



Séminaire Psychothérapie à 29 au 31 Aout 2024

Description

Les turbulences de la vie, les bousculements sociétaux actuels, le rythme de vie toujours plus accéléré, l'envie d'une vie plus saine et joyeuse, nous invite aujourd'hui à tenir compte de l'espace et du contexte de vie dans lesquels nous évoluons.

L'Écothérapie propose que les espaces naturels (Nature et Environnement) occupent une place centrale dans l'accompagnement thérapeutique ou relationnel. Une logique d'accompagnement et de développement personnel qui ouvre sur la rencontre de trois acteurs : Client - Accompagnant - Nature.

Une rencontre unique pour permettre que de puissants et durables changements voient le jour.

Si la souffrance conduit souvent vers plus d'immobilité, s'appuyer sur le « médiateur Nature » ouvre de nouvelles perspectives de développement holistique, sensorielle et corporelle. Une occasion offerte de se relier directement au Vivant. Ce séminaire vous permettra de découvrir et de pratiquer avec l'environnement externe la Nature et d'appréhender la richesse de toutes ses spécificités sur le plan psychologique. Les professionnels pourront construire des accompagnements qui leurs ressemblent.

Une approche joyeuse pour soi et pour aider les autres, qui s'inscrit dans le courant de la psychologie transpersonnelle. Un moyen de soutenir cette précieuse relation entre l'Homme, le Monde et Plus Grand que lui.

Prérequis

- Aucun

Objectifs

- Aborder les principes et notions : projection, symbolisation, créativité, transitionnel, jeu
- Pratiquer des exercices d'autothérapie pour soi et/ou pour l'accompagnement
- Découvrir les liens entre fonctionnement psychologique et environnement naturel
- Construire des séquences de soin et des exercices basés sur l'environnement naturel

Contenu du séminaire

Jour 1 : Vous avez dit Autothérapie ?

- Notions fondamentales d'autothérapie
- Historique et évolution de l'approche
- Interconnexion entre soi, autres, monde, plus grand que soi
- Lien entre Nature et santé mentale vs bien-être
- Autothérapie et vision transpersonnelle
- Axes principales d'une séance en autothérapie
- Techniques de pleine Conscience et de pleine Présence
- Expériences sensorielles pour renforcer la connexion avec la Nature
- Temps de synthèse de la journée
- Temps de questions-réponses

Jour 2 : Accompagnement bien-être ou thérapie

- Analyse du fonctionnement psychologique pour choisir des techniques d'intervention
- Jeux avec les métaphores et des symboles liés à la nature
- Techniques de connexion avec la Nature pour accompagner des changements
- Outils de bien-être basés sur l'Espace Relationnel Extérieur (ERE)
- Outils d'activation et de transformation de soi
- Temps de synthèse de la journée
- Temps de questions-réponses

Jour 3 : Construire des séances d'autothérapie pour soi ou ses patients

- Construction et structuration des séances en extérieur
- Choix et pratique des exercices de bien-être et de changement en autothérapie
- Pratiques de méditation active avec la Nature

- Techniques de méditation et de gestion émotionnelle avec la Nature
- Réflexion sur le rôle, la posture et les interventions d'un coach thérapeute
- Récapitulatif des points clefs
- Questions-réponses complémentaires
- Bilan du séminaire

Le tarif de votre séminaire : 800 euros TTC

Comprenant :

- 3 jours de formation avec Guillaume Poupard (Voir programme ci-dessous)
- 3 activités complémentaires, en lien avec la thématique du séminaire
- Balade dans la nature environnante à l'exceptionnelle, Yoga Nature, et Art Nature thérapeutique
- 3 Déjeuners, 2 Dîners et collations
- Cuisine savoureuse, Équilibre, produits frais et locaux

N.B. : Les soins individuels sont en option et sur demande au tarif de 70 euros par séance (voir onglet « Activités »)

Conditions de réservation : 30% à la réservation, le reste payable sur place à votre arrivée le 23 mai. Possibilité de paiement en 4 fois sans frais par PayPal.

Informations importantes :

Séminaire sur 3 jours.

- stage non résidentiel. Choix d'hébergement possible chez nos prestataires aux alentours, en fonction de votre budget et goût : le camping [La Rivière aux Papillons](#) ou les chambres d'hôtes [les Milles Bottes](#) (tarif avantageux en spécifiant que vous venez pour le stage), mais aussi le [Gîte Les Hautins](#) ou le [Château de Rieucastel](#) dans le village, ainsi que le [Gîte l'Arénoulat](#) à Aspet et bien d'autres encore dans un rayon de 10 minutes autour du centre.
- Départ le dimanche à 18h
- Pour le respect du groupe et du stage, il est demandé de participer au stage du début à la fin
- Date limite de réservation: 15 août 2024

Des Questions ?

Pour toute information, questions, vous pouvez contacter Celine :

07 70 09 51 75

contact@aether-cagire.fr

Tags

1. ressourcement
2. Séjour Aether