



CONTROVERSE UN TRAM DE LA RATP POUR ÉVACUER DES ROMS P.2



www.20minutes.fr VENDREDI 2 SEPTEMBRE 2011 N° 2095

VENDREDI 2 SEPTEMBRE 2011 FRANCE 11

SOCIÉTÉ Monde médical et adeptes de l'autosuggestion se rassemblent **LA MÉTHODE COUÉ CHERCHE À CONVAINCRE LES FRANÇAIS**

LUCIE SOULLIER

«**T**ous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux. » La fameuse phrase d'Emile Coué (1857-1926) va résonner dans les rues de Nancy. Car aujourd'hui et trois jours durant, dans la ville natale du pharmacien psychologue, se tient le 1^{er} Congrès international sur l'autosuggestion consciente. Une méthode Coué qui fait sourire en France, mais dont les partisans sont nombreux, notamment en Suisse et en Allemagne.

« Personne n'a jamais dit que ça allait guérir le cancer »
La méthode Coué permet d'améliorer son état physique ou psychologique en s'imposant l'idée que cela ira mieux. « Ça fonctionne pour tout », s'enthousiasme Antoine Onnis. Le président de l'association Suivre Coué milite pour ce qui lui a permis, il y a trente ans, de sortir de ses idées suicidaires après un



En France, la méthode Coué gagne petit à petit en crédibilité.

dépôt de bilan. Depuis, il pratique « chaque soir et chaque matin ». « Un peu comme on fait sa toilette physique, on fait sa toilette mentale », confirme Jean-Paul Tanguy, président du Cercle Coué de Brest qui présentera une intervention sur « l'autosuggestion et la plas-

ticité mentale. » Car le monde médical, représenté au Congrès, n'est pas fermé à Coué. Au contraire. Avec les études sur l'effet placebo et les avancées des neurosciences, l'autosuggestion a gagné en crédibilité. Evidemment, ce n'est pas la panacée. « Mais personne n'a jamais dit que ça allait guérir le cancer », souligne Jean-Paul Tanguy. En complément d'un traitement médical, la méthode peut donc être « un outil pas idiot », explique Antoine Pelissolo, professeur de psychiatrie à l'université Paris-VI. Elle est d'ailleurs reprise dans certaines thérapies actuelles comme la psychologie positive. Luc Teyssier d'Orfeuille, directeur de Pygmalion Communication, l'utilise quant à lui dans des stages de coaching. « Quand vous vous dites que votre réunion va mal se passer, vous générez une attitude qui va vous faire dire à la fin : "Je le savais." On est tous d'accord que ça marche quand c'est négatif. Alors pourquoi rire quand on dit que ça peut être positif ? » ■

20 SECONDES

FAITS DIVERS
Une surveillante pénitentiaire agressée
Une surveillante de prison a été agressée hier, vers midi, aux abords du centre de détention de Nancy-Maxéville (Meurthe-et-Moselle) par deux individus, selon lefigaro.fr citant l'AFP. D'après la déléguée régionale de Force ouvrière-Pénitentiaire, Fadila Douchi, « elle était habillée en civil, mais ses agresseurs l'ont reconnue. »

TOURISME
Boom des touristes chinois et russes sur la Côte d'Azur
La Côte d'Azur retrouve une forte fréquentation et attire de nouvelles clientèles comme les Russes (+ 30 % par rapport à l'an dernier) et les Chinois (+ 50 %), selon letelegramme.com hier. Trente-cinq mille Chinois ont fréquenté le littoral en juin et juillet. Au total, cet été, 5 millions de touristes ont investi la Côte d'Azur.