



SOMA – Toucher et mouvement

Cours d'introduction

avec Claudia Studer-Wild* (CH)



SOMA est une forme d'accompagnement moderne, innovante et intégrative pour les personnes de tout âge et se base sur des principes fondamentaux issus de la SOMATIC EXPERIENCING (SE), de la théorie polyvagale, de l'intégration structurelle selon Ida Rolf et de la formation par le mouvement (Hubert Godard). Ce cours d'introduction est une condition préalable à la formation SOMA de 16 jours. L'élément central du travail SOMA est l'augmentation de l'EMBODIMENT, la plus grande incarnation de chaque personne, quel que soit son destin.

L'embodiment est un aspect essentiel de la résolution d'émotions longtemps contenues, de blessures et de traumatismes physiques ou d'expériences accablantes. Dans le contexte de

sur elle-même, comprendre à nouveau les limites des autres personnes en matière de relations affectives et sociales. Pour les spécialistes SOMA, la perception de l'espace et du corps sont les

Être profondément connecté aux processus et impulsions internes permet une expression réelle et authentique.

l'approche SOMA, l'embodiment est défini comme „la perception consciente d'états corporels par le biais de sensations cohérentes et fluides dans le processus continu du mouvement“.

Grâce à cette connexion profonde avec les processus et impulsions internes, une personne peut mieux exprimer ses capacités authentiques. Elle peut exprimer ses capacités, reconnaître ses limites individuelles et, en apprenant

conditions d'un champ de changement et de mutation. Les anciens schémas peuvent ainsi être dissous et modifiés au niveau physique, émotionnel, social et comportemental, ce qui permet de renouveler fondamentalement la perspective de la vie et de ses défis.

Du point de vue de la SOMA, la condition préalable à la guérison des anciennes blessures et à une meilleure autorégulation interne est une

DATE:

du 27 au 29 mars 2026

HORAIRES : 10.00 – 13.00 et
14.30 – 17.30

COÛT : Fr. 720.-

LIEU : Lausanne

LANGUE :

Anglais (avec traduction en français)

GROUPE CIBLE :

Thérapeutes psychocorporels, corporels, du mouvement et des traumatismes, ainsi que le personnel médical et psychologique spécialisé.

CONDITIONS DU COURS :

L'inscription écrite au moyen du talon ci-dessous est obligatoire. En cas de désistement jusqu'à 21 jours avant le début du cours, des frais administratifs de 100 francs sont dus. En cas de désistement moins de 21 jours avant le début du cours, la totalité des frais de cours doit être payée. Ceci est également valable en cas de maladie. Si une personne peut être remplacée, ces frais sont supprimés. L'assurance est l'affaire des participants.

meilleure stabilité. Cette stabilité doit pouvoir se construire dans le corps. SOMA propose des moyens innovants et puissants pour y parvenir.

Par le biais du toucher et du mouvement, SOMA vise une dissolution bien intégrée des inhibitions et des

manière créative et saine. La grande complexité inhérente à l'interaction entre le corps, l'esprit et le cerveau est mise en évidence et reconnectée dans la SOMA. Par le biais des changements initiés, la SOMA aspire à une nouvelle attitude face à la vie, dans laquelle l'intégrité corporelle, le fait d'être re-

confiance, sont des valeurs centrales et de nouvelles formes d'expression.

Les outils et les formes d'accompagnement présentés dans le cours d'introduction et approfondis par la suite dans la formation SOMA sont des possibilités sans jugement de valeur pour la pratique clinique. La dissolution de blocages émotionnels cachés, car longtemps maintenus en profondeur, est un élément essentiel de ce travail fascinant. Elle s'adresse en premier lieu aux thérapeutes psychocorporels, aux thérapeutes des traumatismes, aux thérapeutes du mouvement et aux thérapeutes corporels, ainsi qu'aux personnes issues des professions médicales et psychologiques.

La reconnaissance des limites individuelles et l'apprentissage de soi sont des facteurs centraux pour des changements fondamentaux.

blocages portés auparavant en soi. La levée de tels freins et scénarios d'urgence permet une nouvelle orientation dans la vie externe. Lorsqu'une personne a subi un grave traumatisme, a été atteinte d'une maladie insidieuse ou a dû vivre dans de mauvaises conditions, le corps de cette personne s'est adapté de manière adaptative à ces possibilités limitatives. La SOMA vise un changement physiologique profond dans le système humain, qui ouvre également de nouvelles portes en ce qui concerne l'état psychologique et émotionnel.

Un corps mieux irrigué sur le plan énergétique et physiologique n'atteint pas seulement une plus grande fonctionnalité, il a aussi soudain de toutes autres possibilités de s'exprimer de

lié à soi-même et à tout ce qui nous entoure, ainsi qu'une nouvelle expression de soi, empreinte de clarté et de

** 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 et Marcelo Muniz.*

Avec la kinésiologie et le neurofeedback, elle a développé son expertise sur le thème du „cerveau“. Grâce à des formations complémentaires, elle a développé sa sensibilité au travail corporel et sa compréhension du système nerveux selon la théorie polyvagale du Dr Steven Porges. Avec SOMA, elle guide les participants vers une présence et une intuition incarnées par le toucher et le mouvement.



Inscription : Je m'inscris obligatoirement, conformément aux conditions mentionnées ci-dessus, au cours d'introduction « **SOMA – TOUCHER ET MOUVEMENT** » avec Claudia Studer-Wild du 27 - 29 mars 2026 :

Nom: Prénom:

Rue: Numéro postal / Localité:

Téléphone: Mobile:

E-Mail:

Lieu / Date: Signature: