

**CONDITIONS D'ADMISSION :**

- Tous professionnels de la santé ou de la relation
- Psychologues, cliniciens, thérapeutes  
(sous admission de la candidature et de l'envoi du CV)

**INSCRIPTIONS et informations admission :**

• Prof. Dr Adélaïde BLAVIER PhD  
Département de Psychologie / Psycho-traumatisme  
Adaptation, Résilience et Changement  
Mail : adelaid.blavier@uliege.be  
Tél. ULiège : +32 4 366 23 86



• Laetitia DI PIAZZA, Psychologue, Assistante  
Mail : laetitia.dipiazza@uliege.be

• Secrétariat : + 32 4 366 22 72

**INSCRIPTIONS OUVERTES à partir du 15 juin 2020**

**INFORMATIONS pédagogiques :**

• Michèle QUINTIN  
Directrice et coordinatrice thérapeutique  
asbl Centre de Relaxothérapie® et de Prévention, Bruxelles  
Mail : info@relaxotherapy.com  
Tél. +32 2 649 36 46, www.relaxotherapy.com



**COÛT DE LA FORMATION :**

Prix de base : 60€ par jour  
1. pour l'accompagnant 120 X 8 unités = 960 €  
2. pour le psychologue 120 X 19 unités = 2280 €  
(bonus -300€ pour le cycle complet, soit 1980 €)

**Lieu des cours**

**Chaire Dr MUKWEGE**  
ULiège Département Psychotraumatologie  
Site Sart Tilman - Place des Orateurs 1  
Bâtiment 33 - Quartier Agora - 4000 Liège



**Calendrier scolaire 2020-2021**

| OCTOBRE  | NOVEMBRE  | DÉCEMBRE  | JANVIER  | FÉVRIER  |
|--|---|---|--|--|
| L M M J V S D<br>1 2 3 4<br>5 6 7 8 9 10 11<br>12 13 14 15 16 17 18<br>19 20 21 22 23 24 25<br>26 27 28 29 30 31 | L M M J V S D<br>1<br>2 3 4 5 6 7 8<br>9 10 11 12 13 14 15<br>16 17 18 19 20 21 22<br>23 24 25 26 27 28 29<br>30 31 | L M M J V S D<br>1 2 3 4 5 6<br>7 8 9 10 11 12 13<br>14 15 16 17 18 19 20<br>21 22 23 24 25 26 27<br>28 29 30 31    | L M M J V S D<br>1 2 3<br>4 5 6 7 8 9 10<br>11 12 13 14 15 16 17<br>18 19 20 21 22 23 24<br>25 26 27 28 29 30 31 | L M M J V S D<br>1 2 3 4<br>5 6 7 8 9 10 11<br>12 13 14 15 16 17 18<br>19 20 21 22 23 24 25<br>26 27 28 29 30 31 |
| MARS   | AVRIL   | MAI   | JUIN   | JUILLET  |
| L M M J V S D<br>1 2 3 4 5 6 7<br>8 9 10 11 12 13 14<br>15 16 17 18 19 20 21<br>22 23 24 25 26 27 28<br>29 30 31 | L M M J V S D<br>1 2 3 4<br>5 6 7 8 9 10 11<br>12 13 14 15 16 17 18<br>19 20 21 22 23 24 25<br>26 27 28 29 30       | L M M J V S D<br>1 2<br>3 4 5 6 7 8 9<br>10 11 12 13 14 15 16<br>17 18 19 20 21 22 23<br>24 25 26 27 28 29 30<br>31 | L M M J V S D<br>1 2 3 4 5 6<br>7 8 9 10 11 12 13<br>14 15 16 17 18 19 20<br>21 22 23 24 25 26 27<br>28 29 30    | L M M J V S D<br>1 2 3 4<br>5 6 7 8 9 10 11<br>12 13 14 15 16 17 18<br>19 20 21 22 23 24 25<br>26 27 28 29 30 31 |

chaque unité d'enseignement comprend 2 journées (9h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30)

