

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

## FORMATION A L'ECOUTE : OUVERTURE DU CŒUR

Réf : MP0626AK

### 1- Présentation

Une psychologie sans le développement du cœur resterait un exercice égotique au mieux une affirmation du petit moi. Organe associé dans le passé au romantisme au mysticisme ou encore à l'humanisme le cœur est devenu pour l'âge technologique une pompe échangeable.

Cependant les plus grands défis de cet âge restent la capacité d'aimer, la compassion pratique et la compréhension d'une unité qui dépasse les différences ethniques économiques politiques et culturelles.

Sur le plan spirituel le degré de développement du chakra du cœur reflète notre situation actuelle et notre capacité de conduction de lumière. Nous pouvons considérer le cœur comme la pompe qui attire ce que l'on nomme les qualités ou encore comme l'atmosphère d'âme d'un individu dans l'expression sur le plan physique.

Pour le thérapeute biodynamique il s'agit de sa capacité d'empathie de contact avec la réalité de corps et d'esprit d'un patient créant un champ de transformation que Gerda BOYESEN appelle « la présence thérapeutique ». Cette approche systémique biodynamique est très fructueuse pour supprimer les freins à la réalisation de soi-même. Elle est spectaculaire lorsque le participant se trouve libéré d'une charge collective. Elle permet de ressentir le droit à l'existence pour retrouver sa juste place dans le monde.

### 2- Objectifs

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

### 3- Objectifs pédagogiques

- S'initier aux techniques psychocorporelles de dynamisation en groupe.
- Connaître les grands principes de la formation à l'écoute (qualité d'écoute, empathie et principes éthiques).
- Explorer la qualité de présence, à soi-même et à l'autre.
- Expérimenter la sensation de bonne distance et de limite.
- Comprendre et repérer le mécanisme d'auto-régulation de l'organisme (Le cycle vasomoteur et la théorie Biodynamique de base sur l'autorégulation neuro-végétative).
- Comprendre les enjeux de la fonction respiratoire et notamment le rôle de la respiration dans la régulation émotionnelle (les différents types de respiration, les techniques psychocorporelles sur l'ouverture respiratoire et la régulation émotionnelle).

### 4- 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.

## 5- 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

## 6- 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.

## 7- Matériel pédagogique

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

## 8- 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 psychos 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.

## 9- Évaluation de la formation

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

## 10- 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

## 11- 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**

- Introduction à la psychologie biodynamique et les différentes traditions
- La formation à l'écoute
- Techniques psychocorporelles avec expérimentation de différents types de respiration avec la notion d'enracinement

- Objectifs – Protocole d’actions
- Analyse des pratiques avec complément d’information sur la qualité d’écoute et l’empathie.

### **2EME JOUR**

- Techniques psychocorporelles de dynamisation par des exercices psycho-corporels Biodynamiques
  - Travail sur la sensation, la distance et la limite
  - Techniques psychocorporelles de présence à soi et présence à l’autre. Méthodologie et protocole d’action.
- Indications.
- Analyse des pratiques avec focalisation sur la notion d’éthique et d’espace privé

### **3EME JOUR**

- Théorie Biodynamique sur le rôle du système neurovégétatif dans l’autorégulation
- Importance de la capacité à s’autoréguler de l’écouter
- Techniques psychocorporelles. Méthodologie – Protocole d’actions.
- Analyse des pratiques avec focalisation sur l’écouter.
- Techniques psychocorporelles de bio-intégration
- Analyse des pratiques avec complément sur les notions de sécurité et de temps nécessaires à la régulation neurovégétative.

### **4EME JOUR**

- Techniques psychocorporelles de dynamisation en groupe
- Le rôle de la respiration dans la régulation émotionnelle
- La présence calme
- Techniques psychocorporelles sur l’ouverture respiratoire et la régulation émotionnelle et la prise de distance
- Analyse des pratiques
- Evaluation des acquis
- Bilan de stage – Conclusion

## **12- Formateur pressenti**

### **Achim Korte :**

Formateur et Psychothérapeute, Diplômé de psychologie clinique Technische Universität Berlin. Diplômé de Psychologie Biodynamique par l’Institut International Gerda Boyesen.

## **13- HEBERGEMENT :**

Hébergement et nourriture renseignement au 04 67 22 40 50 ou  
par mail : [ecole@psychologie-biodynamique.com](mailto:ecole@psychologie-biodynamique.com)

### **Accessibilité personnes en situation de Handicap :**

Si un aménagement est nécessaire, merci de nous contacter au 04 67 22 40 50 ou  
par mail : [ecole@psychologie-biodynamique.com](mailto:ecole@psychologie-biodynamique.com)

## 14- 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).            Prévoir 50 € supplémentaire pour le module sur le cheval.            Les frais de repas, en plus, sont à régler sur place le 1<sup>er</sup> jour du stage.</p>		