



BDSM & santé psychique

Se former pour mieux accompagner

Les pratiques sadomasochistes, ou plus récemment dites BDSM*, font partie de celles qui suscitent, entre fantasmes et mise en pratique, autant d'épanouissement que de honte ou de tabou.

La psychiatrie a longtemps mis en lien ces pratiques avec la perversion. Les représentations sociales ne sont pas toujours très justes à leur sujet et contribuent à les nimber de mystère, oscillant entre attraction et répulsion.

Le déficit de formation persiste, même en sexologie. Le BDSM y est nommé sans être approfondi, souvent abordé par un angle théorique.

Dans un contexte sociétal où la sexualité est repensée, vécue en dehors des « normes », notre patientèle a besoin de sentir face à elle des thérapeutes non jugeant·es et surtout informé·es de nouvelles manières de vivre son intimité, tant dans les schémas relationnels que dans les pratiques expérimentées.

Un socle de connaissances dynamique et actualisé est essentiel en tant que professionnel·les afin de pouvoir accompagner sans stigmatiser ces personnes qui apportent dans nos cabinets leurs expériences et leurs questionnements. C'est au psy d'ouvrir la porte, avec le juste niveau de connaissance pour accompagner la parole et la réflexion. C'est pour cela qu'une formation spécialisée, entre apports théoriques et propositions réflexives est nécessaire.

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de déceler si les pratiques qui vous sont apportées en cabinet, sont respectueuses de l'intégrité physique et psychique de votre patientèle malgré leur caractère transgressif. Vous aurez les clefs pour leur offrir un espace *safe* et une posture thérapeutique ajustée.

*BDSM : bondage, discipline, domination, soumission, sado-masochisme

Cette formation est-elle pour vous ?

- Vous êtes psychologue, psychothérapeute, psychiatre, psychopraticien, sexologue, sexothérapeute, coach en intimité, etc.
- Vos patients vous parlent de leurs pratiques intimes et vous vous sentez parfois sans ressources pour les comprendre
- Vous vous sentez perdu·e, ou en résistance face à cette expression de la sexualité
- Vous êtes à la recherche de ressources concrètes pour accompagner au mieux votre patientèle et lui proposer un espace d'écoute et d'information informé
- Vous connaissez ces pratiques depuis un angle personnel et vous sentez que cela peut créer un biais, qu'il vous manque des connaissances approfondies pour mieux accompagner

Si vous avez répondu OUI à au moins une des affirmations cette formation est pour vous

L'univers du BDSM est vaste et les ressources, souvent insuffisantes ou stigmatisantes. Grâce à cette formation en ligne, vous pourrez répondre aux questions que votre patientèle se pose, et à celles auxquelles elle ne pense pas. Cette formation vous permettra de vous sentir solidement informé·e, d'apprendre à créer un espace *safe* pour accompagner vos patient·es sans jugement, et de leur offrir qualité d'écoute et d'information.

Cette formation s'appuie sur des apports en psychiatrie, neurosciences, sexo-analyse et expériences concrètes afin de vous offrir un contenu dynamique, non pathologisant, actuel et réflexif, grâce aux cas cliniques, temps d'échanges et outils pratiques.

Objectifs

- Permettre aux thérapeutes d'affiner leurs représentations des pratiques BDSM.
- Acquérir une vision nuancée et plurielle de ces pratiques.
- Accueillir fantasmes et pratiques sans jugement, dépasser la honte qui peut les accompagner.
- Enrichir son assise professionnelle d'éléments théoriques non analytiques et être apte à informer clairement sa patientèle.
- Être en mesure d'identifier et de distinguer les violences psycho-sexuelles des pratiques BDSM.
- Reconnaître les différentes phases de l'emprise psychologique et les biais de consentement dans les pratiques sexuelles.
- Comprendre la sidération, la dissociation et les conséquences d'un événement traumatique dans la sexualité d'un sujet.
- Appréhender la neurobiologie du traumatisme, des états modifiés de conscience et de l'axe plaisir/douleur.
- Mesurer les risques et bienfaits de ces pratiques, y compris lorsque le sujet a vécu du trauma par le passé.
- Avoir des outils et ressources concrets, accessibles et actuels pour aborder le BDSM dans l'espace thérapeutique.
- S'inscrire dans une approche thérapeutique inclusive, (in)formée et engagée.