| EXPERT en RELAXOTHÉRAPIE® et ACCOMPAGNEMENT du STRESS et du TRAUMA   | EXPERT en RELAXOTHÉRAPIE® et PSYCHOTHÉRAPIE INTÉGRATIVE du STRESS et du TRAUMA  |
|--|---|
| <p><b>DÉVELOPPEMENT PERSONNEL</b> 2 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 1er et vendredi 2 octobre 2020</li> <li>Judi 15 et vendredi 16 octobre 2020</li> </ol>  | <p><b>DÉVELOPPEMENT PERSONNEL</b> 2 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 1er et vendredi 2 octobre 2020</li> <li>Judi 15 et vendredi 16 octobre 2020</li> </ol>   |
| <p><b>RELAXOTHÉRAPIE®</b> 3 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 29 et vendredi 30 octobre 2020</li> <li>Judi 12 et vendredi 13 novembre 2020</li> <li>Judi 26 et vendredi 27 novembre 2020</li> </ol> | <p><b>RELAXOTHÉRAPIE®</b> 5 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 29 et vendredi 30 octobre 2020</li> <li>Judi 12 et vendredi 13 novembre 2020</li> <li>Judi 26 et vendredi 27 novembre 2020</li> <li>Judi 3 et vendredi 4 décembre 2020</li> <li>Judi 10 et vendredi 11 décembre 2020</li> </ol>  |
| <p><b>HYPNOTHÉRAPIE</b> 1 unité</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 11 et vendredi 12 février 2021</li> </ol>  | <p><b>HYPNOTHÉRAPIE</b> 2 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 11 et vendredi 12 février 2021</li> <li>Judi 25 et vendredi 26 février 2021</li> </ol>   |
| <p><b>L'ART DU TOUCHER</b> 1 unité</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 14 et vendredi 15 janvier 2021</li> </ol>   | <p><b>L'ART DU THÉRAPEUTE</b> 1 unité</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 3 et vendredi 4 juin 2021</li> </ol>  |
| <p><b>SUPERVISIONS ET SUIVI</b> 2 unités</p> <p>dans la technique de la Relaxothérapie® jusqu'à l'aisance dans la médiation corporelle</p> <p>Judi 17 et vendredi 18 décembre 2020</p>                                   | <p><b>SUPERVISIONS ET SUIVI</b> 2 à 5 unités</p> <p>dans la technique de la Relaxothérapie® jusqu'à l'aisance dans la médiation corporelle</p> <p>Judi 17 et vendredi 18 décembre 2020</p> <p>• jusqu'à l'autonomie dans l'utilisation des protocoles psychothérapeutiques</p> <p>Judi 25 et vendredi 26 mars 2021 (supervision TB-TS-Tsol)</p> <p>Judi 20 et vendredi 21 mai 2021 (supervision psychotrauma)</p> <p>Judi 10 et vendredi 11 juin 2021 (superv. trauma complexe)</p> <p>Judi 17 et vendredi 18 juin 2021 (superv. méthode Relaxothérapie®)</p> |
| <p><b>THÉRAPIES DU CHANGEMENT</b> 3 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 4 et vendredi 5 mars 2021</li> <li>Judi 11 et vendredi 12 mars 2021</li> <li>Judi 18 et vendredi 19 mars 2021</li> </ol>      | <p><b>THÉRAPIES DU CHANGEMENT</b> 3 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 4 et vendredi 5 mars 2021</li> <li>Judi 11 et vendredi 12 mars 2021</li> <li>Judi 18 et vendredi 19 mars 2021</li> </ol>   |
| <p><b>THÉRAPIES DU TRAUMATISME</b> 3 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 1er et vendredi 2 avril 2021</li> <li>Judi 22 et vendredi 23 avril 2021</li> <li>Judi 6 et vendredi 7 mai 2021</li> </ol>    | <p><b>THÉRAPIES DU TRAUMATISME</b> 3 unités</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Judi 1er et vendredi 2 avril 2021</li> <li>Judi 22 et vendredi 23 avril 2021</li> <li>Judi 6 et vendredi 7 mai 2021</li> </ol>   |

