



Institut Français de Formation de
Psychothérapeute

Journées à thème

4 stages pour améliorer sa vie

www.psycore.fr
psycore1@aliceadsl.fr
04 94 72 75 21 / 06 16 22 44 51

Association loi 1901, créée à Marseille en 1985
78 Rue de Rome 13006 Marseille
Siège social : 809C Ch Louis Blériot 83136 Garéoult

L'IFFpsy est agréé par la FF2P
FF2P : Fédération Française de Psychothérapie et
Psychanalyse www.FF2P.fr

Dimanche 25 février 2007

Comment vit on le harcèlement

Avec la participation de Judy da Silva
auteur du livre " Le harcèlement conjugal"

Dimanche 18 Mars 2007

Comment gérer le stress

Dimanche 13 mai 2007

Notre corps est « malade »

**Où comment nous générons les
maladies psychosomatiques**

Dimanche 5 août 2007

Notre sexualité : comment la vivre.

Comment vit on le harcèlement

L'actualité met en relief le harcèlement sexuel dans le milieu du travail et défraie la chronique. On le dénonce aujourd'hui, il est réprimé par la loi, mais on peut le retrouver dans toutes les relations humaines ! Le harcèlement peut concerner aussi les relations entre un mari et son épouse, entre des parents et leur enfant. Qu'est-ce qui se cache derrière ce terme, quels sont les acteurs qui y participent ?

Lors de ce stage, nous analyserons le processus persécuteur-persécuté, les souffrances qui sont engendrées et nous proposerons des solutions pour sortir de cette ornière fortement émotionnelle. Pour ce faire nous travaillerons l'affirmation de notre *moi intérieur* au travers de mouvements psycho-corporels et nous pratiquerons des mises en situation afin de mieux comprendre les processus mis en jeu.

Comment gérer le stress

Nous sommes plongés dans un monde de stress. Le stress fait partie de la vie, alors comment ne pas prendre le stress de plein fouet comment ne pas subir sa violence ?

Une journée entière rien que pour vous, pour apprendre des clés afin de ne pas souffrir des stress au quotidien, pour apprendre à vivre l'instant présent dans une plus grande harmonie. Vous allez aussi masser et être massé(e) tout en apprenant des techniques de massages, de relaxation et de sophrologie .
(Pensez à apporter une grande serviette et de l'huile de massage).

Notre corps est « malade » où comment nous générons les maladies psychosomatiques

Maux de tête, eczéma, ulcère, ... somatiser est devenu un mot courant pour indiquer qu'un problème agit sur le corps. Nous générons nos maladies inconsciemment. Il suffit d'un choc émotionnel pour faire ressurgir une histoire ancienne, et aussitôt le psychisme enregistre le conflit et provoque sa résonance dans la partie la plus faible du corps. Notre système immunitaire ne remplit alors plus son rôle, l'être ainsi fragilisé perd sa puissance d'auto défense.

Par la prise de conscience de nos conflits aidés par des mouvements psycho corporels en relation avec ces conflits, nous apprendrons à renforcer notre système immunitaire et à rétablir l'équilibre entre notre monde intérieur et l'extérieur pour une meilleure santé

Notre sexualité : comment la vivre

Reconnaître et accepter sa sexualité sont les fondements d'un "Moi" serein et sans conflit.

La notion de plaisir est toujours entachée de culpabilité car notre éducation nous incite à choisir la souffrance plutôt que le plaisir;

A tel point que ces interdits du plaisir font maintenant partie de nous-mêmes et que c'est inconsciemment que nous nous frustrons.

Par des exercices en lien avec les notions de culpabilité et de plaisir, nous partirons à la rencontre de nos blocages psychoaffectifs, dans le but de nous en libérer, pour privilégier le plaisir, la sensualité, harmoniser notre être profond et notre sexualité, afin de vivre mieux avec soi-même et avec les autres.

Bulletin d'inscription

Nom Prénom

Adresse

Code Postal

Tel

Courriel :

Je m'inscris pour le(s) stage(s) du (es)

Le prix de la journée de stage est de 90 € par stage, 160 € pour 2 stages, 230 € pour 3 stages et 300 € pour les 4 stages *.

Joindre un chèque de réservation de 45 € à l'ordre de l'IFFpsy

Le règlement se fera à la fin du stage.

A adresser à : IFFPsy Brunet Daniel 11 place saint Pierre 83170 Brignoles

*** : il est possible de prendre le repas du midi sur place ,16 € Nourriture de qualité, équilibrée, principalement biologique sous forme de buffet.**

Lieux des stages : Trimurti Chemin du val de Périer Cogolin 83310 tel :04 94 54 44 11

www.trimurti-seminaires.com

(Possibilité de co-voiturage, contacter l'IFFPsy)

Personnes intervenantes lors des stages

Judy da Silva : Ecrivain, auteur du livre "Le harcèlement conjugal" éditions Mémoires de plume

Daniel Bessagnet Somatothérapeute, membre de la FF2P

Joëlle Boutin Psychiatre, Somatothérapeute, membre de la FF2P

Luc Bastard Somatothérapeute, Kinésithérapeute, Ostéopathe, membre de la FF2P

Hugues Penot Somatothérapeute, membre de la FF2P

Brunet Daniel Somatothérapeute, membre de la FF2P, Président de l'IFFPsy,

Directeur pédagogique, responsable de la formation de l'IFFpsy :

Bruno Bonato Didacticien, Psychothérapeute, superviseur, titulaire du CEP, membre de la FF2P

Livre conseillé : Psycore "La psychothérapie par le corps " Bruno Bonato Edition Publibook. (Disponible à la Fnac)

L'IFFpsy est également une école de formation aux métiers de somathérapeute et de psychothérapeute à médiation corporelle. Documentation sur demande.