



Monsieur Pierre SIMON
PSYCHOLOGUE-PSYCHOTHERAPEUTE

N° ADELI 459 30224 6

10, Rue des TROIS MARIES

45000 ORLEANS

N° siret : 403. 178. 809. 00030 - APE 8690FT

Formateur enregistré sous le n° 24.45.01877.45

auprès du préfet de la Région Centre

Introduction à la Psychosexothérapie
basée sur la Pleine Conscience.

Table des matières

| | |
|--------------------------------|---|
| Introduction : | 2 |
| Prérequis : | 2 |
| Objectifs : | 3 |
| Méthodes pédagogiques : | 4 |
| Evaluation : | 4 |
| Durée : | 5 |
| Nombre de participants : | 5 |

Introduction :

Cette formation ne vise pas à transmettre des informations sur le fonctionnement des organes génitaux ou sur les maladies sexuellement transmissibles ou sur les moyens de contraception : ces informations sont considérées comme acquises a priori.

Elle ne vise pas non plus la description des perversions sexuelles.

Elle vise principalement à donner les bases d'une prise en charge psychosexothérapeutique comprenant des aspects psychoéducatifs, visant la prévention des difficultés sexuelles et leur résolution si besoin.

La finalité est le plein épanouissement psychosexuel, considéré comme une dimension essentielle du développement personnel.

Elle s'inspire du programme « Amélioration des difficultés sexuelles basée sur la Pleine Conscience » de Mesdames Marie Géonet et Françoise Adam.

Prérequis :

Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui interviennent professionnellement dans le champ de la santé mentale ou qui projettent de le faire.

La participation à cette formation suppose des connaissances de base en matière de reproduction humaine.

Il est nécessaire d'avoir suivi de manière satisfaisante notre module de « Psychologie du Développement » (sur six jours) ou un module évalué équivalent : nous considérons en effet que la Santé Mentale est liée au développement personnel y compris dans sa dimension sexuelle.

Il est nécessaire d'avoir suivi de manière satisfaisante le module « Développement de la Sagesse basé sur la Pleine Conscience » (sur six jours) ou un module évalué équivalent : le développement de qualités personnelles étant considéré comme indispensable pour mener à bien une psychosexothérapie. En effet, beaucoup de recherches convergent vers l'idée que le développement des qualités personnelles et relationnelles de l'aidant améliore les effets thérapeutiques des procédures mises en place. Ce stage donne au corps la plus grande attention, considérant qu'une sexualité épanouie ne peut se développer sans prendre en compte le corps.

Enfin, il est nécessaire d'avoir suivi de manière satisfaisante notre module « Psychodiagnostic » (sur 2 jours) qui apprend à conceptualiser et à expliquer les difficultés vécues par le client en interaction avec ce dernier. Cette compétence est nécessaire également en psychosexothérapie pour augmenter les chances que le client participe activement aux procédures préconisées pour résoudre ses difficultés sexuelles.

Objectifs :

1. Être capable de conceptualiser : « orgasme », « excitation à caractère sexuel », « éjaculation précoce », « anorgasmie », « vaginisme », « dyspareunie », « désir sexuel hypoactif », « troubles érectiles »,...
2. Être capable d'établir les rapports entre le comportement sexuel (y compris la perception du plaisir et la psychophysiologie de l'excitation sexuelle) et :
 - a. les facteurs socio-culturels (mythes, pratiques religieuses, etc...);
 - b. les facteurs psycho-sociaux y compris en rapport avec la pornographie ;
 - c. les émotions ;
 - d. les pensées automatiques ;
 - e. l'imagination ;
 - f. la Pleine Conscience ;
 - g. la tension musculaire (ou « stress ») ;
 - h. le lâcher-prise ;
 - i. l'estime de soi ;
 - j. l'image du corps ;
3. Être capable d'établir le lien entre :
 - a. la pratique de la Méditation en Pleine Conscience et le développement de la sensualité ; entre le développement sensuel et le développement sexuel ;
 - b. la pratique de la Méditation en Pleine Conscience et le développement de la sensorialité ; entre le développement sensoriel et le développement sexuel ;
4. Être capable d'énumérer les causes du manque de lâcher-prise ;
5. Être capable de conceptualiser la « Féminité » et la « Masculinité » ;
6. Être capable d'énumérer les différences de comportement sexuel entre les hommes et les femmes telles qu'elles s'observent à ce jour ;
7. Être capable de comprendre l'influence du Yoga sur la sexualité ;
8. Être capable de comprendre l'influence de la danse sur la sexualité ;
9. Être capable dans le but d'améliorer les difficultés sexuelles du client d'utiliser des procédures centrées sur :
 - a. les cognitions ;
 - b. l'expérience émotionnelle ;
 - c. les comportements ;
 - d. le corps ;
 - e. les facteurs contextuels ;
10. Être capable d'intégrer le contenu de cette formation à ses expériences d'apprentissage antérieures ;
11. Être capable de transférer les connaissances acquises au cours de

