



D.A.P BLESSURE

Accompagnement psychologique de la blessure du sportif de haut niveau (M.Bergeaud, J.M. Goyheneche)

La vie du sportif de haut niveau est rythmée par les entraînements intensifs et la compétition qui donne sens à son engagement sportif mais surtout sens à sa vie. La survenue d'une blessure crée un STOP BRUTAL pouvant engendrer une perte de repères.

La manière d'être au monde du sportif de haut niveau, à base d'activités intenses participe à l'équilibre interne, à la sécurité de base et au bon déploiement de ses émotions.

Lorsqu'elle survient, la blessure vient faire effraction et peut produire une désorganisation, une discontinuité du flux existentiel, une rupture de la dynamique habituelle et une crise du « qui suis-je ? » par la mise à l'arrêt forcée du corps performant.

Mais la blessure peut être aussi un mal pour un bien, si ce moment de repli devient l'occasion de **PANSER** et de **PENSER** l'atteinte du vécu corporel et psychique et ses conséquences.



AVANT, PENDANT ET
APRES LA BLESSURE

SEPT ETAPES :
DE L'ÉPREUVE NEGATIVE
A L'EXPERIENCE POSITIVE

MENTALGO

www.mentalgo.fr

contact@mentalgo.fr

0608090661