

Relaxation thérapeutique Enfant, Adolescent, Adulte Méthode Bergès®

3 x 2 jours = 6 jours de formation dans l'année



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante: ACTIONS DE FORMATION



Public professionnel et pré-requis

- Psychologues
- Pédopsychiatres, psychiatres
- Professionnels paramédicaux (orthophonistes, psychomotriciens, ergothérapeutes, infirmiers ...)

Nombre de participants : de 6 minimum à 12 maximum

Présentation

Le corps est souvent le lieu d'expression du symptôme. Il est aussi une voie d'accès possible tel un média dans la clinique quotidienne auprès des patients. La relaxation thérapeutique Bergès®, pratiquée au Centre Hospitalier Sainte Anne (GHU Psychiatrie-Neurosciences, Paris) depuis les années 60 s'inscrit parmi les méthodes psychocorporelles fréquemment utilisées.

La relaxation thérapeutique méthode Bergès® allie concentration mentale et décontraction musculaire en présence du thérapeute qui utilise la nomination, la mobilisation et les images mentales. Elle vise dans la relation transférentielle au thérapeute à établir de nouvelles afférences entre corps et représentation.

Le patient vient faire une expérience de ses éprouvés corporels qui favorisent progressivement l'émergence d'une conscience de soi et donc un travail d'autonomie psychique.

Programme général

Cette session de formation consiste à :

- faire l'expérience soi-même de cette technique de relaxation en groupe,
- réfléchir, grâce à un apport théorique, à la question du corps en psychopathologie
- aborder les différentes indications possibles de cette méthode ; chez l'enfant et l'adolescent : troubles somatiques, troubles neurodéveloppementaux (troubles spécifiques des apprentissages, handicap intellectuel, troubles du spectre autistique, troubles moteurs, déficit de l'attention/hyperactivité, troubles de la communication), troubles émotionnels et anxieux. Et chez l'adulte : troubles somatiques et psychologiques.

Seront proposées des observations de groupes thérapeutiques et la participation à une journée de réflexion sur les fondamentaux de la relaxation thérapeutique méthode Bergès®.

Méthodes, supports et moyens pédagogiques

Méthode magistrale de transmission, méthode démonstrative de participation, et méthode interactive en alternance, avec échanges, expérimentations, exercices et ateliers.

Association francophone de Psychologie et Psychopathologie de l'Enfant & l'Adolescent

19, rue Damesme F 75013 PARIS

SIRET 53970865100028-Association loi 1901 déclaration JO n° 27 du 03-07-2010

Numéro de déclaration d'activité 11 92 18837 92. Ce numéro de vaut pas agrément de l'État

Expérimentation de la technique de relaxation thérapeutique : séances et débriefings de ces séances.
Présentation des différentes indications thérapeutiques illustrées de vignettes cliniques.
Documents, articles et bibliographie version papier et/ou numérique (clé usb, DropBox dédiée et /ou envoi avec WeTransfer).

Objectifs de la formation et compétences visées à l'issue de la session

Le participant sera capable de :

- Expérimenter personnellement la relaxation thérapeutique pour en avoir une représentation précise
- Articuler des indications de la relaxation thérapeutique avec les connaissances théoriques et cliniques en psychopathologie
- Être en mesure de poser une indication de relaxation thérapeutique
- Connaître les modalités de la cure soit individuelle, soit en groupe
- Comprendre les modes d'action, les effets et les limites de la relaxation thérapeutique
- Avoir les connaissances nécessaires pour accéder à un travail de supervision afin d'accompagner des patients

Modalités d'évaluation des acquis : étude de cas ou mise en situation

Moyens permettent de suivre la réalisation de l'action : feuille d'émargements signée à la demi-journée par le participant et le formateur

Certificat de réalisation remis à l'employeur et **Attestation de compétence** remise au stagiaire valideront la formation. Un **suivi de post-formation** sera réalisé durant une période de 3 à 6 mois afin de s'assurer de la bonne mise en pratique.

