

## Le Pentagramme de Ginger © 1981 :

Croquis à venir

"Les cinq dimensions existentielles principales qui animent l'être humain (extrait du Manifeste pour une psychothérapie sociale, par S.Ginger)

la dimension *physique*, celle du corps, du corps réel et incarné ;

- la dimension *émotionnelle* ou affective, celle du cœur ;
- la dimension *intellectuelle* ou cognitive, celle de la tête ;
- la dimension *sociale*, celle de notre environnement culturel ;
- la dimension *spirituelle* — dans une acception large du terme — celle du sens de notre vie.

Si je fonctionne d'une manière harmonieuse et intégrée, il y a une cohésion évidente entre ce que je dis (la tête), ce que je sens (le cœur), ce que je fais (le corps), et mon unité interne tient compte de l'environnement humain (social) et de l'environnement plus large : l'écosystème général, ma place dans ce monde et le sens de ma vie pour moi — ce que j'appelle la dimension " spirituelle ", faute d'avoir trouvé un terme moins polysémique."

**Quelques explications complémentaires concernant l'outil en tant que aide à l'évaluation de la vie d'une personne à un instant T (étoile à 5 branches à lire dans le sens des aiguilles d'une montre en partant de la branche gauche ou "pied") .**

L'homme repose sur ses deux jambes (physique à gauche et métaphysique à droite) qui assurent son ancrage (grounding) sur la Terre et dans le monde.

Ses deux bras lui permettent d'entre en relation avec l'autre et avec les autres, relation privilégiée affective avec le bras gauche et relations sociales plurielles, au moyen du bras droit.

A noter que la partie gauche du Pentagramme concerne la vie intérieure de la personne et la partie droite concerne son environnement, la tête appartenant aux deux.

Après avoir évalué, à partir du centre et sur chaque branche en pointillé, l'endroit où on se trouve il est possible d'évaluer son degré de satisfaction ou d'insatisfaction.

Normalement lorsqu'une action psychique ou comportementale aboutit à la satisfaction d'un besoin, elle génère un sentiment de satisfaction qui rend la personne disponible à une autre expérience. A l'inverse, une situation inachevée génère de l'insatisfaction, de la frustration et le besoin d'achever ce qui est resté en suspens appelé une gestalt (forme) inachevée.