



**PROGRAMME DE FORMATION PSYCHOBXO NIVEAU 1 :**

**LA CONTENANCE EN QUESTION**

**Contacts :**

**-Mme BONHOMME Alexandra (gérante ABCI FORMATION)**

**Tel : 06 22 99 18 66**

**-Mme GANDIL Stéphanie (psychoboxeuse et didacticienne de l'Institut National de psychoboxe )**

**Tel : 06 35 30 38 23**



## PSYCHOBXOUE NIVEAU I : LA CONTENANCE EN QUESTION

### PROBLEMATIQUE

Face aux situations et aux comportements de violence, les réponses des professionnels peuvent être elles- mêmes prises dans des processus archaïques, attaquer le lien à l'autre et la possibilité de tenir dans la relation. Comment comprendre, accueillir, transformer la violence de l'autre et la sienne ? Qu'observe-t-on ? Comment nous positionnons-nous ? Avons-nous le choix de l'action, de la réponse ? Quelle place tient la peur et le sentiment d'insécurité dans la réflexion et dans l'action ? Que dit le corps, ses mouvements, ses touchers, ses postures dans l'échange ? A travers le travail corporel et pratique en psychoboxe (combat libre d'1m30 à frappes atténuées dans un cadre comprenant observation, analyse et mise en parole) comment les professionnels peuvent comprendre et appréhender les processus à l'œuvre ?

### OBJECTIFS

- **Se former à une approche psychocorporelle de la violence**, permettant d'articuler le geste à la parole pour permettre une contenance efficace et pleine de sens
- **Appréhender la violence de l'autre mais aussi celle propre à chacun** éveillée, réveillée, réactivée, sollicitée dans la relation éducative
- **Construire** de la contenance
- **S'entraîner** à analyser les situations de violence et d'agressivité

### CONTENUS

- Clinique de l'acte violent, des passages à l'acte, les situations dangereuses et leur impact sur la vie psychique
- L'image du corps
- Sujet en situation, l'appareil d'emprise

- Le traumatisme psychique
- Sidération, décontenancement, maîtrise, débordement
- La psychoboxe : Cadre, code de déontologie, indications et contre-indications
- Pratique de la psychoboxe : approche corporelle
- Les gestes et les affects. Penser en action
- Différences entre la boxe, la boxe éducative et la psychoboxe
- La distance, les enveloppements corporels, les coups
- Attitudes professionnelles contenantantes

### **PUBLIC CONCERNE :**

Tous professionnels ayant le désir de mettre au travail son rapport avec la violence des usagers qu'ils accompagnent et titulaires d'un diplôme de travail social et/ou de soin (travailleurs sociaux, enseignants, soignants...). Cette formation est implicante et va demander un travail sur soi. Toute personne souhaitant y participer doit déjà être engagée dans une démarche clinique personnelle et/ou professionnelle.

### **FORMATEUR**

#### **Psychoboxeuse et didacticienne de l'Institut National de Psychoboxe :**

- **Madame GANDIL**

#### **METHODES PEDAGOGIQUES**

Exposés-débat, travaux dirigés : exercices, étude de cas ou de situation professionnelle, utilisation de ressources multimédia, expérimentation de la psychoboxe ouverte à chaque stagiaire, articuler à la théorie et aux situations rencontrées.

#### **NATURE DE L'ACTION**

Acquisition, entretien ou perfectionnement des connaissances

#### **EVALUATION DE FIN DE FORMATION**

Attestation de formation

#### **COUT DE LA FORMATION**

1300 euros pouvant être pris en charge par l'institution.

Pour tous renseignements, merci de contacter ABCI FORMATION ou les formateurs par mail : [psychoboxe72@gmail.com](mailto:psychoboxe72@gmail.com)



## PSYCHOBXOUE NIVEAU I : LA CONTENANCE EN QUESTION

### PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION :

#### **SESSION 1**

**FORMATRICE : Madame GANDIL Stéphanie**

**HORAIRES DE LA FORMATION : 9H-17H**

### THEMATIQUES ABORDES :

#### JOURNEE 1 :

- **Présentation des participants et du programme**
- **Définition et champ de la psychoboxe**
- **Histoire de la psychoboxe, déontologie, cadre et processus, Indications et contre-indications à la pratique à partir de cas cliniques.**
- **Différences gestuelles entre la boxe et la psychoboxe, entre la boxe éducative et la psychoboxe.**
- **psychopolémologie, lecture des tensions conflictuelles**

#### JOURNEE 2 :

- **Clinique de l'acte violent, les situations dangereuses et leur impact sur la vie psychique.**

- Le sujet en situations : sidération, passage à l'acte réactionnel, décontenancement, maîtrise. Trouver ou créer une issue aux situations.
- Expérimentation, formation pratique.
- Les gestes et les affects. Garde, protection, attaque, fuite. Position du regard. Le débordement des défenses.
- Attitudes professionnelles contenant, retour d'expérience après une situation difficile, réponses institutionnelles, éducatives et thérapeutiques après un passage à l'acte ou une manifestation de violence.



## PSYCHOBXO NIVEAU I : LA CONTENANCE EN QUESTION

### PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION :

#### SESSION 2

**FORMATRICE : Madame GANDIL Stéphanie**

**HORAIRES DE LA FORMATION : 9H-17H**

### THEMATIQUES ABORDES :

#### JOURNEE 1 :

- L'affect en psychoboxe  
expérimentation, formation pratique.  
La frappe atténuée. Le visage, cible ou tabou. Affects et expressions du visage  
Les interruptions. Les interprétations et les commentaires.  
La circulation des affects et des représentations. Les éprouvés, les dépôts.  
Le traumatisme psychique, les agressions verbales, la violence archaïque ;
- Exposé, texte discussion.

#### JOURNEE 2 :

- L'image du corps en psychoboxe.  
image du corps en mouvement, affects et mouvements du corps dans l'espace,  
Exportation, projection et identification dans le mouvement.
- Exposé, remise d'un texte, discussion.



## PSYCHOBXOxe NIVEAU I : LA CONTENANCE EN QUESTION

### PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION :

#### SESSION 3

FORMATRICE : Madame GANDIL

HORAIRES DE LA FORMATION : 9H-17H

### THEMATIQUES ABORDES :

#### JOURNEE 1 :

- Sujet en situations,
- La distance, les enveloppements corporels et l'emprise, les coups. l'appareil d'emprise, Crises, conflits et violences. Incidences de ces notions lors de la mise en place d'une pratique de psychoboxe, de la présentation à l'élaboration du cadre.
- Textes et discussions

#### JOURNEE 2 :

- Expérimentations.
- Reprise des questions techniques et approfondissement. Déroulement d'une séance, les gestes nécessaires ;
- Bilan, le point sur la pratique de chaque participant, perspectives, compléments éventuels à la formation avant de mettre en pratique.

