
FORMATION COURTE POUR PROFESSIONNELS DE SANTE

et personnes intéressées par l'approche psycho-corporelle

Intégrer l'analyse bioénergétique dans sa pratique

Introduction

L'Analyse Bioénergétique est une thérapie psychocorporelle qui considère l'être humain comme une unité corps esprit. Dans sa compréhension, les processus psychiques et physiques sont intimement liés et interagissent les uns avec les autres. Elle est à la fois une approche analytique, corporelle et relationnelle.

Quels sont les objectifs de cette formation ?

- . S'initier à cette approche psycho-corporelle qu'est l'Analyse Bioénergétique : mieux comprendre et sentir les liens qui existent sur le plan psycho-somatique.
- . Acquérir des concepts de base : l'énergie, l'enracinement, la respiration, l'expression émotionnelle, le développement psycho-corporel.
- . S'approprier quelques outils utilisés en analyse bioénergétique qui permettent une meilleure connexion avec soi-même et avec les autres.
- . Evoluer personnellement dans son rapport au corps et aux émotions, approfondir le lien avec soi-même et les autres.

A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation s'adresse aux professionnels de la relation d'aide et soignants ou à toute personne intéressée par l'approche psycho-corporelle : psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens, médecins, ostéopathes, kinésithérapeutes, infirmiers, psychomotriciens... ou à toute personne intéressée par l'approche psycho-corporelle.

Contenu de la formation

1. L'enracinement dans la relation

- La relation à soi et au monde à partir des perceptions corporelles : construire un sentiment de soi en prenant conscience de son corps en interaction avec l'environnement et la relation à l'autre.
- Différentes manières de s'enraciner.
- Abord de l'enracinement par les différentes parties du corps selon les différentes phases du développement de l'enfant.
- Ces différents abords permettent de se connecter à soi même, aux autres et de se situer dans le moment présent.

2. L'expression des émotions

- Comprendre de quelle façon les émotions refoulées perturbent l'équilibre psychosomatique.
- Etude de la mobilisation corporelle en analyse bioénergétique : reconnaître des émotions enfouies, les exprimer, les canaliser et les verbaliser.
- Explorer des exercices appropriés venant soutenir l'expression des émotions en lien avec le passé de l'individu. La libération émotionnelle permet un dégagement et ouvre sur une mise en sens de l'histoire personnelle.

3. L'histoire du développement psycho corporel

- Structures caractérielles décrites par A. Lowen en lien avec les stades du développement de l'enfant (schizoïde, oral, masochiste, narcissique, génital/œdipien ou rigide).
- Mécanismes de défenses.
- Comment intégrer ces outils de sensibilisation à l'analyse bioénergétique dans la pratique professionnelle.

4. La respiration

*« Nous voulons vivre mais nous négligeons notre respiration.
Nous avons peur de bouger.
Nous craignons de sentir. »
A. Lowen 1965*

- Restaurer la fluidité de la respiration garante de vitalité et de richesse émotionnelle.
- Se recentrer sur sa respiration afin de retrouver l'unité tête / reste du corps et sortir de la mentalisation.
- Comprendre et prendre conscience des différentes respirations – thoracique, abdominale, la colonne d'air, les différents diaphragmes.

- Travail avec la voix.
- Respiration et mouvement.

5. L'analyse bioénergétique, son histoire et son actualité ; éléments théoriques à partir de l'expérience.

- L'historique – les apports de S. Freud, W. Reich et A. Lowen.
- Les notions de base :
 - La circulation de l'énergie vue comme un lien entre somatique et psychique (notions de charge et de décharge)
 - Le concept d'énergie sexuelle selon A. Lowen
 - L'enracinement – la relation à soi et au monde à partir des perceptions corporelles.
 - La respiration – de la sensation à l'expression des émotions
 - Etude de la notion de cuirasse et de structures caractérielles – ou la façon dont chaque individu s'adapte à son environnement psycho-affectif et social. L'inscription dans le corps de l'histoire individuelle lue au travers de tensions, blocages et structures caractérielles.
- Le processus thérapeutique :
 - Le cadre – code déontologique, notion de thérapie approfondie alliant travail psychocorporel, expression des émotions et prise en compte de l'inconscient.
 - La relation thérapeutique : alliance thérapeutique, transfert et contre-transfert.
 - Le processus
En associant le vécu actuel avec le ressenti corporel, la thérapie consiste à permettre de se relier aux conflits intra psychiques du passé. Le travail de libération émotionnelle en lien avec la compréhension de ses problématiques conduit progressivement la personne à être plus vivante et plus autonome.
- Indications et précautions.

