



évaluation

Examens terminaux, production de vidéos attestant de la qualité de la pratique.



équipe pédagogique

Enseignants-chercheurs en psychologie, sciences sociales et médecine, de différentes Universités Françaises, psychologues, psychothérapeutes, psychiatres et médecins expérimentés.



coût de la formation

1200 euros + frais d'inscription universitaire par an, formation continue ou formation initiale



lieu de la formation

UFR Sciences Humaines et Arts
Île du Saulcy BP 30309
57006 Metz cedex 1
www.univ-metz.fr

condition d'admissions

Peuvent être admis à s'inscrire au Diplôme Universitaire Psychologie de la relaxation à l'UFR Sciences Humaines et Art de l'université Paul Verlaine - Metz, après autorisation d'inscription par le responsable du DU :

- Psychologues, chercheurs et enseignants en sciences humaines, (titulaire, d'une DESS, DEA, Master 2 Professionnel ou recherche) ;
- Psychothérapeute (reconnaissance légale), le responsable du DU garde toute latitude en fonction de la qualité de la formation. Les contenus de la formation devront être fournis.
- Titulaires du diplôme français de docteur en Médecine ;
- Etudiants de 3ème cycle d'études médicales ;
- Etrangers disposant de diplômes équivalents ;
- DE d'infirmier, sage femmes, kinésithérapeute, orthophoniste, kinésithérapeute + expérience professionnelle. Pour ce type de public une attention toute particulière sera portée au dossier. En effet, la demande de développement de compétences dans le champ de la psychothérapie devra être en adéquation stricte avec les exigences et les besoins du métier considéré. Dans le cas contraire, les demandes seront rejetées. Si la finalité de ce DU est de contribuer au développement de certaines compétences psychothérapeutiques nécessaires dans l'exercice des métiers de la santé, il ne sera pas question de former des professionnels qui pourraient d'une manière ou d'une autre concurrencer l'insertion professionnelle des psychologues ou nuire à ces derniers, voire et c'est pire encore contribuer au développement d'une usage inadaptée de la psychothérapie

attention : cette formation ne donne pas le titre de psychothérapeute. Pour les autres professions, il s'agit d'un complément qui ne substitue en rien à la formation de psychologue ou de psychothérapeute.

note importante : les titulaires de diplômes ou de certificats de formation dans les domaines abordés par le présent diplôme pourront faire valoir, dans le cadre d'une VAP (Validation d'Acquis Professionnels), la reconnaissance de leurs compétences et ainsi être dispensé de certaines UE

dossier d'inscription contacts

à télécharger sur
www.univ-metz.fr/ufr/sha

- Département de psychologie,
- Laurence Stremier
téléphone 03 87 31 56 35
laurence.stremier@univ-metz.fr
- professeur Cyril Tarquinio
tarquinio@univ-metz.fr

Université Paul Verlaine - Metz
UFR Sciences humaines et arts
Île du Saulcy, BP 30309
57006 Metz Cedex 1
www.univ-metz.fr/ufr/sha/



UFR Sciences humaines et arts
équipe de recherche (ESAM/APEMAC EA 4360)



Psychothérapie des personnes atteintes par la maladie : approche intégrative

Diplôme d'Université de Niveau 2 (Bac +5)
responsable du diplôme professeur Cyril Tarquinio

www.univ-metz.fr



↘ cadre général du diplôme

L'usage et la référence aux psychothérapies sont capitaux pour rendre l'intervention des psychologues en charge des malades plus adaptées. C'est la raison pour laquelle ce DU sera la première contribution à un édifice dont la finalité sera de proposer une ouverture spécialisée dans le domaine de la prise en charge psychothérapeutique, aux étudiants et aux professionnels déjà en poste. Le but est de professionnaliser tout au long de la carrière !

Le champ des psychothérapies est en fait extrêmement vaste et comprend de multiples formes d'interventions toutes dénommées psychothérapies, sans que l'on comprenne toujours quel est le modèle de référence. Herink en 1980, en a recensé plus de 250 formes différentes. La liste est très longue : psychothérapies comportementales, psychothérapies psychanalytiques, psychothérapies de soutien, psychothérapies par le cri primal, psychothérapies familiales, hypnose, psychothérapies individuelles, psychothérapies de groupe, psychothérapies de relaxation, etc. On remarquera que si les unes sont désignées par la pratique (hypnose, cri), d'autres le sont par leur référence théorique (psychanalyse ou comportementalisme), ou encore simplement par le nombre ou le type de participants en présence (groupes, familles).

