



Hapticity & Movement for Emotional Regulation in Trauma Therapy



FORMATION SOMA-EMBODIMENT

avec Dr Sônia Gomes (BRA) et Claudia Studer-Wild (CH)

QU'EST-CE QUE SOMA-EMBODIMENT® ?

Conçu et développé par Sonia Gomes, PhD, **SOMA-Embodiment** offre des compétences de diagnostic, des outils de toucher et de mouvement, ainsi qu'un éveil haptique pour transformer les traumatismes émotionnels, développementaux et de choc.

Le programme de formation **SOMA-Embodiment** a été repensé à partir de son prédecesseur **SOMA**. Il inclut les aspects techniques de l'intégration structurelle et du mouvement du Dr Ida Rolf, ainsi que la fonction tonique et l'analyse du mouvement d'Hubert Godard. **SOMA-Embodiment** est imprégné de la compréhension psychophysiolologique des traumatismes du Dr Peter A. Levine, soutenue par la théorie polyvagale du Dr Stephen Porges et les contributions de la psychologie écologique du Dr James Gibson. Les travaux d'Henri Wallon, Donald Winnicott et André Bullinger façonnent également le programme.

ZENTRUM FÜR INNERE ÖKOLOGIE | CENTRE POUR L'ÉCOLOGIE INTERIEURE

Freischützgasse 1 | CH- 8004 Zürich | info@polarity.ch | www.polarity.se | +41 (0)44 218 80 80



On parle de traumatisme lorsque l'organisme subit une immobilisation due à une surcharge provoquée par des événements mettant en danger la vie de l'individu, tels que l'abandon, le rejet, la violence physique, émotionnelle, sexuelle ou la non-violence. Les traumatismes liés au développement, la négligence des soignants, l'exposition à des situations de honte et d'humiliation, les catastrophes naturelles causées par l'homme ou la nature, entre autres. Le sentiment de menace peut provenir de sa propre perception sensorielle, que la source soit extérieure ou intérieure. Il peut en résulter une peur et une boucle d'émotions ce qui exerce une forte pression sur le cerveau supérieur, qui s'éteint. Le corps ne peut plus être disponible et la dissociation a lieu.

Dans tout type de traumatisme, il y a une rupture de la coordination sensorimotrice. L'effet du stress/de la menace sur le développement du cerveau peut commencer avant la naissance et cette rupture peut se produire à n'importe quel stade du développement humain. Le nouveau-né est immergé dans un état de fluidité plurisensorielle. Le monde des formes se constitue à travers la relation et la coopération des sens qui sont organisés par le mouvement. La perception haptique nécessite leurs interactions avec les autres sens. Longtemps avant la naissance, ce processus actif construit la matrice neurosensorielle initiale et flexible à laquelle tous les autres sens sont tenus de se rattacher en tant qu'exigence à vie pour la vie. La perception haptique remplit des fonctions psychologiques multiformes dans tous les règnes et à tous les stades de la vie.

Contenu de SOMA - EMBODIMENT



Du point de vue phylogénétique et ontogénétique, le sens du toucher joue un rôle central par rapport aux autres sens. Il permet la conscience de l'environnement et la conscience de soi, même chez un sujet qui est activement engagé, que ce soit inconscient ou conscient. Nous travaillons dans le but de transformer la perception de l'environnement intérieur de l'environnement extérieur par les sens. Ensuite, on peut être en mesure de développer une relation plus saine dans la vie.

La physiologie de l'attachement est en fait la même que la physiologie de la menace et du stress liée à l'interoception et à l'image corporelle. Par conséquent, avant de renégocier le traumatisme, le corps a besoin de trouver une stabilité physique. Le traumatisme dans le contrôle du système gravitationnel est un système préventif pour une meilleure fonctionnalité idéale du mouvement, car le traumatisme crée une inhibition de l'expression émotionnelle.

