

FORMATION COURTE ANALYSE BIOENERGETIQUE

Lieu : Père Lachaise

16/17 Janvier - Michelle Blateau : l'enracinement dans la relation

- **L'enracinement dans la relation (Module 1) - 2 jours - Michelle Blateau**

- 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.

20/21 Mars - Jocelyne Moulet-Farge : la respiration en Analyse Bioénergétique

- **La respiration - (Module 2) – 2 jours - Jocelyne Moulet-Farge**

- Le concept de respiration chez Lowen
- Prendre conscience et comprendre les différents modes de respiration : thoracique, abdominale, diaphragmatique
- 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.
- Travail avec la voix.
- Respiration et mouvement.

5/6 Juin - Serge Cueille : L'expression des émotions

- **L'expression des émotions - (Module 3) - 2 jours - Serge Cueille**

- 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.

25/26 Septembre - Dominique Ameteau : l'histoire du développement psychocorporel.

- **L'histoire du développement psycho corporel - (Module 4) - 2 jours - Dominique Ameteau**
- 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.

27/28 Novembre - Nathalie Chazeau : L'analyse bioénergétique et sa pratique clinique : une expérience thérapeutique relationnelle

- **L'Analyse Bioénergétique, et sa pratique clinique : une expérience thérapeutique corporelle et relationnelle. - (Module 5) - 2 jours - Nathalie Chazeau**
- Le processus thérapeutique spécifique à l'Analyse Bioénergétique :
- 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 contretransfert.
- Le processus : en associant le vécu corporel et 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.