

Enfance  
Adolescence  
Adulte

## Le corps en relaxation Enjeux et cadre théorico-clinique

1 journée (7 heures)

**20 mai 2022**

en **PRÉSENTIEL** et en **VISIO**

en + **4 mois** en replay

Les deux journées sont dissociables  
mais très complémentaires.

Coût par personne :

Entreprise/OPCO : 180 €

Individuel : 80 €

Tarif réduit : 30 €

Formation en intra : sur devis

**Public concerné :**

Psychomotricien.nes, psychologues,  
éducateur.rices, kinésithérapeutes...



Ouvrage  
numérique remis  
aux participants

### Contenu

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, de sensorialité.

– Les enjeux de la relaxation en thérapie psychomotrice, en psychothérapie ou en tant que médiation corporelle utilisée dans différents métiers (éducateurs, infirmiers, psychologues...). – Réfléchir sur la formation nécessaire pour la pratique de la relaxation.

### OBJECTIFS

- S'interroger sur le cadre et les techniques de relaxation selon sa propre formation professionnelle.
- Savoir adapter sa pratique de relaxation en fonction de ses patients.
- Préparer un projet de relaxation.
- Envisager une formation complémentaire en relaxation.

Intervenante : **Catherine Potel**

### PROGRAMME

*9h-12h30 :*

1 - « La prise en compte du corps, dans la culture théorique psy ». Fil chronologique depuis les années 1980, selon différents auteurs

2 - Une notion d'actualité, particulièrement pertinente quand on travaille en relaxation avec des patients en souffrance : L'environnement humain et non humain et son importance dans la construction du sujet.

3 - Les différentes méthodes de relaxation thérapeutique, et leur intérêt selon le cadre d'intervention et la formation du thérapeute relaxateur.

4 - La sensorialité : les racines de l'être. Observation du bébé : un apport théorique majeur.

*14h-17h30 :*

1 - Visionnage d'un film « Oser l'eau » réalisé par Emmanuel Jay.

2 - Les indications en relaxation : enfants, adolescents, adultes.

3 - Présentation de cas clinique. Discussion avec les participants.