

"Psychiatrie : DSM-5, le manuel qui rend fou" titre le journal "Le Monde"

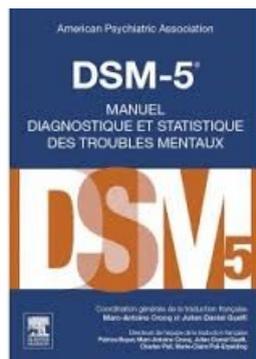
Bien que datant de 2013, cet article du "Monde Sciences et Technologie" est toujours d'actualité.

Voici un extrait : "Pétitions, appels à boycott et livres chocs de spécialistes dénonçant un ouvrage "dangereux" qui fabrique des maladies mentales sans fondement scientifique et pousse le monde entier à la consommation de psychotropes... Aux Etats-Unis et dans de nombreux autres pays dont la France, la tension monte dans les milieux psy, à quelques jours de la présentation officielle de la nouvelle édition du DSM (Manuel Diagnostique et statistique des troubles mentaux)..."

Véritable bible de la psychiatrie pour les américains, nous lui devons les termes "T.O.C." et "Trouble bipolaire", en autre.

"L'une des principales critiques, déjà ancienne, concerne la mainmise de l'industrie pharmaceutique sur les experts participant à l'élaboration du DSM" poursuit l'article du "Monde".

Cet article est très détaillé et vous trouverez la suite en cliquant sur le lien ci-dessous



[► plus d'info...](#)

Caisson d'isolation sensorielle, le renouveau..



Après la vague des années 80, le caisson d'isolation sensorielle ne faisait plus guère parlé de lui. En dehors de quelques centres spécialisés, l'engouement du départ s'était quelque peu estompé.

Depuis, comme nous le précise la revue "Beauté Forum" de mai 2016, il a évolué :

"En pratique, le bain flottant consiste à s'enfermer dans une capsule de la taille d'un lit, remplie de 25 à 30 cm d'eau chaude fortement concentrée en sels d'Epsom. Reste que le caisson, c'est tout de même une boîte. Et s'enfermer dans une boîte, surtout lorsque l'on est claustrophobe, n'est pas vraiment fun..."

Certains fabricants proposent en alternative un bassin plus spacieux où l'on peut flotter... sans couvercle. Une bonne idée, même si le concept de l'isolation sensorielle s'en trouve un peu modifié."

Pour en savoir plus sur les caissons : <http://www.caisson-isolation-sensorielle.com>

Yoga Nidra

Article de la revue "Femina" de mai 2016.

"C'est quoi ? Une association d'exercices, de relaxation, de visualisation et de respiration qui plonge dans un état douillet entre veille et sommeil, comme lors d'une séance de sophrologie. Détendu et relaxé, vous restez conscient de ce qui se passe autour de vous. La séance se pratique allongé, dans la posture dite "du cadavre", ou shavasana, complètement immobile.

Son objectif ? Proposé à l'origine pour améliorer sa santé physique et vider son esprit afin de le préparer à la méditation et à l'éveil de soi, ce yoga facilite le lâcher-prise."



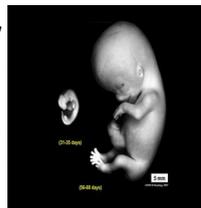
L'Autisme, suite...

Nous avons déjà abordé le sujet dans une précédente newsletter.

"Des études toutes récentes tenteraient de démontrer qu'une partie des causes expliquant l'autisme venait de gènes connaissant des mutations au stade embryonnaire, et non plus seulement de gènes transmis par les parents." nous dit la revue Atlantico dans l'article de Pierre Roubertoux.

A la question : "Ces nouvelles avancées vont-elles définitivement confirmer l'idée que l'autisme est une maladie exclusivement génétique ?" Pierre Roubertoux répond :

"Le débat est déjà clos. Dès les années 70, la théorie de la "mère mortifère" pour expliquer l'autisme était déjà battue en brèche par les médecins psychiatres, même si elle perdure encore chez les psychanalystes "littéraires". Dans l'absolu, cela ne va pas dire avec exactitude que tous les cas d'autisme sont génétiques, mais cette avancée sur les mutations embryonnaires pourraient expliquer tous les cas d'autisme sans antécédents génétiques familiaux."



Personnalité du narcissique



Extrait d'un article de Femina. Dialogue avec le philosophe Yves Michaud, auteur du livre : Narcisse et ses avatars.

• **Le narcissisme du XXI^e siècle est-il différent de celui de la mythologie ?**

Le narcissisme mythologique a un orgueil si dur qu'il est inaccessible aux désirs des autres. Il meurt consumé par l'amour qu'il se porte.

Au contraire, celui d'aujourd'hui, très dépendant du regard des autres, est en demande permanente de reconnaissance, au sens propre : il renaît sous l'œil de l'autre. Regardez sur Facebook à quelle vitesse les "amis" changent de profil. Chaque fois, c'est une sollicitation pour être "liké". Une vraie demande d'amour !

• **Le narcissisme a-t-il flambé avec les nouvelles technologies ?**

Oui, car elles ont multiplié les miroirs dans lesquels on s'admire. Parallèlement, notre identité (professionnelle, familiale, conjugale...) est devenue plus fragile, plus flexible. Paradoxalement, cette vulnérabilité exige de s'affirmer encore plus.

• **Comment éviter de se noyer ?**

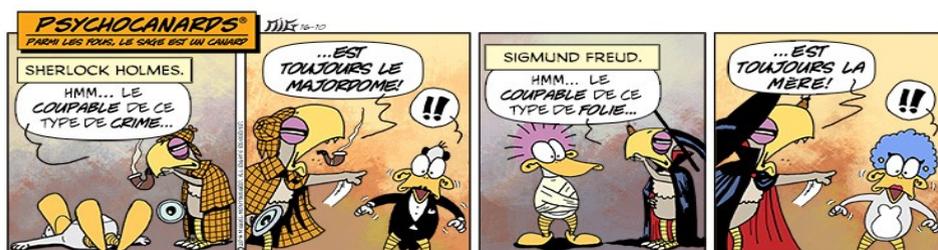
Il faut apprendre à s'affirmer sans avoir besoin du regard de l'autre. Et surtout ne pas être dupe. Quand on vous "like" ou qu'on vous retweete vos propos, ça n'est pas vous qu'on aime...

Sexe au logis...

Publié sur Medisite :

"Ce que votre personnalité dit de la fréquence de vos rapports sexuels."

"Plus vous faites l'amour, plus cela accentue certains traits de caractère selon une étude américaine. Mesdames, la fréquence de vos relations sexuelles se verrait dans votre personnalité. Une femme curieuse et facile à vivre reflèterait l'épanouissement sexuel du couple, selon une étude de l'Université de Floride (Etats-Unis). Pour l'homme en revanche, pas de grandes différences de comportement."



<http://www.psyrelax.org>

Pour supprimer votre nom de notre liste de diffusion ou modifier vos coordonnées. Des questions ou commentaires ?

Envoyez-nous un mail à l'adresse suivante :

psyrelax@orange.fr