

# IFS Somatique

## Un chemin pour entrer dans le territoire du corps-esprit

L'IFS somatique offre un chemin pour entrer en toute sécurité dans le riche territoire du corps-esprit grâce aux pratiques de conscience, respiration, résonance, mouvement et toucher appliquées au modèle IFS. Ces pratiques, nourries par d'anciennes traditions de guérison et enracinées dans les découvertes plus récentes des neurosciences, ont pour base l'unité inhérente du corps, de l'esprit et de l'âme. Elles invitent à une intimité plus profonde avec notre famille intérieure incarnée afin de restaurer l'expression la plus complète du Self incarné et de libérer le corps pour qu'il soit une source d'inspiration et un réceptacle pour l'Esprit.

Cet atelier expérientiel propose une immersion dans des pratiques somatiques pour que les participants incarnent leur famille intérieure grâce à des expériences guidées, des démonstrations en direct et des expériences en petits groupes.

Des présentations didactiques, des discussions et des pratiques en petits groupes permettront de développer et de renforcer les compétences pour intégrer plus complètement les aspects somatiques dans le modèle IFS.

- Faites l'expérience de chacune des pratiques somatiques de l'IFS et comprenez comment elles contribuent de manière interdépendante à la restauration de l'énergie du Self incarné.
- Comprenez les différentes façons dont les parties utilisent des symptômes, des structures, des processus et des mouvements du corps pour faire leur travail et pour raconter leur histoire.
- Utilisez des pratiques somatiques spécifiques pour identifier, être témoin et décharger les fardeaux psychobiologiques individuels et sociétaux que sont les traumatismes et la négligence.

**Du mercredi 22 mars au dimanche 26 mars 2023**

**Prix : CHF 1'125,00**

(p/jour CHF 195,00 formation + CHF 30,00 café, thé, snacks et repas de midi)

Le séminaire est ouvert à toute personne ayant suivi le Niveau 1 IFS

Traduit de l'anglais en français

Lieu de formation:

« La Rouvraie » - 2022 Bevaix (près de Neuchâtel) - SUISSE

[www.larouvraie.ch](http://www.larouvraie.ch)



**Susan McConnell**, MA, CIFST, CHT, formatrice senior pour l'IFSI (IFS Institute), enseigne l'IFS aux États-Unis et dans le monde entier depuis 1997. Elle a créé et développé le Somatic IFS (IFS somatique), point culminant de sa passion pour l'intégration de processus non verbaux et de pratiques spirituelles à la psychothérapie. Elle est l'auteure de "Somatic Internal Family Systems Therapy : Awareness, Breath, Resonance, Movement and Touch in Practice".

Susan propose des retraites, des formations et des consultations axées sur l'incarnation du système intérieur dans le corps qui sont d'intérêt pour tous les problèmes cliniques.