Les praticiens de **SOMA-Embodiment** aident les clients à re-naviguer le territoire du traumatisme en portant attention au système nerveux social (Porges) et à la rééducation du mouvement (Godard, Rolf) pour restaurer la stabilité physique, la

perception et la proprioception. Les praticiens titrent la libération de l'énergie et des schémas liés au traumatisme pour optimiser la fonction physiologique, l'orientation et la résilience du client (Levine), ce qui se traduit par une plus grande capacité d'action personnelle, de relations appropriées, de facilité et de joie.

Pour travailler avec des clients traumatisés, les thérapeutes doivent proposer leur propre incarnation comme modèle. Cette présence incarnée permet aux clients de re-naviguer en toute sécurité sur le territoire du traumatisme. Un état de présence et d'orientation qui permet à la fois la relaxation, la vigilance et la conscience.

Dans chaque module la formation SOMA crée une métacommunication avec la théorie et la pratique de tous les sujets du diagramme ci-dessus. Elle encourage le participant à accroître sa capacité à identifier la mémoire traumatique immature et à trouver le bon outil et le bon soutien pour que le client accède au mouvement naturel du corps afin qu'il puisse trouver une issue, une réponse complète.

SOMA propose aux participants des protocoles de soutien et d'orientation qui favorisent la réorganisation structurelle, facilitant l'orientation du corps par rapport à la gravité et à l'espace. Il en résulte une perception et une proprioception restaurées, ainsi qu'une stabilité et un ancrage accrues - des conditions préalables à la négociation des traumatismes émotionnels. Les participants travaillent sur l'autorégulation et apprennent à utiliser la résonance et l'intuition avec plus de confiance dans leur travail avec les clients.

Le soutien et les liens de sécurité développés par SOMA aident le thérapeute à initier la libération du choc causé par le traumatisme; de cette façon, les clients peuvent prendre conscience et s'ouvrir aux sentiments et aux sensations qui étaient auparavant réduits au silence par la réaction de gel. Fixer des éléments de développement qui ne sont pas complètement matures peut conduire le corps du client à présenter un schéma postural défensif, révélé par des mouvements de développement précoce ou des attitudes émotionnelles qui fournissent des indices au thérapeute pour percevoir où et comment le corps, l'esprit et le système nerveux sont piégés dans la réponse de gel. Les participants apprennent à appliquer des procédures spécifiques à différents types de traumatismes, en apprenant à découpler les perceptions déformées des couches émotionnelles qui ont été intériorisées et réprimées dans le passé.

En explorant le système haptique, il est possible d'aider les personnes affectées par un traumatisme à sortir de leur environnement interne conditionné et à explorer par les sens les éléments de l'environnement externe. En touchant et en étant touché par le thérapeute en résonance mutuelle, un mouvement interne naturel de l'intelligence innée du corps est évoqué. Ainsi, il peut transformer les symptômes d'un choc ou d'un traumatisme chronique et/ou de maladies complexes comme des syndromes, des changements dans la physiologie du gel, inverser la maladie et passer à un OUI à son corps, un OUI à l'enfant intérieur et à la VIE.



Dr Sônia Gomes, BRA

Le Dr Gomes apporte à **SOMA-Embodiment** sa riche expérience clinique et pédagogique en tant que membre de la faculté Advanced SE™, psychologue clinique et praticien avancé du Rolfing structurel et de mouvement. Le programme complète le travail de l'expérience somatique du Dr Peter A. Levine, tandis que ses connaissances acquises au cours d'études supérieures dans plusieurs modalités de la psychologie du corps, et sa formation avec Hubert Godard ajoutent généreusement au contenu du programme. Son style d'enseignement dynamique et chaleureux complète la nature expérientielle interactive de l'environnement d'apprentissage de SOMA-Embodiment.

Le Dr Gomes est reconnaissant au Dr Urs Honauer, éducateur et formateur avancé en SE, qui l'a encouragé et lui a fourni la plateforme initiale pour développer SOMA et maintenant **SOMA-EMBODIMENT**.

