



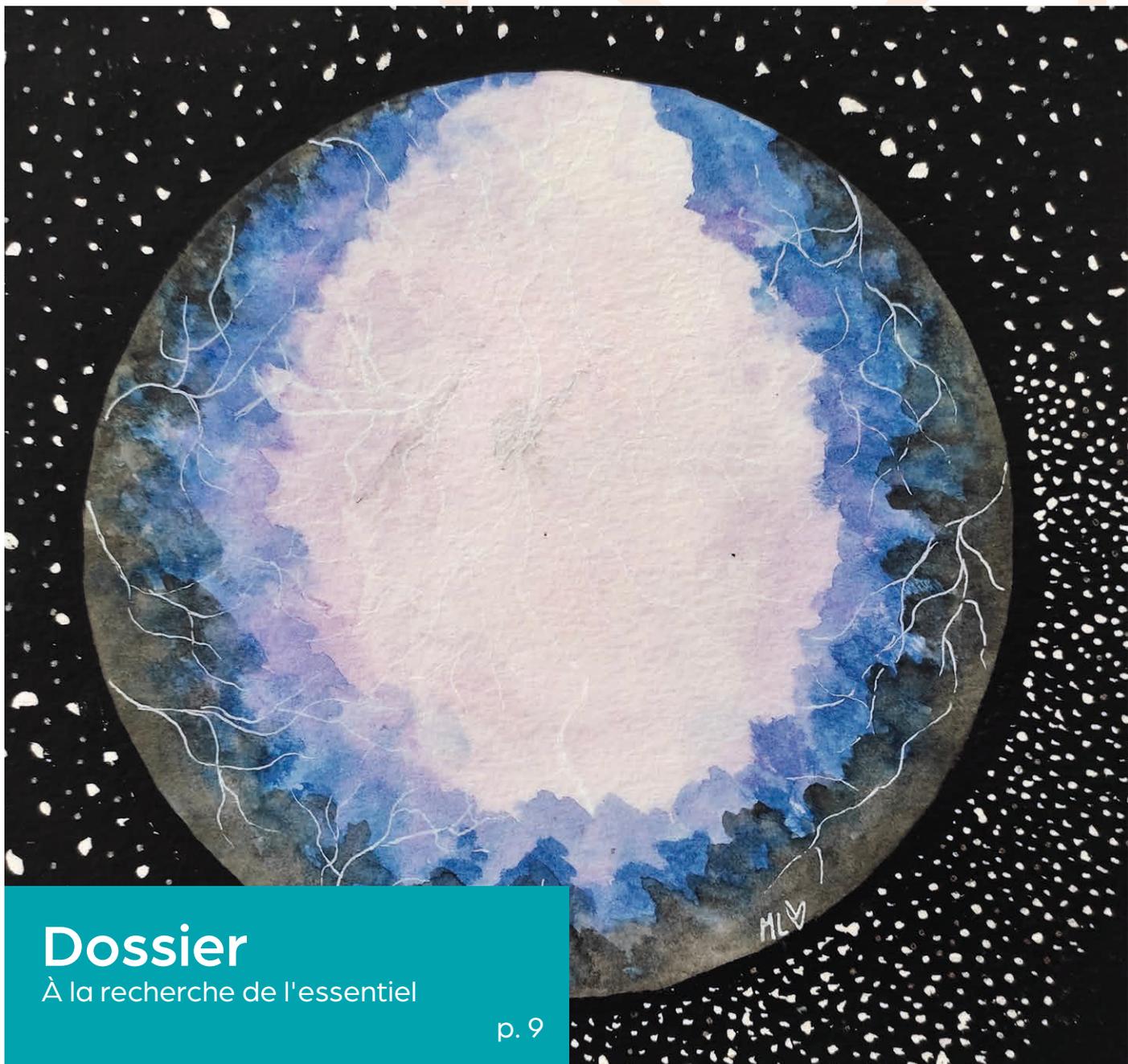
Fédération  
**Entraide**  
Protestante

171

12.2022

# Proteste

Revue trimestrielle d'information et de réflexion de la Fédération de l'Entraide Protestante



