



Newsletter

n° 4 / 4.2012

Inhaltsverzeichnis

Editorial.....	1
Psychotherapeutische Praxis.....	2
Cabinet de psychothérapie.....	2
Gruppen mit erhöhtem Risiko für suizidales Verhalten.....	3
Le Massage Sensitif Camilli ®.....	4
Le massage sensitif Camilli ® de bien-être.....	4
La somatothérapie par le massage sensitif Camilli ®.....	5

Aktivitätskalender

17.4.2012: **Anorexie**

20.4.2012: **Psychopathologie**

24.4.2012: Forum national de la
sécurité et de la santé au travail:

**Suizidprävention im beruflichen
Kontext**

<http://www.securite-sante.lu/>

21.-22.5.2012: **Psychopathologie**

23.-24.5.2012: **Suizidprävention**

6.6.2012: CFL-Journée sécurité:

**Suizidprävention im beruflichen
Kontext**

Zusätzliche Infos finden Sie im
Terminkalender unter:

<http://www.meta-morphose.lu>

Editorial

Sehr geehrte Damen und Herren!

Sie haben die neue Ausgabe des Newsletters von
Dr. Phil. Françoise ZENNER erhalten.

Wie bereits im ersten Newsletter angekündigt,
werden zwei Fachartikel publiziert:

- Im Artikel über Suizidprävention werden
Gruppen mit erhöhtem Risiko für suizidales
Verhalten präsentiert.
- Der Artikel über Ressourcen wurde von
Herrn Patrick Lennertz verfasst. Er arbeitet
als Körpertherapeut und als Ausbilder in
„Massage Sensitif Camilli ®“. Er gibt eine
Einführung in die Philosophie und die
Anwendungsbereiche des „Massage
Sensitif“ und der „Körperpsychotherapie
nach Claude Camilli ®“.

Im **Aktivitätskalender** wird auf interessante
Termine und auf meine Tätigkeiten als Ausbilderin
hingewiesen.

Ausblick: Der Artikel über Suizidprävention der
nächsten Ausgabe gibt einen Überblick über
Bedeutungen von Suizid. Im Artikel über
Ressourcen wird die Clownpädagogik vorgestellt.

Eine interessante Lektüre wünscht Ihnen

Françoise Zenner



Psychotherapeutische Praxis

Im Februar wurde meine psychotherapeutische Praxis eröffnet.

Als klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin und Pädagogin biete ich **systemische Psychotherapie** für Einzelpersonen, Paare und Familien an.

Ich begleite Sie gerne bei der Suche nach neuen Problemlösungen oder bei der Bewältigung von Lebenskrisen.

Gespräche können in luxemburgisch, deutsch oder französisch geführt werden.

Zusätzliche Informationen finden Sie auf meiner Internetseite:

www.meta-morphose.lu

Adresse

19, rue d'Orchimont

L - 2268 Luxembourg-Bonnevoie

Terminvereinbarung

Telefon **26581256** / Handy **661300287**

Wegbeschreibung

Im „Geoportal“ ist die Adresse im Plan gekennzeichnet: <http://g-o.lu/zswr0>

Sie erreichen die Praxis mit Ihrem Wagen oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

- N°: **16** Haltestelle Howald-Rangwee
- N°: **3** Haltestelle Bonnevoie-Lycée Technique

Cabinet de psychothérapie

Mon cabinet de psychothérapie a été ouvert au mois de février.

Étant pédagogue et psychologue clinique et de santé j'offre des **psychothérapies systémiques** aux individus, aux couples et aux familles.

J'aimerais vous accompagner dans votre recherche de solutions nouvelles ou dans la maîtrise de crises de la vie.

Les entretiens peuvent être faits en luxembourgeois, en allemand ou en français.

Vous pouvez lire des informations supplémentaires sur mon site internet:

www.meta-morphose.lu

Adresse

19, rue d'Orchimont

L - 2268 Luxembourg-Bonnevoie

Rendez-vous

Téléphone **26581256** / Portable **661300287**

Itinéraire

L'adresse est marquée sur le plan du „Geoportal“: <http://g-o.lu/zswr0>

Vous pouvez accéder au cabinet soit en voiture soit par des transports en commun:

- N°: **16** Arrêt Howald-Rangwee
- N°: **3** Arrêt Bonnevoie-Lycée Technique



Gruppen mit erhöhtem Risiko für suizidales Verhalten

Es gibt zahlreiche Beschreibungen von Gruppen mit erhöhtem Risiko für suizidales Verhalten. Im folgenden wird eine Zusammenstellung von Prof. Dr. med. Dr. h. c. Manfred Wolfersdorf, die er beim Suizidpräventionskongress 2009 in Luxemburg präsentiert hat, abgedruckt.

