

Formation 1 jour – Acouphènes & Thérapie Somato-Émotionnelle

Comprendre, accompagner et apaiser les acouphènes par le corps et l'émotionnel

Durée : 1 jour (7 heures)

Public : thérapeutes du corps et de la relation d'aide

Présentation

Les acouphènes sont souvent vécus comme un symptôme déstabilisant, envahissant, parfois angoissant, pour lequel les patients se sentent démunis.

Cette formation d'**une journée** propose une approche **somato-émotionnelle** des acouphènes, permettant au thérapeute de comprendre :

- le lien entre stress, émotions retenues et système auditif,
 - le rôle du système nerveux autonome,
- l'impact des tensions corporelles, posturales et émotionnelles,
- la manière d'accompagner le patient **sans danger, sans promesse excessive, et avec respect.**

L'objectif n'est pas de « faire disparaître » l'acouphène, mais de **modifier la relation du patient au symptôme**, d'apaiser le système, et parfois de réduire l'intensité ou l'envahissement.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la journée, les participants seront capables de :

- Comprendre les **mécanismes somatiques et émotionnels** liés aux acouphènes
- Identifier les **facteurs déclenchants ou aggravants** (stress, trauma, surcontrôle, fatigue nerveuse)
 - Différencier acouphènes organiques, fonctionnels et somato-émotionnels
 - Explorer le rôle du **système nerveux autonome**
 - Mettre en place un **cadre thérapeutique sécurisant**
 - Utiliser des **outils somato-émotionnels adaptés**
- Accompagner le patient dans une **régulation émotionnelle corporelle**

Programme de la journée

Matin – Comprendre et poser le cadre

| Bases cliniques et somato-émotionnelles

- Rappels essentiels sur les acouphènes (sans entrer dans l'audiologie technique)
 - Approche biomédicale vs approche somato-émotionnelle
 - Le système auditif et le système nerveux autonome
 - Stress chronique, hypervigilance, suractivation sympathique
 - Acouphène comme signal d'alarme du système

| Lecture corporelle et émotionnelle

- Zones corporelles fréquemment impliquées :
 - crâne, ATM,
 - cervicales,
 - diaphragme,
 - axe crânio-sacré,
 - ceinture scapulaire
- Peurs, colère contenue, chocs émotionnels, surcharge mentale
 - Notion de saturation sensorielle
- Comment écouter l'histoire émotionnelle sans interprétation

Pause déjeuner

Après-midi – Pratique somato-émotionnelle et clinique

13h45 – 15h15 | Outils somato-émotionnels adaptés

- Installer la sécurité (primordial)
- Travail de présence et de ralentissement
- Toucher doux, contenant, non intrusif
 - Régulation du système nerveux
- Travail sur la respiration et le diaphragme

- Diminution de l'hypertonie et de l'hyper-vigilance
 - Accueil des émotions associées (sans catharsis forcée)
-

| Mise en pratique guidée

- Séances en binômes supervisées
 - Lecture globale du système
 - Ajuster la posture du thérapeute
 - Savoir s'arrêter avant la surcharge
 - Reconnaître les signes de trop-plein
-

| Cas cliniques & intégration

- Études de cas réels
 - Points de vigilance (quand ne pas intervenir)
 - Travail en complémentarité avec le médical
 - Acouphènes et limites de l'accompagnement
 - Communication claire avec le patient
-

Cadre et éthique

Cette formation insiste sur :

- la **non-promesse de guérison**
 - le **respect du parcours médical**
 - la complémentarité thérapeutique
 - la sécurité émotionnelle et neurologique
 - la régulation plutôt que la stimulation
-

Pour qui ?

- TSE
- Ostéopathes
- Thérapeutes manuels
- Psychopraticiens
- Sophrologues, praticiens corporels

Informations pratiques

- Durée : **1 jour (7 h)**
- Format : théorie, pratique, supervision
 - Groupe limité
- Support pédagogique remis

Ce que le thérapeute retire de cette journée

- Une lecture plus fine et plus sécurisée des acouphènes
 - Des outils concrets utilisables dès le lendemain
 - Une posture thérapeutique plus juste
 - Une meilleure compréhension des limites
 - Une capacité à accompagner sans aggraver

Conclusion

Les acouphènes ne sont pas simplement un bruit :
ils sont souvent le reflet d'un système saturé, en alerte.

Cette formation propose une approche humaine, mesurée et respectueuse,
pour accompagner les patients vers plus de régulation, de stabilité et parfois d'apaisement.