

Journée de formation - vendredi 2 avril 2021

LE CORPS EN RELAXATION

Avec **Catherine Potel**

En visioconférence (via Zoom)

Replay disponible pour tous les inscrits pendant 4 mois après l'événement

Formatrice : Catherine POTEL

Psychomotricienne et psychothérapeute en relaxation analytique Sapir, elle exerce actuellement dans son cabinet à Sceaux (92) après avoir travaillé pendant de nombreuses années dans différentes institutions (CMPP, Hôpital de jour, EMP, MAS). Elle supervise des équipes hospitalières dans leur travail de thérapie psychomotrice. Elle enseigne à l'IFP Pitié-Salpêtrière, Faculté de Médecine Sorbonne Université, à l'IFP de Lille, à L'IFP de l'île de la Réunion.

Elle est membre de la SFPEADA (société française de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent et disciplines associées). Elle est formatrice et membre de l'AREPS (association relaxation psychanalytique Sapir). Auteure de plusieurs ouvrages, elle fait de nombreuses formations et conférences en France et à l'étranger. Elle est fondatrice et responsable formation de l'association Vivre l'eau. Elle a reçu le prix Sapir de la Fondation de France en 2003 pour l'un de ses travaux de recherche théorico clinique sur l'adolescence et la psychomotricité.

Chez ères, elle dirige la collection « À Corps ».

Objectifs :

- Mener une réflexion sur les notions de détente, d'apaisement, d'excitation, pour aller vers la notion de relaxation.
- Revisiter les concepts théoriques articulant les notions de corporéité, d'émotions et de sensorialité.
- Les enjeux de la relaxation en thérapie psychomotrice, en psychothérapie ou en tant que médiation corporelle utilisée par différents corps de métiers (éducateurs, infirmiers, psychologues, ...)
- Réfléchir sur la formation nécessaire pour la pratique de la relaxation.

Méthodes pédagogiques :

Exposé théorique, études de situations, extraits vidéos, bibliographie, échanges et débats.

Pré-requis :

- Pas de pré-requis

Compétences visées :

- S'interroger sur le cadre et les techniques de relaxation selon sa propre formation personnelle
- Savoir adapter sa pratique de relaxation selon les patients à qui l'on s'adresse.
- Préparer un projet de relaxation en cours.
- Comment analyser un cas clinique (exemple donné par le formateur).

ÈRÈS ÉDITIONS & FORMATION



Programme de la journée :

Matinée : de 9h30 à 12h30

REPRISE DES NOTIONS FONDAMENTALES :

- Parce que la détente est la chose la plus difficile au monde Et la plus urgente.
- Le tonus et sa régulation
- La détente dans le corps du bébé
- L'expérience du vivant sensoriel: les racines de l'être
- Au cœur de la pratique : Un dialogue tonico émotionnel revisité
- Un environnement humain et non humain

Après-midi :de 14h à 17h

LA PRATIQUE DE LA RELAXATION

- Enjeux, cadre, objectifs
- Différences entre les méthodes de relaxation (selon la formation professionnelle et spécifique de la relaxation pour chacun)
- Les modalités de fonctionnement : en individuel, en groupes.
- Les différentes populations : enfants, adolescents, adultes
- Analyse de situations cliniques

Tarif :

Entreprise/OPCO (en présentiel ou visio – replay disponible pendant 4 mois à tous les inscrits) : 150 €

Individuel (en présentiel ou visio – replay disponible pendant 4 mois à tous les inscrits) : 80 €

Tarif réduit (en présentiel ou visio – replay disponible pendant 4 mois à tous les inscrits) (réservé aux étudiants, chômeurs, retraités) : 30 €

Durée : 6 heures

Public concerné : Professionnels du social, du médico-social, du soin et de l'éducation.