

Entretien avec Mme. Geneviève Lautier et Mr. Bernard Barel, codirecteurs de l'École de Sophrologie Caycédienne de Carcassonne.

Quelles ont été les circonstances de votre première rencontre avec la Sophrologie Caycédienne ?

Bernard Barel - J'ai contacté l'École de Sophrologie de Toulouse, lorsque j'avais une vingtaine d'années. J'effectuais alors ma formation de psychomotricien. J'ai très rapidement décidé de me former.

Geneviève Lautier - J'ai découvert la Sophrologie en 1984 dans le cadre de la préparation de mon accouchement.

Pourriez-vous nous parler de votre historicité personnelle et professionnelle, avant de devenir Directeur d'École ?

Bernard Barel - Après avoir terminée ma formation de psychomotricien et celle de sophrologue, je me suis lancé dans une formation de psychologue clinicien. C'est à ce moment là que j'ai commencé à intervenir au sein de l'École de Sophrologie de Toulouse.

Geneviève Lautier - Enseignante en anglais pendant 7 ans, je donne ma démission. En 1987, je démarre ma formation en Sophrologie à Toulouse, à l'École de Mme Paule Vern. En juin 2009 le Pr. Caycedo me confiât la codirection de notre Ecole, à la suite d'un travail d'écriture concernant la description phénoménologique de mon parcours avec la Sophrologie –, que j'ai intitulé : « *Comment Madame la Forme d'Écriture osa s'emparer de mon curriculum vitae* ».

Comment, quand et pourquoi avez-vous décidé d'ouvrir une École ?

Bernard Barel – Nous avons créé l'École de Carcassonne en 1990. J'avais une pratique de 14 ans de l'enseignement de la Sophrologie. J'ai associé mon travail à celui de Philippe Grès, médecin psychiatre, et de Geneviève Lautier. J'avais eu Philippe en formation à l'École de Sophrologie de Toulouse. Il y devint à son tour formateur. Geneviève a été notre élève. C'est mon attachement à Carcassonne où je suis né qui m'a amené à vouloir y installer une École.

Pourriez-vous évoquer l'historicité de votre École ?

Geneviève Lautier - L'historicité de notre École se déploie à travers trois grandes étapes : *L'ère de la construction (1990-2004)*. La formation de 1er Cycle, les supervisions et le perfectionnement des sophrologues caycédiens – stages à thèmes – sont notre priorité. Avec la réactualisation d'août 2004, nous découvrons la dimension Isocay. Notre intervention en Andorre en mai 2005, intitulée "*Le Son de l'Être*", amènera notre École en pleine lumière. A partir de 2006/2007, l'impact Isocay est objectivable: à travers la description des vivances des stagiaires et leur engagement dans la formation, mais également dans notre pédagogie et dans nos accompagnements. Cette période est marquée par la publication d'un article que j'ai intitulé: "*Du Cartable de la Maîtresse au Chant de la Vie*" que le Pr Caycedo choisit de publier intégralement (revue caycédienne N° 51, avril 2007) et qu'il considéra comme un modèle de la description phénoménologique existentielle. Ce travail eut un retentissement certain sur ma façon de faire travailler la description des phénomènes.

Quelles sont les activités que vous développez actuellement dans votre École ?

Geneviève Lautier et Bernard Barel- Notre enseignement de la Sophrologie Caycédienne, qui se décline en formation initiale (1er Cycle), perfectionnement et formation permanente. Nous recevons aussi individuellement des personnes, dans le cadre de la psychothérapie, de la

pédagogie et de la relation d'aide. Nous proposons aussi des supervisions en Sophrologie Caycédienne sur le terrain, dans le cadre de la pratique professionnelle, dont l'objectif est de faciliter la compétence dans l'exercice.

Nous effectuons un suivi personnalisé des élèves, un apprentissage précoce de la guidance des techniques, des groupes restreints (6 à 12 personnes maximum) avec une dynamique de groupe adaptée et une pédagogie spécifique. Nous proposons aussi un travail de développement personnel, dans le sens d'un accompagnement dans la ligne de la Phénoménologie existentielle, qui est une méthodologie et qui est un travail sur la phénodescription.

Avez-vous des activités de recherche ou de développement en cours ou en prévision d'être développées ? Quels sont les projets que vous souhaitez développer ?

Geneviève Lautier - Je souhaite voir aboutir un travail d'écriture, sur le travail et la réflexion que je mène depuis plus de vingt ans sur l'accompagnement sophrologique des enfants et surtout des enfants dits en difficulté, en m'appuyant sur quatre cas précis. Mon défi : trouver la forme d'écriture adaptée à mon propos, ce que j'appelle « la forme idéale ».

Bernard Barel - Le travail sur la phénodescription, celui sur le stress et les risques psycho-sociaux. Continuer le travail que j'ai personnellement exposé au Symposium de Sitges en décembre 2010 : développer les valeurs phroniques de citoyenneté pour renforcer l'intégration sociale et proposer cette réflexion aux professionnels des 3 branches.

Quels facteurs vous semblent essentiels pour la bonne gestion d'une Ecole?

Geneviève Lautier et Bernard Barel— Une collaboration étroite entre les formateurs et/ou le(s) directeur(s) de l'Ecole. Incarner ce que nous enseignons car nous sommes la vitrine de la Sophrologie Caycédienne. Le réalisme, le fait d'être attentif à la réalité objective. Une exigence permanente de perfectionnement de la part des directeurs et des formateurs. Une bonne rigueur éthique. Pratiquer une tarification cohérente.

Pourriez-vous nous parler de votre vivance personnelle comme Directeur d'École?

Bernard Barel - J'apprécie cette responsabilité et ce plaisir de participer à quelque chose qui a un sens, d'un point de vue humain, social. D'avoir ce regard tridimensionnel sur l'Ecole et son inscription dans l'histoire de la Sophrologie mais aussi dans celle de ma ville, de ma région.

Geneviève Lautier -J'essaie de défendre les valeurs de la Sophrologie Caycédienne et d'œuvrer pour qu'elle ait la place qu'elle mérite. Les valeurs qui me portent, dans ma nouvelle fonction, sont celles qui ont toujours soutenu mon engagement de sophrologue caycédienne : l'écoute, l'ouverture, le respect de la différence, l'échange, la liberté et surtout la responsabilité et le sens de l'engagement.

Que pensez-vous de la nouvelle organisation prévue pour la Sophrologie Caycédienne, au niveau européen ?

Geneviève Lautier - J'ai le sentiment que nous entrons dans une nouvelle ère : celle qui va consister à faire vivre la Sophrologie Caycédienne et à lui donner sa crédibilité. Pour cela, nous avons besoin d'échanger entre nous, d'uniformiser le contenu de nos enseignements, de publier.

Bernard Barel - J'ai beaucoup d'espoir dans la mesure où j'ai le sentiment que nous passons à une phase d'ouverture, d'intégration sociale, avec un regard beaucoup plus amené à la discussion, à la compréhension, à la publication.