



SFABE

Société Française d'Analyse Bioénergétique

Affiliée à l'IIBA - International Institute of Bioenergetic Analysis

Agréée par l'AFFOP - Association Fédérative Française des Organismes de psychothérapie

FORMATION COURTE POUR PROFESSIONNELS DE SANTÉ

et personnes intéressées par l'approche psycho-corporelle

Intégrer l'analyse bioénergétique dans sa pratique

Introduction

L'Analyse Bioénergétique est une thérapie psychocorporelle qui considère l'être humain comme une unité corps esprit. Dans sa compréhension, les processus psychiques et physiques sont intimement liés et interagissent les uns avec les autres. Elle est à la fois une approche analytique, corporelle et relationnelle.

Quels sont les objectifs de cette formation ?

- . S'initier à cette approche psycho-corporelle qu'est l'Analyse Bioénergétique : mieux comprendre et sentir les liens qui existent sur le plan psycho-somatique.
- . Acquérir des concepts de base : l'énergie, l'enracinement, la respiration, l'expression émotionnelle, le développement psycho-corporel.
- . S'approprier quelques outils utilisés en analyse bioénergétique qui permettent une meilleure connexion avec soi-même et avec les autres.
- . Evoluer personnellement dans son rapport au corps et aux émotions, approfondir le lien avec soi-même et les autres.

A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation s'adresse aux professionnels de la relation d'aide et soignants ou à toute personne intéressée par l'approche psycho-corporelle : psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens, médecins, ostéopathes, kinésithérapeutes, infirmiers, psychomotriciens... ou à toute personne intéressée par l'approche psycho-corporelle.



Contenu de la formation

1. La respiration

*« Nous voulons vivre mais nous négligeons notre respiration.
Nous avons peur de bouger.
Nous craignons de sentir. »
A. Lowen 1965*

- Restaurer la fluidité de la respiration garante de vitalité et de richesse émotionnelle.
- Se recentrer sur sa respiration afin de retrouver l'unité tête / reste du corps et sortir de la mentalisation.
- Comprendre et prendre conscience des différentes respirations – thoracique, abdominale, la colonne d'air, les différents diaphragmes.
- Travail avec la voix.
- Respiration et mouvement.

2. L'expression des émotions

- Comprendre de quelle façon les émotions refoulées perturbent l'équilibre psychosomatique.
- Etude de la mobilisation corporelle en analyse bioénergétique : reconnaître des émotions enfouies, les exprimer, les canaliser et les verbaliser.
- Explorer des exercices appropriés venant soutenir l'expression des émotions en lien avec le passé de l'individu. La libération émotionnelle permet un dégagement et ouvre sur une mise en sens de l'histoire personnelle.

3. L'histoire du développement psycho corporel

- Structures caractérielles décrites par A. Lowen en lien avec les stades du développement de l'enfant (schizoïde, oral, masochiste, narcissique, génital/œdipien ou rigide).
- Mécanismes de défenses.
- Comment intégrer ces outils de sensibilisation à l'analyse bioénergétique dans la pratique professionnelle.



4. L'enracinement dans la relation

- La relation à soi et au monde à partir des perceptions corporelles : construire un sentiment de soi en prenant conscience de son corps en interaction avec l'environnement et la relation à l'autre.
- Différentes manières de s'enraciner.
- Abord de l'enracinement par les différentes parties du corps selon les différentes phases du développement de l'enfant.
- Ces différents abords permettent de se connecter à soi même, aux autres et de se situer dans le moment présent.

5. L'analyse bioénergétique, son histoire et son actualité ; éléments théoriques à partir de l'expérience.

- L'historique – les apports de S. Freud, W. Reich et A. Lowen.
- Les notions de base :
 - La circulation de l'énergie vue comme un lien entre somatique et psychique (notions de charge et de décharge)
 - Le concept d'énergie sexuelle selon A. Lowen
 - L'enracinement – la relation à soi et au monde à partir des perceptions corporelles.
 - La respiration – de la sensation à l'expression des émotions
 - Etude de la notion de cuirasse et de structures caractérielles – ou la façon dont chaque individu s'adapte à son environnement psycho-affectif et social. L'inscription dans le corps de l'histoire individuelle lue au travers de tensions, blocages et structures caractérielles.
- Le processus thérapeutique :
 - Le cadre – code déontologique, notion de thérapie approfondie alliant travail psychocorporel, expression des émotions et prise en compte de l'inconscient.
 - La relation thérapeutique : alliance thérapeutique, transfert et contre-transfert.
 - Le processus
En associant le vécu actuel avec le ressenti corporel, la thérapie consiste à permettre de se relier aux conflits intra psychiques du passé. Le travail de libération émotionnelle en lien avec la compréhension de ses problématiques conduit progressivement la personne à être plus vivante et plus autonome.
- Indications et précautions.



