

# Atelier d'introduction aux outils de base de la psychologie corporelle intégrative (PCI)

**2 et 23 avril et 7 mai 2022**

Formation de 18 heures à raison de 6 heures par jour

La psychologie corporelle intégrative (PCI) propose des outils qui permettent de cultiver une meilleure présence à soi, d'intégrer des habiletés pour mieux gérer son bien-être dans son quotidien et de mieux comprendre la personne dans sa globalité (corps, émotions, mental, esprit) et en interaction avec son environnement.

## À qui s'adresse cet atelier ?

À toute personne désireuse d'acquérir des habiletés psychocorporelles pour son propre bien-être et/ou comme accompagnante à différents niveaux d'intervention.

## Objectifs :

- Initier les participantes et les participants aux notions et outils de base de la PCI
- Faire l'expérience des outils de base
- Sensibiliser les participants et les participantes à la dimension psychocorporelle de la PCI

## Contenu :

Les concepts de base de la PCI, la présence à soi, la présence à l'autre, la conscience corporelle, des techniques d'auto-ouverture et de respiration, les frontières, les stades de développement, l'agence et les styles défensifs

## Moyens pédagogiques :

Apports théoriques, pratiques en groupe, expérimentations et partages en groupe

Les participantes et les participants doivent se vêtir d'une tenue souple, apporter crayon et papier pour prendre des notes, un coussin, et le repas du midi. Ne pas oublier leur masque si la mesure est toujours en vigueur.

## Date, lieu et coût :

- Les 2 et 23 avril et 7 mai 2022 : trois samedis, de 9 h à 16 h, une heure est prévue pour le dîner
- La formation se tient au 1997, rue Davis à Jonquière, dans les locaux de Gym sur table Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Coût : 540 \$ (un reçu sera émis pour la formation professionnelle)

**Note :** Cet atelier est admissible à titre de formation continue pour les TS de l'OTSTCFQ

## Inscription et information :

L'inscription est effective sur réception d'un acompte de 140 \$. Faites parvenir un chèque (adresse postale : 1885 rue Powell Jonquière G7S 2Z5) ou un virement Interac avec mot de passe : pci. Le solde de 400 \$ sera payable au jour 1 de l'atelier. Pour plus d'informations, me contacter par courriel [chantalletr@videotron.ca](mailto:chantalletr@videotron.ca) ou au (418) 542-6800.

## Présentation de la formatrice :



Chantalle Tremblay, Ph. D., est travailleuse sociale et psychothérapeute. Formée à la Psychologie Corporelle Intégrative (PCI), à la Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objet (PGRO) et à l'Analyse Eidétique, elle exerce la psychothérapie depuis 1993 auprès des adultes et des couples. Outre un baccalauréat (UQO) et une maîtrise en travail social (UDM), elle détient un doctorat en théologie pratique (UDM) et sa thèse porte sur le parcours vers la maturité, l'individuation et la spiritualité des femmes au mitan de la vie. Depuis 2001, elle enseigne la Psychologie Corporelle Intégrative au Québec et en Belgique et elle anime des ateliers de croissance personnelle. Elle fait également de la supervision professionnelle auprès des travailleuses sociales et des travailleurs sociaux en pratique autonome.

