

BIBLIOGRAPHIE

Articles revues scientifiques.

ÇA M'INTÉRESSE – SEPTEMBRE 2004

Mouvement et perception. L'anticipation du geste.

« Proprioception » SACKS

Comment l'esprit guérit le corps.

ÇA M'INTÉRESSE – MARS 2005 :

Notre horloge biologique. Elle rythme toute notre vie, nos performances physiques et intellectuelles, nos maladies et difficultés quotidiennes, nos hormones et productions biologiques.

ÇA M'INTÉRESSE – MARS 2006

Nos pensées agissent sur le corps. Effet placebo. Le bonheur renforce l'organisme.

Écouter ses intuitions. Formule du bonheur : 3 pensées positives pour une pensée négative. Reformuler vos pensées.

ÇA M'INTÉRESSE – MAI 2007-11-19

Accepter son image est bon pour la santé. Pour bien soigner le corps, il faut aussi soigner l'esprit. Quand le corps exprime le malaise de l'esprit : « en avoir plein le dos,

Livres.

1. ALEXANDER GERDA "LE CORPS RETROUVÉ PAR L'EUTONIE" Ed TCHOU 1977
2. CARNEGIE DALE. COMMENT SE FAIRE DES AMIS. Livre de poche. 1975.
3. COLE S.W. M.E.KEMENY. « HEALTH PSYCHOLOGY », vol15, 1996.
4. COUÉ ÉMILE. LE « FAUX NAÏF ». LA MAÎTRISE DE SOI-MÊME PAR L'AUTOSUGGESTION CONSCIENTE ». Éditions Renaudot 1989.
5. COMBY BRUNO. "ÉLOGE DE LA SIESTE", aux éditions J'ai lu (2005).
6. CYRULNIK BORIS DE CHAIR ET D'ÂME. Éditions Odile Jacob. 2006
7. DAMASIO A.R. »SPINOZA AVAIT RAISON – JOIE ET TRISTESSE, LE CERVEAU DES ÉMOTIONS » ; ÉDITIONS ODILE JACOB. 2003
8. DAMASIO ANTONIO R. LE SENTIMENT MÊME DE SOI. Éditions Odile Jacob. 2002
9. DE SMEDT MARC. L'Éloge du silence. Éd. Albin michel. 1989.
10. DISPENZA JOE. ROMPRE AVEC SOI-MÊME - POUR SE CRÉER À NOUVEAU. Ariane, 2013
11. DYER WAYNE « LA PUISSANCE DE L'INTENTION ». août 2015
12. DYER WAYNE. « YOUR ERRONEOUS ZONES ». 1976.
13. EMMONS R.A. ET M.E. MACCULLOUGH. « JOURNAL OF PERSONALITY AND SOCIAL PSYCHOLOGY » 2003
14. GAZZALEY ADAM. NEUROLOGUE À L'UNIVERSITY CALIFORNIA SAN FRANCISCO
15. GIORDANO RAPHAËLLE. TA DEUXIÈME VIE COMMENCE QUAND TU COMPRENDS QUE TU N'EN AS QU'UNE. 2015
16. GIORDANO R. LE JOUR OÙ LES CROCODILES MANGERONT DES SALADES VERTES. 2017
17. ISENSCHMID MARC. « COMMENT EFFACER VOS CROYANCES ».
18. JANSSEN THIERRY. ÊTRE OPTIMISTE PROTÈGE L'ORGANISME. Éditions Robert Laffont, 2004.
19. JANSSEN THIERRY. LA SOLUTION INTÉRIEURE. Éditions Pocket Évolution. 2007.
20. JANSSEN THIERRY. VIVRE EN PAIX. Éditions Marabout Psychologie. 2008.
21. KABAT-ZINN JON. « MÉDITER, 108 EXERCICES DE PLEINE CONSCIENCE ». Éditions France Loisirs. 2011.
22. LEDoux J. LE CERVEAU DES ÉMOTIONS. Éditions Odile Jacob. 2005
23. LENOIR F. Petit traité de vie intérieure. Éd. Pocket. 2012.

24. MARQUIS SERGE. « ON EST FOUTU, ON PENSE TROP. COMMENT SE LIBÉRER DE HAMSTER LE PENSOILLARD ». Livre en 2015. Éditions La Martinière.
25. MOUKHEIBER ALBERT. VOTRE CERVEAU VOUS JOUE DES TOURS. Allary Éditions.2019
26. ODIER GENEVIÈVE. « CARL ROGERS - ÊTRE VRAIMENT SOI-MÊME: L'APPROCHE CENTRÉE SUR LA PERSONNE. » Éditions Eyrolles. 2012
27. ROGERS CARL. PSYCHOTHÉRAPIE ET RELATION HUMAINE : THÉORIE ET PRATIQUE DE LA THÉRAPIE NON DIRECTIVE. 1976.
28. ROGERS CARL. LA RELATION D'AIDE ET LA PSYCHOTHÉRAPIE. Éditions ESF. 1996
29. ROUSTF. ANG. IL SUFFIT D'UN GESTE. Éditions Odile Jacob. 2003
30. SALOMÉ JACQUES. RELATION D'AIDE ET FORMATION À L'ENTRETIEN. Presses Universitaires du Septentrion. 2003
31. SCHULTZ J.H. LE TRAINING AUTOGÈNE. Éditions PUF. Bibliothèque du Psychiatre. 1987.
32. SERVAN-SCHREIBER DAVID. « LES PENSÉES, LES RELATIONS, LES ÉNERGIES QUI AIDENT À GUÉRIR ». Éditions Psychologie. 2006.
33. SERVAN-SCHREIBER DAVID. GUÉRIR. Éditions Robert Laffont. 2003

Congrès Conférences.

