



Relaxation et psychopathologie

Parce que le corps et l'esprit sont indissociables et que les symptômes sont aussi des bouées pour s'accrocher à la vie.

Pour qui ?

Stagiaires Soft déjà formés ou en cours de formation
Sophrologues
Professionnels de la relation d'aide

Dans quel but ?

Comprendre la souffrance psychique pour développer une attitude adaptée dans la relation à une personne en souffrance, délimiter les champs d'actions possibles, savoir poser le cadre, connaître les limites professionnelles de son champ d'intervention

Comment ?

Apports théoriques en psychopathologie et pratique de mise en situation corporelle et relaxations adaptées.

Nombre de stagiaires

8 à 10 participants maximum.

Durée de la formation

2 journées

Tarif

220 € les 2 journées.

Possibilité de payer en plusieurs fois.
Prise en charge possible dans le cadre de la formation professionnelle.

Où ?

La Mane à Balma

Présentation

Certaines personnes en demande de séances de relaxation sont parfois dans une souffrance psychique ou une détresse majeure qu'il est nécessaire d'accueillir dans un premier temps, bien au-delà de la recherche de bien-être. Il est possible de s'appuyer sur les connaissances de la psychopathologie pour repérer ce qui relève du normal ou du pathologique, reconnaître la fragilité d'une personnalité décompensée et repérer les limites de notre accompagnement pour savoir réorienter de manière sécurisante la personne vers des professionnels médicaux.

Il s'agira donc durant ces deux jours de comprendre la souffrance psychique, l'organisation du fonctionnement psychique et ces modes d'adaptation ; de développer une attitude adaptée dans la relation à une personne en souffrance ; délimiter les champs d'actions possibles de son activité professionnelle ; connaître les limites professionnelles de son champ d'intervention et constituer un réseau des différents professionnels médicaux et lieux de soins pour réorienter la personne si besoin.

Programme

Apports théoriques :

- Définir le normal et le pathologique pour repérer la souffrance psychique ;
- Définir stress/ anxiété/angoisse ;
- Description des 4 structures de personnalité : névroses, psychoses, états limites, perversions ;
- Repérage des manifestations pathologiques ;
- Reconnaître les signes suicidaires, défaire les croyances pour s'adapter à cette réalité ;
- Les techniques pour savoir poser un cadre sécurisant pour la personne et que le cadre soit un support solide pour le professionnel.

La pratique :

- Les techniques préparatoires debout adaptée à l'anxiété et l'angoisse pathologique,
- Techniques de respiration pour calmer les attaques de panique,
- Relaxation dynamique,
- relaxation dite enveloppante,
- Jeux de rôle pour la pratique de l'accueil et de la pose du cadre.

L'intervenant

Julien Piwowarczyk est diplômé du Master de psychologie clinique à l'université de Nîmes et travaille actuellement sur une thèse pour le développement d'un questionnaire lié aux addictions. Il travaille depuis 4 ans à la clinique de l'addictologie au sein d'institution. Ses thérapies sont basées sur les outils thérapeutiques d'orientation cognitive comportementale et émotionnelle et notamment en lien avec les pathologies addictives

EURL SOFT Toulouse

9 avenue de Lagarde 31130 Balma

Tel : 06 03 46 36 00 Email : soft.toulouse@gmail.com

APE 8559 – SIRET 813 478 203 00017

Enregistrée organisme de formation professionnelle sous le numéro 73 31 07 973 31