

AU SOMMAIRE

Dossier

Pages 1-4

Programme 2021

Psychopathologie
Relation à l'analysant
Approches différenciées
Sexo-analyse
Gestalt thérapie
Journées d'entraînement

A lire

Pages 5-6

LE SYNDROME DU POISSON-PILOTE
De Christiane Esposito

L'ORGASME THÉRAPEUTIQUE
D'Alain Hérial

AIMER SANS MASQUE
De Sarah Sériévic

REDACTION

Responsable de la publication
Marie-Gabrielle Bernard
Rédactrice en Chef
Violaine Gelly-Gradwohl

Programme 2021 Indigo Formations

« Si lutte il y a entre Eros et Thanatos, cette lutte a lieu à l'intérieur de l'individu d'abord, et la psychothérapie se doit d'être en l'occurrence l'alliée de l'amour créateur. Disons, en termes plus modestes, que cet amour qui, seul, peut sauver l'individu doit trouver en l'analyste son allié le plus sûr. »

Dr S. Nacht « Guérir avec Freud »

C'est toujours avec plaisir et joie que nous vous présentons un nouveau programme de formation. Plaisir, car nous imaginons chaque contenu proposé comme une source de découvertes et d'apprentissages. Joie, car nous espérons que vous ressentirez celle-ci tout au long de nos rencontres et de nos échanges pédagogiques. Ce sont vingt et un stages que nous proposons sur l'année civile 2021. Vingt et une façons de se rencontrer et de mieux appréhender le rapport à la souffrance humaine, la manière de l'accompagner et de la dépasser, afin d'être plus libres et plus responsables dans notre aventure de vie.

