



Le regard que je me porte. ●

Formation

Rencontre avec soi

L'Art-Thérapie et le rapport au corps

À propos

- En quoi ça consiste
- La théorie / La pratique
- Objectifs
- Programme et contenu
- Prérequis
- Formatrice



© 2024 par s.r. All Rights Reserved

“Se regarder voir ... et se voir regarder...”

En quoi ça consiste?

Quel impact le regard peut-il avoir sur le corps d'un individu?

A travers l'élaboration d'une création personnelle, nous allons observer quels sont les blocages et les comportements qui se sont créés et ancrés dans notre corps.

Ce processus de créativité vous guide vers un changement positif, vers des prises de conscience et vers la résolution de certaines difficultés.

Trouver un regard bienveillant, écouter ses désirs, ses besoins, ses émotions, se sentir libre d'être soi, partir à la recherche d'une relation d'amour avec soi, sont les objectifs de cet atelier.



© 2024 par s.r. All Rights Reserved

**Comment je me vois ?
et comment les autres me voient ?**

La théorie

Des notions théoriques indispensables sont abordées pour mieux comprendre les enjeux psychiques et corporels.

Ainsi que quelques concepts du point de vue psychanalytique en lien avec la thématique.



La pratique

La démarche artistique

Consacrée au processus d'élaboration et de création, grâce à l'utilisation des outils d'Art-Thérapie.

Créer ce que je vois de moi avec le dessin, la peinture, tout le nécessaire de récupération, décoration... (Une liste est remise à chaque étudiants avant le stage).

Des étapes de création accompagnées successivement par la formatrice, avec des retours à la parole.

Le but est de créer de l'espace, ce qui va permettre d'agir et d'être dans l'approuvé.



Objectifs

- **Acquérir des bases théoriques et pratiques de la psyché et du corporel**
- **Processus d'élaboration et de créativité**
- **Concevoir un atelier en fonction du public et de la pathologie**
- **Analyse de la demande**
- **Définir le cadre thérapeutique**
- **Mise en place de protocole, mise en pratique.**

“Image de soi(e)”

****Cette formation ne délivre pas le titre d'Art-Thérapeute.***

Programme et contenu

4 jours de formation en présentiel

Validation après QCM / mise en pratique / implication personnelle durant les 4 jours

De 9h à 13h et de 14h à 16h

En semaine ou week-end selon planning

Stage essentiellement pratique



- **Jours 1 et 2 et 3 : Théorie et pratique**

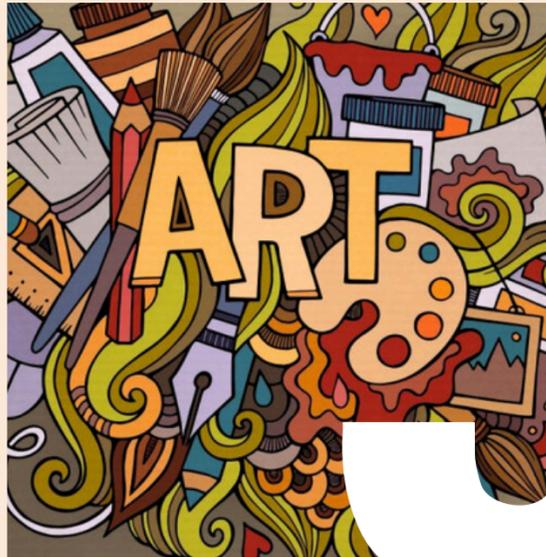
- 3 jours consacrés à l'apprentissage sur le thème du rapport au corps
- Implication personnelle à travers les exercices proposés
- L'éprouver, au cœur du stage
- Création personnelle autour de l'image de soi
- Approche théorique et pratique
 - l'image du corps
 - l'image de soi
 - le regard
- Apprentissage des exercices seul, en duo et en groupe
- Concevoir un atelier avec les outils d'Art-Thérapie
 - Collage, peinture, dessin, écriture...
- Créer sa boîte à outils
- Approche thérapeutique et pédagogique
 - Concevoir une consigne claire
 - Gestion du temps, alliance thérapeutique, définir son cadre
- Les champs d'application en fonction de son public et des pathologies.
- Mise en situation

- **Jour 4: Evaluation**

- Validation
- Concevoir son propre atelier
- Simulation
- Pratique individuelle
- QCM
- Retours individuels

PRÉ-REQUIS

Pratique artistique



Avoir une pratique artistique est un plus à la formation.

Public concerné



Art-Thérapeute, Sophrologue, Psychologue, Personnel médical, paramédical, éducateur, toute personne désireuse d'intégrer l'art-thérapie dans sa pratique professionnelle.

Moyens pédagogiques



**Niveau bac requis
Entretien avec la formatrice au préalable
Apport et support pédagogique remis à chaque étudiant.
Mise en pratique.
Matériel à prévoir
Échanges.
qcm + attestation de formation**

Modalités



**formule solo (groupe)
1 jour : 280 €
2 jours : 500 €
4 jours : 980 €
(voir offre duo)
Paiement en amont obligatoire
En présentiel
En semaine ou week-end.
Selon l'agenda
Demander un devis**

“La lampe du corps c'est l'oeil.”



Sabrina Rodrigues

**SOPHROLOGUE / ART-THÉRAPEUTE RNCP
PSYCHO ANALYSTE CLINICIENNE
HYPNOSE ERICKSONIENNE
MAÎTRE ENSEIGNANTE REIKI
PRESTATAIRE DE FORMATION**

NDA : 93061117106

06.13.55.14.37 / sabrina.therapeute@gmail.com

SIRET : 840 036 016 00029

Formatrice

Aujourd'hui en tant que formatrice, je suis spécialisée dans la notion du corps et ses impacts sur le psychisme.

Durant ces 4 jours, je vous accompagne et partage mon expérience.

Je place au centre de mes ateliers la bienveillance, le respect et le non-jugement.

Profitez de ce stage pour éprouver ce qu'il se passe au niveau de vos émotions et de votre corps.

Je vous souhaite une belle découverte.

Sabrina