

## FORMATION DE 1<sup>ER</sup> CYCLE

### **Affirmation de soi et confiance en soi : développer sa capacité à être dans le monde**

#### **1- Objectifs**

Les massages du muscle sont indiqués pour donner souplesse et force à la personnalité. Le muscle est la partie la plus facilement mobilisée par la volonté. C'est pourquoi la qualité et le tonus du muscle sont directement liés à la capacité et à la manière d'agir dans le monde. Les massages enseignés fortifient les limites, la volonté et la perception de soi-même ; en redonnant sa forme tonique au muscle on assouplit le caractère et on renforce l'indépendance, pour clarifier ses désirs et retrouver la joie de sa puissance.

Nature de l'action de formation professionnelle au sens de l'article L-6313-1 du Code du Travail :

- les actions d'adaptation et de développement des compétences
- les actions de reconversion.

A l'issue de l'action de formation, les stagiaires seront capables d'utiliser les techniques psycho corporelles biodynamiques présentées.

#### **2- Objectifs pédagogiques**

- Repérer les différents muscles, leur rôle et les corrélations psychiques.
- Maîtriser les théories psychologiques du Moi. (Bergson, Freud, Jung, Boyesen et les apports des neurosciences).
- Comprendre les résonances corporelles et psychiques.
- Explorer les techniques psychocorporelles d'échauffement dynamique et de prise de conscience du schéma corporel en lien avec le moi.
- Pouvoir identifier des résonances entre le muscle, la sensation, et la structuration psychique.
- Repérer la modification tonique du muscle.
- Fortification du moi : diagnostic, intention, action. Techniques psychocorporelles adaptées aux différents caractères

#### **3- Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action :**

Pour chaque journée de formation, une feuille de présence est signée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

#### **4- Conditions de déroulement**

L'action se déroulera sur 4 journées de 7h00 soit 28h00.

Horaires : Les horaires de formation seront définis par le formateur en concertation avec les stagiaires.

Rythme : En continu

Mode d'organisation pédagogique : Présentiel en inter-entreprise

Lieu de formation : En centre

#### **5- Public concerné**

Tout public majeur.

La formation requiert une connaissance du vocabulaire dans le domaine de la psychologie et/ou une expérience dans le travail social ou familial et/ou le niveau bac.

## **6- Matériel pédagogique**

Tableaux papier, matelas de sol, photocopiés, musique, matériel de dessin.

## **7- Méthodes et moyens pédagogiques**

Ils s'appuient à la fois sur des démarches déductives, inductives :

### - Déductives :

Les exposés s'appuient sur l'analyse comparée des modèles théoriques. Ils synthétisent une réflexion en amont, issue d'une question, de l'étude d'un cas ou d'une mise en situation. Ils traitent des aspects relatifs au savoir (définition, présentation de concept...).

Des exercices d'application sont également proposés, qui permettent par ailleurs une évaluation formatrice de certains concepts (présence thérapeutique, techniques psycho corporelles...)

### - Inductives :

Pour permettre au stagiaire de s'approprier le contenu de l'action de formation, il est amené à découvrir par lui-même, à faire l'expérience de.

Ces démarches sont essentiellement utilisées pour les aspects liés à la mise en œuvre de nouveaux outils (écoute, reformulation, questionnement...). Elles sont basées sur des mises en situation et des jeux de rôle.

## **8- Evaluation de la formation**

- Verbale : en fin de stage
- Ecrite : Compte rendu de stage, à remettre dans un délai d'un mois.

## **9- Sanction de la formation**

Une attestation de formation précisant la nature, les acquis et la durée de la session sera remise au bénéficiaire à l'issue de la prestation

## **10- Programme détaillé**

S'agissant d'un stage basé sur l'expérimentation, le formateur sera susceptible d'adapter le programme ainsi que l'horaire pour tenir compte de la dynamique du groupe :

### **1er jour**

- Techniques psychocorporelles d'échauffement dynamique et de prise de conscience du schéma corporel – Méthodologie – Objectifs – Protocole d'actions
- Analyse des pratiques avec complément sur les sensations corporelles
- Description du rôle du muscle et de ses corrélations psychiques. Les apports de W. Reich, G. Boyesen, S. Keleman.
- Travail par paire
- Analyse des pratiques et partage des expériences

### **2ème jour**

- Théories psychologiques du Moi. Bergson, Freud, Jung, Boyesen. Les apports des neuro-sciences pour la compréhension des résonances corporelles et psychiques. Les relations soma psyché. Exploration par petits groupes
- Techniques psychocorporelles d'échauffement dynamique et de prise de conscience du schéma corporel en lien avec le moi – Méthodologie – Objectifs – Protocole d'actions
- Analyse des pratiques avec complément sur les sensations corporelles
- Recherche des résonances entre le muscle, la sensation, et la structuration psychique

SAS CALIOPSY - O.F. n° 93.84.03.547

Support de formation conçu et réalisé par la société Caliopsy. Tous droits réservés – La société Caliopsy – 30/09/2021

SIRET : 801 031 386 00015 Avignon – APE : 8559A

- La modification tonique du muscle – Méthodologie – Objectifs – Protocole d’actions
- Travail par paire
- Analyse des pratiques et partage des expériences

### 3ème jour

- Massage du muscle par résonance – Méthodologie – Objectifs – Protocole d’actions
- Travail par paires première session
- Analyse des pratiques
- Travail par paires deuxième session
- Analyse des pratiques

### 4ème jour

- Fortification du moi : diagnostic, intention, action. Techniques psychocorporelles adaptées aux différents caractères – Méthodologie – Objectifs – Protocole d’actions
- Analyse des pratiques avec complément sur les sensations corporelles
- Evaluation des acquis
- Bilan de stage – Conclusion

### FORMATEUR PRESENTI :

**François Lewin** : Gérant. Formateur. Diplômé de Psychologie Biodynamique par l’Institut International Gerda Boyesen Londres. 40 ans de pratique pédagogique. Maîtrise de Mathématique.

### TARIF FORMATION :

TARIFS DES FORMATIONS		
Mars 2026		
Formation	Tarif	Conditions
1 <sup>er</sup> cycle : Hébergement résidentiel obligatoire inclus <sup>(1)</sup>		
Stage résidentiel 4 jours	690 €	Contactez-nous en cas de difficultés financières
Pack d'engagement sur 4 stages	620 € par stage	Soit 2480 € payable en six fois
Tarif fidélité	590 €	A partir du 5 <sup>ème</sup> stage
Tarif fidélité + et anciens étudiants	400 €	A partir du 8 <sup>ème</sup> stage ou anciens étudiants
Étudiants en formation	35 € selon places disponibles 220 € si quota atteint	S’adresser au secrétariat de l’Ecole
<p>(1) Les frais d’hébergement sont inclus dans le tarif. L’hébergement en chambre partagée, comme les repas en commun, permettent de construire la confiance organique dans le groupe.</p> <p>Pour les <b>modules de 1<sup>er</sup> cycle</b>, + 117 € pour la nourriture sur quatre jours (l’hébergement est compris dans le prix de la formation).</p> <p>Prévoir 50 € supplémentaire pour le module sur le cheval.</p> <p>Les frais de repas, en plus, sont à régler sur place le 1<sup>er</sup> jour du stage.</p>		