

Catherine, POTEL. *Le corps en relaxation : des émotions sensorielles aux racines primitives de l'être*. Toulouse : Ed. Erès, 2020, 219 p. (Coll. A corps)

**Catherine Potel**

**Le corps en  
relaxation**

Des émotions sensorielles aux racines primitives de l'être



**Marianne KRIER**  
**Psychologue – clinicienne à l'UEROS**  
**IRR Nancy**

Dans son dernier ouvrage, qui porte comme sous-titre « des émotions sensorielles aux racines primitives de l'être », Catherine Potel nous fait découvrir l'articulation entre ses réflexions théoriques et sa pratique clinique en relaxation thérapeutique.

- D'abord l'auteure retrace le chemin parcouru pour devenir thérapeute corporel. Sa pratique professionnelle débute en psychomotricité. Très tôt elle s'intéresse à ce qui peut faire les fondements de l'identité. Sa formation en relaxation analytique est motivée par son intérêt pour l'articulation théorique entre corps et psyché.
- Le deuxième chapitre est consacré à la notion de détente. Catherine Potel nous livre ses réflexions au sujet de l'apaisement corporel. Elle propose de revisiter le dialogue tonico-émotionnel et illustre à travers des cas cliniques son importance, autant dans la relation à soi que dans la relation à l'autre. En se référant à Searles elle insiste sur la notion d'environnement au sens large, humain et non humain, qui laisse une empreinte primitive et qui est à l'aube de la construction psychocorporelle du sujet.
- Le troisième chapitre nous permet de cerner la richesse et la profondeur du travail thérapeutique de l'auteure. A travers l'illustration de récits cliniques d'enfants, d'adolescents et jeune adulte présentant le plus souvent des traumatismes complexes, Catherine Potel offre au lecteur l'occasion d'être témoin du déroulement des séances et de la mise en pratique des notions théoriques développées précédemment.
- Dans le dernier chapitre l'auteure développe la question de la relaxation thérapeutique en tant que soin corporel et psychique. Il s'agit pour Catherine Potel d'approcher les origines sensorielles de l'être et de rendre possible la transformation

en mots de ce qui est éprouvé dans le corps. L'expérience de la relaxation thérapeutique lie patient et thérapeute dans un dialogue qui se situe en deçà de l'émergence des mots. C'est ce dialogue, initié à l'aube de la vie dans le sensoriel de la relation, que Catherine Potel cherche à approcher et à remettre en mouvement pour ouvrir une voie qui tend vers la symbolisation.

C'est un ouvrage dans lequel conceptualisation théorique et récits cliniques s'enrichissent mutuellement. Il offre de nombreuses pistes de réflexions à tous cliniciens qui s'intéressent à la psychothérapie à médiation corporelle.