

PROCESSUS CORPOREL

(Niveau I)
29, 30 MARS
2025



L'objectif de ce séminaire sera de développer la conscience de nos ressentis corporels en relation. Affiner cette conscience permet de la rendre plus présente dans la relation thérapeutique. (Nous nous appuierons sur les propositions de Ruella Frank autour du développement corporel de l'enfant)

Les mises en conscience

- La conscience des ressentis sera développée de 2 manières :
 - A partir de temps d'attention au corps, nous explorerons les ressentis et mettrons en conscience ce que mobilisent ces ressentis
 - A partir d'exercices corporels permettant de conscientiser notre capacité d'aller vers, de donner, de recevoir, les fondements de notre sécurité intérieure.

Les intentions

- Identifier les intentions à partir des mouvements intérieurs et des émotions qui leurs sont liées: qu'est-ce qui motive mon désir d'approcher ou de m'éloigner ?
- Développer l'écoute des ressentis de celui qui me fait face et l'empathie dans la capacité d'aller vers.
- Développer la capacité de co-construire la relation à travers l'écoute corporelle.

Dates : 29, 30 mars 2025

Tarif : 320 €

Lieu : Institut grefor 9 rue de new York Grenoble

Formatrice : Claudie BERTRAND
06 81 63 67 23

Un entretien téléphonique est nécessaire avant toute inscription.