



Stage femme

Des outils pour développer l'énergie féminine

Sylvie SOLER

Paris – 8 au 11/10/2026

PRESENTATION

Quelle femme suis-je ? Quelle femme en moi s'est réalisée : la femme engagée, celle qui travaille, la mère, l'amante, l'artiste... ? Quelle femme est restée dans l'ombre ? Quelle partie de moi aspire à s'épanouir ? Ce stage est un espace pour s'arrêter, écouter et « faire l'état des lieux », entendre ce qui cherche à naître et à s'exprimer, libérer, nettoyer, faire le tri... C'est aussi une opportunité pour faire l'expérience de « la sororité » dans la communauté des femmes dont chacune a besoin pour se ressourcer et avoir du soutien. Nous utiliserons les outils de la biodynamique et la danse pour nous relier à la femme que nous sommes, et trouverons ensemble les rituels et pratiques pour maintenir ce lien dans notre quotidien.

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES A ATTEINDRE

- Connaître les bases de la théorie sur l'énergie féminine : ses particularités physiologiques émotionnelles et psychiques.
- Découvrir la notion de sororité (la communauté des femmes)
- Comprendre et explorer en pratique la théorie sur la relation mère-fille, la notion de « bonne mère » et la ligné des femmes.
- Connaître la théorie sur la sexualité de la femme et sur sa créativité.
- S'initier au travail thérapeutique sur les traumatismes sexuels et théorie.
- Appréhender et explorer la théorie de la « femme intuitive ».
- Pouvoir explorer, comprendre et sentir la femme unifiée (rassemblant toutes les facettes abordées dans le stage).

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

Public visé : Tout public majeur.

Prérequis et modalités d'accès :

La formation requiert une connaissance du vocabulaire dans le domaine de la psychologie et/ou une expérience dans le travail social ou familial et/ou le niveau bac.

CERTIFICAT :

Une attestation de formation précisant la nature, les acquis et la durée de la session sera remise au bénéficiaire à l'issue de la prestation.

PROGRAMME

S'agissant d'un stage basé sur l'expérimentation, le formateur sera susceptible d'adapter le programme ainsi que l'horaire pour tenir compte de la dynamique du groupe :

1er jour

- Accueil des participants-présentation-mise en relation.
- Théorie sur l'énergie féminine : ses particularités physiologiques émotionnelles et psychiques.
- Notion de sororité. La communauté des femmes.
- Exploration personnelle sur « la femme que chacune se sent être ».
- Expériences de sororité.

2ème jour

- Théorie sur la relation mère-fille et la ligné des femmes.
- Exploration du lien mère-fille (chaque participante sera amenée à explorer le rôle de mère et celui de fille et à travailler son processus personnel)
- Théorie sur la notion de « bonne mère » et mise en situation.

3ème jour

- Théorie sur la sexualité de la femme et sur sa créativité.
- Exploration des processus de chacune.
- Travail thérapeutique sur les traumatismes sexuels et théorie.

4ème jour

- Théorie sur la « femme intuitive ».
- Exploration de la « femme intuitive » pour chacune.
- La femme unifiée (Rassemblant toutes les facettes abordées dans le stage).
- Feedback du stage et clôture.

De plus, chaque journée comprendra :

- Des temps de mise en condition et d'échauffement.
- Des temps de feedback et de partage sur les expériences vécues.
- Des temps d'intégrations.

Pour cela les outils principaux utilisés seront la danse libre, le travail sur la voix, les massages et exercices biodynamique.

MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE

Ils s'appuient à la fois sur des démarches déductives et inductives :

- **Déductives** : les exposés s'appuient sur l'analyse comparée des modèles théoriques. Ils synthétisent une réflexion en amont, issue d'une question, de l'étude d'un cas ou d'une mise en situation. Ils traitent des aspects relatifs au savoir (définition, présentation de concept...).

Des exercices d'application sont également proposés, qui permettent par ailleurs une évaluation formatrice de certains concepts (présence thérapeutique, techniques psycho corporelles...)

- **Inductives** : pour permettre au stagiaire de s'approprier le contenu de l'action de formation, il est amené à découvrir par lui-même, à faire l'expérience de.

