

LA PSYCHOLOGIE BIODYNAMIQUE

La Psychologie Biodynamique, développée par la psychologue et physiothérapeute Gerda BOYESEN, étudie et traite les processus psychologiques dans le contexte de l'ensemble des processus de la vie d'une personne.

Névrose incorporée

Les processus de « l'esprit » et du « corps » sont vus comme des aspects fonctionnant ensemble, d'un même développement biodynamique.

Par conséquent, la thérapie biodynamique embrasse beaucoup de travaux sur les tensions et les restrictions corporelles, en utilisant des massages et des techniques de mouvement particuliers, et consacre une attention particulière à l'expression corporelle d'une personne. La névrose ayant un développement aussi bien physiologique que psychologique, une personne incarne littéralement sa névrose. Chaque émotion, chaque choc, chaque frustration a une conséquence physiologique aussi bien que psychologique. Quand les émotions sont refoulées de façon répétée et que les conflits restent non résolus, ces conséquences deviennent chroniques. Couche après couche, le stress construit les symptômes névrotiques, dans certains cas de façon principalement somatique, dans d'autres de façon principalement caractérielle. Ceci est particulièrement puissant pendant les premières années de la vie, lorsque cela affecte le développement émotionnel, aussi bien que le développement physique et mental de l'enfant.

Auto-guérison et auto-régulation

L'organisme sain a, cependant, le pouvoir de s'exprimer, résoudre et digérer des conséquences émotionnelles même sévères, s'il trouve les conditions de paix et de sécurité nécessaires. Ce n'est que lorsque la personne perd sa capacité naturelle et inhérente d'auto-régulation et d'auto-guérison, que la névrose se développe. La thérapie biodynamique cherche à restaurer cette capacité perdue ou réduite d'auto-régulation et à retrouver le « noyau vivant » d'une personne, stimulant et encourageant son expansion.

La « personnalité primaire » et l'armure musculaire

Très souvent, ce « noyau vivant », ou personnalité primaire, est caché sous une « personnalité secondaire » que l'enfant en cours de croissance développe afin de faire face à un environnement insuffisamment accueillant ou carrément hostile. Cette personnalité secondaire correspond aux concepts de caractère et d'armure musculaire (élaborés par Wilhem REICH), avec lesquels une personne se protège, non seulement des attaques de l'environnement, mais aussi de ses propres émotions malvenues : malvenues car l'environnement ne veut ou ne peut pas les accepter. Par exemple, un enfant souvent puni lorsqu'il exprime sa colère, retiendra cette colère par un blocage respiratoire et des contractions musculaires. Dans la durée, ces rétentions deviennent partie de sa structure corporelle (armure musculaire) et l'enfant finit par ne plus sentir sa colère (armure caractérielle). Gerda BOYESEN a poussé plus loin cette idée, avec ses concepts d'armure viscérale et d'armure des tissus.

Cycles émotionnels et psycho-péristaltisme

Un concept central de la Psychologie Biodynamique est celui de cycle émotionnel, non seulement sous son aspect psychologique, mais en tant que processus naturel. La montée et l'expression de chaque émotion déclenchent une longue suite de changements physiologiques, jusqu'au niveau microscopique, avec une réorganisation vasomotrice (la circulation « émotionnelle du sang »). Lorsque l'évènement émotionnel est passé, ces processus du corps devraient - et dans un organisme sain ils le feront - revenir à la normale. Pourvu que les effets corporels de l'émotion soient éliminés par l'organisme, une personne peut se débarrasser complètement des séquelles de la charge émotive.

Selon la théorie de Gerda BOYESEN, le processus péristaltique des intestins (c'est-à-dire les gargouillements du ventre) joue un rôle crucial dans ce processus. Nécessaires dans la

digestion des aliments, les ondes péristaltiques auront aussi lieu en réponse à la pression de l'organisme associé au stress émotionnel pour digérer les émotions. En raison de cet aspect de son fonctionnement, Gerda BOYESEN lui a donné le terme de « psycho-péristaltisme ». Le psycho-péristaltisme nettoie littéralement le corps des effets restant d'un évènement émotionnel. Mais cette phase psycho-péristaltique, par laquelle le cycle émotionnel devrait s'achever de lui-même, ne peut avoir lieu que dans des conditions de paix et de sécurité, quand l'organisme cesse d'être en état d'alerte.

