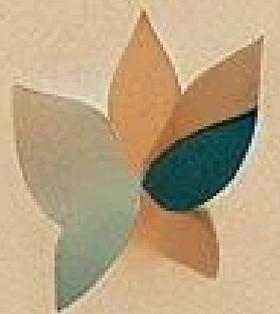


Guide Pratique : Supervision en Sexologie et Thérapie Relationnelle



UN ESPACE POUR ÉVOLUER,
PRÉSERVER ET AFFINER
SA POSTURE THÉRAPEUTIQUE



Beatrice  Deffromont

Pourquoi ce guide ?

En tant que thérapeute, sexologue ou praticien en relation d'aide, vous êtes un pilier d'écoute et de transformation pour vos patients. Vous accueillez leurs récits intimes, traversez avec eux des émotions intenses et les guidez vers une meilleure compréhension d'eux-mêmes.

Mais qui vous accompagne, vous ?

Comment prendre du recul sur votre pratique ? Comment éviter l'usure émotionnelle et continuer à évoluer, tant personnellement que professionnellement ?



Ce guide vous aide à comprendre :



CE QU'EST LA SUPERVISION EN SEXOLOGIE ET EN THÉRAPIE RELATIONNELLE.



EN QUOI ELLE SE DISTINGUE DE LA THÉRAPIE PERSONNELLE ET DE LA FORMATION.



POURQUOI ELLE EST UN LEVIER ESSENTIEL POUR ENRICHIR VOTRE POSTURE DE PRATICIEN ET VOUS PRÉSERVER.

01

SUPERVISION, THÉRAPIE ET FORMATION : QUELLE DIFFÉRENCE ?

- 1. La Supervision Clinique
- 2. La Thérapie du Thérapeute
- 3. La Formation Continue

02

LE TRAVAIL DES RÉSONANCES EN SUPERVISION

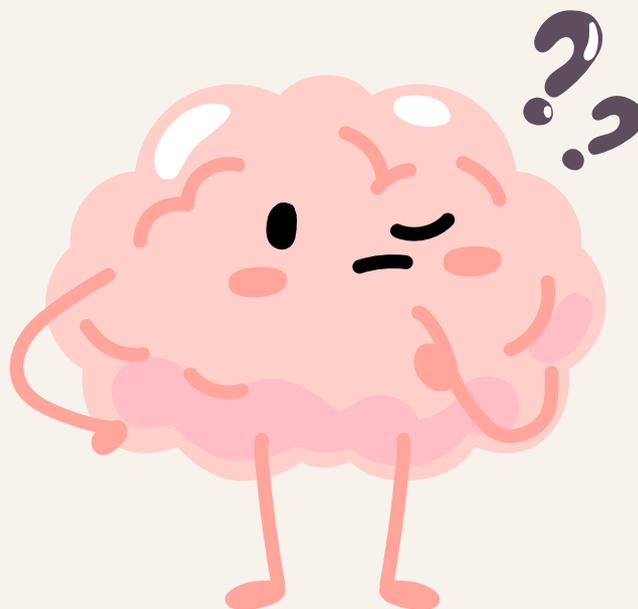
- Pourquoi est-ce essentiel ?
- Les axes de travail
- L'approche intégrative

03

À QUOI S'ATTENDRE LORS D'UNE
SÉANCE DE SUPERVISION ?

04

CONCLUSION : TROUVER SON ESPACE
D'ACCOMPAGNEMENT



SUPERVISION, THÉRAPIE ET FORMATION :

Quelle différence ?

1. La Supervision Clinique

La supervision est un espace de réflexion et d'ajustement professionnel. Elle permet d'affiner sa posture thérapeutique, d'analyser des cas cliniques, d'explorer les transferts et contre-transferts et de travailler sur les résonances personnelles qui émergent en séance.

Elle vous aide à :

- ✓ Analyser les dynamiques relationnelles des cas cliniques.
- ✓ Identifier vos résonances émotionnelles et éviter les projections.
- ✓ Affiner votre posture thérapeutique et poser des limites claires.
- ✓ Prévenir l'épuisement émotionnel et garder une juste distance.

C'est un espace essentiel pour rester aligné, ajuster votre approche et continuer à évoluer sans vous épuiser.



01

2. La Thérapie du Thérapeute

La thérapie personnelle est un travail en profondeur sur vos propres blessures, schémas et expériences passées. Elle ne concerne pas votre posture professionnelle, mais votre cheminement intérieur.

Elle permet de :

- ✓ Explorer et apaiser vos blessures et blocages.
- ✓ Mieux comprendre vos réactions émotionnelles en séance.
- ✓ Renforcer votre ancrage et votre équilibre personnel.

Un praticien ayant travaillé sur lui-même sera plus disponible et aligné dans sa posture thérapeutique.



3. La Formation Continue

Se former est essentiel pour enrichir ses outils et élargir son champ d'accompagnement.

Elle permet de :

- ✓ Acquérir de nouvelles méthodes et approches thérapeutiques.
- ✓ Développer ses compétences en sexologie, psychocorporel, énergétique et autres spécialisations.
- ✓ Mieux répondre aux besoins spécifiques de sa patientèle.

