



■ Programme de la formation

④ Formation Art-thérapie

- Durée de la formation: 3 mois: 5 jours/mois
- Nombre d'heures au total : 94 heures

1^{er} mois

Lundi : 9 h à 12h

- Accueil des stagiaires qui se présentent et parlent de leur motivation.
- Des mots autour de l'art-thérapie d'éveil et du mandala créatif.
- Réalisation d'une œuvre collective spontanée où chacun prend librement sa place.
- Des mots autour du mandala collectif réalisé pour comprendre l'enjeu qui s'y joue et en saisir l'intérêt.

14 h à 18h

- Initiation au mélange des couleurs.
- Réalisation de la roue mandala des couleurs inspirée du cercle chromatique.
- Exercice de maîtrise des couleurs à partir des nuanciers de couleurs (celles qui ne figurent pas sur la roue des couleurs).
- Réalisation d'un nuancier de couleurs en forme de mandala, de façon libre et structurée.

Mardi : 9h à 12h

- La puissance symbolique du mandala en tant que vaisseau d'exploration de son univers intérieur.
- Réalisation de plusieurs peintures cathartiques, individuelles et collectives.
- Le souffle chaotique et le règne minéral. Comprendre cette première étape du processus créatif et sa correspondance sur le plan émotionnel (Lâcher prise, ancrage et engagement). Mandala intuitif et cathartique.
- Techniques de lâcher prise pour contacter en toute liberté son être créateur.

14h à 19 h

- Initiation aux techniques de base de la peinture acrylique adaptées au mandala créatif : les fondus, les dégradés, les aplats, les couleurs de transition et les différentes approches de chevauchement des couleurs.
- Exercices pratiques. Réalisation d'œuvres qui intègrent les techniques expérimentées durant les exercices.

Mercredi : 9 h à 13h

- Fonctionnement du processus créatif et ses mécanismes de blocage et de déblocage.
- Les étapes clés du processus créatif : Minéral, végétal, animal et humain.
- Comprendre ce qui se joue dans l'acte créatif.
- Réalisation de plusieurs mandalas liés à la compréhension libre du processus créatif et d'un mandala collectif.

Jeudi : 9h à 12h

- Le langage universel des couleurs
- Les symboles en tant qu'archétypes de l'inconscient. Comprendre le sens des symboles à partir de leur mouvement graphique.

14 h à 18h

- Autres techniques de peinture à l'acrylique adaptées au mandala créatif (peinture au couteau, au chiffon, sgraffite, tampon, éponge, pochoirs, etc..).
- Réalisation de plusieurs mandalas à la lumière des techniques transmises et d'un mandala collectif. (à finir chez

Vendredi : 10 h à 12 h

- Règne végétal. Mandala land'art réalisé en pleine nature. Comprendre cette deuxième étape du processus créatif et sa correspondance sur le plan émotionnel (Accueil, ressourcement).

14 h à 16 h

- Mandalas réalisés à l'atelier à partir d'éléments de la nature ramassés le matin.



Atelier RAYTH - Art-thérapie d'éveil et mandala créatif

Formations professionnelles

160 rue des lilas – 16700 LA FAYE ☎ 06 25 79 40 69 / 04 70 59 30 81

E-mail : atelier@rayth.fr - Site web : www.formation-art-therapie.fr

N° siret : 53742787400020



■ Programme de la formation

2^{ème} mois

Lundi : 9 h à 12h

- Apprentissage du dessin : Crayons divers (pastels, graphite, sanguine, mine de plomb, crayons de couleurs, etc..)

14h à 18h

- Réalisation de plusieurs mandalas graphiques.

Mardi : 9h à 12h

- Découverte des techniques mixtes adaptées au mandala créatif : dessin et peinture
- Réalisation de plusieurs mandalas en technique mixte (à finir chez soi).

14h à 19 h

- Découverte de nouvelles techniques mixtes adaptées au mandala créatif appliquées sur des supports variés tels que le bois, le tissu, etc...
- Réalisation de plusieurs mandalas à la lumière des techniques transmises

Mercredi : 9 h à 13 h

- L'étape de l'animal. Prendre conscience de la force animale qui agit en nous (instinct de survie, épreuves, exploration, agressivité, etc..). Comprendre sa correspondance sur le plan émotionnel.
- Réalisation d'un mandala animal. Mandala semi-structuré individuel et collectif. Mandala de protection (notion de territoire et de clan). Réalisation de plusieurs mandalas

Jeudi : 9h à 12h

- Découverte des différents types de mandala créatif : cathartique, intuitif, semi-structuré et structuré et leur champ d'application.

