

PMT 511 - Les évolutions actuelles en relaxation méthode GB Soubiran©

Dates :

Du 05 au 09 octobre 2026

5 jours - 35 heures

PRÉVENTION / RÉSILIENCE /
SANTÉ MENTALE

Pré-requis : Cette formation s'adresse à tous les professionnels inscrits au Répertoire Partagé des Professionnels intervenant dans le système de Santé - RPPS

À tous les âges, les émotions sont essentielles. Elles émergent et circulent par le tonus musculaire et ses variations. C'est par cette voie qu'elles influencent l'équilibre psychomoteur. Le tonus musculaire contribue à la fois au maintien de la posture, au contrôle du geste, aux proprioceptions et donc à l'intégration du corps. L'état de relaxation, en agissant directement sur le tonus musculaire, stabilise les fonctionnements neurophysiologiques et émotionnels et enrichit aussi les capacités psychomotrices et relationnelles. C'est l'ensemble de cette dynamique qui constitue un processus thérapeutique fructueux, facile à intégrer en psychomotricité. Basée sur la pratique et l'analyse clinique, cette formation est l'occasion de découvrir ou de revenir, de se remettre à jour, sur l'actualité clinique de cette méthode de relaxation essentielle en psychomotricité.

MÉTHODES MOBILISÉES & CONTENU

Étape cognitive pour l'acquisition et le perfectionnement des connaissances théoriques par exposés interactifs :

- Le fonctionnement et les effets de la relaxation méthode GB Soubiran©, psychomotrice pour les enfants et psychosomatique pour les adultes.
- Les caractéristiques de l'expérience vécue en relaxation.
- Le bilan de relaxation : décrypter les expressions tonico-émotionnelles et croiser avec les résultats aux autres tests psychomoteurs.
- La progression thérapeutique en individuel et en groupe.
- Les adaptations : indications, objectifs, application en fonction des demandes, des difficultés, des limites personnelles, de l'âge et les nouvelles applications (stress, burnout, prévention, situation de handicap, etc.).

Mise en situation de pratique des conductions spécifiques :

- Les exercices psychomoteurs adaptés aux enfants et aux adultes.
- Les contrôles par mobilisation passive / Focus sur le toucher.
- Le recueil de l'expression du vécu, directe et médiatisée.

Référente handicap :

Les personnes en situation d'handicap seront accompagnées par Séverine BEKIER
sbekier@isrp.fr

Modalités et délai d'accès :

se reporter au catalogue des formations

Contacts :

01 58 17 18 63
01 58 17 18 58
formationcontinue@isrp.fr
www.dpc.isrp.fr

Analyse des pratiques basée sur l'étude de parcours cliniques

Bibliographie internationale récente

OBJECTIFS - COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Évaluer les expressions et troubles tonico-émotionnels et les analyser en lien avec la sémologie psychomotrice.
- Intégrer la relaxation à la psychomotricité.
- Conduire des séances de relaxation pour des personnes de tous les âges, dans des situations et des contextes de vie très divers.
- Se prémunir personnellement du burnout par la pratique régulière de la relaxation.

Plus de détails concernant les objectifs, les méthodes pédagogiques et leur progression, seront transmis dans le planning détaillé.

TARIFS :

Prise en charge employeur ou FIFPL : **1 460€**

Prise en charge personnelle : **1 227€**

Tuteur d'alternance ou maître de stage d'un étudiant ISRP pendant l'année universitaire en cours & Prise en charge employeur ou FIFPL : **730€**

Tuteur d'alternance ou maître de stage d'un étudiant ISRP pendant l'année universitaire en cours & Prise en charge personnelle : **438€**

Ancien étudiant ISRP (tarif applicable uniquement dans le cas d'une prise en charge personnelle) : **949€**

Interventions :

Alexandrine SAINT-CAST,
Psychomotricienne PhD,
Coordinatrice de la formation

Marie AGOSTINUCCI, Psychomotricienne PhD

Sylvie AUDIN, Psychomotricien DE,
cadre de Santé

Marie-Alix de DIEULEVEULT, Psychomotricien DE, cadre de Santé

Candice ANS, Psychomotricienne DE, TE/MIP



MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'auto-évaluation des connaissances et des compétences acquises se fait par comparaison des réponses à deux questionnaires remplis au début et à la fin de la formation.

Régulation
tonico-émotionnelle

Expression
des vécus

Thérapeutique
psychomotrice intégrée
Gestion du stress