

PSYBAY  
LEARNING CENTER

## WEBINAIRE DE FORMATION CONTINUE

### "Place du corps dans la thérapie : Aspects théoriques, clés pour la pratique et regards socio- anthropologiques"

#### CONTEXTE

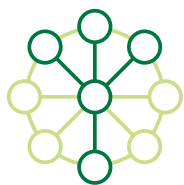
Dans l'histoire des idées, corps et esprit ont tantôt été considérés comme une totalité indivisible, tantôt comme deux entités à étudier séparément. Ces deux points de vue font encore actuellement l'objet de débats.

En parallèle au débat théorique, de multiples approches dites psychocorporelles ont vu le jour afin de déterminer dans quelle mesure le ressenti corporel peut aider à mieux appréhender l'activité mentale et inversement, quels impacts nos pensées peuvent-elles avoir sur le fonctionnement de notre corps.

Ce webinaire a pour but de donner des pistes de réflexion sur les fondements théoriques de la relation corps-esprit et sur les besoins auxquels peuvent répondre les approches psycho-corporelles.

#### OBJECTIFS

- Connaître les différentes visions du corps à travers le temps et les cultures.
- Obtenir des clés pour la pratique quotidienne en termes d'indications et de contre-indications thérapeutiques.
- Mieux comprendre l'engouement des approches psycho-corporelles au sein du public et leur représentation dans les cultures européennes et extra-européennes.



**PSYBAY**  
LEARNING CENTER

## PLAN DE FORMATION

### **Première partie** (Caroline Nizard)

Cette conférence permet de retracer l'histoire du corps depuis Platon jusqu'à aujourd'hui et de montrer les évolutions de conceptions du corps dans la médecine, puis dans les thérapies plus contemporaines. Deux conceptions du corps se sont toujours opposées au fil de l'histoire : une vision dualiste où le corps s'oppose à l'âme (ou à l'esprit) et une vision unifiée perçue aujourd'hui comme holiste.

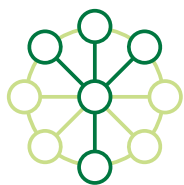
Ces conceptions du corps ont donné naissance à la fin du XIXe siècle à plusieurs notions qui sont toujours d'actualité. Ainsi, cette conférence permet de mettre au jour les principales notions employées par la psychologie, la philosophie, les sciences cognitives et les sciences sociales autour du corps : le schéma corporel, l'image du corps, la corporéité, les techniques du corps et la conscience corporelle.

### **Deuxième partie** (Dahlila Spagnuolo)

Notre corps est un outil très précieux qui nous renseigne sur nos blocages émotionnels afin de guérir notre psyché. Grâce aux méthodes psychocorporelles comme la relaxation musculaire, la cohérence cardiaque ou à l'imagerie mentale, il est possible de faire le lien entre corps et esprit. Elles permettent également d'accéder à des informations cachées dans l'inconscient et de les faire remonter vers l'intellect. Au travers de respirations ou de mouvements spécifiques, il est possible de libérer les charges émotionnelles et les tensions accumulées.

### **Troisième partie** (Caroline Nizard)

Le yoga et la méditation prennent une place grandissante dans la société, tant à titre de loisir, de bien-être, qu'à titre préventif voire de soins de support lors de maladie. Cette conférence abordera notamment les questions suivantes : pourquoi ces méthodes connaissent-elles un tel engouement ? A quels besoins répondent-elles ? S'agit-il de méthodes de bien-être, préventive ou thérapeutique ? Existe-il des contre-indications à ces usages ?



**PSYBAY**  
LEARNING CENTER

## INTERVENANTES

### **Caroline Nizard**



Caroline Nizard est docteure en anthropologie de l'Université de Lausanne et spécialisée sur les méthodes psychocorporelles (yoga et méditation). Son ouvrage *Du souffle au corps. Apprentissage du yoga en France, en Suisse et en Inde* a mis en lumière les pratiques contemporaines autour des questions de l'apprentissage, du corps, du souffle, du bien-être, de la santé, de la sportivisation, de la spiritualité. Plus récemment, elle travaille sur la méditation dans le cadre de la réhabilitation oncologique et la réinsertion professionnelle.

### **Dahlila Spagnuolo**



Dahlila Spagnuolo est psychologue FSP. Elle utilise les méthodes psychocorporelles comme l'hypnose, l'imagerie mentale ou la respiration holotropique dans son cabinet à Fribourg. En parallèle, elle est assistante doctorante en psychologie clinique et de la santé à l'Université de Fribourg et écrit sa thèse sur les expériences extraordinaires (état mystique, sortie de corps, transe chamanique...). Elle propose également des stages d'écopsychologie au centre de psychologie de la santé.

## FORMAT

- 3 séquences audiovisuelles enregistrées et disponibles en permanence
- Chaque séquence dure entre 45 et 60 minutes
- Espace de ressources documentaires
- Attestation de formation continue
- Disponible sur plusieurs interfaces (ordinateurs, tablettes, smartphones)

Détails, extraits et procédure d'inscription :

<https://psybay.ch/presentation-place-du-corps>