Nous avons fait le choix de proposer dans le cadre de ce DU, une approche spécialisée dans la pratique des psychothérapies, unique en France en nous centrant dans le domaine des techniques et des protocoles relatifs à la prise en charge des troubles émotionnels et réactionnels inévitables qu'occasionne la survenue de la maladie chronique ou/et de la maladie plus grave. Nous avons pu rassembler en synergie avec notre équipe de recherche (EPSAM/PEMAC UE 4380), un ensemble de professionnels tous experts dans leur domaine (parfois issus de nos formations) et motiver pour adhérer à ce projet de diplôme.

Il est vrai que pour le néophyte ou même pour celui qui a une connaissance du champ, de tels contenus peuvent surprendre. Cependant, il est important de savoir que les approches proposées (qui pour certaines d'entre-elles donneront lieu à une certification) ont fait et font l'objet de validations scientifiques dans les revues les plus prestigieuses, que notre équipe a contribué (pour certaines) à leur développement/validation scientifique et que l'usage clinique des autres et que pour les autres leurs insertions et leur utilité dans le milieu hospitalier s'impose de fait. La résistance provient souvent d'un manque de connaissance d'un domaine qui évolue sans cesse et de demandes du terrain (médecins, soignants, patients, familles,...) pour apporter aux soins médicaux une contribution supplémentaire que seule une psychologie efficace et centrée vers l'action pourra apporter.

↘ compétences recherchées

- connaissance des problèmes psychologiques en lien avec la survenue des maladies chroniques et graves
- connaissance des problèmes psychologiques générés par le travail, les institutions et la société
- connaissance des fondements de psychologie clinique et psychopathologiques
- connaissance des aspects sociaux et culturels impliqués dans les troubles psychologiques
- maîtrise des techniques et méthodes les plus documentées dans la littérature et les plus utilisées dans la pratique de terrain, orientées vers la psychothérapie de la relaxation
- identifier les protocoles psychothérapeutiques les plus adaptés dans le cadre d'une prise en charge globale (les psychothérapies de la relaxation ne constituent que les prémices d'une prise en charge globale).
- savoir identifier les limites d'une prise en charge psychothérapeutique de la relaxation afin d'engager la collaboration vers des approches plus curatives
- savoir intégrer les psychologies de la relaxation dans le cadre d'un travail en équipe pluridisciplinaire (contexte de santé et de maladie).

↘ D'autres DU vous sont proposés par le département de psychologie de l'Université de Metz

- Diplôme Inter Universitaire de Sexologie agréé par l'AIHUS (Association Inter Hospitalo Universitaire de Sexologie), l'ASCLIF (Association des Sexologues cliniciens francophones) et la SPESE (Société Pluridisciplinaire des Etudes Sexologiques de l'Est) et avec les Universités de Reims et de Dijon ;
- Diplôme d'Université de Psychothérapie EMDR, psychotraumatothérapie et compléments psychopathologiques, accréditée par les associations EMDR France et EMDR Europe en collaboration avec l'Institut Français d'EMDR ;
- Diplôme d'Université de gestion de l'égalité, de la non discrimination et de la diversité.

↘ volume des enseignements

340 h d'enseignement délivrées sur deux ans à raison de deux jours de 16 h par semaine 11 à 12 fois par an dans le cadre d'un calendrier établi à l'avance.

Enseignement de la première année : 170 h équivalent TD

UE F 1	Bases psychologiques et psychopathologiques (50h)
UE F 2	Bases physiologiques et neurologiques(10h)
UEAP 3	Les techniques fondamentales de relaxation(20h)
UEAP 4	Pratique de la sophrologie (40h)
UEAP 5	Méditation et prise en charge psychologique - MBSR (22h)
UEAP 6	Introduction à la pratique du Yoga (20h)
UEAP 7	Supervision et analyse de la pratique (8h)

Enseignement de la deuxième année : 170 h équivalent TD

UE F 8	Psychologie clinique, psychopathologie et psychothérapie (45h)
UEAP 9	Mise en œuvre des techniques de relaxation dans le champ de la santé et de la maladie (40h)
UEAP 10	La cohérence cardiaque (10h)
UEAP 11	Méditation et prise en charge psychothérapeutique (18h)
UEAP 12	Perspectives psychothérapeutiques du Yoga (20h)
UEAP 13	Contributions des thérapies comportementales et cognitives (30h)
UEAP 14	Supervision et analyse de la pratique (7h)