

| | | |
|---|---|-----------------|
|  | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

1 Présentation de la formation

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 techniques psychocorporelles enseignées permettent de fortifier les limites, la volonté et la perception de soi-même. En redonnant sa forme tonique au muscle, elles contribuent à assouplir le caractère, renforcer l'indépendance, clarifier les désirs et retrouver la capacité d'agir avec plus de stabilité et de confiance.

Cette formation alterne apports théoriques, expérimentations psychocorporelles, analyses de pratiques et mises en situation pédagogiques à partir des outils de base de la Psychologie Biodynamique.

2 Objectifs de la formation

L'objectif est de donner des apprentissages de base de la Psychologie Biodynamique. Ceci est réalisé à l'aide d'actions d'adaptation et de développement des compétences, ou, avec des actions de reconversion. Ces dispositions d'actions de formation professionnelle répondent au Code du Travail concernant le Développement des compétences et des connaissances (article L-6313-1).

2.1 Objectif final

À l'issue de la formation, les apprenants seront capables de mettre en œuvre des techniques psychocorporelles de la Psychologie Biodynamique, spécifiques au thème de la formation présentées ci-dessous, en les adaptant au contexte d'accompagnement et aux besoins identifiés de la personne, dans le respect du cadre professionnel.

2.2 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
- Identifier les résonances entre le muscle, la sensation et la structuration psychique
- Repérer les modifications toniques du muscle
- Explorer les techniques psychocorporelles de massage du muscle par résonance
- Développer les capacités de diagnostic, d'intention et d'action dans la fortification du Moi
- Expérimenter des techniques psychocorporelles adaptées aux différents caractères

3 Public visé et prérequis

Aucun prérequis n'est exigé pour l'accès à la formation de 1^{er} cycle.

4 Durée de la formation

L'action de formation se déroule sur 4 jours de 7h, soit **28 heures**.

5 Modalités et délais d'accès

GÉNÉRALITÉ

Plusieurs solutions sont proposées à l'intéressé permettant d'obtenir l'accès aux informations spécifiques de la formation, les principales étant :

| | | |
|--|---|-----------------|
|  école de psychologie biodynamique | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

INSCRIPTION

L'inscription à la formation se fait ordinairement par les moyens suivants :

- 1) via le secrétariat par renseignement téléphonique et envoi du contrat de formation.
- 2) via internet sur la fiche spécifique de la formation avec son accès direct sur le bouton « INSCRIPTION ».

ADMINISTRATIF

Les questions administratives et/ou logistiques sont gérées avec le secrétariat :

- par mail,
- par le formulaire « UNE QUESTION ? NOUS VOUS RAPPELONS » en bas de la fiche spécifique de la formation.

CONTENU PEDAGOGIQUE

Les questions sur le contenu pédagogique ou autres informations propres à la formation elle-même sont gérées avec la prise de RDV en visioconférence avec, soit le Directeur de l'École, soit avec la responsable pédagogique.

L'accès à la demande de RDV pédagogique est disponible sur le site internet de l'École, sur tous les bas de pages « RESTONS EN CONTACT », à la section « ENTRETIEN ZOOM », sur le bouton « PRENDRE RENDEZ-VOUS ».

Le délai d'accès moyen constaté est d'une semaine.

6 Modalités de formation :

6.1 Organisation, déroulement, fonctionnement et hébergement

| | |
|------------------------|--|
| Mode pédagogique | : Présentiel |
| Type de formation | : Inter-entreprise |
| Nbr maxi d'apprenants | : 24 |
| Horaires initiaux | : 10h-13h / 15h-19h. Cependant, les horaires de formation pourront être redéfinis par le formateur en concertation avec les apprenants. En effet, la formation étant basée sur l'expérimentation, le formateur sera susceptible d'adapter le programme, ainsi que l'horaire, en fonction de l'avancée de la formation et en tenant compte de la dynamique du groupe. |
| Rythme | : En continu |
| Type d'hébergement | : Résidentiel (sur place). L'hébergement est obligatoire car il fait partie du parcours de la formation. Il est en chambre partagée, comme les repas pris en commun. Ceci permet de construire la confiance organique dans le groupe. |
| Frais d'hébergement | : Inclus dans le tarif de la formation. |
| Logistique hébergement | : Merci de préciser au secrétariat l'heure et le jour d'arrivée et de départ. |
| Repas (et collations) | : Les petits déjeuner, déjeuners, dîners et collations matinée et après-midi sont assurés sur place par un cuisinier référencé et validé par l'École. Contacter le secrétariat pour vos spécificités alimentaires. |
| Frais de repas | : En supplément, ils sont à régler sur place le 1 ^{er} jour du stage. Voir « Tarifs ». |

6.2 Accessibilité aux personnes handicapées

Nous étudions, au cas par cas, toutes situations de handicap afin d'envisager une intégration dans l'action de formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

Si un aménagement connu est nécessaire, contacter le secrétariat.

