

# RELAXATION ET ENVELOPPES PSYCHIQUES

Association pour la  
Formation Post-Universitaire  
en Psychomotricité

Afpup

## FORMATEUR

Monsieur **Marc GUIOSE**, Psychomotricien, Psychologue clinicien, Psychothérapeute d'orientation psychanalytique. Pratique du toucher thérapeutique à travers le massage, les packs, la relaxation et la danse. Expérience avec des patients en psychiatrie adulte et maladie grave somatique (cancérologie, soins palliatifs).

## NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLE REQUIS POUR SUIVRE LA FORMATION

Psychomotriciens, Psychologues, Orthophonistes, Médecins, praticiens de santé mentale.

## OBJECTIFS

Pratique de la relaxation sous forme verbale et par le toucher-mobilisation. Orientation des techniques pour faire écho aux enveloppes psychiques.

Travail théorique sur les textes essentiels qui abordent les concepts de schéma corporel, image du corps et enveloppes psychiques.

## CONTENU DE LA FORMATION

L'enseignement en relaxation s'inscrit dans des techniques tant neuro-musculaires que suggestives. Allant des techniques de références Schultz et Jacobson, à des techniques d'hypno-relaxation par visualisation proche de la Sophrologie ou du rêve éveillé, mais aussi de Relaxation par le toucher mobilisation inspirées de Wintrebert mais tirant son support technique de la Relaxation coréenne, de l'Eutonie et de techniques de relaxinésie en générale.

La pratique de la relaxation est entrecoupée par un enseignement (ou révision) approfondi d'auteurs majeurs qui ont élaboré les concepts de schéma corporel, d'image du corps et sur les enveloppes psychiques :

- Schéma corporel et image du corps (H. Wallon, P. Schilder, F. Dolto) ;
- Le Moi-peau (Anzieu D.) ;
- Les enveloppes psychiques vues par les auteurs anglosaxons (Esther Bick) et repris par Houzel D. ;
- Érogénèse Contenante (P. Prayez) ;
- La fonction contenante et identification intra-corporelle (G. Haag).

## RYTHME DE LA FORMATION

L'enseignement est théorique et pratique. 60% de théorie et 40 % de pratique.

Un ou deux temps, selon le rythme du groupe, de relaxation par jour, puis expression libre du ressenti, lien avec la thématique des enveloppes psychiques et ouverture sur la clinique. Le reste du temps est consacré à l'étude théorique.

## COMPÉTENCES VISÉES

- Utiliser différentes méthodes de relaxation adaptées aux enveloppes psychiques.
- Adapter les techniques de relaxation selon une conceptualisation psychosomatique au sens large.
- Appliquer le concept d'enveloppe psychique au développement de l'appareil psychique et aux manifestations psychopathologiques en lien avec le processus thérapeutique en relaxation.

## MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Textes de référence sur les enveloppes psychiques, références bibliographiques, documents audio et vidéo sur les relaxations pratiquées. La formation se passera dans une salle adaptée avec le matériel nécessaire pour une bonne pratique de la relaxation. Apporter une clef USB afin d'emporter le cours et les enregistrements des relaxations. Apporter une tenue souple et confortable, une grande serviette.

## 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 de 35h se déroule sur 5 jours consécutifs (9h à 17h). Groupe restreint à 10 participants.

**En 2018** : du 23 au 27 avril 2018.

**En 2019** : Cette formation sera reconduite selon les mêmes modalités.

## LIEU

Cabinet de consultation en psychomotricité et psychothérapie.  
7 rue de l'Avenir 93800 Épinay-sur-Seine (situé face à la gare Épinay Villetaneuse à 10 minutes depuis la Gare du Nord de Paris).

## TARIFS

- Prise en charge par l'employeur : 875€ TTC ;
  - Prise en charge individuelle : 575€ TTC (155€ d'arrhes).
- Jeune professionnel, chômeur : 470€ TTC (140€ d'arrhes).  
Réduction de 50€ accordée aux adhérents.

[Retour au sommaire](#)