

APPROFONDIR LA DÉCOUVERTE DE SOI PAR UNE APPROCHE PSYCHOCORPORELLE

Stage de trois jours proposé par
Yves Gloaguen et Jean-Philippe Magnen

**21/22/23
MAI 2020**

7 avenue de l'Hôtel
dieu à Nantes

Notre intention

Au cours d'un stage de trois jours, nous vous invitons à une exploration de vous-mêmes sous différentes formes qui mêlent accompagnement corporel et accompagnement psychique.

A partir de pratiques issues de nos expériences respectives, nous vous proposons donc un parcours pour approfondir, en interaction, votre relation à vous-mêmes et au monde et vous (ré) approprier votre pouvoir d'agir dans la vie.

Renseignements (tarif, inscription...) :

jpm@jeanphilippemagnen.fr OU desemouvoir44@orange.fr

Un aperçu des pratiques sur lesquelles nous nous appuyerons :

Le Jeu du Roi/Reine (JDRR) consiste principalement en un jeu de rôle spécifique mettant en jeu le conseil d'un royaume imaginaire. Puissante métaphore pour révéler notre monde intérieur, il est aussi une invitation à prendre en compte les niveaux corporels, émotionnels et énergétiques dans l'appréhension des situations de vie rencontrées et des chemins de résolutions.

Les méditations actives : Ces méditations ont été créées spécifiquement pour l'Homme moderne car elles libèrent du stress, nettoient les émotions, calment le mental et permettent ainsi d'entrer facilement dans l'espace de méditation.

Approche d'une respiration active et dynamique : Celle-ci vise à permettre l'ouverture et le soutien d'un espace intérieur dans lequel chacun et chacune peut se mettre en mouvement, tant au plan corporel que psychique.

Mise en mouvement du corps : En lien avec la mobilité de la colonne vertébrale, axe fondamental du corps. Questionnement sur la "posture", le rapport aux autres et à l'espace environnant.

Qui sommes-nous ?



**Jean-Philippe
MAGNEN**

Je suis gestalt-thérapeute depuis 2007, certifié par l'Institut Nantais de Gestalt, reconnu par le collège européen de Gestalt-thérapie. J'accompagne des hommes, femmes, couples et familles lors de séances individuelles ou collectives.

Également animateur accrédité du Jeu du Roi/Reine © et dans le cadre de cette formation, formé en méditation, notamment les méditations actives que je pratique et développe aujourd'hui dans mes consultations, stages et ateliers.

Toutes ces dimensions mêlées dans un même « champ » m'amènent à me sentir aujourd'hui thérapeute psychocorporel.



**Yves
GLOAGUEN**

Je suis professeur de la méthode Pilates depuis 1979, formé par Jérôme Andrews (élève de Joseph Pilates) et certifié niveau 5 par le Pilates Center de Boulder (Colorado). Mon parcours est aussi ponctué par une formation en ostéopathie (École Atman 1989) et une formation en hypnothérapie (hôpital Lariboisière 1995). Après de nombreuses années de pratique et d'enseignement à Paris, j'ouvre en 2006 « de se mouvoir », mon propre studio Pilates à Nantes.

Ce long cheminement m'a amené à croiser la route de Jean-Philippe Magnen. De cette rencontre, a émergé cette envie de coconstruire un stage d'accompagnement psychocorporel en mêlant nos expériences et savoirs.