Référent handicap : Le Directeur de l'organisme de formation.

Adaptations possibles : Matériel, rythme, supports...

6.3 Lieu de formation

Dans nos différents centres à Paris (75), Montpellier (34), Écully (69) ou à Montbrisson (42).

| | | |
|---|---|-----------------|
|  | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

Le lieu est indiqué : dans le « Calendrier des stages » de l'année, version imprimée ou en PDF téléchargeable,
: sur la page internet globale des « stages » du site de l'École,
: sur la page internet spécifique de l'action de formation du site de l'École,
: sur demande faite auprès du secrétariat.

7 Programme détaillé de la formation

Rappel : La formation est basée sur l'expérimentation. En conséquence, le formateur sera susceptible d'adapter le programme, ainsi que l'horaire, pour tenir compte de la dynamique du groupe.

7.1.1 Jour 1

- Accueil des apprenants
- Présentation des participants et de leurs motivations
- Présentation du contenu et du cadre de la formation
- 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 et S. Keleman
- Travail par paire
- Analyse des pratiques et partage des expériences

7.1.2 Jour 2

- Théories psychologiques du Moi : Bergson, Freud, Jung, Boyesen
- Les apports des neurosciences pour la compréhension des résonances corporelles et psychiques
- 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
- La modification tonique du muscle – Méthodologie – Objectifs – Protocole d'actions
- Travail par paire
- Analyse des pratiques et partage des expériences

7.1.3 Jour 3

- Massage du muscle par résonance – Méthodologie – Objectifs – Protocole d'actions
- Travail par paire – première session
- Analyse des pratiques
- Travail par paire – deuxième session
- Analyse des pratiques
- Approfondissement des techniques psychocorporelles de fortification du Moi
- Ajustements pédagogiques sur la posture, le tonus et les limites corporelles

7.1.4 Jour 4

| | | |
|--|---|-----------------|
|  école de psychologie biodynamique | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

- Fortification du Moi : diagnostic, intention et action
- Techniques psychocorporelles adaptées aux différents caractères – Méthodologie – Objectifs – Protocole d’actions
- Analyse des pratiques avec complément sur les sensations corporelles
- Travail d’intégration psychocorporelle sur la confiance en soi et la capacité d’action
- Évaluation des acquis
- Bilan de stage et conclusion

8 Méthodes mobilisées

8.1 Méthodes pédagogiques

Elles s'appuient à la fois sur des démarches déductives et 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, etc...).
- 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 ».

Des exercices d'application, des mises en situation et des jeux de rôle sont proposés. Ils permettent une évaluation formatrice de certains concepts tels que la présence thérapeutique, les techniques psychocorporelles. Ces démarches sont essentiellement utilisées pour les aspects liés à la mise en œuvre de nouveaux outils ou de documents pédagogiques développant, par exemple l’écoute, la reformulation, le questionnement, etc...

8.2 Moyens pédagogiques et techniques

Dans le prolongement de l’exécution de l’action de formation, dans chaque salle de travail sont disponibles ; Tableaux de conférence papier, table de massage, matelas de sol, chaises, moyens audio et audio-visuel, matériel de dessin et autres accessoires (balles, masques, huiles essentielles, bandeaux).

8.3 Moyens d’encadrement

Afin d’assurer une qualité de formation conforme aux orientations qualité de l’École de Psychologie Biodynamique, chaque formateur encadrant a été recruté sur la base des critères suivants :

- Avoir déjà une expérience professionnelle en tant que formateur (nationale ou internationale)
- Avoir une expérience professionnelle en milieu médical ou médico-social
- Maîtriser des techniques d’apprentissage adapté aux adultes
- Maîtriser l’alternance des apports théoriques et des démarches techniques
- Posséder des compétences spécifiques dans les domaines pédagogiques/didactiques
- Savoir écrire des documents obéissants à des normes et des objectifs (programme)
- Savoir développer des offres adaptées à des publics précis en tenant compte du cadre préétabli
- Avoir des compétences en communication : capacité d’expression, écoute active
- Formuler des objectifs pour les unités pédagogiques et sélectionner des contenus pertinents
- Posséder des méthodes et des outils pédagogiques actualisés

Les diplômes, titres et références des personnes chargées de la formation sont indiqués en annexe du contrat en ligne et dans l’onglet « Direction et formateurs » du site internet de l’École de psychologie Biodynamique.