cette formation dans le contexte de ses interventions professionnelles.

Méthodes pédagogiques :

- méthodes expérientielles (modèle d'apprentissage expérientiel de Kolb) :
 1. apprentissage vicariant¹(le formateur joue le rôle du thérapeute face à un participant qui joue le rôle de client) ;
 2. jeu de rôle (deux participants jouent le rôle du thérapeute et du client face au formateur ; ces jeux de rôle sont suivis de discussions pour modifier graduellement les interactions entre le participant et ses patients) ;
 3. enregistrements audio ou vidéo (qui peuvent être évalués à partir de grilles de lecture) ;
- pratique d'exercices en pleine conscience qui aident le participant à développer sans jugement une conscience de sa propre expérience présente plutôt que de se centrer sur une compréhension intellectuelle ;
- au besoin, formulation de recommandations sur la pratique professionnelle ;
- présentations de cas au formateur ou en petit groupe ;
- usage de rétroactions correctives des compétences du participant ;
- apport de rétroactions sur la compréhension des enjeux relationnels entre le participant et son client ;
- participation à des discussions détaillées à propos des interventions du participant ;
- rédaction de comptes-rendus des séances où a été appliquée la psychosexothérapie ;
- Apports théoriques, études de cas, échanges et réflexions éthiques en rapport avec le développement psychosexuel ;
- présentations de cas.

Evaluation :

Les évaluations seront adaptées selon que la personne a ou pas dès le début de la formation l'occasion de la mettre en pratique dans son environnement professionnel.

Une ou plusieurs méthodes d'évaluation seront mises en place en concertation avec le participant :

- Exposé (oral ou écrit) relatif à l'application dans son propre cadre professionnel des aspects théoriques et pratiques de cette formation ;

¹ L'apprentissage dit vicariant est celui qui résulte de l'imitation par l'observation d'un pair qui exécute le comportement à acquérir

- Rapports et notes du participant relatifs à ses interventions psychosexothérapeutiques ;
- Observation directe du participant dans une situation réelle ou un jeu de rôle en rapport avec un ou plusieurs objectifs de cette formation.

Les indicateurs pour mesurer la qualité ou l'impact de la formation doivent concerner ces deux niveaux :

1. l'amélioration des compétences en rapport avec la pratique de la psychosexothérapie par le participant ;
2. l'évolution positive sur le plan psychosexuel des clients suivis par le participant, ce qui demeure en dernier lieu le but poursuivi.

Nous entendons par **compétence** « l'aptitude d'un individu à comprendre et à réaliser certaines tâches d'une manière appropriée et efficace en accord avec ses propres qualifications professionnelles, ancrées dans des pratiques fondées empiriquement et sensibles aux différences culturelles et individuelles. La compétence recouvre donc les savoirs, les savoirs-faire et les savoirs-être du praticien. Elle ne se limite pas à la seule maîtrise de techniques et de savoirs appris mais renvoie à un « savoir-agir » amenant le praticien à réfléchir à l'entière des facteurs (personnels, interpersonnels, techniques, etc.) qui interviennent dans l'efficacité du processus de changement avec un client donné. » (Clauw et al., 2011, p. 7).

En utilisant le terme de compétence, les formateurs peuvent donc préparer et évaluer les personnes formées à partir de critères standardisés communs au lieu de les comparer les unes aux autres (Clauw et al., 2011).

Durée :

6 jours soit 42 heures.

Nombre de participants :

25 participants maximum ou formation individuelle à distance.