

Société Française de Relaxation Psychothérapique

Inter groupe de Formation et d'Etudes en Relaxation Thérapeutique

(Association Loi de 1901)

N° Formation 11 75 21113 75

N° Siret 795 238 864 00016



Présidents Fondateurs : Dr Henry Wintrebart - Dr Yves Ranty - Dr Reine Klötz - Dr Raymond Jarreau - Dr Michel Erlich
Présidents d'Honneur : Pr Jean-François Allilaire - Mme Marie-José Hissard
Président en titre : Mme Aurore Juillard
Vice-Président : Dr Christophe Peugnet
Trésorier : Madame Sophie Lamaue
Trésorier adjoint : Madame Annie Thomasson
Secrétaire général : Mme Catherine Lachenaud
Secrétaire adjoint (webmaster) : Mme Marie Warnery

FORMATION A LA THERAPIE PSYCHOCORPORELLE

Professeur Philippe NUBUKPO
Pôle Universitaire de Psychiatrie de l'Adulte,
de la Personne Agée, d'Addictologie

Docteur Christophe PEUGNET
Pôle Universitaire de Psychiatrie de l'Enfant
et de l'Adolescent

Programme Prévisionnel Années Académiques 2023-2025

La formation nécessite, indépendamment des conditions d'inscription, des prérequis pour être accessible.

- * d'un point de vue théorique, la formation s'adresse à des professionnels de santé ayant préalablement des :
 - connaissances générales en clinique psychiatrique (grandes lignes de la nosographie psychiatrique)
 - connaissances générales en psychopathologie (l'inconscient et le fonctionnement psychique)
 - connaissances générales des enjeux somatopsychiques (psychosomatique et mentalisation)
 - connaissances générales des approches thérapeutiques en psychiatrie (psychothérapie, thérapie systémique, thérapies brèves, traitements médicamenteux, etc.)

* d'un point de vue pratique, la formation s'appuie sur une formation personnelle didactique indispensable

* un entretien individuel initial avec l'un des deux directeurs de la formation est préalablement nécessaire pour avoir l'autorisation d'inscription

La formation s'étale sur deux ans et comprend :

* un **travail didactique indépendant** (éventuellement au titre de stage) pendant deux années minimum à organiser par l'étudiant (« stagiaire »)

une année de travail personnel avec un formateur validé par le conseil scientifique
une année de supervision individuelle avec un formateur validé par le conseil scientifique

le formateur doit fournir à l'étudiant une attestation pour chaque année du travail didactique

* des **sessions d'enseignement** pendant deux années sur le site du CH Esquirol de Limoges

cours magistraux, formations pratiques, discussions de cas cliniques

2 fois 9 sessions mensuelles de 2 jours (12h d'enseignement) d'octobre à juin (vendredi et samedi)

un examen oral de vingt minutes en juin valide la 1^{ère} année (possible session de rattrapage en septembre)

un examen écrit de deux heures en juin valide la 2^{ème} année (possible session de rattrapage en septembre)

La formation est validée en fin de deuxième année par :

* un mémoire de 30 pages soutenu en juin devant un jury (conseil scientifique)

15 minutes de présentation et 15 minutes de questions du jury (possible session de rattrapage en septembre)

* un entretien individuel de validation de moins de 15 minutes avec les deux responsables de la formation

les deux attestations de travail didactique doivent y être fournies pour la validation du cursus

FORMATION A LA THERAPIE PSYCHOCORPORELLE

Programme prévisionnel des deux années (216h)

Années Académiques 2023-2025

Accueil et présentation (2h)

Introduction

Présentation des enseignements et du travail didactique

Présentation de la Société Française de Relaxation Psychothérapique (SFRP)

Cours introductif: du soin à la thérapie ; place du thérapeute dans le dispositif de soins actuel (1h)

Les enjeux de la relation patient-thérapeute en thérapie psychocorporelle (18h)

- Le stress ; les théories des émotions et le concept d'adaptation (4h)
- Le développement psychomoteur ; le tonus (1h30)
- Du schéma corporel au narcissisme (1h30)
- Concept de somatisation ; somatopsychique et psychosomatique (3h)
- La médiation corporelle (3h)
- Les principes de la psychothérapie (3h)
- De la demande à la relation thérapeutique (2h)

Histoire des thérapies psychocorporelles (2h)

Méthodologie des thérapies psychocorporelles (10h30)

- L'entretien préalable et le cadre en thérapie psychocorporelle (1h30)
- Le couple thérapeutique ; les résistances ; le transfert en thérapie psychocorporelle (2h)
- Inductions verbales et non verbales (2h)
- Concentration, élaboration et verbalisation (2h)
- Le dessin du corps (3h)

Les processus de changement (11h)

- Les états modifiés de conscience ; l'état autogène (3h)
- Les vécus corporels ; les régressions (3h)
- Les fonctions thérapeutiques de la thérapie psychocorporelle (3h)
- Aspects neurofonctionnels: neurobiologie et imagerie cérébrale (2h)

Indications des thérapies psychocorporelles (24h)

- Clinique et psychopathologie (4h)
- Indications et contre-indications (2h)
- Thérapie psychocorporelle et dépression (2h)
- Thérapie psychocorporelle et névroses (2h)
- Thérapie psychocorporelle et états limites (2h)
- Thérapie psychocorporelle et psychoses (2h)
- Thérapie psychocorporelle et maladies somatiques (2h)
- Thérapie psychocorporelle et troubles des conduites (3h)
- Thérapie psychocorporelle et autres thérapeutiques (2h)
- Thérapie psychocorporelle en pratique institutionnelle ou en pratique libérale (1h)
- Thérapie psychocorporelle en individuel ou en groupe (2h)

Techniques des thérapies psychocorporelles (45h30)

Introduction sur les différentes techniques de thérapie psychocorporelle (3h)

Le training autogène de Schultz (1h30)

Le training autogène progressif de Ranty (2h) (+training) (1h)

La psychothérapie bionomique de Schultz (4h) (+training) (3h)

La psychothérapie corporelle autogène (2h)

Le biofeed-back (2h) (+training) (1h)

La relaxation progressive de Jacobson (2h) (+training) (2h)

La relaxation statico-dynamique (2h) (+training) (2h)

La rééducation psychotonique de Ajuriaguera (4h)

La relaxation à inductions variables de Sapir (2h) (+training) (2h)

La relaxation thérapeutique de Bergès (2h) (+training) (2h)

La sophrologie (1h) (+training) (2h)

Adaptations chez l'enfant (2h)

Adaptation chez le sujet âgé (1h)

Travail clinique: - discussions de cas cliniques (35h)

- présentation en groupe du travail de mémoire (12h)

Travail pratique:

- Training Autogène de Schultz (18h)

- Méthode des Mouvements Passifs de Wintrebert (18h)