Programme 2021		Interventions à définir information non contractuelle	
<p>Du 7 au 10 janvier Approches différenciées Question des traversées par le REMO* Lili Roggieri Les bases de l'approfondissement / La question de la forme hypertonique / Assomption de la méthode REMO* Mise en pratique</p>	<p>Du 18 au 21 mars Approches différenciées L'approfondissement / Victor Pruski Intervention à définir Les principes de la questionnement / Question de sens de l'existence / Les applications thérapeutiques</p>	<p>23 juin Entraînement à la pratique</p>	<p>20 septembre Entraînement à la pratique</p>
<p>Du 28 au 31 janvier Psychopathologie Monte et catabilité Zohar Noy / Autre intervention à définir Développement précoce de la honte / Le ventricule de la culpabilité / Approche psychanalytique / Accompagner la restructuration</p>	<p>Du 25 au 28 mars Gestalt module 1 Mariane José de Aguiar Initiation à l'approche gestaltiste Théorie et courants gestaltistes. Mise en pratique et expérimentation.</p>	<p>Du 24 au 27 juin Relation à l'analysant Art et créativité La création de la créativité Alain Hérial / Anne Zissou L'impact de la créativité dans la construction de soi / Les bases de la créativité / Ouvrir, plonger, partager, jouer et créer. Mise en pratique et expérimentation.</p>	<p>Du 21 au 24 octobre Relation à l'analysant Les thérapies émotionnelles Alain Hérial / Autre intervention à définir Le plaisir des émotions dans l'organisation psychique / Les émotions de base / Émotions émotionnelles et sentimentales / Les différentes thérapies émotionnelles et leurs applications / Émotions et corporeité / Mise en situation</p>
<p>17 février Entraînement à la pratique</p>	<p>Du 22 au 25 avril Psychopathologie Les bases Alain Hérial Histoire de la psychopathologie / Structures et tendances / Mécanismes, Psychiques et Émotionnelles / Généralité des dépressions / Pousser et réguler / Étude de cas.</p>	<p>Du 1 au 4 juillet Sexo-analyse module 1 Sexe et lien avec l'analysant en sexo-analyse Alain Hérial / Marie-Gabrielle Bernard / Victor Pruski Dimension à l'accompagnement en entretien de sexo-analyse</p>	<p>Du 11 au 14 novembre Sexo-analyse module 2 Alain Hérial / C. G. Roggieri / Victor Pruski La femme et l'Occident / La sexualité féminine / Dysfonctionnements sexuels / Féminité / Fonctions de la sexualité</p>
<p>Du 18 au 21 février Relation à l'analysant Les nouvelles rencontres amoureuses L'impact de l'heure d'été et du travail Alain Hérial / Marie-Gabrielle Bernard / Victor Pruski La rencontre / Signes de la rencontre amoureuse / La question de dire au non / Alain Hérial / Marie-Gabrielle Bernard / Victor Pruski / Écriture / Dessin / Projetif / Étude de cas</p>	<p>Du 6 au 9 mai Sexo-analyse module 5 en résidentiel Alain Hérial / Marie-Gabrielle Bernard / Victor Pruski L'implication du psycho-praticien / Place de la sexualité du psycho-praticien dans le lien à l'analysant / La dimension du fantasme</p>	<p>Du 16 au 19 septembre Gestalt module 2 Mariane José de Aguiar Initiation à l'approche gestaltiste (suite)</p>	<p>Du 22 au 25 novembre Gestalt module 3 Mariane José de Aguiar Initiation à l'approche gestaltiste (suite et fin)</p>
<p>Du 4 au 7 mars Sexo-analyse module 4 Alain Hérial / Victor Pruski / Marie-Gabrielle Bernard Travail avec l'analyse / Écriture / Dessin / Projetif / Étude de cas</p>	<p>Du 3 au 6 juin Psychopathologie Les mécanismes de défense et résistances Alain Hérial / Victor Pruski / Marie-Gabrielle Bernard Définitions des résistances et des mécanismes de défense / Les différents mécanismes de défense / Les différents modes de résistances de l'analysant / Théorie et Cas clinique / Étude de cas.</p>	<p>Du 22 au 26 septembre Psychopathologie Les états de conscience Alain Hérial / Victor Pruski / Marie-Gabrielle Bernard Les différents états de conscience / Les différents états de conscience / Les différents états de conscience / Étude de cas clinique</p>	<p>Du 11 au 14 décembre Sexo-analyse module 3 Alain Hérial Les états de conscience / La formation des perceptions / Les mécanismes de conscience / Étude de cas</p>
<p>Du 18 au 21 juin Gestalt module 2 Initiation à l'approche gestaltiste (suite)</p>	<p>Du 18 au 21 juin Gestalt module 2 Initiation à l'approche gestaltiste (suite)</p>	<p>Du 7 au 10 octobre Sexo-analyse module 1 Alain Hérial / Victor Pruski / Marie-Gabrielle Bernard Histoire de la sexualité / Les bases de la sexualité / La sexualité et la masculinité / La sexualité masculine / Les dysfonctionnements sexuels</p>	<p>Du 18 au 21 décembre Relation à l'analysant Les approches systémiques Alain Hérial / Victor Pruski / Marie-Gabrielle Bernard La notion de système / Approches systémiques, relationnelles et psychodynamiques / Les grands systèmes : famille, société, couple / L'application psychodynamique de la systémique</p>

..... PROGRAMME 2021

Psychopathologie

Il est essentiel de constamment rappeler l'importance de la psychopathologie dans la connaissance de l'organisation psychique humaine. Nous continuerons donc d'interroger les comportements dits pathologiques autour de quatre axes majeurs :

Honte et culpabilité

(28 au 31 janvier)

Ces deux sentiments fondamentaux régissent un grand nombre de nos comportements et de nos symptômes. Les comprendre et les différencier nous permet d'être au plus proche de questionnements présents dans les cabinets de psychothérapie et de saisir combien la honte et la culpabilité sont autant en lien avec le présent que le passé de l'analysant.

Les bases de la psychopathologie

(22 au 25 avril)

Les notions de structures, de tendances, d'intensité sont au cœur même de la psychopathologie. Revenir aux bases c'est réaffirmer les assises indispensables à une meilleure compréhension du psychisme humain et des comportements qui en découlent. Névroses, psychoses, états limites et autisme seront donc visités sous l'angle d'une psychopathologie intégrative.

