INSTITUT de SOPHROLOGIE et SOPHROTHERAPIE de PARIS - I.S.S.P.

SOPHROLOGIE ET TROUBLES DE L'HUMEUR

(Dépressions / Troubles bipolaires) séminaire STTH

Pour qui ?

Sophrologues diplômés, quelle que soit l'école de Sophrologie et étudiants en formation à la sophrologie.
Médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, IDE, hypnothérapeutes et praticiens en relation d'aides intéressés.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 16 et 17 déc. 2023

Tarif* : 400 € Net de Taxe

**Si plusieurs séminaires c.f. fiche tarifs*

Annulation du séminaire possible pour manque de participants, au plus tard 15 jours avant la date.

Enseignant : **Agathe DELISLE** – Psychologue clinicienne – Neuropsychologue - Sophrologue

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier les différents troubles de l'humeur
- Apprendre les prémices, les types et facteurs de dépression, en reconnaître la nature et l'importance.
- Connaître la symptomatologie de la dépression dans ses différentes formes.
- Dépressions - Maladie bipolaire.
- Savoir choisir l'approche sophrologique adéquate selon les formes et les étapes de la dépression.

CONTENU

Définitions

- La santé mentale : définitions et facteurs
- Eléments psychopathologiques :
- Abord psychanalytique, les mécanismes de défense, les mécanismes contra phobiques.
- Les facteurs psycho-développementaux de la dépression
- Abord psychiatrique : Les critères de la dépression selon le DSM, les approches thérapeutiques.

Les dépressions

- Les formes particulières de dépression
- Les dépressions endogènes
- Le cas particulier du deuil

Différencier

- Dépression et anxiété
- Anxio-dépression
- Dépression et démence
- Etapes de la dépression

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- Le travail sur le schéma corporel :
- Réactualisation du schéma corporel, revalorisation de soi, nouvelle émergence du sujet
- Le choix des exercices selon les étapes de la dépression
- Quelques protocoles spécifiques

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques et pratiques, exercices pratiques individuels et en petits groupes, exposés de cas.

© I.S.S.P. S.A.S. avril 2023