Armure des tissus et armure viscérale

Lorsqu'une personne vit dans une atmosphère de stress et de conflit où elle ne peut se sentir profondément en sécurité, son psycho-péristaltisme va s'inhiber. Ses muscles intestinaux vont perdre leur capacité à répondre aux pressions qui devraient les stimuler. Cette atonie du tube digestif est l'armure viscérale. Cette fonction d'auto-régulation altérée, le corps ne peut plus se débarrasser complètement des effets du stress.

En effet, avec une fonction insuffisante du psycho-péristaltisme, il y a également une circulation insuffisante des fluides du corps et les tissus ne sont plus correctement nettoyés. La bio-énergie ne peut plus se propager librement afin de vitaliser les tissus du corps. Le fonctionnement cellulaire est diminué. Ceci est l'armure tissulaire.

Thérapie biodynamique

La thérapie biodynamique ne suit pas un cours prédéterminé : celui-ci varie avec les besoins individuels du client. Souvent le thérapeute pourra travailler avec des techniques spécifiques de massage afin de dissoudre cette cuirasse du corps - qui des muscles, des viscères et des tissus. En utilisant un stéthoscope sur l'abdomen, le thérapeute peut suivre les sons du péristaltisme en détail, tout au long du massage. Ces sons, qui sont d'une variété surprenante - un langage complet en lui-même - viennent en réponse aux différents touchers du thérapeute. Ils indiquent que celui-ci, en contactant certaines parties spécifiques du tissu corporel, où l'énergie de quelque émotion passée a été refoulée et contenue, a réussi à la libérer par une décharge physiologique à travers le psycho-péristaltisme. Le thérapeute nettoie progressivement le corps des restants de stress et des vieux cycles émotionnels non digérés.

Une fois que l'armure du corps commence à se dissoudre, couche après couche, et que la bio-énergie recommence à couler plus librement, il y aura une « poussée biodynamique » des énergies jusqu'ici étouffées. Quand cette poussée est suffisamment forte, le thérapeute pourra, plutôt que de continuer avec le travail de massage, encourager le client à reconnaître ces « stimuli de l'intérieur » et à les laisser se développer et s'exprimer. Ils sont les appels de son « noyau vivant », qui font maintenant littéralement pression pour être reconnus.

Ces « stimuli » de l'intérieur peuvent se manifester sous n'importe quelle forme, par la plus petite des contractions musculaires, ou par de faibles lambeaux de souvenirs, ou encore par des respirations très expansives ou des éclats d'émotion profonds. Parfois, de vieux souvenirs et des sentiments du passé qui ont été refoulés ou cachés dans l'armure corporelle, remontent maintenant à la surface de la conscience, conduisant à de nombreuses perceptions et à un profond éclaircissement psychologique. D'autres fois, le processus thérapeutique se passe principalement au niveau organique.

Dans tous les cas, la thérapie biodynamique est un processus de purification biologique fondamental ; comme la névrose est littéralement rejetée du corps, le « noyau vivant » se libère de ses constrictions et la personnalité primaire, non névrotique, se dé-couvre et peut enfin s'affirmer et s'exprimer.

BULLETIN CONTRAT D'INSCRIPTION POUR LA FORMATION BIODYNAMIQUE 1^{ER} CYCLE

Module(s) choisi(s)

Lieu..... Dates..... soit €
Lieu..... Dates..... soit €
Lieu..... Dates..... soit €
Lieu..... Dates..... soit €
Lieu..... Dates..... soit €
soit, un total de €

Les stages sont obligatoirement résidentiels.
L'effectif moyen des stages est de 15 personnes
(minimum 4 et maximum 25 personnes)

Au cas où je continuerais en 2^e cycle je désirerais m'inscrire à

Paris Montpellier Lyon

Nom Prénom

Adresse

.....

