



***Françoise Poulnot***

**Praticienne en psychothérapie relationnelle  
Art-thérapeute**

**Diplômée du M.A.T,**

Mouvement d'art-thérapeutes

**Accréditée par la FFAT,**

Fédération française des art-thérapeutes

**Titulaire du SNPPsy,**

Syndicat national des praticiens en  
psychothérapie relationnelle et psychanalyse

**Accréditée par la FF2P,**

Fédération française de psychothérapie et  
psychanalyse

Née de l'approche émotionnelle et psycho-  
corporelle (rebirth, végétothérapie, apsyse...),  
ma pratique s'est enrichie d'autre regards (art-  
thérapie, psychodrame, transe) et se déploie  
aujourd'hui dans une vision existentielle de la  
personne, soutenue par l'exigence de  
l'éthique.

Depuis plus de quinze années, j'accompagne  
les personnes en travail individuel, en couple  
et en groupe, dans un souci de réconciliation  
avec soi même et d'ouverture au monde.

**45, rue Denon**

**71100 Chalons-sur-Saône**

**Tél : 03.85.93.28.13**

**francoise.poulnot@gmail.com**

*Le souci de l'humain, l'allègement de sa  
souffrance, le déploiement de son être et la  
libération de ses forces créatrices conduisent  
ma pratique.*

*Guérir ses blessures.  
Retrouver la confiance en soi et  
en l'autre. Explorer sa créativité.  
Accéder au sentiment d'unité.*



**Groupe**

**2015/2016**

**Psychothérapie**

**Art-thérapie**

avec

***Françoise Poulnot***

**Le groupe psychothérapeutique** est un puissant levier de changement car il accélère le processus individuel et intensifie ses effets bénéfiques. Il permet à chaque participant de dépasser ses peurs, faire évoluer l'identité intime, affirmer son existence, s'ouvrir aux autres et développer sa place dans le monde. Il se déroule dans un climat de respect, de liberté et de profondeur. Structurant et réparateur, il dynamise la fonction relationnelle. Le groupe crée une enveloppe symbolique étayante et protectrice dont chacun bénéficie dans son processus de développement. Différents outils seront utilisés en fonction de chaque personne et de l'évolution du groupe : rêve, végétothérapie, souffle....

**L'art-thérapie.** Nos travaux d'art-thérapie sont combinatoires. Ils s'appuient sur plusieurs médiateurs tels que peinture, écriture, danse modelage, masques... Chaque médiateur relie sans détour la personne à son potentiel créateur, ses forces transformatrices, et génère un regain d'estime de soi et de plaisir. L'art thérapie favorise l'exploration de nombreux niveaux de l'être : énergétique, expressif et créatif , émotionnel, corporel, imaginaire et symbolique...

**Les journées** sont ponctuées de temps solitaires, en duo, en groupe, de travail psychothérapeutique, art-thérapeutique, en salle et dans la nature, et de temps de parole.



Les participants sont engagés dans un ressort individuel et collectif . Soutenus par l'ensemble du groupe, ils osent relâcher les défenses, expérimenter et découvrir une nouvelle façon d'être.

Le groupe se compose de 6 à 8 participants et de la thérapeute.

**Lieu**

Résidence d'artistes « la turbine », moulin de Sampigny les Maranges 71150. 1/2 h de Chalon sur Saône et de Beaune, en pleine nature.

**Dates**

les samedi 19/09, 21/11 2015

16/01, 12/03, 28/05 2016

**Horaires**

9h30 à 18h 30

**Tarifs**

120€ la journée.

Inscription avant le 15/08/2015 :110€

**Apporter**

Une tenue chaude en hiver, souple et non salissante. Un repas à partager le midi.

**Conditions d'inscription**

Ouvert à tous après entretien avec la thérapeute. S'engager à respecter les règles déterminées par le cadre des groupes de psychothérapie, fournies à l'inscription.

Pour la cohérence du groupe, la participation aux 5 journées est demandée. Une absence est toutefois possible en accord avec la thérapeute. Il n'est pas nécessaire d'avoir une pratique artistique.

Lors de l'inscription un chèque d'arrhes de 100€ est demandé, non remboursable en cas de désistement 15 jours avant le début du processus.

L'accès au groupe est possible en cours d'année en fonction des places disponibles.

