



PRESENTATION DU STAGE

1 jour

OSEZ ETRE VOUS-MEME DANS VOS RELATIONS

Par l'expression graphique

Objectifs du stage

- Libérer vos capacités relationnelles enfouies au tréfonds de vous
- Vous exercer à vivre harmonieusement avec les autres
- Trouver ou retrouver la joie de la rencontre

Déroulement de la journée

- Introduction au thème par le formateur ou la formatrice
- Expression créative libre
- Ecoute des œuvres et travail écrit
- Partage en groupe

Cadre pédagogique

Ce stage fait partie du cycle des formations « Approche de soi par l'expression créative », qui utilisent le dessin, la peinture, les formes, les couleurs et autres matériaux pour exprimer son vécu intérieur. Le but de cette approche n'est pas de créer une œuvre d'art, mais d'exprimer son ressenti intérieur avec le plus de finesse possible.

Cette approche créative est suivie d'un travail écrit. Chaque personne est invitée à accueillir le message que ses œuvres lui adressent sous forme de ressenti, d'intuitions, de sensations et de déchiffrer son contenu avec ses mots, ses expressions, ses images symboliques...

Cette double démarche - travail graphique et analyse écrite - confère à cet outil PRH une efficacité spécifique. Il est un moyen privilégié de connaissance de soi et de progrès sur son chemin de croissance.

Condition de participation

Vous pouvez commencer la formation PRH par ce stage. Il n'est pas nécessaire de savoir peindre ou dessiner.

Reconnaissance de la formation

Chaque participant, participante reçoit une attestation en fin de stage.

PRH - Personnalité et Relations Humaines - est une école internationale de formation pour adultes et jeunes adultes. Nous proposons une méthode simple et originale pour vous accompagner efficacement dans le déploiement de votre personnalité. Vous pouvez visiter notre site prh-suisse.ch