



Corps et émotions: prendre soin de la personne en la sensibilisant à la gestion de son corps et de ses émotions – outils concrets pour améliorer la qualité de vie

Les jeudi 2 et vendredi 3 juin 2022, de 9 h à 16h

« Quand on cesse de reconnaître ses émotions, on cesse de comprendre le sens de ses expériences. » ; Nathaniel Branden.

Nos sens et nos émotions sont deux éléments de notre constitution humaine qui restent bien souvent relativement facilement contactables même dans des états pathologiques.

Comment pouvons nous en faire des alliés thérapeutiques ? Nos sens peuvent être considérés comme nos portes d'accès au monde extérieur, nos outils corporels de perception.

Nos émotions peuvent être considérées comme nos outils de ressenti, nos réactions spontanées à ce que nous percevons via nos sens.

En quoi ceux-ci peuvent ils être des aides thérapeutiques pour apaiser, soulager, ... ou dynamiser, positiver, ... ou encore comprendre et donner du sens?

Objectifs de la formation

- Découvrir et explorer des pistes de sensibilisation et d'ouverture de la sensorialité et de la corporalité.
- Découvrir et explorer des pistes de sensibilisation et d'ouverture à l'émotionnalité.

- Découvrir et explorer des sens subtils tels que intuition, imagination, conscience, inspiration ...
- Découvrir et explorer l'intelligence émotionnelle.

Méthodologie

- Mises en situation avec divers médias d'expression.
- Feedback et théorisation.
- Réflexion à partir de cas pratiques.

Public-cible

Tout professionnel de la relation d'aide souhaitant mieux comprendre l'expression des émotions et l'expression du corps.

Formateur

Francis Debrabandere : Ergothérapeute et musicothérapeute, ayant essentiellement pratiqué en institutions de santé mentale (public adulte et enfant), également impliqué dans des contextes pédagogiques et culturels ; formateur et superviseur en art-thérapie et musicothérapie. Passionné de sons, rythmes et voix... et intéressé par l'humain et les pistes menant au « mieux-être » que ce soit à un niveau individuel ou sociétal.

Tenue souple demandée ainsi que matelas de camping ou natte, coussin et couverture

Lieu et adresse de la formation

Centre Hospitalier Psychiatrique Saint-Bernard
Rue Jules Empain 43 - 1170 Manage

Renseignements

Sandrine Molitor - molitors@helha.be - - 0477/ 563 257

Inscriptions uniquement en ligne

<https://cermed.helha.be/>

Date limite d'inscription 18 mai 2022

Prix 160EUR* – Min:12/Max.20participants

N° de compte

IBAN BE31 0689 3723 6255 - BIC GKCCBEBB
Du CeREF-SANTÉ.

Communication

F20-2022- Nom, Prénom

*Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.

Cette formation est reconnue par le SPF Santé Publique au titre de formation continue pour l'octroi du complément fonctionnel aux cadres des services de santé.