Format de la formation

La formation se compose de 5 modules de deux jours soit 70 heures qui se dérouleront aux dates suivantes :

- Module 1 : **6 et 7 février 2021** . animé par Michelle Bateau
- Module 2 : **24 et 25 avril 2021** . animé par Serge Cueille
- Module 3 : **19 et 20 juin 2021** . animé par Dominique Ameteau
- Module 4 : **25 et 26 septembre 2021** . animé par Jocelyne Moulet-Farge
- Module 5 : **20 et 21 novembre 2021** . animé par Jean-Constantin Colletto

Il sera ensuite possible de poursuivre, pour ceux qui le souhaitent, par une formation certifiante en Analyse Bioénergétique (programme de formation longue).

Ces modules forment un tout et sont complémentaires les uns des autres. Il est néanmoins possible d'intégrer cette formation en cours d'année (tarif au prorata du nombre de séminaires suivis). Il est aussi possible de ne s'inscrire que pour un seul module.

Coût

- **TARIF INDIVIDUEL**

- 1450 euros pour la totalité des modules (+ 65 euros d'adhésion à l'IABFS)
- 290 euros par module (+ 15 euros par module d'adhésion à l'IABFS) en cas de participation ponctuelle ou en cas de démarrage en cours d'année.

- **TARIF FORMATION PERMANENTE**

- 1900 euros dans le cadre de la formation permanente + 65 euros d'adhésion IABFS
- 380 euros par module (+ 15 euros par module d'adhésion à l'IABFS) en cas de participation ponctuelle ou en cas de démarrage en cours d'année.

Intervenants :

Dominique Ameteau

Psychologue clinicienne – Psychothérapeute - certifiée de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique.

Michelle Blateau

Psychopraticienne certifiée de L'institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE.

Jean-Constantin Colletto

Psychopraticien certifié de L'institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE, masseur kinésithérapeute.

Serge Cueille

Médecin - Psychopraticien certifié de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE.

Jocelyne Moulet Farge

Psychologue clinicienne – Psychopraticienne - certifiée de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique. Superviseur en ABE.

Comment s'inscrire ?

1. Envoyez vos coordonnées accompagnées d'un C.V et d'une lettre de motivation à l'IABFS, à l'adresse mail suivante : jocelyne.guignard83@gmail.com
2. A réception vous devrez prendre rendez-vous avec deux formateurs **certifiés** de l'IABFS dont la liste avec leurs coordonnées figure sur notre site, pour avoir un entretien individuel (gratuit) avec chacun d'eux.

3. Après acceptation de votre candidature, l'inscription sera effective à réception d'un chèque correspondant au montant total de la formation (ou du séminaire si inscription pour un seul séminaire), y compris le montant de votre adhésion à l'IABFS (voir paragraphe « Coût » ci-dessus).

Si vous vous inscrivez pour plusieurs séminaires, il est possible de fractionner votre règlement en plusieurs chèques. Dans ce cas, envoyez tous vos chèques en même temps.

4. Votre chèque est à libeller à l'ordre de l'IABFS à envoyer à : **IABFS – GUIGNARD
5558 route des 4 chemins, 83690 Salernes**
Vous pouvez aussi faire parvenir à l'IABFS le règlement par virement bancaire dont l'IBAN est inscrit ci-dessous.

IBAN : FR76 3000 4006 3300 0100 3983 142

BIC : BNPAFRPPMAR

Les conditions

Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée.

Une facture faisant office de convention de formation simplifiée sera adressée au stagiaire.

Toute formation commencée est due dans son intégralité. En cas de désistement ou d'absence après le début de la formation, il ne sera procédé à aucun remboursement.

En cas de désistement moins d'un mois avant le début du séminaire, le montant du séminaire sera encaissé.

L'IABFS est enregistrée comme Organisme de Formation sous le numéro 93130210513

Une prise en charge est possible au titre de la formation continue par différents organismes.

Contact

Pour toute demande complémentaire, contactez la responsable de la commission de formation de l'IABFS

Jocelyne GUIGNARD : 06 12 30 13 02

Jocelyne.guignard83@gmail.com