



## Atelier

### *"Jouons à écouter nos JE au service du NOUS"*

La parole émane de soi, de ses pensées, de ses représentations au monde. Le groupe lui est le monde, l'autre. Il y a donc une articulation entre sa réalité intérieure et les réalités des autres.

**Cet atelier est un groupe de paroles** où je propose avant de se lancer, d'aller à la rencontre de soi, de l'autre grâce à un temps d'échanges, de partages autour de : **« voilà qui je suis, voilà qui nous sommes ! ».**

L'intention est de se « débarrasser » des notions de jugement et des représentations pour laisser place à l'expression des vécus, des doutes, des parcours, en toute **liberté d'expression** avec **le respect de l'autre et de soi**. Ainsi, chacun peut être aligné entre sa pensée et sa parole au sein du groupe qui lui garantit la confidentialité des échanges et une écoute attentive.

Cet espace permet de tisser des liens dans un cadre qui se construit avec une **bienveillance collective**.

Après ce temps d'échanges et de partages, des thématiques ou des questions émergent du groupe comme par exemple :

La Différence, La sexualité, L'adolescence, La vie en communauté, La parentalité...

Ou des questions comme : C'est quoi être libre ? L'amitié existe t'elle entre un homme et une femme ? Religion et/ou laïcité ?

La mobilisation des ressources intellectuelles, psychiques de chacun.e permet d'appréhender autrement sa réalité.

Ce groupe de parole génère une **dynamique de groupe** qui peut amener à des changements dans les croyances et comportements pour les participant.e.s.

L'intention n'est cependant pas du tout d'avoir raison ou tort et encore moins de vouloir convaincre l'autre.

Les différentes expériences vécues par chaque personne du groupe viennent enrichir et ouvrir les possibles et permettre de développer sa créativité face aux situations exposées.

Le groupe de parole favorise **l'expression** : il s'agit d'une première étape pour atteindre une autre intention : celle de se sentir bien ou mieux avec soi, avec l'autre

**Organisation :**

Participant.e.s : 5 à 12 maximum.

**Lieu :** je me déplace en France, mais aussi dans les pays francophones et hispanophones :

**Les structures en France :**

- Les écoles de la 2<sup>nd</sup>e chance, les MFR, les lycées, les universités.
- Toutes les formations de jeunesse et d'éducation populaire. (BAFA/CPJEPS/BPJEPS/DEJEPS).
- Les centres sociaux et socio-culturels.
- Les théâtres, les bibliothèques.
- Les MJC.
- Les entreprises.
- Les lieux alternatifs et solidaires.

**Durée de l'atelier :** Une journée de 6 heures.

**Tarif :** 360 euros (60 euros/l'heure).

Hors frais de déplacements et d'hébergement

**Je vous propose de m'appeler pour échanger autour de ces conditions.**

Véro Martinez

06.63.08.81.13

vero.martinez87@gmail.com