

# Lire et comprendre les messages du corps

**Durée:** 20.00 heures ( jours)

## Profils des stagiaires

- Particulier souhaitant en apprendre plus sur les messages de son corps.
- Professionnels du bien-être souhaitant approfondir leurs connaissances.
- Professionnels de santé souhaitant élargir leurs champs de vision.

## Prérequis

- Aucuns

## Objectifs pédagogiques

- Découvrir les dernières avancées scientifiques sur l'influence des émotions dans le corps.
- Apprendre à comprendre les différentes correspondances entre les messages du corps et les émotions.
- Analyser les soucis de sommeil du point de vue de la médecine chinoise.
- Savoir mener une anamnèse pour vous permettre de mieux comprendre et cerner vos patients/clients.

## Contenu de la formation

- Les racines psycho-émotionnelles de la maladie
  - La connexion corps-esprit
  - L'impact de la vibration
  - Le corps et les émotions
- À l'écoute du langage du corps
  - À l'écoute de vous-même
  - Mieux se comprendre et comprendre les autres
  - Coté droit, coté gauche du corps
  - Observations générales du corps
  - Sens et symbolisme de vos rondeurs et de vos formes
- Correspondance émotions-corps
- Décryptage de votre sommeil
- Mener votre anamnèse
  - Qu'est-ce que l'anamnèse?
  - Avantages d'une bonne anamnèse
  - Déroulement d'une bon entretien préalable à la séance
  - Fiche anamnèse
  - Guide de conversation en pleine conscience

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Audrey Besson

### Moyens pédagogiques et techniques

- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports.

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.