

LA RELAXATION PSYCHANALYTIQUE MÉTHODE SAPIR



FORMATRICES

Madame **Agnès MOLARD**, Psychomotricienne, psychanalyste, présidente et formatrice à l'AREPS, cabinet libéral.

Madame **Catherine POTEL**, Psychomotricienne, psychanalyste, membre et formatrice à l'AREPS, cabinet libéral, auteure.

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Psychomotriciens et praticiens de santé en pédopsychiatrie. La formation s'adresse à tous les soignants qui utilisent le travail psychocorporel comme outil thérapeutique. Aucun prérequis spécifique.

MÉTHODE

La relaxation psychanalytique méthode Sapir est une psychothérapie à médiation corporelle qui propose à partir d'une écoute du corps, une remise en mouvement du processus de liaison somato-psychique. Elle est particulièrement indiquée pour les patients adolescents ou adultes. Elle se pratique en individuel ou en groupe.

Dans cette approche, la séance se déroule en deux temps. Dans le premier temps, le thérapeute utilise les inductions verbales et le toucher qui vont permettre au patient de se concentrer sur son corps et ses émotions, dans une attention partagée. Le deuxième temps de la séance est consacré à la verbalisation, en association libre afin de relier les expériences corporelles et émotionnelles vécues dans le présent de la séance à des éléments du quotidien et de l'histoire personnelle du patient.

La verbalisation fait partie intégrante du processus thérapeutique.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

Permettre aux stagiaires :

- d'identifier les leviers thérapeutiques de cette approche psychanalytique et particulière de la relaxation ;
- de réfléchir sur les apports de cette méthode à leur propre expérience de thérapeute ;
- d'ajuster leur approche professionnelle de la relaxation à partir de cette nouvelle expérience.

Cette formation a pour but de permettre aux soignants d'adapter la qualité de leur soin par une analyse de leur engagement psycho corporel et de leur pratique.

Elle complète un cursus psychanalytique personnel pour ceux qui s'intéressent au corps et aux symbolisations primitives qui transitent par le corps.

À l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

- D'adapter sa propre technique de relaxation s'il en a déjà une ;

- De définir et d'estimer les besoins en relaxation dans son exercice ;
- De réinvestir et réactualiser les concepts et les théorisations en relaxation ;
- De préparer un projet incluant la relaxation en tant que soin.

Cette formation d'une journée, pratique et théorique, peut conduire également vers une démarche ultérieure de formation plus complète :

- Un cursus de formation à la relation soignant-soigné par la relaxation ;
- un cursus de formation de thérapeute en relaxation psychanalytique Sapir.

Ces deux cursus sont proposés par l'AREPS.

CONTENU DE LA FORMATION

Présentation et historique de la méthode élaborée par Michel Sapir et ses collaborateurs.

Expérience pratique de relaxation en groupe avec verbalisation des vécus des participants.

Réflexion autour des questions théorico-cliniques soulevées par les participants suite à leur expérience pratique.

Lien entre le vécu des participants et leur pratique de soignants.

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Un temps de présentation de la méthode : origine, évolution historique, méthode.

Deux séances pratiques.

Un temps d'analyse de la pratique précédemment vécue.

Apports théoriques et références bibliographiques.

MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION

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

Remise d'une attestation de fin de formation.

ORGANISATION

Cette journée de formation de 8 heures (9h-18h) aura lieu le **5 juin 2021** pour un maximum de 10 personnes.

LIEU : Paris XIII^{ème}.

TARIFS

Employeur : 220 € - Libéral : 200 € (60 € d'arrhes).

Particulier : 180 € (35 € d'arrhes), Tarif réduit : 150 € (30 € d'arrhes), Réduction de 50 € accordée aux adhérents.

[Retour au sommaire](#)