

ARC et découverte du Psychodrame

Venez expérimenter l'impact du psychodrame comme démarche de développement personnel et découvrez ainsi les leviers qui ont favorisé la création du modèle ARC.

Prochaine session

ARCP124 - Tarif particulier/non-marchand:: 185 €, Tarif entreprise:: 280 €

• 01/10/2024



Objectifs

- Expérimenter le psychodrame et ses effets en termes de développement personnel
- Identifier des ponts avec le modèle ARC
- Intérioriser la pratique des méthodes d'action avec l'éclairage du psychodrame

Contenu

Expérimenter les deux techniques principales du psychodrame :

- le **changement de rôle** ;
- le **doublage** dans un contexte de développement personnel.

Méthodologie

Dans un premier temps, les participants seront amenés à vivre une expérience de psychodrame.

Dans un second temps, il sera proposé de partager autour de ce qui aura été vécu et d'apporter des éléments méthodologiques permettant de faire des liens avec le modèle ARC.

