

SESSIONS DE 5 JOURS CONSECUTIFS

PMT 544

5 JOURS

L'adulte en relaxation

Modification des états de conscience – Exercices psychomoteurs pour les adultes – Complémentarité immobilité et activité – Corps et parole – Autonomie

L'expérience de la détente musculaire profonde et de l'état modifié de conscience qui lui est associé en relaxation est particulière et originale. Elle ouvre des opportunités thérapeutiques à qui sait accompagner les patients vers ces profonds changements psychocorporels.

COMPÉTENCES

Acquises à l'issue de la formation

- À partir de l'expérience personnelle, connaître les lignes directrices des principales méthodes de relaxation actuelles : relaxation psychosomatique G.B. Soubiran® - relaxation thérapeutique de J. Bergès - relaxation activo-passive de type Wintrebert...
- Savoir envisager la dimension psychosomatique pour comprendre la dynamique des pathologies.

CONTENU

Théorie-clinique : 30 % - pratique : 70 %

- Physiologie de la relaxation.
- Bilan de relaxation, évaluation des expressions toniques, articulation avec les entretiens.
- Développement de la progression thérapeutique.
- Adaptation à des populations variées : indications, objectifs, application en fonction des demandes, des difficultés et des limites personnelles.

- Les exercices psychomoteurs chez l'adulte favorisant le ressenti et l'éprouvé sensoriel, notamment de l'axe corporel et de la respiration.
- Les contrôles par mobilisation passive.
- La relaxation à induction.
- L'expression du vécu.
- L'accompagnement du patient au fil de la séance, évolutions et ajustements.

INTERVENANTES

SYLVIE AUDIN, psychomotricienne

FRÉDÉRIQUE BOSSE DEMIRDJIAN, psychomotricienne

MARIKA BOUNES BERGES, psychologue, psychanalyste

FLORENCE REINALTER PONSIN, psychomotricienne

JOCELYNE VAYSSE, psychiatre, docteur en psychologie