Les mécanismes de défense et les résistances

(3 au 6 juin)

Pourquoi ça bloque ? Pourquoi cet analysant n'avance-t-il pas plus vite dans sa thérapie ? Pourquoi cette impression de mise en échec constant chez le-la psychopraticien-ne ? Ce sont les mécanismes de défense et les résistances qui s'activent. Ils sont naturels au sein d'un accompagnement psychothérapeutique et les connaître est un atout majeur pour un accompagnement fluide. A partir d'exemples cliniques et de mises en situations, cette session viendra mettre de la clarté sur des processus souvent inconscients et qui concernent autant l'analysant que son analyste.

Dépressions et troubles bipolaires

(23 au 26 septembre)

Inutile de dire combien le polymorphisme des dépressions est au centre de l'accompagnement thérapeutique. A faible ou à forte intensité, le syndrome dépressif marque une faille du psychisme que nous devons connaître au mieux. Nous aborderons également les troubles bipolaires afin d'en saisir la complexité et d'être aptes à les accompagner dans le cadre d'une psychothérapie intégrative.

Relation à l'analysant-e

Les stages « relation à l'analysant-e » offrent un espace de réflexion active et pratique permettant d'avancer au mieux dans l'exercice de l'accompagnement en psychothérapie. Ils nous permettent d'être au plus près de la clinique et d'éprouver des concepts de manière incarnée et précise. L'implication personnelle est demandée et elle est toujours mise au service de l'analysant-e.

Nous proposons de concrétiser cela autour de 3 thèmes :

Art et créativité : La jubilation de la créativité

(24 au 27 juin)

Développer notre créativité dans la joie est une manière active d'être en lien avec sa pulsion de vie la plus puissante. Ce stage propose d'activer chez les participants un univers créatif inattendu et fécond. L'artiste Karine Zibaut encadrera chacun-e des participant.e.s vers une découverte de ses capacités profondes au service d'un émerveillement de chaque instant.

Les thérapies émotionnelles

(21 au 24 octobre)

Les émotions sont au cœur même de notre être depuis notre arrivée au monde. Les connaître, les reconnaître, les exprimer, les traverser autant de termes pour mieux se saisir et mieux communiquer avec ce qui nous entoure.

..... PROGRAMME 2021

Apparues au cœur des années 60, les thérapies émotionnelles s'appuient sur le corps pour délivrer l'esprit. Du cri primal en passant par la sophrologie ou l'EFT, elles sont une manière d'accepter l'intelligence émotionnelle et relationnelle qui nous façonne. Cette session sera autant théorique que pratique.

Les approches systémiques

(16 au 19 décembre)

Les thérapies systémiques couvrent un champ large de la psychothérapie. Dans la dimension brève comme dans la psychanalyse, les approches systémiques prennent en compte l'individu comme élément d'un système qui l'influence et qu'il influence. La famille, le couple, le groupe sont des systèmes que l'on peut étudier et comprendre. Au croisement de l'anthropologie (Kasper), de la théorie des systèmes (Bigelow), de la linguistique (Chomsky) ou de la psychologie (Maslow), les thérapies systémiques nous offrent un large champ de compréhension de l'humain comme « animal social ». Nous étudierons plusieurs propositions systémiques et en mettrons certaines en pratique durant ces 4 journées.

Les approches différenciées

Notre intention avec ces stages est de proposer une immersion dans des approches thérapeutiques spécifiques. Nous cherchons à observer comment des propositions thérapeutiques singulières peuvent venir questionner l'intégratif et lui permettre de s'enrichir dans le champ des connaissances et des dialogues inter-thérapies. Nous orientons cette année nos thèmes autour de deux axes :

Gestion des traumatismes par le RITMO®

(7 au 10 janvier)

Afin d'aider de manière efficace, rapide et durable les personnes atteintes du syndrome de stress post traumatique, Lili Ruggieri a développé depuis plusieurs années une technique particulière qui est une combinaison de l'hypnose et de l'EMDR : le RITMO®, Retraitement de l'Information Traumatique par les Mouvements Oculaires.