Vos intervenantes

Deux professionnelles de la santé sexuelle et psychique impliquées au sein de la communauté BDSM française

Stéphanie Doe



J'ai découvert le milieu du BDSM en 2005 et je m'y suis impliquée activement en 2016 en devenant enseignante de shibari. Durant 3 ans, j'ai également exercé la domination professionnelle et organisé des événements BDSM afin de transmettre aux novices des éléments leur permettant de se lancer en sécurité.

Depuis 2018, je consulte en tant que thérapeute spécialisée en sexo-analyse. Mon approche est intégrative, engagée et psychocorporelle. Co-autrice de 3 guides d'apprentissage du shibari et de *Panser l'intime, réinvestir son corps et sa sexualité après des violences sexuelles*, j'ai eu la joie d'intervenir à plusieurs reprises dans les formations de sexothérapie ou le DU couples et sexualité dispensés par Alain Héril, ainsi que dans des médias, afin de déstigmatiser la pratique du shibari et du BDSM.

Bien encadrées, les pratiques BDSM peuvent devenir un outil de développement personnel. C'est pourquoi j'ai concilié mon approche du shibari, ma pratique du toucher conscient et mon expérience de la thérapie pour travailler avec les personnes vivant une souffrance du lien et du corps au-delà de leur dimension récréative.

La transmission est ce qui m'anime depuis toujours. J'éprouve un réel plaisir à partager mes réflexions et connaissances, et à rendre accessible ce qui peut sembler obscur ou étrange. Contribuer à l'évolution de la thérapie en proposant une approche plus inclusive de certaines formes d'expression de la sexualité est important pour moi. J'organise également des stages de développement personnel autour de l'intime.

Eris Pasquet



Dans le BDSM depuis plus de 10 ans, je suis activement impliquée depuis 2014 par le biais de plusieurs associations ayant pour missions de rendre le BDSM accessible aux plus novices, de créer des liens entre les pratiquants ou d'organiser des événements.

Consciente des enjeux et des risques, contribuer à développer une communauté bienveillante et informée est une partie de mon travail : j'anime ainsi des ateliers d'information et de parole spécifiquement dédiés aux personnes s'intéressant à la soumission. Régulièrement, j'interviens également dans des formations sur différents thèmes du BDSM, et notamment ceux relatifs à la sécurité et au consentement.

Le BDSM est un mode de vie que je partage dans mon quotidien à titre personnel et professionnel, aussi prendre le temps d'(in)former sur ce thème me tient à cœur. Étudiante en santé à Bordeaux, j'ai choisi de me spécialiser en addictologie et sexologie. Ces deux spécialités ne sont pas sans lien avec le BDSM et enrichissent la transmission que je propose.

Informations & inscriptions

contact.stephanie.doe@gmail.com

Format de la formation

En ligne, via Zoom, sur 2 journées consécutives.

Horaires : 9h30 à 12h30, puis 14h à 17h.

Public concerné

Professionnel·les (en activité) de la santé psycho-affective et sexuelle : psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, sexologues, sexothérapeutes, coachs en intimité...

Modalités de participation

- Contrat de formation à signer, et versement de 370 € (ou 185 € à l'inscription et 185 € le jour de démarrage de la formation). Coordonnées de règlement communiquées avec le contrat de formation.
- L'inscription est ferme et définitive une fois la totalité du montant de la formation versée, au plus tard 15 jours avant la date de démarrage. Aucun remboursement ou report sur une prochaine session ne sera réalisé en cas d'annulation de votre part. [Voir les CGV](#)
- La facture est disponible sur demande. Une attestation de participation vous sera transmise à l'issue de la formation.
- Cette formation n'est pas certifiante.