

Direction des Etudes

Point soumis pour vote à la Commission de la Formation et de la Vie Universitaire

N° 2021-08

Séance du 12 mars 2021

Président: Pasquale MAMMONE Vice-présidente: Cécile CARRA

Modification de la maquette du Diplôme Universitaire Praticien en Techniques Psychocorporelles

Condition d'acquisition du vote: majorité des membres présents ou représentés

Nombre de membres présents ou représentés: 23

Nombre de vote pour: 23 Nombre de vote contre: 0 Nombre d'abstention: 0

Jérôme LONGUEPEE informe les membres de la CFVU que la modification de la maquette du DU Patricien en Techniques Psychocorporelles concerne les éléments phares de la formation, à savoir la pratique et la rédaction du mémoire (10 heures supplémentaires pour le suivi).

Monsieur le président soumet au vote la modification de la maquette du Diplôme Universitaire Patricien en Techniques Psychocorporelles, qui est adoptée à l'unanimité.

Fait à Arras, le 12 mars 2021

Le Préside

Pasquale MAMMONE



Diplôme Universitaire

Praticien en thérapies psychocorporelles (DU PTPC)

☐ Création

■ Renouvellement	☐ Création
Niveau de validation : N	liveau 6 (Bac + 3)

Responsable: Luc Jospin

• téléphone: 06 64 73 49 64

• fax: 03 21 45 85 00

• e-mail: luc.jospin@univ-artois.fr

Composante ou service de rattachement :

La FSEP de Liévin en collaboration avec la FCU de l'Université d'Artois

Localisation des enseignements :

ARRAS

I – L'OFFRE DE FORMATION

Dans la continuité du Diplôme Universitaire en Gestion du Stress et des Emotions (DU GSE) établi en 2015 à l'Université d'Artois, et afin de répondre à une demande forte des professionnels de santé, de l'enseignement, du sport et de l'entreprise souhaitant se spécialiser dans la relation d'aide et du coaching, nous avons construit ce deuxième Diplôme Universitaire de Praticien en Thérapies Psychocorporelles.

Les techniques psychocorporelles peuvent être définies comme l'ensemble des approches psychothérapeutiques partant du corps, ou se servant du corps comme médiation, et plus largement comme des techniques impliquant un travail corporel à visée psychothérapeutique, prophylactique et préventive.

Le DU GSE a pour objectifs de comprendre les mécanismes du stress (causes et conséquences physiologiques, comportementales et cognitives), de prendre conscience des effets de ses émotions sur ses réactions et comportements (connaissance de soi) face à une situation anxiogène et de <u>S'INITIER</u> aux techniques psychocorporelles telles que la Sophrologie (les 2 premiers degrés), le Training Autogène de Schultz, la Relaxation Progressive de Jacobson, l'auto-hypnose, la méditation et le biofeedback de Cohérence Cardiaque pour apprendre à réguler son stress et ses états émotionnels.

A l'issue des 160 heures de formation, les participants sont capables dans leur cadre professionnel de concevoir, animer et réguler des séances intégrant des outils efficaces de réduction du stress inapproprié.

Le DU PTPC ouvre un autre volet dans la relation d'aide, en articulant son processus et ses objectifs autour d'une démarche globale de soins thérapeutiques, qui prend en compte la dimension psychique et corporelle de l'individu.

1- Objectifs de la formation

<u>SE PERFECTIONNNER</u> dans les techniques psychocorporelles : (Sophrologie, Hypnose, Méditation).

- Maîtriser la totalité du cycle fondamental en sophrologie (les 4 premiers degrés), tant sur un plan théorique que pratique ainsi que les techniques associées.
- Maîtriser l'outil hypnotique pour accompagner les sujets vers une résolution de leur problématique.
- Utiliser les techniques de méditation dans un cadre de bien-être et de gestion des émotions.
- Approfondir les techniques de relaxation les plus courantes (Training Autogène de Schultz, Relaxation Progressive de Jacobson) et s'initier à l'Eutonie de Gerda Alexander, à la méthode de Moshe Feldenkrais et à la méthode Vittoz.

