

AVRIL 2007

mieux vivre sa vie

N°262-4€

PSYCHOLOGIES

WWW.PSYCHOLOGIES.COM

MAGAZINE

SONDAGE

Votez-vous
comme votre
famille ?

ÉDUCATION

Faites votre bilan
de parents

MINCEUR

Les massages
qui aident

SÉRÉNITÉ

Apprendre
à pardonner

PHILO

Le bonheur
d'être amis

LE DOSSIER

Emotions, tensions, douleurs, plaisirs...

Tout ce que nous dit notre corps

**Valérie
Lemercier**

"Je ne suis pas
bizarre. Je veux
être normale"

T 01751-262 - F: 4,00 €



Stages

■ La force de l'intuition

Depuis quelques années, le travail sur notre « sixième sens » occupe une place de plus en plus importante dans les stages de développement personnel. Pourtant, en France, peu d'animateurs et de formateurs en ont fait une réelle spécialité. Thérapeute certifiée en rebirth, en analyse transactionnelle et en programmation neurolinguistique (PNL), Vanessa Mielczarek enseigne le processus d'épanouissement de cette faculté présente chez tout être humain. Elle explique sa méthode dans *Coachez votre intuition* (Seuil, 2007), un guide qui fourmille d'exercices à pratiquer au quotidien. Dans le cadre de sa société, Union Formation, elle propose différentes formules de stages (deux jours, cinq jours, six jours...). Le prochain, « Découvrir la force de l'intuition », se déroulera dans le Var. Sur le même thème, elle donnera une conférence à Paris, à la librairie

Les Cent Cielis, suivie d'un stage de deux jours pour ceux qui le désirent. **Stage de six jours : du 16 au 21/4/2007, à Cogolin (83). Prix : 360 € (hébergement en sus). Rens. : 04 32 52 18 99 et <http://www.unionformation.com>**
Conférence : le 24/5/2007, à Paris. Prix : 10 €. Stage de deux jours : les 26 et 27/5/2007, à Paris. Prix : 160 €. Rens. : 08 92 33 07 27.

■ Comment se lancer dans un projet

C'est à un stage original que nous convient Claire Berthelin, praticienne en méthode Feldenkrais (qui vise à faire prendre conscience de son corps par les mouvements), et Luigi Ferrari, spécialisé en analyse transactionnelle et communication créative. Chaque participant vient avec un projet (créer une entreprise, sortir d'une situation difficile...), qui sera mis en scène en fonction des « états du moi » de l'analyse transactionnelle, joués comme autant de personnages de la commedia dell'arte. Ce travail, associé aux mouvements de la méthode Feldenkrais,

permettra de dénouer les blocages, de révéler les situations positives, de découvrir des ressources insoupçonnées pour résoudre ses problèmes... Limité à huit personnes. **Du 27 au 29/4/2007, à Ivry-sur-Seine (94). Prix : 150 €. Rens. : 01 46 70 82 52 et <http://www.mouvement-creativite.fr>**

■ Développer ses compétences

Psychologue, philosophe, spécialiste du zen, praticien en arts martiaux, Darrel Calkins anime des séminaires, stages et conférences à travers le monde depuis plus de vingt-cinq ans. Il a fondé la société CobaltSaffron, qui organise ses stages de développement personnel, dont le contenu est riche et varié : exercices de créativité, groupes de parole, gestion du temps, ou encore méthode pour découvrir ses talents cachés, fixer un objectif, développer ses compétences... Le prochain stage en France durera une semaine. **Du 22 au 29/4/2007, près d'Agen (47). Prix : 1750 € (hébergement et repas compris). Rens. : 05 81 45 00 56 et <http://cobaltsaffron.com/fr/about>**

Formations

■ A la découverte de la gestalt-thérapie

Conçue par Fritz Perls, psychanalyste allemand, dans les années 1950, la gestalt-thérapie est une méthode qui tend à unifier le fond et la forme de notre psychisme d'une façon globale. Pour nous permettre de découvrir ■■■

Et aussi

■ Les mots de la PNL

Jane Turner et Bernard Hévin donneront une conférence gratuite pour découvrir la programmation neurolinguistique. Fondateurs du centre de développement personnel et professionnel le Dôjô et auteurs du *Nouveau dico-PNL* (InterEditions, 2006), ils parleront de la méthode et de ses applications... **Le 24/4/2007, à 20 heures, à Paris. Entrée libre. Rens. : 01 43 36 51 32 et <http://www.jedojo.fr>**

■ Méditation bouddhiste

Le lama Sakyong Mipham Rinpoche, l'un des grands enseignants de la méditation bouddhiste tibétaine, donnera une conférence exceptionnelle à l'occasion de la sortie de son livre *Régné sur votre monde* (La Table Ronde, 2007). **Le 29/4/2007, à Paris, Maison de la chimie. Prix : 12 €. Rens. : 01 43 73 65 77 et <http://www.shambhala.fr>**

■ Appel à bénévoles

Suicide Ecoute est la seule association en France spécifiquement axée sur le suicide à répondre vingt-quatre heures sur vingt-quatre, sept jours sur sept, pour apporter une aide. L'association propose aux personnes qui le désirent de devenir écoutant après avoir suivi une formation dispensée par des professionnels. **Numéro national : 01 45 39 40 40. Rens. pour les bénévoles : 01 45 39 93 74 et <http://suicide.ecoute.free.fr>**

Colloque

Le sens de la vie

Organisé par l'association Présence, le colloque « Quel est le sens de ma vie ? Choisir ou subir... » accueillera des intervenants de renom tels que la psychologue Marie de Hennezel, le psychiatre Pierre Coret, les philosophes Bertrand Vergely et Pierre Rabhi, le sexologue Gérard Leleu, la psychanalyste Sophie Cadalen... Trois jours riches de conférences, tables rondes et ateliers pour trouver des éléments de réponse à cette question fondamentale.

Du 26 au 28/5/2007, à Devesset (07). Prix : 140 € (hébergement en sus). Rens. : 04 75 30 09 62 et <http://www.presence-ardèche.com>