F O R M A T I O N

Biodynamic Breathwork Therapy

& Ostéopathie Biodynamique

B B T

Pascal Anselin

Ostéopathe D.O. — Formateur en Ostéopathie Biodynamique

Durée	**Niveau**
5 jours — 40 heures	Formation avancée — Module 3

1. Informations générales

Profil des stagiaires

Ostéopathes ou thérapeutes manuels ayant suivi les deux premiers modules de la formation et possédant les bases en psychologie acquises dans ce cursus ou dans d'autres enseignements, et/ou ayant déjà réalisé un travail personnel approfondi.

Prérequis

- Diplôme en ostéopathie, kinésithérapie, thérapie manuelle ou médecine.
- Minimum deux années de pratique clinique ou de consultations.

Objectifs pédagogiques

- Proposer aux praticiens un outil associant la respiration et un toucher ostéopathique d'écoute fine du corps et de ses manifestations, afin d'accompagner le patient lors d'un processus thérapeutique somato-émotionnel.
- Explorer la potentialité qu'offre l'association d'un toucher fin centré sur le système nerveux et l'utilisation de différentes formes de respiration pour libérer les émotions enkystées.
- Transmettre des exercices respiratoires que le patient pourra pratiquer de manière autonome pour désamorcer des crises d'anxiété, d'angoisse ou de panique.
- Permettre au praticien de guider son patient vers une auto-harmonisation émotionnelle par une conscience éclairée de ses dysfonctionnements.

2. Programme détaillé

JOUR 1

◆ *Matin*

- Présentation de la formation et de ses objectifs.
- Historique de la ventilation augmentée et de ses différentes formes.
- Indications cliniques et besoins du patient.
- Conflit de loyauté. Le fawning (hyperserviabilité) : origines et expressions cliniques.
- Les mécanismes de défense.
- Contre-indications.
- Rappel des bases du toucher ostéopathique biodynamique somato-émotionnel.

◆ *Après-midi*

- Les bases psychologiques :
  - Transferts et contre-transferts.
  - Le refoulement.

  - Sidération et dissociation.
  - Principes de la régression et son contrôle par l'observation.
  - Les bases de la transgénéalogie.
- La grossesse, la naissance et les quatre matrices périnatales.

JOUR 2

◆ *Matin*

- La posture, l'ancrage et le neutre du praticien.
- Le self du praticien : sécurité intérieure et cadre thérapeutique.
- Exercices d'ancrage.
- La respiration holotropique : présentation générale.
- Principes, techniques, effets et règles de sécurité.
- Exercices de respiration et mesures de sécurité.
- Le contrôle de la respiration par le patient.
- Le contrôle de la respiration par le praticien.

◆ *Après-midi*

- Les ressources du patient.
- Les ressources du praticien.
- Les différentes modalités respiratoires : buccale, nasale, thoracique, abdominale.
- Les fulcrums respiratoires.
- Les phases d'apnée expiratoire.
- Les contractions.
- Les stillpoints.
- Questions et échanges.

JOUR 3

◆ *Matin*

- Présentation de la pratique et de ses intérêts au patient.
- Évaluation des ressources et des difficultés du patient.
- Mise en situation des différentes difficultés cliniques possibles.
- Importance du son : types de sons et leurs modulations.

Enregistrement de la séance et résumé par le praticien :

- Lorsque la conscience du patient accède à une perspective extérieure sur elle-même — amener plus de réalité et sortir de l'illusion.
- Enrichir la mémoire du patient : lui fournir un matériau auquel il peut revenir, source d'éveil éclairant et évolutif pour les séances suivantes.

- Permettre au praticien de limiter les biais dans les échanges, dès lors que ceux-ci figureront dans le résumé post-séance.
- Sécurité pour le praticien : le résumé objective et assume le regard potentiellement biaisé du thérapeute.

◆ *Après-midi*

- Rappel des bases du non-résolu.
- Quand utiliser la respiration en fonction des phases du processus du non-résolu sur la table ?
- Notion de résistance du patient et de ses ressources pour les surmonter.
- Importance de l'évaluation des informations spatio-temporelles à explorer au service du processus thérapeutique.

JOUR 4

◆ *Matin*

- Différences entre la respiration au sol et sur table (en BBT).
- Association avec le toucher biodynamique et le travail sur le non-résolu.
- Contrôle du processus par le praticien.
- Limites physiques liées au travail sur table.
- Échanges praticien–patient : prévenir les « échappées » ou les fuites de l'ego.
- Respect des possibilités et des ressources du patient et du praticien.
- Les résistances et les gardiens.
- Particularités des matrices périnatales et les contentions.
- Particularités des processus en transgénéalogie.
- Particularités des infestations et des égrégores.

◆ *Après-midi — Pratiques cliniques*

- Pratiques entre étudiants.
- Comment respirer sur la table ? Les techniques.
- À quel moment initier la respiration ?
- Les sensations dans les mains du praticien, dans le corps du patient ; l'identification du moment de non-résolu vécu et la présence d'une information capitale à explorer.
- Les signes annonciateurs du début des effets.
- Les échanges praticien–patient en cours de séance.
- Le toucher ostéopathique et ses variations selon les phases traversées : fulcrums, neutres, stillpoints, sensations de rétraction ou d'expansion.

> **◆ Points clés cliniques**
>
> La rétraction : phase de rencontre entre l'adulte et la part blessée. Opportunité de répondre au besoin ou d'apporter une résolution.
> L'expansion qui suit : l'accompagner ou la proposer ? Phase de plénitude, d'intégration — et potentiellement d'un nouveau fulcrum.

JOUR 5

◆ *Matin*

- Questions et discussions issues des jours précédents.
- Pratiques en lien avec les partages et les interrogations des participants.

◆ *Après-midi — Suivi thérapeutique et clôture*

- Propositions d'exercices d'accompagnement inter-séances.
- Exercices respiratoires que le patient pourra pratiquer seul pour désamorcer les crises.
- Exercices d'intégration : écoute des enregistrements et tenue de notes par le patient.
- Méditation personnalisée pour chaque participant.
- Constitution d'un groupe de supervision (WhatsApp) pour le suivi des praticiens, la supervision des cas cliniques et le traitement des questions.
- Partage final et clôture.

3. Repères pédagogiques

📌 **Note pédagogique**

Ce module s'inscrit dans la continuité des deux premiers modules de la formation en ostéopathie biodynamique. Il ne constitue pas une introduction à la respiration holotropique, mais une intégration clinique avancée de celle-ci dans le cadre d'un toucher ostéopathique biodynamique.

🌿 **Définition clinique**

La BBT (Biodynamic Breathwork Therapy) associe une respiration augmentée à un toucher d'écoute biodynamique. Elle vise à créer les conditions d'une libération somato-émotionnelle en respectant le rythme et les ressources du patient.
Elle ne se substitue pas à une psychothérapie, mais agit en complémentarité avec elle.

⚠️ **Vigilance clinique**

Contre-indications absolues : antécédents d'épisodes psychotiques ou dissociatifs sévères non stabilisés, troubles cardiovasculaires non équilibrés, épilepsie, grossesse.
Une évaluation rigoureuse des ressources du patient est impérative avant toute session.