

## Sophrologie

**Titre du projet:**

**Sophrologie**

**Chercheur :**

**Max Bresler**

**Directeur de l'Institut Européen de Sophrologie du Travail  
Luxembourg**

**Chargé de cours Département de Psychologie de la Santé  
Université de Metz**

**Cadre de la  
Recherche:**

**Institut Européen de Sophrologie du Travail (Luxembourg)**

**Département de Psychologie de la Santé (Université de Metz)**

**Résumé:**

Mesure des modifications des paramètres physiologiques lors de la formation de la prévention du stress :

- étude avant toute formation
- étude pendant la formation sophrologique de l'individu
- étude et suivi de l'individu après la formation sophrologique

**Nombre de sujets de recherche:** environ une centaine (100)

**Date du début de la recherche:** Octobre 2006 fin de recherche octobre 2008

**La recherche consiste :**

- Bilan psychosomatique et test du Stress
- Déterminer les paramètres de fréquence cardiaque, pression artérielle, conductibilité électrique de la peau, EMG, EEG, ECG, fréquence respiratoire pour chaque sujet avant, pendant, après les séances thérapeutiques
- Regroupement des données et interprétations
- Étude critique des résultats

Conjointement, suivant les cas que nous aurons et avec les mêmes critères scientifiques nous pourrons lancer une étude chez les patients atteints de troubles musculo-squelettiques (TMS) afin de vérifier au départ l'implication du stress dans leur pathologie. Suivi de l'évolution de ces patients après formation aux techniques de relaxation sophrologique.