

Contact :

Marjorie Brassard

Assistante du Pôle

01 58 17 18 58

uefp@isrp.fr



Relaxation : techniques et thérapeutique

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

Connaître ces techniques, savoir les ajuster à chaque profil complète efficacement la majorité des interventions en psychomotricité.

Public

Professionnel ou étudiant du secteur sanitaire social ou éducatif

Organisation et dates

Formation de 35 heures
Lundi 14 au vendredi
18 septembre 2015.

Lieu

Boulogne Billancourt - 92

Tarif

1200 €

Objectifs

La formation est construite en :

1. Une étape cognitive avec acquisition et perfectionnement des connaissances théoriques actualisées soit lors d'exposés soit par une pédagogie active.
2. Une étape d'analyse des pratiques professionnelles avec critique constructive des pratiques, analyse des objectifs et des actions d'amélioration des prises en charge éducative, rééducative et thérapeutique. Ce temps de travail est basé sur l'étude de cas cliniques apportés par les participants et par des simulations pratiques de prises en charge.

Compétences Développées au cours de la formation

À partir de sa propre expérience en relaxation, 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 notamment.

Référente scientifique

Marika Bounes Berges, psychologue,
psychanalyste.

Coordinatrice

Alexandrine Saint-Cast, psychomotricienne PhD.

Intervenants (thérapeutes en relaxation)

Sylvie Audin, psychomotricienne DE.

Christine Bonnet, psychomotricienne DE, psychothérapeute.

Marie-Alix de Dieuleveult, psychomotricienne, graphomotricienne.

Frédérique Bosse Demirdjian, psychomotricienne, psychothérapeute.

Florence Reinalter Ponsin, psychomotricienne, thérapeute en relaxation.

Arnaud Lescale, psychomotricien DE.

Contenu

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

- Une attention particulière est portée dans cette session à la compréhension des problématiques corporelles et à leurs évolutions à l'adolescence : troubles des conduites alimentaires, addictions, décrochage, entre autres.
- Savoir proposer des exercices psychomoteurs aux enfants et aux adultes favorisant leur 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 au fil de la séance et de l'évolution de la cure.

Moyens pédagogiques

Exposés théoriques soutenus par power points.
Temps d'échanges entre les participants.
Simulation : pratique de tests (observation et analyse). Analyse concertée de cas cliniques (vidéos).
Bibliographie