.....

Profession..... Date de naissance

Téléphone.....

Inscription 1^{er} cycle

Envoyer ce bulletin complété, accompagné d'une photo d'identité (pour l'inscription au 1^{er} module) et d'un chèque de 150 € par module qui constituera, après le délai de rétractation, les arrhes nécessaires à votre inscription définitive. Le solde est réglé sur place à l'arrivée.

(En cas d'inscription à plusieurs modules, envoyer un chèque d'arrhes par module, encaissé le 5 du mois précédent le stage).

• Si je ne bénéficie pas de prise en charge, je réglerai le solde le 1^{er} jour de chaque module,

soit € par module.

• Si je bénéficie d'une prise en charge :

partielle, j'adresse l'accord ci-joint, et je réglerai la différence le 1^{er} jour du stage

totale, j'adresse l'accord ci-joint et je ne règle rien

Règlement (résidant en Belgique) :

BANQUE FORTIS N° 001 427 7927-12

A RETOURNER A L'ECOLE BIODYNAMIQUE

Je suis informé(e) des horaires des modules. J'ai pris connaissance du règlement intérieur et des renseignements fournis dans la plaquette de l'école ayant valeur d'éléments de contrat, sur :

- la nature, les caractéristiques, la durée, l'organisation, l'objet des actions de formation ;
- les conditions, les moyens pédagogiques et techniques, les modalités de contrôle des connaissances et la nature de la sanction de la formation que je désire engager ;
- les références, titres ou diplômes des formateurs ;
- les modalités de paiement ainsi que les conditions financières prévues en cas de cessation anticipée de la formation ou d'abandon en cours de stage ;
- **Je m'engage dès le deuxième module à suivre une psychothérapie pendant toute la durée de la formation ;**
- J'accepte qu'en cas de force majeure l'Ecole remplace un formateur dans les meilleures conditions.

À le.....
Signature du stagiaire, Pour REALITES,

Un exemplaire du présent contrat co-signé et valant confirmation d'inscription vous sera retourné.



ORGANISATION DES MODULES

Les stages sont résidentiels, d'une durée de quatre jours (excepté le module de juillet, d'une durée de sept jours). Ils ont lieu à Montpellier, Paris et Lyon.

L'arrivée au stage est prévue avant 10h le 1^{er} jour. Le début de l'enseignement à 11h. La fin du stage à 17h le dernier jour (sauf juillet : début à 17h, fin à 14h).

L'ÉCOLE BIODYNAMIQUE

Qualité d'enseignement, éthique et liberté sont les valeurs sur lesquelles l'École Biodynamique s'est développée depuis sa création en 1987 par Christiane et François LEWIN.

Son équipe internationale de formateurs de très haut niveau permet d'être au contact des subtilités les plus fines du travail de psychothérapeute.

Pour ceux qui sont intéressés par la formation complète de psychothérapie, les modules participent au 1^{er} cycle de la formation.

DIRECTEURS DE FORMATION

Christiane LEWIN, François LEWIN

HORAIRES

Arrivée avant 10 heures le premier jour

Fin du stage le dernier jour à 17 heures

A PREVOIR

- Votre couchage (draps + couette)
- Une grande serviette ou drap pour le massage
- Un cahier
- Une tenue souple

Les repas pris en commun sont préparés et autogérés par le groupe. L'hébergement est en dortoir

LIEUX DE STAGE

MONTPELLIER : Ecole de Psychologie Biodynamique
rue de la croix d'Arles
34690 FABREGUES

PARIS : CPPB
59 boulevard de Ménilmontant
75011 PARIS

LYON : Ecole de Psychologie Biodynamique
24 ter avenue de Collongue
69130 ECULLY

ESPRIT DE LA FORMATION

La formation développe une compréhension intérieure profonde des processus de croissance de l'Être Humain. Son enseignement complet et cohérent, développe une connaissance à la fois corporelle, psychologique, énergétique et symbolique, pour une pratique à la fois intuitive et structurée, qui sait utiliser de manière fine et précise les multiples outils thérapeutiques mis à disposition.