La Logothérapie et l'œuvre de Viktor Frankl

(18 au 21 mars)

Viktor Frankl (1905-1997) est l'un des grands oubliés de l'histoire de la psychothérapie. Son œuvre qui associe la psychologie et la philosophie est pourtant remarquable. Il a mis en place une approche psychothérapeutique innovante appelée la logothérapie.

Le principe de la logothérapie est un travail avec l'analysant-e sur le sens qu'il donne à sa vie, en s'appuyant sur ses ressources et ses compétences. L'idée est d'arriver à l'amener vers ses propres aspirations et non lui imposer quelque chose qui vienne de l'extérieur. Le sens qu'il-elle donne à sa propre vie doit donc correspondre à ses critères et à ses choix.

Sexo-analyse

La formation en sexo-analyse débutera en octobre et s'articulera autour des thèmes habituellement développés dans ce cursus. Les trois modules dits théoriques seront présentés au cours de l'automne (7 au 10 octobre, 11 au 14 novembre et 9 au 12 décembre).

Les cours de sexo-analyse s'enrichissent d'année en année en fonction des nouvelles tendances de la sexualité contemporaine et des réflexions que nous menons sur la spécificité de l'accompagnement en sexo-analyse. Bien qu'il ne s'agisse pas essentiellement de sexualité nous plaçons ici le stage sur **le couple et les nouvelles rencontres amoureuses** (18 au 21 février). Dans celui-ci nous aborderons les nouvelles figures de la rencontre amoureuse (réseaux sociaux notamment) et le lien entre l'amour et la virtualité ainsi que la question du désir au XXI^e siècle.

..... PROGRAMME 2021

Gestalt thérapie

Le cursus de Gestalt thérapie que nous proposons sur quatre stages est reconduit selon les modalités habituelles. La gestalt thérapie reste pour nous un modèle incontournable dans sa vision de la relation à l'analysant·e et la pertinence de sa réflexion sur les modalités de contact entre l'analysant·e et le·la psychopraticien·ne.

Journées d'entraînement à la pratique

Les journées d'entraînement à la pratique se vivent en petits groupes afin d'avoir le temps suffisant d'expérimenter, sous forme de practicums en aquarium, le lien à l'analysant·e et d'expérimenter, avant de les vivre dans le cabinet, ces moments si singuliers. Ce sont des instants précieux et bienveillants qui permettent de s'interroger ensemble et d'avancer au mieux dans la construction d'une élégance du psychopraticien·ne à laquelle nous sommes très attachés.

Implication du stagiaire à Indigo Formation

Les stages de formation que nous proposons ont à la fois un aspect théorique nécessaire et indispensable mais également une dimension impliquante. Cette implication ne remplace en rien un travail sur soi mais elle amène les stagiaires à se questionner sur une pratique en cours ou à venir. Elle donne l'occasion de creuser le sillon d'une psychothérapie relationnelle à l'intérieur de laquelle le·la psychopraticien·ne est partie active et créatrice. L'implication est proposée et se vit toujours dans des critères de respect de chacun. Elle complète l'apprentissage et offre des occasions d'étayer une meilleure connaissance de soi.

L'implication vient conforter la règle de trois de la formation en psycho-analyse : le savoir-faire, le savoir être et le savoir progresser. Cette règle demande une curiosité constante sur soi-même, l'autre, les autres et le monde. Pour concrétiser et officialiser cette réflexion nous avons mis en place un livret du stagiaire qui sera remis à tous ceux qui ne l'ont pas eu, avant chaque session.



