus de place pour accueillir les enfants.

Je vais en effet créer ce que l'on appelle un espace sensoriel inspiré des espaces Snoezelen.

Dans cet espace dédié, l'objectif est d'amener de manière ludique l'enfant vers ses sensations.

Je n'ouvrirai cet espace qu'en septembre car il me faut le temps de l'aménager avec des couleurs, des objets, la décoration est très importante.

Cette thérapie est adaptée aux enfants de tous âges ainsi qu'aux enfants dits "atypiques" ou "dysfonctionnels": hyperactifs, surdoués, soit disant "inadaptés", troubles du comportement...

L'important dans cette manière de travailler étant de mettre en valeur les ressources de l'enfant, ses capacités, car il y en a toujours. La psychologie biodynamique part du statu quo que nous avons tous un "noyau sain" qu'il s'agit de soutenir et développer.

Journal du Gers : A l'autre bout de la pyramide des âges, vous travaillez aussi avec des seniors.

Julie Rieb : Oui en effet, le toucher thérapeutique permet de soulager les douleurs articulaires par exemple, il apporte une possibilité de relâchement à bien des niveaux.

Le spectre d'action est très large car on travaille sur le fonctionnement interne du corps dans son entier. Le champ d'action de la thérapie psychocorporelle permet d'aborder en douceur bien des troubles : sommeil, alimentation, digestion, angoisses, burn out, relations conflictuelles, traumatismes, phobies...

On part du principe que s'il y a une douleur (qu'elle soit physique ou psychique), c'est que le corps l'a mise en place pour une raison et que quelque chose à besoin de circuler.

Il y a dans cette discipline un grand respect des mécanismes du corps : il agit de façon autonome dans la gestion de notre vécu et je travaille en lien étroit avec cette autonomie.

Journal du Gers : Pourquoi vous êtes-vous orientée vers cette discipline ?

Julie Rieb : C'est mon histoire personnelle qui m'y a conduite.

J'ai été danseuse classique dès l'âge de 5 ans et j'en ai énormément souffert.

A 22 ans j'étais « cassée » ; j'ai essayé plusieurs solutions et par le plus grand des hasards, j'ai rencontré la psychologie biodynamique : j'ai su tout de suite que c'était la solution.

En fait, j'ai atterri dans mon corps et, dans la foulée, j'ai fait les 5 ans de formation pour « sauver ma peau », il n'y a pas d'autres mots !

Pendant 12 ans, j'ai été anorexique, en quête de solutions pour m'en sortir.

Avec la psychologie biodynamique, en 2 ans, c'était résolu de manière définitive et cela tout en douceur sans jamais parler de nourriture...

Je peux donc attester de l'efficacité de la méthode et c'est pourquoi je veux la faire connaître.

Journal du Gers : Vous avez abandonné la danse ?

Julie Rieb : La danse classique oui! Mais je n'ai jamais cessé de danser. Je suis actuellement en formation avec Véronique Pioch, formation qui s'intitule « Danser et être dansé ».

J'ai l'intention de proposer par la suite des ateliers d'éveil corporel en musique pour petits et grands. Du mouvement libre bien évidemment, pour développer de manière ludique le travail corporel, la respiration, l'imaginaire, le mouvement.

Journal du Gers: Vous travaillez avec « du vivant ». Comment réussir à faire la part des choses et à ne pas être trop impactée par les émotions que vivent vos patients ?

Julie Rieb : Nous avons une solide formation qui nous permet de rester neutres. Je « n'absorbe » pas les émotions et l'histoire de l'autre, je les accueille intégralement afin qu'elles puissent s'évacuer, c'est une posture spécifique.

Surtout, je suis « supervisée », c'est-à-dire que régulièrement, je parle de mon travail avec des personnes formées pour garantir la neutralité de ma présence thérapeutique au cours des séances. En fait, le ou la thérapeute biodynamique est dans une attitude d'accueil inconditionnel de chaque personne dans son entier. Ainsi les blocages fondent en quelque sorte.

Journal du Gers : Quels vont être vos créneaux d'ouverture ?

Julie Rieb: Mon cabinet est ouvert tous les jours de la semaine. La durée (1h à 1h30) et la régularité des séances sont définies au premier rendez-vous.

Une séance par semaine permet un travail intensif.

Certaines personnes viennent une fois par mois pour s'offrir un moment de relâchement.

Les besoins sont différents pour chacun et en constante évolution.

Pour plus d'informations sur la méthode :

psychologie-biodynamique.com

Julie Rieb

13 rue Victor Hugo

32 190 Vic-Fezensac

Séances sur RDV au 06 65 20 90 14

Tarif: 50 euros / 1h

