

# Cycle de formation continue pour psychomotriciens

*Ouvert aussi aux professionnels impliqués dans l'accompagnement*



*psychomoteur*

Durée : 4 demi-journées (4h) de 14h à 18h

Lieu : 3090 Overijse (Terlanen) Abstraat 230 – Salle Creativita ([www.creativita.be](http://www.creativita.be) accessible en bus)

*4 ateliers expérimentiels pour renouveler sa pratique. Une formation qui allie évolution personnelle et efficacité professionnelle. Partant du concept de « la vivencia » : le vécu intense du moment présent issu de la pédagogie de la Biodanza, cette formation développe la compréhension intérieure et corporelle des différents concepts tels que la créativité existentielle, l'intégration identitaire, l'autorégulation et le feed-back. Ce qui permet in fine d'accompagner au mieux les personnes dans leur développement humain et de leur offrir une intégration plus harmonieuse de leurs trois centres (le centre mental, affectif et instinctif).*

## PROGRAMME

- Dimanche 8 mars 2020 : Créativité existentielle  
*De l'autorisation du jeu spontané à la sérendipité ... ou comment réveiller l'enfant intérieur pour développer sa légèreté vivifiante, son espièglerie et laisser son imaginaire déborder. Stimuler sa créativité en accueillant la nouveauté, l'heureux hasard.*
- Samedi 25 avril 2020 : Intégration identitaire  
*De l'émergence de l'assertivité au lâcher-prise confiant... ou comment oser être soi et s'affirmer clairement. S'accueillir avec joie et s'exprimer sans auto-jugement d'une part et d'autre part et être capable de lâcher son unicité pour se fondre dans l'appartenance aux autres, au groupe et à la vie qui pulse d'autre part.*
- 3eme date à déterminer en 2020 : Auto-régulation  
*De la capacité à sentir ses limites à la connexion à sa sensibilité... ou comment mieux développer sa conscience corporelle. Ressentir et entendre ses besoins, ses envies, ses incapacités pour agir en fonction de son centre vital. Arriver à ralentir pour développer plus de sensibilité à soi et aux autres et ainsi faire les bons choix vitalisant.*
- 4eme date à déterminer en 2020 : Feed-back  
*De l'expression de soi à l'écoute de l'autre ... ou comment entrer dans un dialogue*

*non verbal authentique avec l'autre. Sans mots et avec bienveillance : pouvoir écouter ce qui nous convient ou non et l'exprimer avec justesse et dans le respect mutuel.*

*... D'autres sujets peuvent être abordés, en fonction des besoins exprimés en formation.*

## **DEROULEMENT TYPE D'UNE APRES-MIDI :**

- **Introduction** du thème.  
Objectif : planter le cadre théorique de référence.
- **Expérimentation** personnelle et collective du thème par le biais d'une « vivencia d'intégration » : séquence de 10 à 13 exercices corporels en musique et en groupe qui s'enchaînent selon la méthodologie de la BIODANZA.  
Objectif : Investissement personnel et corporel dans le thème, y entrer avec sa subjectivité.
- **Pause café /thé** partage d'un moment de convivialité.
- **Meta-cognition** : relecture des exercices, danses et musiques ; partage des expériences, des ressentis de chacun. Objectif : appropriation et transfert dans sa pratique professionnelle.

## **PRIX & INSCRIPTION :**

60 euros p.p. par demi-journée (si moins de 10 personnes)  
ou 50 euros (si plus de 10 p. ou si inscription à 3 séances min.)

Minimum 5 et max 24 participants

Paiement IBAN : BE 96 0017 3138 2605 au nom de Sabine Houtman en mentionnant prénom + nom + psychomot 2020

## **FORMATRICE :**

**Sabine Houtman** est facilitatrice de Biodanza et didacte (formatrice de futurs facilitateurs), membre du cadre pédagogique de l'école de Biodanza de Bruxelles. Inspectrice de l'enseignement fondamental, Sabine accompagne et forme depuis des années des professeurs dans leur pédagogie ainsi que des personnes dans le déploiement de leur potentiel créatif. Elle s'est spécialisée dans les domaines suivants : la Biodanza pour enfants, pour couples et pour jeunes ainsi que l'estime de soi, les 4 éléments, les animaux, les dieux et déesses. Elle s'est également formée aux archétypes du voyage du héros ainsi qu'aux outils thérapeutiques « Narrative Sandplay Therapy » et « Voice Dialogue ».



**CONTACT** : [sabine.houtman@skynet.be](mailto:sabine.houtman@skynet.be) - 0476/56 78 73 -  
[www.creativita.be](http://www.creativita.be)