



Institut Français de Psychosynthèse



**QUE LE PRINTEMPS VOUS SOIT
DOUX ET STIMULANT !**

Vous avez remarqué? Le printemps, bien qu'un peu hésitant, est là. Les oiseaux chantent dès notre sortie du lit, le soleil lumineux, même si encore parfois bloqué par les nuages, nous donne une vigueur nouvelle, les gens en profitent pour se balader ensemble, le sourire aux lèvres.

C'est la douceur du printemps retrouvé : les beaux jours sont à portée de mains.

Le programme des mois d'avril et mai est également doux et tonifiant !

Pour mieux se connaître et partager avec l'autre, nous vous proposons 3 évènements en 3 dates :

- samedi 27 avril : Journée autour de l'image et du son
- lundi 6 mai : Premier atelier, gratuit, pour fortifier son estime de soi
- du jeudi 9 au dimanche 12 mai : Session résidentielle de l'IFP, une retraite guidée sur ce qui fait à la fois notre multiplicité et notre unité.

**JOURNÉE AUTOUR DE L'IMAGE ET DU SON
SAMEDI 27 AVRIL à l'IFP, Paris**

L'IFP vous propose une journée de rassemblement autour de l'image et du son le samedi 27 avril. C'est l'occasion, lors de cette journée ouverte à tous, de venir reprendre contact avec la psychosynthèse ou découvrir ses richesses.

Fidèle à la définition de la psychosynthèse selon Roberto Assagioli comme « une conception intégrale et dynamique de l'être humain », cette journée sera dédiée à l'exploration de notre imaginaire à travers nos sensations, nos émotions, nos images mentales et nos pensées.

Public concerné : Cette journée est ouverte à tous. N'hésitez pas à amener un.e invité.e pour lui faire découvrir la psychosynthèse.

De 10h à 12h30 : approche du symbolisme à travers du dessin

Le symbole a une place importante dans le travail psychosynthétique. L'image en tant que processus de communication permet de faire remonter des informations de l'inconscient. Et l'émergence de symboles à partir de nos expériences aide à l'intégration de notions parfois obscures à un niveau plus conscient.

Accueil à 10h00 autour d'un thé ou d'un café. Les anciens étudiants pourront partager leur expérience d'un dessin marquant réalisé lors de leurs années d'apprentissage. Puis Audrey, animatrice, proposera une visualisation collective menant à la réalisation d'un nouveau dessin qui fera l'objet d'un temps de partage du vécu.

De 14h30 à 16h30 : approche de l'imaginaire à travers une aventure sonore

Vincent, compositeur, travaille en modelant des sons enregistrés dans différents lieux et au cours de voyage (la ville, la nature), accumulés puis transformés. Il crée un univers sonore original qui parle à notre imaginaire et incite à provoquer des images mentales.

Nous écouterons deux pièces sonores improvisées en direct d'une vingtaine de minutes chacune. Un échange avec le compositeur aura lieu après chaque écoute. Votre retour expérientiel, fait d'interventions libres et de questions guidées, viendra éclairer Vincent sur votre réceptivité aux compositions proposées. Chacun aura, de plus, l'opportunité de mieux appréhender le fonctionnement de son imaginaire grâce à cette expérience d'écoute unique suivie de l'échange avec le compositeur.

Chacun aura l'opportunité d'appréhender différemment le fonctionnement de son imaginaire grâce à ces deux expériences suivies des échanges avec le groupe et les animateurs.

Prix de chaque demi-journée : 10 euros. Inscription recommandée.

Inscription à la journée du 27 avril

L'ESTIME DE SOI

LUNDI 6 MAI 20h à 21h en visio

Au printemps, je ressens aussi le besoin de me fortifier, pour vivre pleinement et en toute conscience ma vie quotidienne.

L'estime de soi, c'est une porte à une relation plus authentique avec soi et à l'autre, et à l'ancrage d'un sens plus profond de la vie.

Pourquoi travailler sur son estime de soi ? Comment mieux faire face aux problèmes ? S'affirmer ? Mieux accepter le regard de l'autre ? ...

Ce premier atelier, gratuit, vous exposera les apports de la psychosynthèse au travers des questionnements, des réflexions et des exercices pratiques donnant des clés pour se sentir mieux avec soi-même.

Et puis, si vous êtes partants, 3 autres ateliers suivront pour renforcer l'estime de soi.

Public concerné : Toute personne curieuse de mieux se connaître

Quand : lundi 6 mai de 20h à 21h (gratuit)

Inscription à l'atelier du 6 mai



Avec Anne-Elisabeth
LOUBOUTIN

Praticienne en psychosynthèse et
animatrice de groupe

HARMONISER SES MULTIPLICITÉS
SESSION RÉSIDENTIELLE EN MAI

Le long week-end de l'Ascension se prête à nous retrouver lors d'une retraite guidée pour porter un regard bienveillant sur soi-même et les autres, et ce dans un cadre naturel et calme.

La synthèse est un vaste processus qui sous-tend toute notre pratique: que ce soit pour trouver l'harmonie au sein de nos rôles (subpersonnalités), établir l'équilibre entre deux polarités en vue de réaliser l'unité, ou encore réaliser l'alignement entre les différentes parties de l'inconscient.

La synthèse est également à trouver dans la dynamique du groupe, la relation dans le couple, entre amis, voire au niveau encore plus large.

Public concerné : les anciens et nouveaux élèves, les psychosynthésistes et toute personne ayant déjà une première approche de la psychosynthèse.

Inscription à la session
de mai 2024

Pour en savoir plus



avec Vincent Claessens

Praticien en psychosynthèse et en
massothérapie

POUR EN SAVOIR PLUS...

L'Institut propose plusieurs [articles](#) présentant l'approche psychosynthétique sur son site internet.

En voici quelque uns pour débiter :

- [La psychosynthèse : l'homme comme être bio-psycho-spirituel](#)
- [Topique de la psychosynthèse](#)
- [Résonances entre psychosynthèse et autres courants psychologiques](#)
- [Réalisation de soi et concept de multiplicité/unicité](#)



La newsletter vous plait ? N'hésitez pas à la transférer !

Et si vous souhaitez recevoir régulièrement les actualités d'IFP, inscrivez-vous :

[Je m'inscris à la newsletter](#)



L'Institut Français de Psychosynthèse propose des formations et activités pour découvrir et apprendre la psychosynthèse pour tout public. Si vous souhaitez en savoir plus, [contactez-nous](#).

La psychosynthèse est une approche de la psychologie qui intègre les dimensions émotionnelles, sensorielles, comportementales et intellectuelles dans une conception globale et dynamique de l'être humain.

Elle a été fondée par le psychiatre italien le Docteur Roberto ASSAGIOLI (1888-1974) au début du 20^{ème} siècle. Contemporain de Freud et Jung, il était chargé par Freud de diffuser la psychanalyse en Italie. Il décida ensuite de se démarquer de l'approche analytique pure pour créer sa propre approche de psychothérapie et de modèle psychique qu'il appela la psychosynthèse en 1926.

La psychosynthèse s'est depuis répandue dans le monde entier aussi bien en Europe (notamment le Royaume-Uni) qu'aux Etats-Unis, Australie, Canada ou Brésil.

Institut Français de Psychosynthèse

61 rue de la verrerie, 75004, Paris

ifp@psychosynthese.fr | 01 42 78 24 45 | www.psychosynthese.fr



Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

