

# Apprivoiser, transformer, accompagner la honte

## dans l'Approche Centrée sur la Personne

Séminaire résidentiel facilité par

Christine Loyon et Frédérique Rousseau  
Assistants : Fabienne Bordet et Alain Guichard

**22, 23 et 24 novembre 2024**

*"La honte consiste particulièrement à se cacher de soi. Nous cherchons à échapper à un regard inquisiteur, qui est certes le regard d'un autre, mais un autre tellement intériorisé que c'est soi-même jugeant soi-même et donc le condamnant." (Paul Ricoeur)*

*"Quel est le sceau de la liberté acquise ? Ne plus avoir honte de soi-même." (Friedrich Nietzsche)*

**Ce séminaire expérientiel est ouvert à toute personne qui, dans sa vie personnelle et/ou professionnelle, est ou a été confrontée à la honte. Ce sera aussi pour les praticiens de la relation d'aide et de la psychothérapie l'occasion d'explorer et d'approfondir la conscience de leur capacité d'accueil et d'empathie pour accompagner les personnes prises dans des comportements ou scénarios liés la honte.**

Ce séminaire propose d'explorer, de vivre et traverser ensemble dans un climat de sécurité :

- La rencontre et l'expression de sa propre honte
- Les origines, racines et ramifications de la honte
- La rencontre de l'autre aux prises avec sa honte
- Les sentiments, émotions, réactions en lien avec la honte
- La honte comme mode de survie et de protection
- Les chemins de transformation de la honte.

*"Dans les situations de conflit, il n'y a que deux choix fondamentaux : escalader ou désescalader... Les fonctions inhibitrices de la honte suggèrent que la honte fonctionne comme une stratégie défensive qui peut être déclenchée en présence d'une menace interpersonnelle." (Gilbert & Andrews, 1998)*

Nous espérons que chacun.e pourra ainsi percevoir et entendre ce que la honte vient ou est venue lui dire et lui apprendre de lui ou d'elle-même ainsi que de son histoire.

**Facilitation et groupe :**

Le séminaire sera cofacilité par Christine Loyon et Frédérique Rousseau avec un ou deux assistants selon la taille du groupe.

Les facilitateurs sont au service de l'apprentissage de chacun et s'engagent, par leur implication personnelle dans le processus de groupe, à apporter aux participants leurs compétences et leur soutien.

Ils ont une activité professionnelle dans l'ACP comme psychopraticiens, superviseurs et formateurs, et sont eux-mêmes engagés dans un processus de régulation et de supervision.

Groupe de 8 personnes minimum et 16 personnes maximum.

**Prérequis :**

Être en thérapie individuelle.

Pour les nouveaux participants une rencontre préalable avec un des facilitateurs est demandée avant inscription.

**Moyens pédagogiques :**

Grand groupe, exercices corporels, travail énergétique, expériences créatives, constellations et feedback.

**Date, lieu, horaires et durée :**

Séminaire résidentiel de 3 jours à La Maison de la Parole à Beaugency (Loiret).

Groupe de travail du vendredi 22 novembre à 10 h au dimanche 24 novembre à 15 h.

Le vendredi de 10h à 22h ; le samedi de 9h à 22 h et le dimanche de 9h à 15h.

Durée : 24 heures.

**Coût pédagogique :** 600 €

**Hébergement sur place :** 124,50 € en pension complète pour la durée du séjour (nuitée supplémentaire 25 € si arrivée la veille).

**Date limite d'inscription : vendredi 8 novembre 2024**

Réservation par ordre de réception des inscriptions : le contrat complété et signé, accompagné d'un chèque d'acompte de 300 € à l'ordre Christine Loyon ou Frédérique Rousseau sont à envoyer à :

Christine Loyon 76/78 rue Traversière 75012 Paris.

## Renseignements

**Christine Loyon** 06 20 44 03 88 cloyon@gmail.com

**Frédérique Rousseau** 06 84 50 91 61 frederique.rousseau@gmail.com