

Les clés de l'autorégulation psychocorporelle

*Formation à la bio-intégration,
massages, postures, principes...*



*Animé par Patrick Benoiton
Thérapeute Psychocorporel*

Présence, toucher, intention, écoute...
Une approche douce pour faciliter l'autorégulation du corps.

**Formation pratique en quatre week-end/ 98h
au Creuset de Meymans,
26300 Beauregard-Baret**

*Formation ouverte à tous,
notamment aux thérapeutes soucieux d'ouvrir leur pratique.*

L'autorégulation corporelle

Dans cette formation, nous découvrirons comment notre corps œuvre pour digérer, réguler et intégrer toutes les stimulations et les expériences de la vie quotidienne des plus ordinaires aux plus extraordinaires. Nous explorerons cette intelligence innée ainsi que les leviers à mobiliser pour les renforcer.

Les massages de bio-intégration offrent à l'être dans sa totalité (psychique, émotionnel et physique) un espace d'autorégulation naturel qui lui permet d'évacuer les tensions chroniques, les pensées soucieuses ou obsédantes et les réactions émotives inadaptées.

Au fil de ces quatre week-ends, nous découvrirons comment l'accueil, le cadre sécurisant et la présence offre déjà un espace d'autorégulation à la personne, nous expérimenterons et intégrerons la pratique des différents massages de bio-intégration et nous échangerons sur nos propres expériences concrètes de vécu du cycle vital.

L'état naturel de chaque être vivant est le relâchement et l'ouverture à l'extérieur pour peu qu'il existe un espace d'autorégulation. Ceci est loin d'être le cas dans notre société. Les massages de bio-intégration facilitent le rétablissement de cet espace.

Programme de la formation

Stage 1 - Le mouvement de la vie

16-19 décembre 2021. Présentation, principes de la bio-intégration, cycle vital, réflexe de sursaut, psycho-péristaltisme, exercices de présence, massage lifting.

Stage 2 - Permettre le mouvement

11-13 février 2022. Massage de la tête. Massage des sorties. Massage des muscles secondaires de la respiration. Massage contenant

Stage 3 - Intégrer pour transformer

22-24 avril 2022. Massage colonique. Massage de confortation. Massage brésilien. Massage du corps parfait. Massage combinatoire.

Stage 4 - La nouvelle vision

23-26 juin 2022. Massage globalisant. Douche énergétique. Révision générale. Notion de structure caractérielle. Séance blanche. Bilan

Les massages de bio-intégration

Elaborés par Gerda Boyesen, fondatrice de la Psychologie Biodynamique, et ses filles Ebba et Mona Lisa, les massages de bio-intégration répondent aux besoins spécifiques et globaux de la personne qui les reçoit.

La bio-intégration est un domaine de la Psychologie Biodynamique qui est centré sur la stimulation du processus naturel d'autorégulation psychocorporel. Cette ouverture nous offre une autre alternative pour vivre notre quotidien et nos actions avec une qualité de présence inédite.

Les massages de bio-intégration amènent à un relâchement musculaire, respiratoire et émotionnel. Harmonisant, nourrissant, relaxant ou énergisant, ces massages favorisent une régulation naturelle du corps, une prise de conscience corporelle, une détente profonde et une sensation de bien-être. Par leur diversité et leur complémentarité, ils participent à la «reconstruction» de la personne lui donnant accès à ses ressources, son noyau sain, son essence.

Les massages de bio-intégration ont une action «nettoyante». En stimulant le psychopéristaltisme (les glous-glous du ventre), ils permettent la digestion des émotions actuelles ou passées cristallisées dans le corps. Au fil des séances, ils permettent la dissolution progressive de la cuirasse défensive que chacun met en place à la suite d'expériences malheureuses et répétitives.

***Pendant ces stages, nous aborderons ce
qui permet au corps de s'autoréguler, nous expliquerons
la théorie de la bio-intégration, du réflexe de sursaut,
du cycle émotionnel et de la notion de névrose incorporée.
Surtout, nous ferons l'expérience de ce que permet
la bio-intégration au travers d'exercices de présence et
d'apprentissage de massages.***



Stage animé par

Patrick Benoiton

Formé à l'Ecole de Psychothérapie Biodynamique de Montpellier, je pratique au quotidien les massages de bio-intégration qui m'ont été enseigné lors de ce cursus de cinq ans. J'ai approfondie cet enseignement en étant assistant de formation pendant quatre ans et en suivant un enseignement encore plus poussé auprès de Menno de Lange qui a développé cette méthode à Amsterdam auprès notamment de Mona Lisa Boyesen. Je reçois en psychothérapie des personnes ayant besoin d'être accompagnées sur leur chemin de vie à Valence et Rochechinard, près de Saint Jean en Royans.

Je suis membre de l'Association Professionnelle de Psychologie Biodynamique (www.appb.org), reconnue par l'European Association for Body Psychotherapy et la Fédération Française de Psychanalyse et Psychothérapie.

Siret : 47802063900074

Numéro d'organisme de formation en court.

Tarif

1120 euros les quatorze jours de formation (98h), soit 320 euros pour les stages de quatre jours et 240 euros pour les stages de trois jours.

*Logement et repas en fonction de vos revenus et de la chambre occupée (individuelle, à 2 ou 4).
A partir de 109 euros en pension complète pour trois jours et deux nuits.*

Un minimum de six personnes et un maximum de seize sont requis.

Adresse de la formation

Le Creuset de Meymans

5 les Côtes de Meymans - 26300 BEAUREGARD BARET

<http://www.creuset-de-meymans.com>

(15 minutes de la gare Valence TGV, 1 minutes de l'A49)

Les quatre stages suivent une logique d'enseignement, il n'est donc pas possible de participer à un seul stage de la série.

inscription

Nom et Prénom :

Adresse :
.....

Date de naissance :

Téléphone : E mail :

Profession :

Je m'inscris pour la formation «**Les clés de l'autorégulation psychocorporelle**», animé par Patrick Benoiton, qui a lieu au Creuset de Meymans à Beauregard Barret (26) du 16 au 19 décembre 2021, du 11 au 13 février, du 22 au 24 avril et du 23 au 26 juin 2022, soit 14 jours de formation (98h).

Je joins à ce bulletin un chèque de **150 euros d'arrhes**, qui sera déduit de l'ensemble du coût de la formation. En cas de désistement à plus de 30 jours avant le stage, les arrhes sont restituées. En cas de désistement à moins de 30 jours avant le stage, les arrhes seront conservées.

J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales d'inscription.

Date :2021

Signature

J'envoie le présent bulletin et le chèque par La Poste à

Patrick Benoiton,
Les Junons, 1190 Chemin des Gérys,
26190 Rochechinard

avant le 14 décembre 2021.