☞ Supervision, thérapie et formation sont complémentaires : elles s'adressent à différentes facettes de votre pratique et de votre développement.

LE TRAVAIL DES RÉSONANCES EN SUPERVISION

Contrairement à une approche uniquement technique, ma supervision intègre pleinement les résonances émotionnelles et énergétiques du thérapeute.

Pourquoi est-ce essentiel ?

Parce que ce qui vous touche chez vos patients n'est jamais anodin. Un praticien non conscient de ses résonances peut, sans s'en rendre compte :

- ◆ Se surcharger émotionnellement.
- ◆ Réagir à partir de ses propres blessures.
- ◆ Manquer de clarté sur ce qui appartient à lui ou au patient.

En supervision, nous travaillons sur plusieurs axes :

- ✓ Identifier vos résonances émotionnelles face à certains cas.
- ✓ Différencier ce qui appartient au patient et ce qui vous impacte personnellement.
- ✓ Ajuster votre distance thérapeutique pour éviter l'épuisement.
- ✓ Renforcer votre ancrage et votre présence en séance.

🌀 Approche intégrative :

Mon approche intégrative de la supervision invite à une lecture globale en prenant en compte les dimensions psychologique, émotionnelle, corporelle, énergétique et spirituelle. en lien avec les mémoires que nous portons et celles qui s'activent au contact de l'autre.

Chaque interaction thérapeutique résonne en nous, activant des dynamiques conscientes et inconscientes qui influencent notre posture et notre engagement.

Cette supervision ne se limite donc pas à l'analyse clinique, elle est aussi un espace d'ajustement intérieur, où l'on apprend à reconnaître et à réguler ce qui nous traverse, à poser des limites justes et à préserver notre vitalité. En affinant cette présence à soi et à l'autre, il devient possible d'incarner pleinement sa posture thérapeutique, avec plus de clarté, de justesse et d'ancrage.

À QUOI S'ATTENDRE LORS D'UNE SÉANCE DE SUPERVISION ?

Chaque séance est adaptée à vos besoins spécifiques.

Elle peut inclure :

- ✦ L'analyse d'un cas clinique et de sa dynamique relationnelle.
- ✦ Un travail sur les transferts et contre-transferts.
- ✦ L'exploration des résonances personnelles et de leur impact.
- ✦ Des ajustements concrets sur la posture et l'éthique professionnelle.
- ✦ Des stratégies pour éviter l'épuisement émotionnel et poser vos limites.

💡 Les séances peuvent être :

- ◆ Individuelles (personnalisées, adaptées à votre rythme).
- ◆ En groupe (échange, miroir thérapeutique, partage d'expérience).
- ◆ En présentiel ou en ligne selon votre disponibilité.

Trouver son espace d'accompagnement

En tant que thérapeute, vous accompagnez vos patients dans leurs transformations. Mais pour prendre soin des autres, il est essentiel de prendre soin de soi.

La supervision est un espace sécurisant et évolutif où vous pouvez :

- ✦ Affiner votre posture professionnelle.
- ✦ Mieux comprendre vos résonances émotionnelles.
- ✦ Éviter l'usure et retrouver un équilibre durable.



Identifier mes besoins

Où j'en suis ?

Pour affiner vos besoins, je vous invite à explorer ces thèmes :

CARTOGRAPHIE

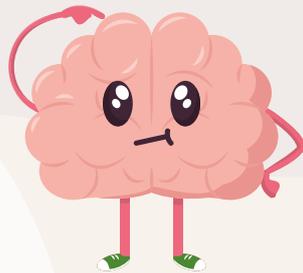
MES OBJECTIFS
PROFESSIONNELS

MES OBJECTIFS
PERSONNELS

MES BESOINS

LES POINTS QUE JE
SOUHAITE ÉCLAIRER,
CLARIFIER

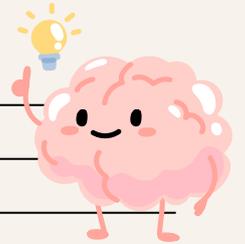
MES SOUHAITS
D'ACCOMPAGNEMENT





Cibler mes axes de développement et mes priorités

Dans le cadre de la supervision en sexologie et thérapie relationnelle, il est essentiel d'identifier précisément vos besoins afin d'assurer un accompagnement efficace et adapté. Cette démarche introspective peut vous permettre de cibler les axes de développement prioritaires et d'optimiser la qualité de votre démarche.



*Si vous ressentez le besoin
de clarifier votre posture,
de vous sentir plus aligné
dans votre pratique et
de gagner en sérénité,
la supervision est
un levier puissant.*

✉ Contactez-moi pour échanger et trouver Ensemble
la formule qui Vous convient.

**“SUPERVISION, THÉRAPIE,
FORMATION...
QUELLE EST LA PROCHAINE ÉTAPE
DE VOTRE ÉVOLUTION
EN TANT QUE PRATICIEN”**


Béatrice Delfromont

