

Psychologue, art thérapeute et professeur de Biodanza



Une approche intégrative et vivante

Pour moi, le cœur, le corps et l'esprit sont intimement liés. Nos pensées influencent nos émotions, nos expériences s'inscrivent dans le corps et ce que nous ressentons colore notre manière d'être au monde.

J'envisage donc chaque personne dans sa globalité, avec son histoire, ses fragilités, ses ressources et sa singularité. Selon les besoins et la sensibilité de chacun, l'accompagnement peut s'appuyer sur la parole, la création, les images, les symboles ou des outils psychocorporels.

Accompagnement individuel pour adultes

PSYCHOLOGIE (séance d'une heure)

Je propose un espace d'écoute pour déposer ce qui pèse, mettre des mots sur son vécu et mieux comprendre ce qui se joue en soi.

Mes outils : analyse transactionnelle, communication non violente, programmation neurolinguistique – PNL, EFT – technique de libération émotionnelle, jeu du sable, psycho-tarot dans une démarche symbolique et non divinatoire, médiations artistiques et créatives, approches narratives et psychocorporelles.

PSYCHOTAROT (séance d'une heure et demie)

Approche qui utilise le langage symbolique des cartes comme support de réflexion et d'exploration intérieure. Contrairement à une démarche divinatoire, le psycho-tarot ne cherche pas à prédire l'avenir. Les cartes servent de **médiateurs** pour mieux comprendre ce qui se joue en vous, mettre en **lumière** certaines dynamiques inconscientes, **identifier** vos ressources et ouvrir de nouvelles perspectives.

Art-thérapie (ateliers réguliers en groupes)

Lorsque les mots ne suffisent pas, la création ouvre un autre chemin.

L'art-thérapie permet d'exprimer et de transformer ce qui est parfois difficile à raconter. Couleurs, formes, matières, collage, peinture, écriture ou images symboliques deviennent des supports d'exploration et de mise en mouvement.

Aucune compétence artistique n'est nécessaire. Il ne s'agit pas de produire une « belle œuvre », mais de laisser émerger quelque chose de soi dans un cadre libre, respectueux et sécurisant.



0491/14 44 69



emiliebuscema9@gmail.com



<https://www.emiliebuscema.be/>