1. „Menschen mit psychischen Erkrankungen

- Depressive (primäre Depression, depressive Zustände, reaktive Depression)
- Suchtkranke (Alkoholkrankheit, illegale Drogen)
- Schizophrenie (in stationärer Behandlung, Rehabilitation)
- Angststörungen
- Persönlichkeitsstörungen insbesondere vom emotional instabilen Typus

2. Menschen mit bereits vorliegender Suizidalität

- Suizidankündigungen (Appell in der Ambivalenz); Suizidale Krise
- nach Suizidversuch (10% Rezidiv mit Suizid)

3. Alte Menschen

- mit Vereinsamung, mit schmerzhaften, chronischen einschränkenden Krankheiten, nach Verwitwung
- mit psychischer und körperlicher Erkrankung (Komorbidität)

4. Junge Erwachsene, Jugendliche mit

- Entwicklungskrisen, Beziehungskrisen (innerer Vereinsamung)
- Drogenproblemen
- Familiären Problemen, Ausbildungsproblemen

5. Menschen in traumatisierten Situationen und Veränderungskrisen

- Beziehungskrisen, Partnerverlust, Kränkungen
- Verlust des sozialen, kulturellen, politischen Lebensraumes
- Identitätskrisen
- Chronische Arbeitslosigkeit
- Kriminalität, Z.n. Verkehrsdelikt (z.B. mit Verletzung, Tötung eines Anderen)

6. Menschen mit

- schmerzhaften, chronischen lebens-einschränkenden, verstümmelnden körperlichen Erkrankungen, insbesondere des Bewegungs- und zentralnervösen Systems, terminale Erkrankungen mit Siechtum und extremer Pflegebedürftigkeit.“

Literaturtipp

Kutcher Stan; Chehil, Sonia: Suicide Risk Management. A Manual for Health Professionals. Blackwell Publishing, 2007.



Le Massage Sensitif Camilli ®

Vous aspirez à une vie libre et heureuse, où corps et âme s'harmonisent dans un juste équilibre, où éclosent et fleurissent des relations respectueuses et vraies, où chaque nouveau jour vous apporte bien-être, détente, lâcher prise, ... ce n'est sans doute pas par hasard que le Massage Sensitif Camilli ® se présente sur votre chemin.

Créé en 1956 par Claude Camilli, psychologue analyste jungien, le Massage Sensitif Camilli ® est aujourd'hui reconnu comme une des plus anciennes méthodes de massage de bien-être et comme un des précurseurs des psychothérapies corporelles.



Le massage sensitif Camilli ® de bien-être

Quand il découvre le Massage Sensitif, souvent c'est le Massage Sensitif Camilli ® de Bien-Être qui est l'occasion pour le massé de faire pour la première fois l'expérience de la détente, d'éprouver ce qu'est véritablement la sensation d'une **relaxation profonde**.

Après un massage, le massé se sent mieux dans son corps, plus **en accord avec lui-même**: naît alors une conscience corporelle globale, une sensation d'**unité intérieure** suivie d'un désir d'ouverture et de participation harmonieuse au monde.

Le sentiment d'exister est d'abord corporel: Freud et la psychanalyse ne disent-ils pas que «le Moi est avant tout corporel»?

Le Massage Sensitif Camilli ® de Bien-Être se caractérise par un toucher fluide, attentif et respectueux du rythme du massé. En plus de son puissant effet bénéfique d'entretien des systèmes nerveux, respiratoire, circulatoire, digestif, articulaire et osseux, et de la peau, il joue un rôle spécifique essentiel au plan psychologique.

En effet, le but du Massage Sensitif Camilli® de Bien-Être ne se limite pas à procurer un bien-être momentané, mais il vise à apprendre au massé à mieux connaître son propre corps et ses réactions, et à mieux gérer ses tensions. Devenant petit à petit **acteur de sa propre détente**, le massé en intériorisera progressivement le mécanisme qu'il pourra dorénavant reproduire aisément dans sa vie de tous les jours.

Confronté à un environnement et à des exigences

de plus de plus angoissants, il est vital pour l'être humain de retrouver des moyens de

parer aux innombrables stress et à leurs nombreuses conséquences psychosomatiques aiguës ou chroniques. Le Massage Sensitif Camilli® de Bien-Être, prodigué dans un **cadre chaleureux et sécurisant**, s'offre comme une **providentielle opportunité de lâcher**





prise et de renaître à soi-même.

Il n'a rien à voir, ni dans sa technique, ni dans ses objectifs, avec le massage médical ou le massage kinésithérapeutique.

