

## **ATELIER. Les trois étapes initiatiques : le un, le binaire et le tiers**

Ces trois phrases racontent un chemin réalisé à partir de la naissance vers l'âge adulte permettant d'élaborer les complexités de l'existence et des relations privées ou sociales avec plus de maturité, de recul et de sagesse.

Cet atelier aborde les trois phases dites « orale, anale et génitale » qui forment un récit et des étapes dans le développement psychique, affectif et intellectuel d'une personne, À travers ce fil conducteur, nous pouvons reconnaître certains comportements et tendances, moïques, relationnelles et sociales, et des compétences qui se forment petit à petit.

Les connaître permet de mieux comprendre certains blocages dans la phase orale du « Un » (où toute frustration est insupportable et où un sentiment de toute puissance et d'impunité dominant) ou dans la phase anale du « Binaire » (où les affects et les pensées luttent avec une conflictualité dominant / dominé) pour entrer dans la phase génitale du Tiers où les aménagements relationnels et sociaux deviennent supportables, désirables et plus créatifs.

Cet atelier inclut des exercices de sophrologie (sensations et visualisations) permettant de mettre en mouvement le Tiers dans nos représentations psychiques, et de voir les troisièmes voies qui en découlent

**DURÉE** : Une demi journée (3 heures) ou une journée (6 heures), le contenu étant modulé en fonction du public présent et du temps. Un échange préalable avec les organisateurs permet d'adapter l'atelier au contexte.

### **PARTICIPANTS**

1/ Associations et professionnels du social, de l'éducation, du soin... qui travaille avec des groupes de personnes, enfants, jeunes, parents...

2/ Un groupe de jeunes, adultes... encadré par les professionnels qui travaillent régulièrement avec eux. Il s'agit alors d'une « formation » professionnels / jeunes (très intéressant pour développer une culture commune et s'écouter).

3/ Entreprises, comités d'entreprise, institutions...

4/ Tout autre lieu et contexte intéressés par les récits proposés.

**RENCONTRE PUBLIQUE** : Ce récit (condensé) est également possible sous forme de rencontre publique (entre 1h30 et 2h, avec échange avec le public).

### **FORMATION PROFESSIONNELLE :**

Si vous désirez inclure cette intervention dans une formation professionnelle que vous organisez, ou si vous désirez accueillir la série d'ateliers sous forme de formation professionnelle (entre 10 et 20 participants), [merci de m'envoyer un mail avec votre proposition.](#)

PS : l'ordre des ateliers peut changer en fonction du contexte et des besoins.

**LIEU** : Dans les lieux et structures qui en font la demande.

**COÛT** : coût de l'atelier ou de la rencontre + transport et hébergement (hors marseille). [Me consulter](#)