LE SYNDROME DU POISSON-PILOTE

Apprendre à le reconnaître

De Christiane Esposito



Contrairement à ce que son nom pourrait laisser croire, le poisson-pilote n'est pas un poisson qui guide les grands prédateurs marins, comme les requins ou les baleines. Bien au contraire, il les accompagne

afin de profiter de l'onde provoquée par leur nage. La psychopraticienne, Christiane Esposito, que certain-es ont peut-être croisée à Indigo, vient de faire paraître un essai sur ceux qui souffrent du syndrome du poisson-pilote. Ces individus, comme leurs homonymes des mers, ne sont aux commandes de leur vie. Ils se font prendre en charge ou diriger par quelqu'un qu'ils jugent plus fort et plus puissant. En échange, inconsciemment, ils lui font don de leur vie, de leurs qualités et de leurs talents, renonçant ainsi à devenir un individu, un être séparé de l'autre.

Au tout début de leur existence, ils ont souvent souffert d'un manque de reconnaissance ou de protection, au point d'être incapable d'identifier leur groupe d'appartenance. Ils évoluent et grandissent donc avec une peur viscérale : rester seul dans un monde effrayant et hostile. Comment aider les « poissons-pilotes » qui viennent dans notre cabinet sans tomber dans le piège qu'ils nous tendent parfois, de devenir notre poisson-pilote ? Comment leur rendre leurs désirs et leur sécurité ? Autant de questions intéressantes à se poser et auxquelles Christiane Esposito apporte des réponses originales.

Ed Bussière, 16 €

L'ORGASME THÉRAPEUTIQUE

Quand le plaisir chasse la douleur

D'Alain Héril



Après son dernier livre sur les fantasmes, Alain Héril poursuit ses enquêtes et ses curiosités autour de notre sexualité. Dans l'orgasme thérapeutique, il approche un angle qui, depuis Wilhelm Reich avait peu été

documenté. Certes, tout le monde s'accorde pour admettre qu'un orgasme fait du bien mais parle-t-on uniquement de décharge physique, de détente, ou l'orgasme a-t-il d'autres vertus telles que des fonctions régénératives et thérapeutiques ? Le propos d'Alain, dans cet ouvrage, n'est pas de prouver que l'orgasme soigne un symptôme ou une maladie mais qu'il peut apaiser certaines manifestations douloureuses de ces derniers et, ainsi, contribuer à un réel mieux vivre. S'appuyant sur des témoignages, il montre comment l'orgasme, grâce au déferlement hormonal qui l'accompagne, joue le rôle de médicament : pour atténuer la douleur, soulager les migraines, sortir de la dépression, améliorer certaines maladies liées au stress... En procurant une détente naturelle agissant sur nos fonctions neurologiques et psychologiques, il permet le relâchement mental, délivre des tensions physiques et atténue les symptômes de certaines pathologies. Et puis, au-delà, dans une troisième partie, Alain s'interroge – cela ne vous surprendra pas – sur les dimensions existentielles et spirituelles de l'orgasme. Comme si la jouissance devenait l'accès à nos capacités d'autoguérison.

Editions Grancher, 16 €

AIMER SANS MASQUE

De Sarah Sériévic



Comment aimer l'autre quand nous ne nous connaissons pas nous-même ? Nous vivons souvent caché-e-s dans des rôles endossés dès l'enfance qui nous éloignent de la vérité de notre être. C'est ainsi que nous avons

appris à faire taire notre ressenti. Depuis, nous nous dissimulons derrière des personnages qui ne nous correspondent pas, tout particulièrement dans la relation amoureuse : nous voici sauveur ou sauveuse, puritain ou puritaine, chevalier servant ou romantique, amazone ou prédateur, loin de nos aspirations et de celles de notre partenaire. Ceux qui connaissent les bases de l'Analyse Transactionnelle reconnâitrons, appliqués à l'amour, les scénarios typiques du scénario relationnel de Karpman. Sarah Serievic nous éclaire sur ces rôles qui nous ont construit-e-s et nous font désormais souffrir.

Seuil, 16,90 €