1. ABDEL KARIM STEVE: L'ART DE REPROGRAMMER SON CERVEAU À SON AVANTAGE ! <https://www.dailymotion.com/video/x56ba7w>. Visionné en 2018.
2. BLACKBUM ÉLISABETH, Prix Nobel de Médecine 2009 et Elissa EPEL. Psychiatre Université San Francisco. <http://www.futura-sciences.com/magazines/sante/infos/actu/d/medecine-prix-nobel-medecine-2009-decouverte-chromosomes-20680/> Visionné en 2017.
3. DISPENSA JOÉ. ROMPRE AVEC SOI-MÊME - POUR SE CRÉER À NOUVEAU
4. <https://www.youtube.com/watch?v=kx29uNBDpto>
5. EDELMAN GERALD, prix Nobel de médecine en 1972, Jean-Pierre Changeux, neurobiologiste, Mount Sinai School of Medicine .

Références scientifiques

1. Durand de Bousingen R., Geissmann P. (1968). Les méthodes de relaxation. Ed. Charles Dessart, Bruxelles.
2. Schultz J.H. (1958). Le training autogène. PUF, Paris, 1974.
3. Jacobson E. (1962). you must relax. Mc Graw-Hill Book Company, New York (Non traduit).
4. Jacobson E. (1974). Biologie des émotions. Les bases théoriques de la relaxation. E.S.P., Paris.
5. Jacobson E. (1980). Savoir relaxer pour combattre le stress. Les éditions de l'homme, Montréal.
6. Jarreau R. (1987). La détente sensorielle en relaxation statico-dynamique. In Les relaxations thérapeutiques aujourd'hui. L'Harmattan, Tome II, Paris.
7. Lemaire J-G. (1964). La relaxation. Petite bibliothèque payot, Paris.
8. Sapir M. - « Sens et place de la relaxation » in « La relaxation : son approche psychanalytique » - Dunod : Paris, 1975
9. Sapir M. (1993). La Relaxation à inductions variables. La Pensée Sauvage, Grenoble.
10. Wolpe (1976). La pratique de la thérapie comportementale. Masson, Paris.
11. Journe B. (1988). Biofeed-Back, une relaxation objective. In Hissart M-J. Les relaxation thérapeutiques aujourd'hui. L'Harmattan, tome II, Paris.
12. Bergès J., Bounès M. (1985). La relaxation thérapeutique chez l'enfant. Masson, Paris.

13. Wintrebert H. (1986). La relaxation thérapeutique chez l'enfant. In Relaxation thérapeutique. Masson, pp80-86.
 14. Wintrebert H., Michaux L. (1970). La relaxation chez l'enfant par le mouvement passif. Rev. Méd. Psychosomat.. 3, 32-64
 15. Wintrebert H. (1969). Utilisation thérapeutique de la relaxation chez l'enfant. Prog. Méd. 9, 173-180
 16. Digelmann D. (1971). L'eutonie de Gerda Alexander. Edition du Scarabée, Paris.
 17. Brieghel-Muller G. (1979). Eutonie et Relaxation. Delachaux et Niestlé, Lausanne-Paris.
 18. Dupont R. (1998). La relaxation : la relaxation de Jacobson. Ed. Vernazobres-Greco.
 19. J. Laplanche & B. Pontalis - Vocabulaire de la psychanalyse - PUF : Paris, 1967
 20. J.G. Lemaire - La relaxation - Payot : Paris, 1964
 21. H. Wallon - Les origines du caractère chez l'enfant - PUF : Paris, 1954
 22. J. De Ajuriaguerra - Langage, geste, attitude motrice - Maloine : Paris, 1953
- Bibliographie
- 34/34 Fondements théoriques et techniques de la relaxation - Marc Guiose 2003 - 2004
 23. Wolff, cité in D. Anzieu - Le Moi-peau - Dunod : Paris, 1985 (p.165)
 24. J. Marvaud - Le transfert en relaxation in M.J. Hissard - « Les relaxations thérapeutiques aujourd'hui » - L'harmattan-I.F.E.R.T. : Paris, 1987 (tome II)
 25. D. Anzieu - L'enveloppe sonore in « Le Moi-peau » - Dunod : Paris, 1985 (p.159 à 173)
 26. R. Graves - Les mythes grecs - Fayard : Paris, 1967 (p.306)
 27. J. Lacan - Le stade du miroir comme formateur de la fonction du je telle qu'elle nous est révélée dans l'expérience psychanalytique in R.F.P., 1949, XIII, 4
 28. F. Dolto - L'image inconsciente du corps - Seuil : Paris, 1984 (p.156)
 29. D. Winnicott - Objets transitionnels et phénomènes transitionnels in « Jeu et réalité » - Gallimard : Paris, 1975 (chap. I)