

# SPÉCIALISATION EN RELAXATION

PUBLIC : TOUS PROFESSIONNELS DES ÉQUIPES MÉDICO-SOCIALES

L'adulte en relaxation

**Du lundi 18 au vendredi  
22 janvier 2010**

La relaxation  
psychomotrice chez  
l'enfant et l'adolescent  
**Du lundi 17 au vendredi  
21 mai 2010**

SPER 3

**Du lundi 20 au vendredi  
24 septembre 2010**

SPER 4

**Du lundi 22 au vendredi  
26 novembre 2010**

**2 sessions d'application  
au choix.  
(Sur 1 ou 2 années)**

Se reporter au descriptif  
détaillé des formations :  
- L'adulte en relaxation  
- La relaxation psychomotrice  
chez l'enfant et l'adolescent.

## Tarif:

**Prix : 4400€**

Agréments FAF/Fongecif\*  
N° de formation continue :  
11 750 146 575

\* Marque déposée de l'ISRP

## OBJECTIFS

Maîtriser différentes méthodes de relaxation, psychothérapie à médiation corporelle. L'apprentissage est basé sur l'enrichissement des connaissances théorico-cliniques et sur l'expérience personnelle en ateliers pratiques.

## DÉROULEMENT

Un vaste panorama d'applications thérapeutiques est abordé, avec l'application de la relaxation aux différents âges, dans des contextes de vie variés, face à des pathologies somatiques ou psychiques comme la névrose et la psychose.

L'application clinique est accompagnée par la réflexion en groupe. Des temps sont consacrés à l'élaboration à partir des histoires cliniques des patients évoqués par les stagiaires au fil des semaines de formation.

L'engagement personnel indispensable garantit l'assimilation technique et la réflexion personnalisée.

Sont développées :

- Les théories décrivant l'approche globale du développement de l'enfant ; la conscience du corps ; le dialogue tonico-émotionnel aux différents âges de la vie ; la psychosomatique ... ;
- Les caractéristiques de chaque méthode, leurs démarches d'évaluation et les spécificités des projets et conduites thérapeutiques, leurs modalités relationnelles particulières et indications complémentaires ;
- Une pratique personnelle approfondie en groupe et, éventuellement, en individuel si vous choisissez aussi la didactique.

## MÉTHODES ÉTUDIÉES

- Méthode G.B. Soubiran dite de relaxation psychomotrice chez l'enfant et psychosomatique pour adulte®.
- Relaxation thérapeutique de J. Bergès.
- Sophrologie
- Training autogène de Schultz.
- Relaxation progressive de Jacobson.
- Shiatsu.

## L'AVIS DES PARTICIPANT(E)S

« Des intervenants d'une grande disponibilité et générosité, respectueux de nos demandes et de nos attentes, soucieux d'y répondre et d'y réfléchir. A l'écoute, ils ont accepté de nous guider dans nos pratiques et notre travail, avec une grande disponibilité tonico-émotionnelle, favorisant notre évolution. »

« J'ai senti une évolution personnelle dans ma capacité à être plus autonome dans la pratique de la relaxation et à développer sa dimension de psychothérapie à médiation corporelle. »