STRUCTURE DE LA FORMATION

La formation complète de psychothérapeute est organisée en 3 cycles.

1 - Le 1^{er} cycle est composé de modules de 4 jours (ou 7 jours pour le stage d'été), indépendants les uns des autres et choisis à la carte pour les dates et les lieux.

Il faut 4 modules (au minimum) pour avoir un entretien probatoire pour le deuxième cycle avec un responsable de la formation (qui, en cas de nécessité, peut demander de suivre un ou plusieurs modules supplémentaires).

Dès le deuxième module, il y a obligation d'engager une thérapie (si elle n'est pas déjà en cours).

2 - Le second cycle est celui de l'apprentissage systématique de la méthode (58 jours sur deux ans), dans un même groupe, par stages organisés autour de week-ends.

3 - Le troisième cycle de professionnalisation (58 jours sur deux ans) est dans la continuité du second cycle. Il est conclu par la soutenance d'un mémoire et la remise d'un diplôme.

LES TARIFS (applicables à partir du 1^{er} février 2010)

	1 ^{er} CYCLE	
	Modules de 4 jours résidentiels	Stage d'été de 7 jours résidentiels
TARIF INDIVIDUEL (réduit)	595 €	715 €
À PARTIR DU 5 ^e MODULE ou boursier développement personnel uniquement*	410 €	520 €
TARIF PRISE EN CHARGE	845 €	1025 €
<i>Si vous n'avez pas de prise en charge professionnelle, vous bénéficiez automatiquement du tarif individuel réduit.</i> <i>* L'EB dispose de bourses en nombre limité qui sont attribuées après étude du dossier.</i>	+ environ 77 € pour la nourriture des 4 jours (l'hébergement est compris dans le prix de la formation).	+ hébergement en pension complète entre 255 et 385 €.

REGLEMENT INTERIEUR DE L'ÉCOLE BIODYNAMIQUE

L'École Biodynamique accueille des stagiaires de la formation continue dans l'objectif de les former à la connaissance des méthodes et pratiques de la Psychologie Biodynamique. Cela peut être en formations de groupe courte ou longue, en entretien individuel ou par supervision.

1 - Assiduité et engagements de l'étudiant

La culture et l'enseignement dispensés par l'École nécessite que chacun s'implique personnellement dans le cursus de formation avec un esprit de participation et d'investissement.

L'assiduité à la formation et son paiement total sont nécessaires pour la validation de la formation. Toutes absences doivent être justifiées auprès du secrétariat de l'École avant le début du stage. Celles-ci doivent être obligatoirement rattrapées. Cette procédure doit être exceptionnelle.

Les élèves doivent parallèlement à la formation (à partir du deuxième module du 1^{er} cycle) s'engager dans une thérapie psycho-corporelle.

Le non respect de ces conditions remet en cause la participation de l'étudiant à la formation et peut amener à son interruption.

2 - Modalités d'annulation

Dans le délai de 10 jours à compter de la signature du contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée avec accusé de réception. Si par suite de force majeure, dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre la formation, il peut résilier le contrat. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat. Aucune somme ne peut être exigée du stagiaire avant l'expiration du délai de rétractation prévu à l'alinéa précédent, il ne peut être payé à l'expiration de ce délai une somme supérieure à 30% du prix convenu. Si annulation moins d'une semaine avant le début du stage, les repas sont dus.

3 - Mesures d'hygiène et de sécurité

Ce sont les règles habituelles à la charge de chacun pour maintenir au lieu de stage et à l'École un esprit convivial et de bien vivre. La particularité du travail thérapeutique nécessite de ne pas fumer dans les salles liées au travail de l'École.