Encadrement supplémentaire :

| | | |
|--|---|-----------------|
|  école de psychologie biodynamique | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

Pour secondar l'intervenant tout au long de l'action de formation, deux 2 assistants à minima, et issus de la formation de psychologie Biodynamique, sont systématiquement présents et prennent en charge les bénéficiaires.

8.4 Modalités de suivi de la formation

Pour exécuter le suivi de l'exécution de la formation, une feuille d'émargement, à chaque demie journée, est conduite à signature par les assistants aux bénéficiaires et au formateur.

9 Modalités d'évaluation des acquis de la formation

Deux voies sont soumises :

- 1) Verbale : En fin de formation.
- 2) Écrite : Un compte rendu de stage est demandé à être remis dans un délai d'un mois après la formation. Ce document est enregistré par le secrétariat pour le suivi personnalisé du bénéficiaire.

10 Modalités d'évaluation de la formation

Afin d'obtenir un retour sur la qualité de la formation reçue par les bénéficiaires, deux questionnaires sous forme de formulaires informatiques simplifiés seront à remplir. Ils seront accessibles via un lien internet envoyé par mail par le secrétariat. Ces questionnaires sont les suivants :

- 1^{er} : Questionnaire à chaud, envoyé le lendemain de la formation
 2^{ème} : Questionnaire à froid, 1 mois après la formation

11 Modalités d'obtention des certificats et attestations de formation (sanction de la formation)

Plusieurs documents peuvent être fournis par l'École de psychologie Biodynamique, sous conditions, pour les formations de 1^{er} cycle. La demande doit être faite auprès du secrétariat.

- Certificat de réalisation : Preuve officielle de réalisation de la formation, ce document réglementaire est fourni par l'École de psychologie Biodynamique pour certifier que l'apprenant a effectivement suivi la formation, à une date précise.
- Certificat thématique : Document propriétaire validant la remise de la totalité des livrables de l'apprenant, relatifs à l'action de formation, et attendus par l'École. Certains livrables répondent à un prérequis pour l'accès à d'autres formations, notamment les Cycles 2 et 3.
- Attestation de formation : Ce document complémentaire permet de valoriser l'apprentissage de l'apprenant é et centré sur les compétences du participant.

12 Indicateurs de résultats

Indicateurs qualité du programme :

- Taux de satisfaction : modèle de recueil des données en cours pour ce programme
- Nombre de stagiaires : **7**

Indicateurs (mai 2026) visibles sur le site de l'École de psychologie Biodynamique :

- « Satisfaction par rapport aux attentes » : **95 %**
- « Satisfaction globale de la formation » : **92 %**

Indicateur utilisé simplement à titre d'information sur le site de l'École de psychologie Biodynamique.

- « Pourcentage d'anciens étudiants exerçant le métier de thérapeute depuis les 5 dernières années » : **87 %**

| | | |
|---|---|-----------------|
|  | PROGRAMME DE FORMATION DU 1 ^{ER} CYCLE | Réf Prg : C1-01 |
| | AFFIRMATION DE SOI ET CONFIANCE EN SOI | N° version : 2 |
| | Développer sa capacité à être dans le monde | MàJ : 7/5/2026 |

13 Contacts de la formation

Secrétariat

Téléphone : 04 67 22 40 50
Mail : ecole@psychologie-biodynamique.com

Internet

Formulaire sur le site de l'École : www.psychologie-biodynamique.com
: « LAISSEZ-NOUS UN MESSAGE » dans l'onglet CONTACT
: « UNE QUESTION ? NOUS VOUS RAPPELONS » en bas de la page internet spécifique à la formation.

14 Tarifs de la formation

Le tarif à jour est indiqué : sur la page internet spécifique à la formation,
: dans l'onglet STAGES du site de l'École au Menu « Tarifs et financement de la formation »,
: sur demande faite auprès du secrétariat.

| TARIFS DES FORMATIONS DE 1 ^{ER} CYCLE | | |
|---|---|---|
| Mars 2026 | | |
| Formation | Tarif | Conditions |
| 1 ^{er} cycle : Hébergement résidentiel obligatoire inclus ⁽¹⁾ | | |
| 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 ^{ème} stage |
| Tarif fidélité + et anciens étudiants | 400 € | A partir du 8 ^{ème} stage ou anciens étudiants |
| Étudiants en formation | 35 € selon places disponibles 220 € si quota atteint | S'adresser au secrétariat de l'École |
| <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 modules de 1^{er} cycle, + 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^{er} jour du stage.</p> | | |