2- Compétences acquises

À l'issue de cette formation, les stagiaires seront capables d'accompagner, d'encadrer en individuel ou en groupe, toutes personnes souhaitant améliorer leurs potentialités tant sur un plan physique que mental.

Ces thérapies psychocorporelles considèrent le corps et son langage comme une véritable porte d'entrée vers le mieux-être.

3- Public concerné

Tout public dans le cadre de la :

- Formation initiale (étudiant inscrit en Licence ou titulaire d'une Licence STAPS, de psychologie, de management, de commerce...)
- Formation continue (les professionnels de santé, les travailleurs sociaux, les enseignants, les travailleurs sociaux, les responsables de ressources humaines, les entraîneurs, éducateurs sportifs, préparateurs physiques et mentaux, ou toutes personne qui souhaite continuer sa démarche de développement personnel ou de

s'engager dans un processus de professionnalisation (pour ces derniers, un entretien

préalable sera réalisé systématiquement).

4- Pré-requis et conditions d'admission

Être titulaire d'un BAC + 3 ou équivalent.

- Admission possible par Validation des Acquis Professionnels et Personnels (VAPP).

- Les personnes titulaires du Diplôme Universitaire en « Gestion du Stress et des

émotions » de l'Université d'Artois ou attestant de compétences dans le domaine des

thérapies psychocorporelles.

Les candidats doivent accompagner leur dossier de candidature d'un Curriculum Vitae et d'une

lettre de motivation.

5-Effectifs

Effectif minimum: 8 - Effectif maximum: 15

6- Régime d'inscription

Formation initiale et formation continue

7- Financement

Les frais de formation s'élèvent à 2 080 Euros (13 euros/heure).

Le tarif en formation continue est celui en vigueur voté au Conseil d'Administration de

l'université.

Ils peuvent être pris en charge sur les fonds de la formation professionnelle continue ou payés à

titre individuels.

CFVU du 12/03/21 CA du 19/03/21

II- PARCOURS DE FORMATION

1- Organisation des études : durée et contenu

- Durée de la formation = 1 an
- Durée des enseignements = 160 heures répartis comme suit :
 - Champ théorique : 60 heures
 - Champ pratique: 70 heures
 - Champ professionnel: 30 heures
- Calendrier = 20 jours de formation (20 samedis + 10h hors calendrier de suivi individuel pour le mémoire)
- Début de la formation = Septembre 2021
- Fin de la formation = Juin 2022
- Horaires = de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 (7 heures 30 de formation par jour).

2- Contenu de la formation

Contenus théoriques : 60 Heures

- ✓ La psychologie positive et les concepts associés.
- ✓ Affirmation de soi, confiance en soi et estime de soi dans le cadre de la relation thérapeutique.
- ✓ Communication efficace:

Perfectionnement aux outils de la Programmation neuro-linguistique.

Perfectionnement aux outils de l'analyse transactionnelle.

Perfectionnement à la gestion de conflit.

- ✓ La relation thérapeutique : concept et approche.
- ✓ Initiation à la psychopathologie (névroses, psychoses).
- ✓ Les pratiques et thérapies psychocorporelles.
- ✓ Approfondissement des pratiques psychocorporelles :

Relaxation: Schultz, Jacobson, Eutonie, Feldenkrais.

Sophrologie (Relaxation Dynamique 3ème et 4ème degrés) et techniques associées, Sophro-ludique, sophrologie et enfant, sophrologie et adolescent. Hypnose thérapeutique

Méditation de pleine conscience, méditation pour les enfants, méditation thérapeutique.

✓ Initiation à la médiation corporelle et aux techniques neurosensorielles.