Visitez la page d'accueil de SOMA : www.soniagomesphd.com

Claudia Studer-Wild, CH

Claudia Studer-Wild accompagne les gens dans son cabinet à Winterthur depuis 30 ans. Elle est inspirée par les rencontres personnelles et la nature. En tant que femme de famille expérimentée, elle a développé sa qualité et son expérience en travaillant avec des familles, des enfants et des adultes dans le cadre de diverses formations et formations continues : Kinésiologie (spécialisée dans le cerveau, LEAP) avec reconnaissance EMR selon le Dr Charles Krebs (D), Neurofeedback avec Peter van Deusen, HANDLE avec Judith Bluestone, SOMATIC EXPERIENCING avec Steve Hoskinson et **SOMA EMBODIMENT** avec Sônia Gomes.



La structure de la formation SOMA

Les étudiants de la formation SE™, les praticiens de la SE ou les professionnels qui travaillent avec le traumatisme sont les bienvenus dans ce programme. La formation demande une unité d'introduction de trois jours, qui sera suivie de quatre modules de quatre jours chacun.

SOMA - Programme de formation :

Introduction

- + Résumé des travaux de SE, théorie polyvagale, champ de gravité
- + Fonction tonique d'Hubert Godard
- + Base de la tridimensionnalité du corps physique
- + Fixation vs Inhibition
- + Quatre articulations de base du fondement (Godard)
- + Base de l'embryologie
- + Système haptique de Gibson
- + Système de perception
- + Toucher alpha et gamma
- + Respiration
- + Orientation (otholithes)
- + Présence
- + Exercices d'incarnation avec leurs protocoles d'intervention
- + vidéo des démos de Sonia ou des démos live de Sonia

Module 1

- + Traumatisme et menace, stress avant et après l'accouchement
- + Mémoire du traumatisme et système nerveux
- + Territorialité et système phorique en tant que territoire
- + Fonction tonique (Godard), Tonique/Posture (Bullinger)
- + Embodiment & Perception
- + 4 articulations fondamentales
- + Système vestibulaire & Organisation spatiale & Kinésphère
- + Otholithes, vergence et gravité
- + Fixation & Inhibition
- + Sécurité et traitement dans le développement précoce
- + Quand le système haptique est-il actif ou inactif ?
- + Respiration
- + Pratique
- + Démonstrations de traumatisme général, abus émotionnel + traumatisme incontournable
- + traumatisme à fort impact

Module 2

- + Territorialité et système phorique comme territoire
- + Sécurité et traitement dans le développement précoce
- + Autorégulation - États corporels
- + Interoception

- + Toucher et mouvement dans la guérison des traumatismes
- + Le mouvement comme composante de la posture (Bullinger)
- + Le maintien cherche une correction géométrique du corps: il crée une posture de défense
- + Comment déplier les blocages créés par le corps en cas de stress/traumatisme
- + Trouver le point „G”
- + Stabilité des muscles du tronc
- + “Spindle Activité” et maintenance du tonus musculaire
- + Procédures médicales
- + Traumatisme transgénérationnel
- + Démonstrations
- + Exercices d’incarnation (pratique)

Module 3

- + Développement psychomoteur
- + Réactions bio-comportementales des nourrissons et de l’attachement
- + Le fuseau neuromusculaire est l’endroit où la psyché rencontre le corps
- + Motoneurones gamma: une bonne plasticité est générée par le système gamma
- + Traumatismes pré-périnataux + difficultés de développement
- + Pratique des actes, du mouvement et du geste du souffle
- + Impact de la gravité sur les muscles de la respiration et comment la décompresser
- + Démonstration

Module 4

- + Attachement et fonctions toniques/émotionnelles/sensorielles selon Bullinger et Winnicott
- + La régulation émotionnelle et le système nerveux
- + Émotions de base et réactions ANS
- + Pratique des actes, du mouvement et du geste de la respiration
- + Impact de la gravité sur les muscles de la respiration : comment la décompresser ?
- + Fonctions toniques/émotionnelles/sensorielles selon Bullinger et Winnicott
- + Activité haptique permettant d'accéder aux muscles toniques et aux muscles stabilisateurs du tronc
- + État de flux
- + Traumatisme sexuel + traumatisme complexe
- + Syndromes/maladies
- + Diaphragme (approfondir)
- + L’attachement sain selon Maggie Kline
- + Démo