

L'Analyse Psycho-Organique

L'Analyse Psycho-Organique est une méthode qui associe au travail psychique, le vécu corporel en y intégrant 3 dimensions essentielles de l'être : l'esprit, le cœur et le corps. Au travers d'outils spécifiques, elle permet au sujet d'explorer son mode intérieur pour renouer avec sa source de vie, alléger ses souffrances et se reconnecter à son être profond et authentique.

<https://analyse-psycho-organique.fr/>

Sabine Noël-Bocquillon



Analyste Psycho-Organique, j'exerce dans mes cabinets de psychothérapie à Lyon (69) et à Ambérieu-en-Bugey (01). Je suis membre de la Société Française des Analystes Psycho-Organiques (PSY APO) et de la FF2P.

Après un parcours très riche en entreprise, j'entreprends un parcours personnel puis professionnel en psychothérapie, j'ai une confiance profonde en la force de vie de chacun.

Tel : 06 95 77 62 27
Psy-sabinoel.com

Jennifer Sévenier

Analyste Psycho-Organique, membre de la Société Française des Analystes Psycho-Organiques (PSY APO) et de la FF2P, j'accueille dans mon cabinet à Lyon des adultes, adolescents et enfants.

Je les accompagne dans ce voyage intérieur, à la rencontre de leur monde interne, leurs émotions et de leurs désirs pour (re)trouver la liberté d'être soi.



Tel : 06 44 68 04 00
Jennifersevenier.com

EXPLORER SA COLÈRE ET PRENDRE CONFIANCE EN SOI

Du vendredi 21 mars 2025 14h
au dimanche 23 mars 2025 16h

*"La colère est nécessaire ; on ne triomphe de rien sans elle, si elle ne remplit l'âme, si elle n'échauffe le cœur ; elle doit donc nous servir, non comme chef, mais comme soldat."
Aristote*



Dans la région de Lyon,
Accessible en transport en commun depuis Lyon part Dieu

POURQUOI VENIR VIVRE UN STAGE SUR LA COLERE?

Dans nos sociétés occidentales, la **colère est souvent discréditée, dévalorisée**, mal perçue, jugée et parfois punie. Elle **mérite pourtant toute notre attention**.

« Sois sage », «sois gentil(le) », « ne te mets pas en colère »... Qui n'a pas entendu ses injonctions enfants ? Dès le plus jeune âge, on nous apprend à ne pas nous mettre en colère, à ne pas l'exprimer et donc à la garder à l'intérieur de nous.

Régulièrement confondue avec l'agressivité et la violence, qui elles sont destructrices, la colère est habitée d'une énergie forte et constructive.

Elle nous signale que nous avons des besoins non-satisfaits, il devient vital de l'explorer et l'éprouver pour se reconnecter à notre puissance intérieure.

A quoi sert cette colère ?

Poser des limites calmement, nous faire respecter, oser être nous-mêmes (sans se nier ou blesser l'autre), exprimer un désaccord, dire non, défendre nos valeurs, notre intégrité et notre espace...

La colère bien dirigée nous aide à nous affirmer dans vos choix.

A partir d'outils de l'Analyse Psycho-Organique : rêves éveillés et expérientiels organiques, nous vous proposons pendant ce stage résidentiel d'aller à la rencontre de votre colère, l'accueillir, l'écouter, la vivre, l'exprimer et la traverser. Dans un cadre bienveillant et sécurisant, nous vous accompagnerons dans **l'expression de vos émotions et de vos sentiments** retenus, enkystés dans le corps.

Faites confiance à votre colère. C'est en la contactant que vous contacterez votre force intérieure.

CONDITIONS :

Ce stage est proposé à ceux qui souhaitent vivre à la fois la richesse d'un travail psychothérapeutique en groupe et s'offrir un moment d'introspection dans un cadre unique.

Toute inscription nécessite un entretien préalable gratuit de 20' (présentiel ou visio).

PRIX DU STAGE : 330€ TTC

+ Prix de l'hébergement en chambre double + pension complète = **120 € TTC**
(autres options d'hébergements possibles, nous contacter)

Pour toute confirmation d'inscription, merci de nous faire parvenir un acompte de 120€ par chèque, espèces ou virement.(*Paiement en 3 fois possible*).

LIEU DU STAGE & LOGISTIQUE :



ABBAYE DE ST RAMBERT EN BUGEY

53 ROUTE DE BUGES - 01 230 ST RAMBERT EN BUGEY

Site accessible en voiture (55' de Lyon, 15' d'Ambérieu-en-Bugey) et en transport en commun. Les détails vous seront communiqués après votre inscription.

BULLETIN D'INSCRIPTION à adresser à :

Sabine Noël-Bocquillon – 18 rue Servient 69003 Lyon- Tél : 06 95 77 62 27
ou Jennifer Sévenier – 61 rue Garibaldi 69006 Lyon – Tél : 06 44 68 04 00

Nom :

Prénom :

Tel portable :

Email :

Je m'inscris au stage **Explorer sa colère et prendre confiance en soi**. Je verse 120 euros d'arrhes.

Date et signature, précédées de « lu et approuvé »