



L'équilibre corps-esprit en thérapie pour adulte

Ces deux jours de formation visent à renforcer l'approche holistique des thérapeutes en intégrant la dimension corporelle dans l'accompagnement des patients pour dépasser les blocages du mental.

Dédiée à la prise en charge des adultes, cette formation se focalise sur les 3 dimensions tête-cœur-corps, le cerveau et sa biochimie des neurotransmetteurs ainsi que sur des pratiques simples pour promouvoir le bien-être grâce à la Médecine Traditionnelle Chinoise.

L'objectif global est de soutenir le travail d'accompagnement et favoriser une transformation durable des patients en considérant l'interaction entre le corps, le cœur et l'esprit par des propositions d'actions concrètes.

Professionnels concernés : Thérapeutes, Psychologues, Psychiatres, Médecins, Coachs, Cadres, Éducateurs, Infirmiers, Assistants Sociaux, Étudiants ...

Prérequis : Aucun

Objectifs:

- Soutenir la transformation des patients et améliorer leur bien-être par une prise en charge holistique (esprit, cœur, corps).
- Comprendre l'importance du corps et sa biochimie dans le processus thérapeutique à travers le prisme de la médecine traditionnelle chinoise.
- Apprendre des techniques pour intégrer la dimension corporelle dans le suivi des patients adultes.
- Acquérir une autre porte d'entrée vers soi que le mental quand le travail n'avance plus.

Programme détaillé :

Jour 1 : Intégration de la dimension corporelle et énergétique dans le travail thérapeutique

Matin : De la théorie – Les bases de l'approche holistique du bien-être

- Comprendre l'interconnexion corps-esprit, l'approche holistique.
- Qu'est-ce qu'on peut observer chez un patient quand le travail patine ?
- Les émotions et les expériences psychologiques s'expriment à travers le corps: l'éclairage de la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) dans ses approches scientifique et énergétique.
- Lien entre émotions et sensations corporelles.

- La théorie des 5 éléments comme grille de lecture: tous identique biologiquement, tous différent énergétiquement au regard de la MTC.
- Identification de l'énergie MTC nécessaire (auto-évaluation et découverte personnelle)

Après-midi : Approfondissement de la biochimie cérébrale et de son lien avec le corps

- Quatre médiateurs chimiques gouvernent l'équilibre physique et mental: fonctionnement cérébral, trajet de l'information et biochimie des émotions.
- Présenter les neurotransmetteurs principaux : dopamine, sérotonine, noradrénaline, GABA et leurs impacts sur le corps et l'esprit.
- Lien entre neuromédiateurs, troubles du corps et comportements associés.
- Axes de rééquilibrage bio chimique du cerveau à actionner: suppléments naturels et chimiques, alimentation (nutriments et acides aminés), mode de vie, environnement (ondes, pollution, métaux lourds, agressions...).

Jour 2 : Applications pratiques et questionnement chez le patient

Matin : Approfondissement des outils d'évaluation et de suivi

- Faire de leur corps leur allié bien-être
- Introduire l'application de ces concepts dans la pratique clinique. Réaliser une évaluation holistique de soi-même pour identifier les besoins énergétiques et corporels.
- Évaluer ses états émotionnel, physique et mental actuels, ainsi que les habitudes de vie associées (sommeil, alimentation, gestion du stress).

Après-midi : Identifier l'énergie nécessaire chez le patient

- Appliquer la théorie des 5 éléments et des neurotransmetteurs dans un cadre thérapeutique pour aider à identifier les besoins énergétiques du patient.
- Synthétiser les apprentissages.
- Échanges sur l'intégration des outils dans la pratique quotidienne.
- Retour d'expérience et clôture de la formation.

Sous réserve de modifications

Moyens pédagogiques :

- Pédagogie interactionnelle et participative : le participant est au cœur de sa formation
- Démonstration, jeux de rôles
- Vidéos
- Fiches pratiques

Sera remis aux participants :

- **Manuel PDF** avec résumé des techniques et conseils pratiques.
- L'ensemble des documents de formation (présentation power point, articles, vidéos ...)
- Une attestation de suivi de formation

Evaluation :

Les participants seront évalués tout au long de la formation et devront répondre à un quizz de fin de formation.

Formatrice :

Guillemette DESTORS LEPELLETIER est la fondatrice du centre de coaching thérapeutique amaOrire. Elle a publié de nombreux articles pour Grandir Autrement, magazine d'éco-parentalité. Guillemette propose un accompagnement à la naissance de vos projets qu'il s'agisse de maternité physiologique, de projet professionnel ou de vous-même, tout simplement.

Formée en naturopathie, médecines chinoises, mémoire cellulaire, kinésiologie et autres thérapies métaphoriques, au centre de sa proposition, il y a toujours le corps: le corps et ses métaphores pour qu'il soit votre allié, votre curseur ou porteur de vie. Depuis plusieurs années, Guillemette forme les professionnels de la périnatalité, du para-médical, de la relation d'aide et de l'énergétique tant pour comprendre l'impact des empreintes pré et post-natales que pour gagner en expertise sur vos accompagnements grâce au coaching métaphorique® dans une approche holistique.

Format : classe virtuelle via ZOOM .

Dates et Tarifs : consulter notre site www.oyaformations.com

Durée : 9h / 12h30 – 13h30/17h, soit 7 heures de formation par jour

Renseignements et inscriptions : contact@oyaformations.com