



SOPHROTHERAPIE ET PSYCHOSOMATIQUE

Vers une psychosomatique existentielle

Pour qui ?

Sophrologues diplômés et étudiants en formation à la sophrologie

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire, des concepts et des pratiques sophrologiques

Séminaire : STPS

Durée : 2 journées

Date : 7 et 8 mars 2026

Enseignant :

Gérard THOURAILLE - Philosophe de formation - Kinésithérapeute - Sophrologue

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Présenter les approches psychosomatiques
- ▶ Sensibiliser à la dimension existentielle de la sophrologie
- ▶ Présenter la psychothérapie existentielle

CONTENU

Notions de psychosomatique

- ▶ Les précurseurs
- ▶ L'école de Chicago
- ▶ L'IPSO
- ▶ L'alexithymie
- ▶ La pathologie psychosomatique
- ▶ Le saut du psychique dans le somatique

Vers une psychosomatique existentielle

- ▶ La totalité concrète du sujet
- ▶ Le sens existentiel du symptôme
- ▶ Pratique en contexte psychosomatique

Champ psychocorporel et ressources du sujet

- ▶ Le champ sensoriel du sophronisant
- ▶ La concentration
- ▶ Parole et logos
- ▶ Illustration pratique

Des psychothérapies de l'existant

- ▶ La Daseinsanalyse
- ▶ La Gestalt-thérapie

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

La « phéno-attitude » du sophrologue :

- ▶ Accueil et primauté du vécu
- ▶ Attitude d'*epochè* et liberté intérieure
- ▶ Le sens de l'alliance

MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Cette formation alterne apports théoriques et illustrations pratiques.