

# LA RELAXATION THÉRAPEUTIQUE ® CHEZ L'ENFANT ET CHEZ L'ADULTE (MÉTHODE J. BERGÈS)



## FORMATRICES

Madame **Marika BERGES-BOUNES**, Psychologue, Psychanalyste. Tel : 06 86 90 14 68

Madame **Christine BONNET**, psychomotricienne, thérapeute et formatrice en Relaxation Thérapeutique Bergès.

Tel : 06 62 46 30 26

## NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS POUR SUIVRE LA FORMATION

Psychomotriciens, psychologues, médecins, orthophonistes, c'est-à-dire des professionnels diplômés ayant déjà une bonne connaissance théorique et clinique en psychopathologie de l'enfant et de l'adulte.

## PRÉSENTATION

La relaxation thérapeutique est une technique originale qui allie une concentration mentale à une décontraction musculaire en présence du thérapeute qui touche et nomme. Elle vise, à travers les modifications toniques et neurophysiologiques qu'elle entraîne, à constituer des afférences nouvelles à l'image du corps et du schéma corporel ; à permettre que s'établisse entre le patient et le thérapeute un type de relation qui rende possible l'entrecroisement des données de l'éprouvé tonique et ses variations lors du toucher, entrecroisement qui relance l'activité imaginaire liée à la représentation corporelle. La nomination des différents segments et lieux du corps par le thérapeute, vient ancrer ces processus dans le symbolique.

## OBJECTIFS

- 1 - Expérience personnelle de la cure ;
- 2 - Formation théorique à la psychopathologie en lien avec les indications de la méthode ;
- 3 - Analyse de cas cliniques apportés par les formatrices et les participants.

## COMPÉTENCES VISÉES

Au terme de la formation, les stagiaires :

- Auront une expérience personnelle du déroulement de la cure ;
- Connaîtront les modes d'action, les effets et les limites de la Relaxation Thérapeutique à travers les indications chez l'adulte et chez l'enfant ;
- Connaîtront les modalités de la cure soit individuelle, soit en groupe ;
- Auront approfondi leurs connaissances théoriques de la psychopathologie de l'enfant et de l'adulte.

## CONTENU DE LA FORMATION

Chaque séquence de formation sera composée de deux temps :

- l'un de travail théorique sur les différentes méthodes de relaxation, la progression de la cure et ses difficultés, les éléments dynamiques en jeu, des études de cas (27h).
- l'autre qui sera la séance proprement dite, précédée d'un temps de parole autour de l'expérience de chacun (18h). L'objectif consistant à expérimenter cette technique segmentaire et progressive sur soi-même.

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Références bibliographiques, enseignement théorique, présentation de cas cliniques, expérience personnelle du déroulement de la cure.

## MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, évaluation de la formation par les stagiaires.

Remise d'une attestation de fin de formation.

## ORGANISATION

Cette formation théorico-clinique de **45h** sera dispensée pour un groupe de maximum 13 personnes :

**1<sup>ère</sup> modalité** : les 26 et 27 janvier, les 10, 16 et 17 février, les 23 et 24 mars et les 6 et 7 avril 2019.

**2<sup>ème</sup> modalité** : 11 lundis matin de 9h à 13h, répartis entre le mois d'octobre 2019 et avril 2020.

**Nota Bene** : Les dates sont fixées en fonction du calendrier scolaire par zone pour permettre aux stagiaires de province de suivre le cursus. D'une année sur l'autre, la formation sera reconduite selon les mêmes modalités.

**LIEU** : Paris VI<sup>ème</sup>.

## TARIFS

- Prise en charge par l'employeur : 1215€ TTC ;
  - Prise en charge individuelle : 725€ TTC (200€ d'arrhes).
- Jeune professionnel, chômeur : 590€ TTC (160€ d'arrhes).  
Réduction de 50€ accordée aux adhérents.

## BIBLIOGRAPHIE

- «*La relaxation thérapeutique chez l'enfant – Corps, Langage, Sujet – Méthode Jean Bergès*», BERGES BOUNES M., BONNET CH., GINOUX G., PECARELO A.-M., SIRONNEAU-BERNARDEAU C. Masson, 2008.
- «*Le corps dans la neurologie et la psychanalyse. Leçons cliniques d'un psychanalyste d'enfants*», J. BERGES, Érès, 2016.
- «*La relaxation : son approche psychanalytique*», M. SAPIR et coll., Dunod, 1975.
- «*Le Training autogène*», J.M. SCHULTZ, P.U.F., 1968.

**Site des professionnels** : [arteaberges.fr](http://arteaberges.fr)

[Retour au sommaire](#)