**CALENDRIER**

**Chaire Dr MUKWEGE**

ULiège Département Psychotraumatologie  
Site Sart Tilman

Place des Orateurs 1  
Bâtiment 33, Quartier Agora  
4000 Liège

**Formation Continue en RELAXOTHÉRAPIE® et 8 outils d'intervention thérapeutique**

*Pratiques de terrain  
Travail de médiation psychocorporelle*

**Accompagnement ou Psychothérapie du STRESS et du TRAUMA**

#### CADRE

Dans le cadre de la Faculté de Psychologie de l'Université de Liège, pour une formation post-universitaire de psychothérapie et l'acquisition d'une expertise en psychotraumatologie, sous la tutelle de Mme Adélaïde Blavier à la Chaire du Docteur Mukwege, pour une spécialisation dans le traitement des stress, de l'anxiété, des traumatismes, et plus particulièrement des violences faites aux femmes et aux enfants.

#### CERTIFICATIONS

La formation donne accès à une attestation universitaire déclinée en 2 niveaux :

1. **ACCOMPAGNEMENT SOMATO-EMOTIONNEL du Stress et du Traumatisme**
2. **PSYCHOTHÉRAPIE INTÉGRATIVE du Stress et du Traumatisme**

#### PUBLIC

1. Les professionnels de la santé, médicaux, paramédicaux, ou les professionnels de la relation (enseignants, accompagnants sociaux...).
2. Les professionnels en psychologie et psychologie clinique, les cliniciens du travail, les psychiatres et les psychothérapeutes.

#### CONTENU

1. pour les praticiens en relaxothérapie®, accompagnants du stress et du trauma : 5 modules comprenant 8 unités (16 jours - voir calendrier).
2. pour les cliniciens en relaxothérapie®, psychothérapeutes du stress et du trauma : 7 modules comprenant 19 unités (38 jours - voir calendrier).

Les psychologues pourront étendre leur cursus jusqu'à 8 outils d'intervention différents (choix parmi : la relaxothérapie®, l'hypnothérapie à médiation corporelle, les 3 techniques de thérapie du changement (thérapie brève, thérapie stratégique, thérapie orientée solution) et les 3 techniques de thérapie du trauma (la RIT, l'AAT et l'EMDR). Tous ces modules se terminent par des études de cas. Celles-ci pourront être filmées pour le travail de suivi.

#### ACCESSIBILITÉ

Formation accessible par modules; chaque module comporte de 1 à 5 unités de formation.

1 unité de formation = 2 jours (en général les jeudis et vendredis, 2 x par mois).

- **Certains modules seront obligatoires :**
  - le 1er module - bases théoriques et de développement personnel
  - le dernier - l'art du thérapeute
- ainsi que les supervisions et le suivi.
- **Les autres modules peuvent être choisis à la carte.**

#### DURÉE

- 40 journées d'octobre 2020 à juin 2021
- les jeudis et vendredis de 9h30 à 12h30 - 13h30 à 16h30

### Programme de formation en PSYCHOTHÉRAPIE INTÉGRATIVE

Cette formation s'adresse spécifiquement aux professionnels de la santé et de la psychothérapie ; elle est essentiellement orientée vers la pratique de terrain ; elle est constituée de **techniques corporelles et de canevas de travail psychothérapeutiques**. Les modules destinés aux psychologues seront essentiellement axés autour de vignettes cliniques et des études de cas, de méthodes d'intervention structurées et de la **transmission de l'expérience thérapeutique**.

#### OBJECTIFS

##### - Pour l'orientation ACCOMPAGNANT

Notre formation va aider et outiller de manière valide :

- Tous intervenants confrontés au stress, à l'anxiété ou l'agressivité.
- Les professionnels de la santé et de la relation, (infirmiers(ières), sages-femmes, kinésithérapeutes, ostéopathes, éducateurs(trices), désireux d'avoir une approche globale et humaniste pour accompagner les personnes sous stress chronique ou traumatique.

##### - Pour l'orientation PSYCHOTHÉRAPEUTE

Notre formation va compléter le cursus clinique et outiller de manière efficace :

- Les psychologues, psychothérapeutes, médecins, psychiatres.
- Tous les cliniciens désireux d'avoir une approche pragmatique, globale et humaniste dans sa pratique thérapeutique pour traiter plus spécifiquement le stress et le traumatisme.