La somatothérapie par le massage sensitif Camilli®

Les spécificités du Massage Sensitif Camilli® sont déjà présentes et actives dans le Massage Sensitif Camilli® de Bien-Être: il s'agit du Rythme Tension-Détente, de la Respiration Active, des Étirements et Mobilisations, du Drainage Sensitif auxquels pourront s'ajouter des éléments empruntés à la Méthode Camilli: l'Entretien Guidé et le Toucher Organique.

Par sa façon particulière d'appréhender le corps, on comprend que le Massage Sensitif Camilli® permet d'entrer progressivement en communication avec son espace intérieur.

Ainsi, outre l'extrême relaxation et le profond bien-être qu'il suscite, le Toucher Sensitif - partie intégrante d'un véritable langage non verbal - permet d'abord à chacun de **développer son sentiment d'exister** comme sa **capacité à communiquer** et à **mieux gérer sa vie**.

Le but de la Somatothérapie par le Massage Sensitif Camilli® est de favoriser l'interaction entre le physique et le psychique, le dialogue entre le conscient et l'inconscient.

C'est ici qu'intervient la Libre Expression



Corporelle accompagnée (comparable à la Libre Expression Verbale de la psychanalyse) dont le patient peut faire à tout moment un outil de son expansion personnelle, accompagné en cela par le thérapeute.

Grâce à la Somatothérapie par le Massage Sensitif Camilli® le patient développera ou affina ses qualités d'écoute et de communication. Le processus thérapeutique l'aidera à se sentir pris en compte et respecté, à s'écouter et à se savoir écouté, ce qui entraînera des modifications et des améliorations importantes dans ses relations personnelles et professionnelles.

Ce qui aura été mis en lumière à l'occasion de la thérapie se répercutera ensuite à tous les niveaux de la vie.

Accessible à tous, le Massage Sensitif Camilli® contribue à améliorer notre vie et offre de **nombreuses possibilités d'application** dans les différents domaines de la santé et de l'éducation, depuis la prévention jusqu'à l'aide aux personnes en difficulté et en souffrance.

Écoute de soi-même et **ouverture** à l'autre, **confiance** dans le potentiel de l'être humain, **accueil** dénué de jugement, **soutien** et **accompagnement** guidé, recherche permanente de l'harmonie, constituent les principales caractéristiques du Massage Sensitif Camilli® et de son message humaniste.

Outre le bien-être et la relaxation qu'il procure, le Massage Sensitif Camilli®





enseigne l'écoute et le respect de soi, comme de l'autre, favorise le dialogue intérieur et invite au décodage de ce qui s'exprime.

L'INFOMECA

assure la **formation** de personnes de tous horizons aux professions

de **Praticien** en Massage Sensitif Camilli ® de Bien-Être et de **Somatothérapeute** en Massage Sensitif Camilli ® permettant leur pratique soit en activité principale ou accessoire, soit en l'intégrant dans leur profession habituelle.

Si vous êtes intéressés d'en savoir davantage ou d'expérimenter le Massage Sensitif Camilli ® pour votre bien-être personnel ou dans une optique de formation, contactez-moi.



Auteur responsable

Patrick LENNERTZ

Somatothérapeute
et formateur en
Massage Sensitif
Camilli ®



Tel. : 621 624 208

E-mail : patricklennertz@hotmail.com

www.massage-sensitif-camilli.com

Pour votre détente ou pour vous former, voici deux occasions de découvrir le Massage Sensitif Camilli ® durant les **vacances d'été** :

Du mardi 17 au dimanche 22 juillet

« Massage Sensitif Camilli ® au Domaine de Trimurti » à Cogolin (Saint-Tropez).

Trimurti est un magnifique domaine idéalement situé en plein cœur du Var, parmi les vignes, les chênes lièges et les arbousiers. Il surplombe la baie de Saint-Tropez et offre toute l'infrastructure nécessaire à la réussite de votre séjour. Vous apprécierez particulièrement la cuisine naturelle servie sous forme de buffet ...



Du dimanche 12 au vendredi 17 août 2012

« Massage Sensitif Camilli ® en Haute Provence » Forcalquier, là où le ciel est le plus pur de France.

Le Domaine des Lauzons est situé à quelques kilomètres de Forcalquier, au pied de la Montagne de Lure. C'est un site exceptionnel logé entre bois et collines où poussent chênes blancs et pins méditerranéens, et d'où exhalent toutes les senteurs de la Provence. Nous sommes ici à deux pas de Manosque, Saint Michel de l'Observatoire, Banon et de bien des curiosités régionales ...