## Dossier

À la recherche de l'essentiel

p. 9

### LA PSYCHOBOXE

Une thérapie à prendre  
avec des gants

p. 6

### LA GRAINE DE SEL

Cherchez d'abord le  
royaume de Dieu

p. 8

### UN GUIDE PRATIQUE

pour développer le  
bénévolat

p. 25

### LE PORTRAIT

Sœur Nathanaëlle

p. 28

## Psychoboxe : une thérapie à prendre avec des gants

**L'association Coste, à Nîmes, membre de l'Union associative AUSIRIS, héberge, accompagne et soigne des personnes présentant des difficultés d'adaptation sociale. Elle gère notamment une maison d'enfants à caractère social et s'appuie sur des pratiques thérapeutiques innovantes.**

Depuis 2019, nous développons de nouveaux projets au sein de notre association, notamment dans le domaine thérapeutique, à partir des innovations expérimentées sur le terrain. La psychoboxe est l'un d'entre eux. Notre association a gardé une culture du soin, liée à son histoire. Notre préoccupation demeure de savoir comment accompagner au mieux les jeunes.

### Une pratique de soin marginale

La psychoboxe est un dispositif thérapeutique original, né de la Protection judiciaire de la jeunesse et fondée par Richard Hellbrunn, à destination des auteurs ou des victimes de violence. C'est une approche thérapeutique éprouvée, mais qui reste peu pratiquée dans les institutions. Nous l'utilisons massivement avec les jeunes que nous accueillons, à partir de onze ans.

La mise de gants dure trois à quatre minutes, pas plus. Les frappes sont atténuées pour atteindre un

La psychoboxe est un dispositif thérapeutique original proposé par l'association Coste à Nîmes.



<sup>1</sup> Dispositif des Instituts thérapeutiques éducatifs et pédagogiques.

<sup>2</sup> Protection judiciaire de la jeunesse.

<sup>3</sup> Aide sociale à l'enfance.

<sup>4</sup> Institut de formation aux métiers éducatifs.

niveau de sécurité optimal et permettre un travail sur soi. Les règles sont très précises, il ne s'agit pas d'un combat de boxe, d'un défouloir. La mise de gants est suivie d'un temps de verbalisation avec les psychoboxeurs (une psychologue et un travailleur social), nourri par ce que cette mise en scène de combat a pu réveiller. Des mots sont mis sur les situations de violence vécues ou subies. La séance dure environ une demi-heure.

L'adhésion des jeunes est bien sûr indispensable pour cette approche de soin. Certains abandonnent en cours de route, la plupart vont jusqu'au bout et dépassent leur histoire. On a des retours très positifs des jeunes, des travailleurs sociaux et des parents.

### Un besoin de financement

L'an dernier, nous avons assuré cent soixante-dix séances de psychoboxe, avec les enfants de la Mecs et certains mineurs non accompagnés que nous accueillons, mais aussi avec des personnes extérieures, à la demande d'autres institutions.

Si ces séances sont prises en charge pour les enfants et les jeunes que nous accompagnons dans le cadre du financement accordé par le conseil départemental du Gard, par les institutions extérieures qui nous sollicitent ou sur les fonds associatifs, nous souhaitons aujourd'hui ouvrir plus largement ces thérapies. Nous avons donc besoin de financements pour rémunérer les salariés détachés sur cette approche de soins.

Nous proposons aujourd'hui des séances à des personnes qui ne sont pas accompagnées par l'association Coste, des enfants d'Itep<sup>1</sup>, de la PJJ<sup>2</sup> ou suivis par l'ASE<sup>3</sup>, moyennant une participation. Notre objectif est aujourd'hui de nous ouvrir au grand public.

Nous disposons à ce jour de dix psychoboxeurs formés qui interviennent ponctuellement.

Nous proposons aussi, en partenariat avec l'IFME<sup>4</sup> de Nîmes, trois formations. Elles nous permettent de récupérer des financements pour ouvrir les séances au maximum de personnes puisque, pour le grand public, nous modulons la tarification en fonction des revenus.

**Florent Bril, directeur de l'association Coste**