Ces démarches sont essentiellement utilisées pour les aspects liés à la mise en œuvre de nouveaux outils (écoute, reformulation, questionnement...). Elles sont basées sur des mises en situation et des jeux de rôle.

Moyens pédagogiques : Exposés sur Powerpoint, paper board, tours de table, jeux de rôles, mises en situation et expérimentation. Polycopiés, musique et matériel de dessin.

Moyens techniques :

- Salle équipée de matelas et chaises, paper board. Utilisation de matelas ou tables de massages pour les démonstrations. Utilisation d'un ordinateur et d'un vidéoprojecteur. Musique, matériel de dessin, planches d'équilibre, balles, masques, huiles essentielles, bandeaux, etc.
- Documents pédagogiques remis à l'apprenant ou l'apprenante sous forme de livret pédagogique.

Personnes en charge des stagiaires : Présence de 2 assistants, les noms vous seront communiqués ultérieurement.

Moyen d'encadrement :



Sylvie SOLER

Thérapeute psychocorporelle diplômée en Psychologie Biodynamique, superviseur. La question du lien a toujours été au cœur de son expérience, d'abord dans le domaine de l'enseignement et de la réinsertion, puis dans sa pratique psychocorporelle. Une présence chaleureuse, qui passe comme un rayon de lumière sous les portes et invite chacun à éclairer sa propre richesse d'être humain. Un enthousiasme sans cesse renouvelé reliant la légèreté à la profondeur, la lumière à l'ombre, l'amour au vivant.

Moyen permettant le suivi et l'appréciation des résultats :

Suivi de l'exécution : feuille de présence signée des stagiaires et du formateur par demi-journée attestation d'assiduité. Attestation de fin de formation.

Appréciation des résultats

Évaluation des compétences :

Verbale : en fin de stage.

Écrite : Compte rendu de stage, à remettre dans un délai d'un mois.

Organisation et fonctionnement de la formation :

Type de formation : Inter-entreprises

Nombre maximum de stagiaires : 24

Durée totale de la formation : 4 jours de 10h00 / 13h00 – 15h00 / 19h00.

Rythme : en continu

Hébergement : sur place et obligatoire, inclus au tarif.

Merci de préciser votre heure et jour d'arrivée et de départ au 04 67 22 40 50 ou par mail ecole@psychologie-biodynamique.com

Nourriture : repas assurés par un cuisinier sur place, voir Tarif Formation

Mode d'organisation pédagogique : Présentiel

Lieu de formation : En centre sauf sur demande contraire

DATES / HORAIRES :

1 stage de 4 jours sur Paris

Du jeudi 8 – (démarrage à 11h - Arrivée à **10h**) au dimanche 11/10/2026 (fin du stage à 17h)

HEBERGEMENT :

Hébergement et nourriture renseignement au 04 67 22 40 50 ou par mail : ecole@psychologie-biodynamique.com

Accessibilité personnes en situation de Handicap :

Si un aménagement est nécessaire, merci de nous contacter au 04 67 22 40 50 ou par mail : ecole@psychologie-biodynamique.com

ADRESSE du LIEU :

➤ CPBPL – 59 Boulevard de Ménilmontant – 75011 PARIS

TARIFS DES FORMATIONS Mars 2026		
Formation	Tarif	Conditions
1 ^{er} cycle : Hébergement résidentiel obligatoire inclus (1)		
Stage résidentiel 4 jours	690 €	Contactez-nous en cas de difficultés financières
Pack d'engagement sur 4 stages	620 € par stage	Soit 2480 € payable en six fois
Tarif fidélité	590 €	A partir du 5 ^{ème} stage
Tarif fidélité + et anciens étudiants	400 €	A partir du 8 ^{ème} stage ou anciens étudiants
Étudiants en formation	35 € selon places disponibles 220 € si quota atteint	S'adresser au secrétariat de l'Ecole
<p>(1) Les frais d'hébergement sont inclus dans le tarif. L'hébergement en chambre partagée, comme les repas en commun, permettent de construire la confiance organique dans le groupe.</p> <p>Pour les modules de 1^{er} cycle, + 117 € pour la nourriture sur quatre jours (l'hébergement est compris dans le prix de la formation). Prévoir 50 € supplémentaire pour le module sur le cheval. Les frais de repas, en plus, sont à régler sur place le 1^{er} jour du stage.</p>		