Formatrices / formateurs

Responsables de la session :

Corinne Bernardeau, psychologue ; UPPEA Unité de Psychopathologie de l'enfant et l'adolescent (groupe de relaxation avec des enfants et adolescents au fonctionnement psychique complexe) - CRTLA Centre Référent pour les Troubles du Langage et des Apprentissages - GHU Psychiatrie et Neurosciences Paris, site CH Sainte-Anne ; chargée d'enseignement Université Paris-Ouest-La Défense ; formatrice Appea, membre élu d'ARTEA, Association de Relaxation Thérapeutique Enfant Adulte. Expérience en rééducation fonctionnelle, CAMSP et SESSAD

Anne-Marie Pecarelo, psychologue ; UPPEA Unité de Psychopathologie de l'enfant et l'adolescent (groupe de relaxation avec des enfants et adolescents au fonctionnement psychique complexe) - CRTLA Centre Référent pour les Troubles du Langage et des Apprentissages - GHU Psychiatrie et Neurosciences Paris, site CH Sainte-Anne ; Membre fondateur d'ARTEA, Association de Relaxation Thérapeutique Enfant Adulte. Expérience en CMPP et pédiatrie

Intervenant associé:

Jérôme Scalabrini, psychologue, UPPEA Unité de Psychopathologie de l'enfant et l'adolescent - CRTLA Centre Référent pour les Troubles du Langage et des Apprentissages - GHU Psychiatrie et Neurosciences Paris, site CH Sainte-Anne, chargé d'enseignement Université Paris-Ouest-La Défense.

PROGRAMME DÉROULEMENT

en présentiel

Programme type susceptible d'être modifié en fonction du rythme de chaque groupe

Session 1			
1 ^{ère} journée			
Matin		Après-midi	
9h00	12h30	13h30	17h00
<p style="text-align: center;">Accueil, présentation et programme</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Historique, dynamique, description de la méthode ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Place de la relaxation thérapeutique dans l'éventail thérapeutique actuel (1) ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Place de la relaxation thérapeutique dans l'éventail Therapeutae actuel (2) ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 	
2 ^{ème} journée			
Matin		Après-midi	
9h00	12h30	13h30	17h00
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Corps et tonus ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Actualités des troubles psychomoteurs sous le prisme de la dyspraxie et/ou de l'hyperactivité et cas cliniques ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 	
Session 2			
3 ^{ème} journée			
Matin		Après-midi	
9h00	12h30	13h30	17h00
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Déroulement de la cure-type (cadre du dispositif, groupe ou individuel, relaxation d'observation, adolescents, enveloppes institutionnelles) ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Troubles somatiques, troubles à expression somatique, cas clinique ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance anxieux et émotionnels 	
4 ^{ème} journée			
Matin		Après-midi	
9h00	12h30	13h30	17h00
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Troubles des apprentissages et cas Clinique ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Réflexion sur la relaxation chez des patients adultes ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 	
5 ^{ème} journée			
Matin		Après-midi	
9h00	12h30	13h30	17h00

Association francophone de Psychologie et Psychopathologie de l'Enfant & l'Adolescent

19, rue Damesme F 75013 PARIS

SIRET 53970865100028-Association loi 1901 déclaration JO n° 27 du 03-07-2010

Numéro de déclaration d'activité 11 92 18837 92. Ce numéro de vaut pas agrément de l'État

Page 3 sur 4

V1 du 01/06/2022

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Les leviers thérapeutiques de la relaxation ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Troubles à expression psychique (psychose et Etat limite) et cas clinique ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance
6^{ème} journée	
Matin	Après-midi
9h00	12h30
13h30	17h00
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Réflexions sur la fin de la cure de relaxation ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Séance ✓ Débriefing en groupe de la séance ✓ Evaluation de stage

DATES des sessions en présentiel

Session 1 : 5 et 6 septembre 2022

Session 2 : 7 et 8 novembre 2022

Session 3 : 9 et 10 janvier 2023

Session 1 : 4 et 5 septembre 2023

Session 2 : 13 et 14 novembre 2023

Session 3 : 15 et 16 janvier 2024

Tarifs (en TTC) Formation 3x2jours = 42 heures

Dossier formation prise en charge par l'employeur : 3x430€ = 1290 €

Inscription en individuel : 3x330 € = 990€

Tarif étudiant sur demande

Une fois votre inscription réalisée, une confirmation vous sera envoyée dans un délai de 48h ouvrées.

Cette session peut faire l'objet d'adaptations spécifiques pour les stagiaires en situation de handicap. Pour toute demande, merci de contacter notre référent handicap, Mr Voyazopoulos, à l'adresse suivante : contact@apea.org.

Règlement intérieur disponible sur simple demande.



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante: ACTIONS DE FORMATION

Formation intra sur demande

Association francophone de Psychologie et Psychopathologie de l'Enfant & l'Adolescent

19, rue Damesme F 75013 PARIS

SIRET 53970865100028-Association loi 1901 déclaration JO n° 27 du 03-07-2010

Numéro de déclaration d'activité 11 92 18837 92. Ce numéro de vaut pas agrément de l'État

Page 4 sur 4

V1 du 01/06/2022