Contenus pratiques: 70 Heures

- ✓ La méditation de pleine conscience.
- ✓ Initiation aux thérapies psycho énergétiques.
- ✓ Jeux de rôle, journée "connaissance de soi".
- ✓ Cas cliniques et jeux de rôle dans des mises en situation d'accompagnement.
- ✓ Les techniques de relaxation dynamiques et techniques spécifiques associées à la Sophrologie (RD3, RD4).
- ✓ Exercices de médiation corporelle et neurosensorielle.
- ✓ Entraînement à l'hypnose thérapeutique.
- ✓ Les pratiques de relaxation

La méthode Vittoz

Feldenkrais

L'eutonie de Gerda Alexander

Contenus professionnels: 30 Heures

- ✓ Etudes de cas
- ✓ Mises en application des techniques enseignées
- ✓ Elaboration d'un mémoire professionnel

3- Débouchés professionnels (et taux de réussite le cas échéant)

À l'issue de cette formation, vous pourrez exercer en tant que praticien en thérapies

psychocorporelles et prendre en charge des personnes dans le cadre de processus de coaching

ou de relation d'aide.

III- Modalités de contrôle des connaissances et de délivrance du diplôme

Pour obtenir le DU, il faut avoir assisté à la totalité des enseignements et satisfaire aux

obligations du contrôle terminal (épreuves théoriques et épreuves pratiques).

Pendant les temps de pratique et d'expérimentation, les formateurs observent le participant et

apprécient les attitudes et comportements de celui-ci en fonction d'indicateurs pertinents

(grille commune pour l'évaluation des pratiques libres et imposées).

Les modalités de contrôle en cours de formation sont de la responsabilité pédagogique de

chaque intervenant référent. Ces derniers fournissent les notes (épreuves théoriques et

épreuves pratiques) à l'administration afin d'établir la notation globale nécessaire à l'obtention

du diplôme. Les notes obtenues se compensent entre elles (même coefficient).

Evaluation des contenus théoriques : 2 épreuves écrites de 2 heures chacune.

- Evaluation des contenus pratiques : 2 épreuves pratiques (1 pratique sur technique libre

et une pratique sur technique imposée).

Evaluation des contenus professionnels : rédaction d'un mémoire professionnel (20

pages maximum) + soutenance.

Le DU est délivré à 10 de moyenne.

IV- Encadrement pédagogique

Alexandra BEGUE: Médecin généraliste, formée en psychothérapie et gestion du stress et de

l'anxiété par les Thérapies Emotionnelles, Cognitives et Comportementales.

Annie CARTON: Professeure agrégée d'EPS. Maître de Conférences en STAPS.

Frédéric GUFFROY: Thérapeute spécialisé en Hypnose, Sophrologie et Méditation, Enseignant

CFVU du 12/03/21 CA du 19/03/21 en Psychologie Sociale et Formateur/Consultant en Développement Personnel. Maître Praticien en PNL, formé aux thérapies brèves et systémiques, en Analyse Transactionnelle et en communication non violente (Université de Lille 1).

Cécile HAUDEGOND: Psychologue et psychothérapeute, formée en thérapies émotionnelles et thérapies comportementales et cognitives (A.F.T.C.C. Paris), certifiée à la cohérence cardiaque et à l'utilisation des outils de biofeedback.

Luc JOSPIN: Directeur Adjoint de la Faculté des Sports et de l'Education Physique de Liévin. Professeur d'EPS et Sophrologue, certifié à la cohérence cardiaque et émotionnelle et à l'utilisation des outils de biofeedback (Symbiofi). Entraîneur National Universitaire.

Laurence LEMAIRE: Hypnothérapeute et Thérapeute Systémique (Couples, Familles, Adultes, Adolescents) spécialisée en Addictologie. Formatrice/Consultant en Développement Personnel.

Benjamin MAYEUX: Sophrologue, préparateur mental et praticien en relation d'aide. Responsable pédagogique du Diplôme Européen de Préparation mentale du Sportif (Perf in Sport).