

## Programme de Formation : « LA RELAXATION PSYCHANALYTIQUE - MÉTHODE SAPIR »

### FORMATRICES :

Madame **Agnès MOLARD**, Psychomotricienne, psychanalyste, membre du CA et formatrice à l'AREPS.

Madame **Catherine POTEL**, Psychomotricienne, psychanalyste, présidente et formatrice à l'AREPS, cabinet libéral, autrice, directrice de la collection A Corps chez èrès.

### PUBLIC ET PRÉREQUIS :

Psychomotriciens et praticiens de santé en psychiatrie et pédopsychiatrie. La formation s'adresse à tous les soignants intéressés par le travail psychocorporel comme outil thérapeutique. Aucun autre 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.

### A 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 :

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

### ORGANISATION :

Cette journée de formation de 8 heures (9h-18h) aura lieu pour un groupe de 5 à 10 participants :

**En 2024 : Le samedi 1<sup>er</sup> juin 2024.**

### LIEU : Paris XIII<sup>ème</sup>.

Salle adaptée à la formation dont l'adresse sera communiquée au moment de l'envoi de la convocation.

### 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.

Nos prestations de formation sont exonérées de TVA au titre de l'article 261-4 4° du CGI.

Les modalités d'inscription/contractualisation, délais d'accès et accessibilité aux participants en situation de handicap sont regroupés dans nos conditions générales de vente et d'utilisation disponibles sur notre site internet [www.afpup.org](http://www.afpup.org).

Merci d'en prendre connaissance avant toute inscription/contractualisation.

Les demandes d'inscription/contractualisation se font directement en ligne via notre site internet ou directement via le lien <https://catalogue-afpup.dendreo.com>.

Vous pouvez joindre la coordinatrice des formations et des stagiaires par mail à l'adresse [secretariat@afpup.com](mailto:secretariat@afpup.com)

*Dernière mise à jour le : 28 juillet 2023*