#### CONTENU DE COURS

##### - Pour l'orientation ACCOMPAGNANT

Le panel de **8 unités de formation** :

comprend la passation de connaissances théoriques pertinentes et l'acquisition d'une gestuelle d'intervention et de pratiques de terrain directement applicables dans leur profession, pour l'accompagnement en cas de stress ou de trauma.

Les matières : la Relaxothérapie®, l'Hypnothérapie à médiation corporelle, l'Art du Toucher, les interventions et la guidance personnelle.

##### - Pour l'orientation PSYCHOTHÉRAPEUTE

Le panel de **19 unités de formation** :

se veut un cursus complémentaire à un cursus clinique et permet une spécialisation dans le traitement du stress chronique et traumatique. Il comprend des apports théoriques pertinents et l'acquisition de grilles de travail, d'outils d'intervention psychothérapeutiques particulièrement efficaces dans l'aide aux victimes. Cette formation permet avant tout la passation d'une expérience de terrain; plus encore, elle offre un support au thérapeute tout au long du cursus et un suivi dans le temps.

Les matières : la Relaxothérapie®, l'Hypnothérapie à médiation corporelle, trois thérapies d'intervention (Thérapies Brève, Stratégique, Orientée solutions), trois techniques de détraumatisation (individuelle et de groupe), l'Art du Thérapeute.

### EXPERT en RELAXOTHÉRAPIE® et ACCOMPAGNEMENT du STRESS et du TRAUMA

#### DÉVELOPPEMENT PERSONNEL 2 unités

1. Événail de 18 techniques de relaxation psycho-somatique → 3 jours
2. Ressourcement et calme mental de l'aidant par le yoga et la méditation → 1 jour

#### RELAXOTHÉRAPIE® 3 unités

1. Fondements théoriques du traitement du stress → 2 jours
2. La technique à médiation corporelle, 3 étapes → 4 jours

#### HYPNOTHÉRAPIE 1 unité

1. Induction et travail somato-psychique → 2 jours

#### L'ART DU TOUCHER 1 unité

1. Réflexions personnelles, cadre et valeurs, éthique et esthétisme du mouvement → 1 jour
2. Le toucher énergétique et la polarisation → 1 jour

#### SUPERVISIONS ET SUIVI 1 unité

1. Jusqu'à l'aisance dans la médiation corporelle et études de cas → 2 x 1 jour

### EXPERT en RELAXOTHÉRAPIE® et PSYCHOTHÉRAPIE INTÉGRATIVE du STRESS et du TRAUMA

#### DÉVELOPPEMENT PERSONNEL 2 unités

1. Événail de 18 techniques de relaxation psycho-somatique → 3 jours
2. Ressourcement et calme mental de l'aidant par le yoga et la méditation → 1 jour

#### RELAXOTHÉRAPIE® 5 unités

1. Fondements théoriques du traitement du stress → 2 jours
2. La technique à médiation corporelle, 3 étapes → 4 jours
3. La méthode psychothérapeutique pour le stress chronique et traumatique, avec vignettes cliniques et protocoles thérapeutiques → 4 jours

#### HYPNOTHÉRAPIE 2 unités

1. Induction et travail somato-psychique → 2 jours
2. Stratégie et métaphores → 2 jours

#### THÉRAPIES DU CHANGEMENT 3 unités

1. Les fondements de la Thérapie Brève, Thérapie Stratégique, Thérapie orientée solutions → 2 jours
2. Les canevas de travail thérapeutiques → 2 jours
3. Les études de cas → 2 jours

#### THÉRAPIES DU TRAUMATISME 3 unités

1. Approche de 2 techniques individuelles : la RIT et les techniques de stimulation bilatérale de type EMDR → 2 jours
2. Une technique pour le groupe : l'AAT → 2 jours
3. Les études de cas → 2 jours

#### L'ART DU THÉRAPEUTE 1 unité

1. Réflexions personnelles, cadre et valeurs, éthique et esthétisme de la pensée → 1 jour
2. Les cas complexes du trauma → 1 jour

#### SUPERVISIONS ET SUIVI 2 à 5 unités

1. Jusqu'à l'autonomie dans l'utilisation des protocoles psychothérapeutiques et études de cas → 5 x 2 jours