

## Programme de formation pour l'obtention du Certificat Privé de praticien en relaxation thérapeutique

Nous avons conçu ce parcours de certification privée, comme un accompagnement de chacun dans la construction de sa posture de praticien en relaxation thérapeutique.

Nous souhaitons avant toute chose que votre parcours soit une contribution à votre évolution professionnelle et personnelle.

Le programme est construit sur 3 axes pédagogiques, chacun étant essentiel pour l'obtention du certificat privé:

- Expérimentation du processus
- Mise en œuvre des méthodes
- Développement de la réflexivité

*Le processus de la cure de relaxation est une méthode thérapeutique en cela le stagiaire qui s'engage dans la certification est conscient que s'opèrent des mouvements intérieurs propre au travail psychologique.*

Tout au long de votre parcours vous pourrez bénéficier de temps individuel en distanciel avec un formateur pour répondre à vos questions sur votre pratique.

Modules	Jours	H
<b>Module de Base (1 obligatoire)</b>		
Relaxation chez l'enfant Inspirée de la méthode Berges®	5	35
Pratique de la relaxation de Schultz M1 + M2	5 + 2	49
<b>Modules complémentaires obligatoires</b>		
Supervision de pratique 3 sessions de 2 jours	6	42
La prise en charge en relaxation: quelles méthodes? Pour qui?	2	12
<b>Modules Spécifiques 1 au choix</b>		
Relaxation et stress Relaxation créative Relaxation et symbolique Toucher relationnel et relaxation Relaxation progressive de Jacobson Relaxation individuelle	5	35

## 1. Module de formation de base: pratique de la relaxation de Schultz ou Relaxation selon la méthode Bergès

**Durée :** 5 jours ou 7 jours

Au cours de ce module, les stagiaires expérimenteront toutes les étapes du Training autogène de Schultz ou celles de la méthode selon Bergès®. Des éléments théoriques et de mise en œuvre sont abordés durant le stage pour vous donner les outils d'une mise en place des séances dans votre environnement professionnel.

## 2- Pratique de la relaxation thérapeutique

**Durée:** 8 séances minimum à effectuer tout au long de votre formation

Vous engagez un suivi en relaxation en mettant en œuvre les méthodes transmises en formation.

- Public: patients, personnes bénéficiant d'un accompagnement éducatif, médico-social adolescents, adultes
- Séance: individuelle ou en groupe
- Cadre: institutionnel, associatif ou libéral

## 3. Module Supervision de pratique

**Durée:** 3 X 2 jours

A effectuer après avoir mis en place un suivi en relaxation (minimum 8 séances)

Vous partagerez l'expérience d'une séance issue de votre pratique.

Dans ces temps consacrés au retour d'expérience, une attention particulière sera portée à chacun (e) pour l'aider dans la construction de sa posture de praticien de relaxation et le développement de sa réflexivité. Les stagiaires coconstruiront des axes de progression, accompagnés par les formateurs.

## 4. Module de mise en œuvre: la prise en charge en relaxation thérapeutique: quelles méthodes? Pour qui? Comment?

**Durée:** 2 jours

A effectuer après le module de base

Ce module présente les différentes méthodes de relaxation et apporte les éléments nécessaires à la mise en place de la relaxation au sein d'une institution ou dans un cadre libéral.

Comment transmettre les informations auprès des patients et de l'équipe soignante? Comment créer les conditions matérielles et le cadre de prise en charge nécessaires à la cure en relaxation thérapeutique? Comment adapter votre prise en charge en relaxation?

## 5. Module complémentaire

**Durée:** 5 jours

Le choix d'un module complémentaire vous fera découvrir d'autres méthodes de relaxation, intégrer d'autres approches et mettra en perspective votre pratique de la relaxation autogène de Schultz ou de la méthode Berges

## 6. Rendu d'un écrit décrivant un cas clinique

Entre 10 et 25 pages au total

En annexe l'anamnèse et les références bibliographiques

Cet écrit reflète votre pratique de la relaxation.

Il comprend:

- L'anamnèse du patient
- La description d'une ou 2 séances pivots dans votre suivi (représentant un questionnement particulier, une évolution dans votre pratique, de celle du patient,...)
- L'analyse des phénomènes de transfert et contre transfert
- Les appuis théoriques qui vous ont aidé dans l'analyse de ces séances.

## 8. Entretien individuel optionnel

**Durée:** 3 X 30 mn

Vous aurez la possibilité d'avoir des entretiens pédagogiques individuels avec un formateur si vous en ressentez le besoin. Le sujet des entretiens concerne votre parcours de certifiant.

## 10. Validation de la certification

La validation est le résultat de votre parcours et des compétences que vous aurez acquis et mis en œuvre reflété par votre écrit et les supervisions de pratique.

### Entretien

en présentiel

Cet entretien clôture votre parcours de certification, il donne l'occasion de rencontrer les formateurs et d'échanger sur votre cheminement et vos projets professionnels.

## 11. Tarif

Les tarifs appliqués pour chaque module sont ceux en vigueur lors de la date de déroulement du module.

## 12. Conditions d'accès

Les conditions d'accès sont identiques à celles de la participation aux modules de formation. Le parcours est réservé aux professionnels du champ de la santé, médico social, socio éducatif, relation d'aide.

Avant l'entrée dans le parcours de certification, le(a) stagiaire se mettra en relation avec l'Institut pour convenir d'un rendez vous téléphonique. Ce rendez vous a pour objectif de préciser les informations et répondre aux questions du stagiaire.

### **13. Durée du parcours**

La durée du parcours est libre afin de s'intégrer aux impératifs professionnels et au rythme de chacun(e)