

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse aux femmes et aux hommes qui désirent mieux comprendre les enjeux développementaux chez l'adulte ainsi que les défis de croissance rencontrés au mitan de leur vie. Cette période féconde est un temps de transformation, une invitation au lâcher prise sur l'*Ancien* et à l'accueil du *Nouveau*. À la lumière des théories sur le développement de l'adulte et du mythe de Thésée à la rencontre du Minotaure, les personnes participantes seront conviées à explorer différentes facettes de leur vie. Cette démarche achemine les adultes qui, face au changement, recherchent la voie de leur sagesse et une connexion plus profonde avec leur savoir intuitif et leur Soi.

Objectifs

La démarche proposée allie une approche psychocorporelle à une pratique rituelle et symbolique. Elle invite et soutient les participants et participantes à prendre conscience des façons d'être qui ne conviennent plus et à accueillir les ressources qui émergent sous la poussée du processus d'individuation et de l'activation des défis psychosociaux actuels. Cet atelier se veut un temps d'introspection et d'écoute intérieure. Dans un climat d'ouverture et de respect mutuel, le groupe de croissance offre un lieu de réflexion et d'échanges avec d'autres adultes en cheminement.

Animation

Chantalle Tremblay est travailleuse sociale et psychothérapeute. Elle détient un doctorat en théologie pratique de l'Université de Montréal et sa thèse s'intitule : *Parcours vers la maturité, individuation et spiritualité des femmes au mitan de la vie. Réalisation et analyse d'une intervention de groupe psychocorporelle, rituelle et symbolique.*

Formée à la Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objet (PGRO) et à la Psychothérapie Corporelle Intégrée (PCI), elle pratique la psychothérapie depuis 1993. Dans le cadre de sa maîtrise en service social, elle s'est intéressée à la prévention du *burn out* et à l'apport des outils de la PCI à cet effet. Elle est formatrice en Psychothérapie Corporelle Intégrée, au Québec comme en Belgique. Elle est également chargée de cours en travail social à l'Université du Québec à Chicoutimi.

Depuis plus de 10 ans, elle anime des ateliers de développement personnel visant à soutenir les processus d'individuation et d'intériorité chez les adultes face aux défis et aux transitions qu'ils rencontrent au mitan de la vie. Sa pratique, auprès des individus et des groupes, privilégie une approche expérientielle qui tient compte du corps, du mental, de la psyché et de l'esprit (spiritualité).

Pour d'autres informations, visitez son site
www.chantalletremblay.com

Défis psychosociaux et spirituels au mitan de la vie



Atelier expérientiel et rite de passage

Animé par

Chantalle Tremblay Ph.D.
Travailleuse sociale et psychothérapeute

10, 11 et 12 novembre 2017

Centre de Santé Consciente
25, chemin Fleming
Lac Beauport G3B 2K

Thèmes

- **Perspectives théoriques** sur le développement de l'adulte
- Structure de vie, développement psychosocial et cycle de la vie
- **Construction sociale** du féminin et du masculin
- **Intériorisation des stéréotypes** sexuels
- **Concepts de la psychologie jungienne** : individuation – ombre – persona – inconscient collectif – polarités féminine et masculine – le Soi
- Défis psychosociaux et spirituels du mitan à la lumière de certains éléments du **mythe de Thésée** : l'archétype du héros, le Minotaure et le fil d'Ariane
- **Dimension de la spiritualité** contemporaine et amérindienne
- Exploration d'une nouvelle voie : **les défis psychosociaux et spirituels du mitan**

Groupe limité à 10 personnes

Volet expérientiel

- Exploration de techniques favorisant la présence à soi, l'enracinement et la conscience corporelle de son expérience
- Processus d'introspection et d'analyse réflexive sur différents aspects de sa vie
- Exploration du mythe personnel et des étapes de la maturité affective
- Exercices liés aux polarités féminine/masculine
- Ouverture à la dimension universelle des enjeux propres au mitan de la vie
- Exploration du sens de la spiritualité
- Partage à l'intérieur de cercles de parole
- Démarche qui s'apparente à un rite de passage favorisant une transition vers un changement souhaité

Travail préparatoire

Les personnes inscrites à cet atelier seront invitées à faire une réflexion sur les thèmes importants de leur vie actuelle. Une liste des choses à apporter (fournitures et objets symboliques) vous sera envoyée quelques semaines avant la tenue de l'événement.

Bienvenue à cet atelier !

Horaire et coût de l'atelier

Arrivée : 10 novembre à 14h00
Départ : 12 novembre vers 14h00
Atelier intensif incluant les soirées.

➤ Coût de l'atelier : 395 \$
Frais de gîte (en sus) : 165 \$ + tx
Hébergement en dortoir et six repas santé

Informations et inscription

- Chantalle Tremblay (418) 542-6800
chantalletr@videotron.ca
- Ludovique Dubourg-Larrivée (418) 802-1624
ludoviquedubourg@msn.com

Inscription effective sur réception d'un acompte de 150 \$.
Faire votre chèque à l'ordre de :
Chantalle Tremblay
3710 du Foulon, Jonquière (Qc) G7X 9Y7