Format de la formation

La formation se compose de 5 modules de deux jours soit 70 heures qui se dérouleront aux dates suivantes :

- **Module 1** : 14 au 15 Janvier 2023 : L'analyse bioénergétique, son histoire, son actualité - Jean Constantin Coletto – Marseille
- **Module 2** : 11 au 12 Mars 2023 : L'enracinement dans la relation - Michelle Bateau – Paris
- **Module 3** : 3 au 4 Juin 2023 : La respiration - Jocelyne Moulet-Farge – Paris
- **Module 4** : 16 au 17 Septembre 2023 : L'expression des émotions - Serge Cueille – Paris
- **Module 5** : 2 au 3 décembre 2023 - L'histoire du développement psycho-corporel - Dominique Ameteau - Marseille

Il sera ensuite possible de poursuivre, pour ceux qui le souhaitent, par une formation certifiante en Analyse Bioénergétique (programme de formation longue).

Ces modules forment un tout et sont complémentaires les uns des autres. Il est néanmoins possible d'intégrer cette formation en cours d'année (tarif au prorata du nombre de séminaires suivis). Il est aussi possible de ne s'inscrire que pour un seul module.

Coût

- **TARIF INDIVIDUEL**

1500 euros par an + 65 euros de cotisation à la SFABE si engagement pour les 5 modules.

ou 300 euros + 15 euros de cotisation SFABE si inscription pour un module.



Intervenants :

Dominique Ameteau

Psychologue clinicienne – Psychothérapeute - certifiée de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique.

Michelle Blateau

Psychopraticienne certifiée de L'institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE.

Jean-Constantin Colletto

Psychopraticien certifié de L'institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE.

Serge Cueille

Médecin - Psychopraticien certifié de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique
Superviseur en ABE.

Jocelyne Moulet Farge

Psychologue clinicienne – Psychopraticienne - certifiée de l'Institut International d'Analyse Bioénergétique. Superviseur en ABE.

Comment s'inscrire ?

1. Envoyez vos coordonnées accompagnées d'un C.V et d'une lettre de motivation à la SFABE, à l'adresse mail suivante : **contact@sfabe.com**
2. A réception vous sera adressée la liste des formateurs et membres du Comité Local d'Enseignement avec leurs coordonnées afin que vous preniez rendez-vous avec deux d'entre eux. Un entretien individuel (gratuit) sera alors organisé avec chacun d'eux.
3. Après acceptation de votre candidature, l'inscription sera effective à réception d'un chèque correspondant au montant total de la formation (ou du séminaire si inscription pour un seul séminaire), y compris le montant de votre adhésion à la SFABE (voir paragraphe « Coût » ci-dessus).
Si vous vous inscrivez pour plusieurs séminaires, il est possible de fractionner votre règlement en plusieurs chèques. Dans ce cas, envoyez tous vos chèques en même temps.
4. Votre chèque est à libeller à l'ordre de la SFABE et à envoyer à : **SFABE – 7 bis rue Popincourt 75011 PARIS.**



Les conditions

Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée.

Une facture faisant office de convention de formation simplifiée sera adressée au stagiaire.

Toute formation commencée est due dans son intégralité. En cas de désistement ou d'absence après le début de la formation, il ne sera procédé à aucun remboursement.

En cas de désistement moins d'un mois avant le début du séminaire, le montant du séminaire sera encaissé.

La SFABE est enregistrée comme Organisme de Formation sous le numéro 11 75 384 11 75. Une prise en charge est possible au titre de la formation continue par différents organismes.

Contact

Pour toute demande complémentaire, contactez **Jocelyne Moulet Farge : 06 15 27 87 95**

contact@sfabe.com

www.sfabe.com