

## DATE

Du lundi 20 au vendredi  
24 septembre 2021

35h - 5 jours consécutifs

### COORDINATRICE



Alexandrine SAINT-CAST  
Psychomotricienne PhD

### INTERVENANT.E.S

Sylvie AUDIN  
Psychomotricien DE, cadre de Santé

Marika BERGÉS-BOUNES  
Psychologue, Psychothérapeute

Christine BONNET  
Psychomotricienne DE

Marie-Alix de DIEULEVEULT  
Psychomotricien DE, cadre de Santé

Candice ANS  
Psychomotricienne TE/MIP

### LIEU

Institut Supérieur de Rééducation  
Psychomotrice 19/25 rue Gallieni  
CS 20178  
92641 Boulogne Billancourt  
CEDEX

### PRIX

Prise en charge employeur : 1300 €  
Prise en charge individuelle : 930 €  
Maître de stage/ tuteur : 390 €

## La relaxation dans les parcours de soins pluriprofessionnels

De la détente de confort à la thérapie psychocorporelle, l'état de relaxation est une expérience qui déclenche des processus psychocorporels profonds.

L'état de relaxation modifie et enrichit l'expérience du corps. Il stabilise les fonctionnements neurophysiologiques et émotionnels et enrichit aussi les capacités relationnelles. C'est l'ensemble de ces dynamiques qui activent le processus thérapeutique de la relaxation en intégrant l'action fonctionnelle et le vécu émotionnel.

### Contenu de la formation

- Étape cognitive pour l'acquisition et le perfectionnement des connaissances théoriques par exposés interactifs

Les processus actifs de la relaxation dans les méthodes psychomotrice et psychosomatique GB Soubiran© et thérapeutique J Bergés©.

Développement de la progression thérapeutique en individuel et en groupe  
Adaptation à des populations variées : indications, objectifs, application en fonction des de-mandes, des difficultés, des limites personnelles, de l'âge, les nouvelles applications (stress, burnout, prévention, APA, etc.).

- Simulation - Mise en situation pratique

Le bilan de relaxation : décrypter les expressions tonicoémotionnelles.  
Savoir proposer des exercices psychomoteurs aux enfants mais aussi aux adultes.  
Les contrôles par mobilisation passive.  
L'expression du vécu.

Analyse des pratiques professionnelles, des objectifs et des actions d'amélioration des prises en charge éducative, rééducative et thérapeutique, basée sur l'étude de parcours cliniques

- Bibliographie internationale récente

### Objectif de la formation

Intégrer la relaxation à la psychomotricité.

En tant que soignant.e, se prémunir personnellement du burnout par la pratique régulière de la relaxation.