14h à 18h

- Réalisation d'œuvres individuelles associées aux types de mandala. (À finir chez soi)

Vendredi : 10 h à 12 h

- Voir et comprendre la peinture pour développer un regard artistique élaboré et apprendre à rendre son œuvre techniquement aboutie.

Vendredi : 14 h à 16 h

- Exercice pratique (à finir chez soi)

3^{ème} mois

Lundi : 9 h à 12h

- Étape de l'humain. Prendre conscience du sens de notre existence et de la responsabilité qui nous incombe à la lumière des données héritées du processus de la création dont nous sommes au sommet, à l'avant-garde.
- Comprendre cette quatrième étape qui est celle que nous traversons et qui se caractérise notamment par l'intelligence, la conscience, la communication, la relation, la solidarité, la responsabilité, le pouvoir créateur, etc.. Réalisation d'une œuvre individuelle et collective. Mandala structuré.

Lundi : 14 h à 18h

- Les techniques du mandala de collage
- La communication. Bienveillance sans complaisance = Authentique veillance. Communiquer et faire passer son message sans agresser, ni prendre un air trop contrôlé qui peut agacer. Communiquer naturellement(CNV).

14h à 18h

- Le mandala de guérison : réalisation d'une œuvre individuelle
- Des mots autour du processus de guérison dans la peinture en général et dans le mandala créatif en particulier.
- Comprendre le mécanisme binaire de la création. Pulsions de vie et de mort. L'amour et la peur.
- L'audace d'être soi

Mardi : 9h à 12h

- Comprendre le mécanisme de fonctionnement de la relation humaine.
- Le principe du vortex énergétique dans la relation.

14 h à 19h



Atelier RAYTH - Art-thérapie d'éveil et mandala créatif

Formations professionnelles

160 rue des lilas – 16700 LA FAYE ☎ 06 25 79 40 69 / 04 70 59 30 81

E-mail : atelier@rayth.fr - Site web : www.formation-art-therapie.fr

N° siret : 53742787400020



■ Programme de la formation

- La souffrance humaine est une réalité. Comment l'accueillir ?
- Techniques d'approche de l'accompagnement d'une personne ou d'un groupe

Mercredi : 9 h à 13 h

- Psychologie de l'espace d'expression
- Comprendre et voir le mandala créatif comme la carte géographique de notre univers

Jeudi : 9 h à 12h

- Approche analytique du mandala grâce à la roue *transpersonnelle* d'analyse
- Des mots autour de ses propres mandalas créatif à la lumière de la roue d'analyse.

14h à 18h

- Étape de l'éveil. Celle de l'accueil inconditionnel de son être créateur dans la pleine conscience et présence à la vie. Se sentir libre, responsable et en harmonie avec ses données, celles de l'Humanité et de l'Univers.
- Les potentialités d'éveil que recèle l'expression picturale dans le mandala.
- Réalisation d'un mandala d'éveil. Choix libre du type de mandala (spontané, semi-structuré ou structuré)
- Découvrir les étapes successives de développement du mandala créatif dans l'optique d'un travail évolutif suivi à visée pédagogique, thérapeutique ou de loisirs. Exercices pratiques
- Apprendre à cadrer et à mettre en situation de centrage une personne ou un groupe.
- Usage du mandala créatif dans les entreprises et établissements publics et privés, susceptibles d'être intéressés par l'outil.

Vendredi : 10 h à 12 h

- Techniques d'animation et de mise en situation d'une personne ou d'un groupe
- comment accompagner une personne ou un groupe ?
- Des mots autour des projets professionnels des stagiaires.
- Clarification de la démarche du stagiaire à la lumière de ses compétences réelles, pour évaluer ses potentialités réelles et lui permettre ainsi à prendre sa juste place.
- Démarches à suivre pour faire aboutir son projet.

14 h à 17 h

- Les stagiaires parlent librement de ce que leur a apporté cette formation.
- Réalisation d'un mandala collectif pour clôturer la formation.



Atelier RAYTH - Art-thérapie d'éveil et mandala créatif

Formations professionnelles

160 rue des lilas – 16700 LA FAYE ☎ 06 25 79 40 69 / 04 70 59 30 81

E-mail : atelier@rayth.fr - **Site web :** www.formation-art-therapie.fr

N° siret : 53742787400020