

Se sentir désirable pour être désirant(e) : L'aide de la Photographie Thérapeutique

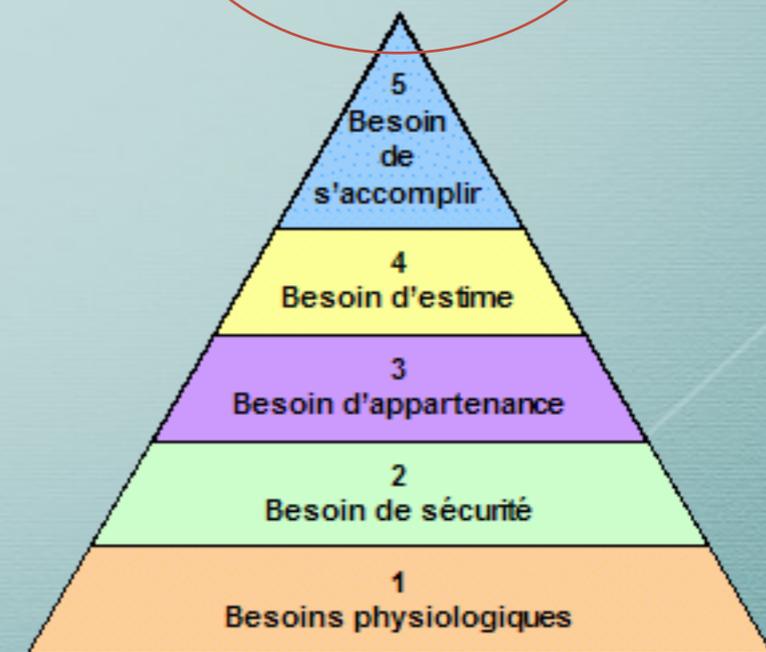
20.01.2017

Séverine Murner
www.musé-art.ch

A qui est destinée cette thérapie ?

A vous tous
Quelque soit votre âge !

A quoi on touche ?



On vise à travailler quoi ?

- Confiance en soi & aux autres
- Estime de soi
- Lâcher-prise
- Réappropriation de son corps, ou faire connaissance avec
- Insight / prises de conscience des mécanismes, schémas de son fonctionnement
- Nouveaux outils pour appréhender le quotidien
- Gestion du stress
- Positiv attitude
- Développement personnel, harmonie et épanouissement

Le désir sexuel : entre désir physique et psychique

Travail de la photographie thérapeutique
sur les deux cas de figure en même temps

Désir de Soi ? Désir de l'autre ?

Désir que l'autre nous désire ?

2 axes de travail :

Travail sur le désir physique : Comment ?

Travail sur le désir mental : Comment

CORPS < ——— > ESPRIT

Sentir qu'on est désiré(e) aide à l'anticipation du désir...

(Et vice-versa)

« Dans ton soupir, je ressens ton désir, je garde ton odeur, sur moi pendant des heures » Ocean Drive

Stimulants sexuels :

Vue, Odorat, Ouïe, Sons, Sensations,... + Construction psycho-sexuelle de soi !



Se connaître, déceler son propre fonctionnement est primordial pour pouvoir utiliser ces signaux et les induire chez les autres

Encore une fois : dualité corps — esprit

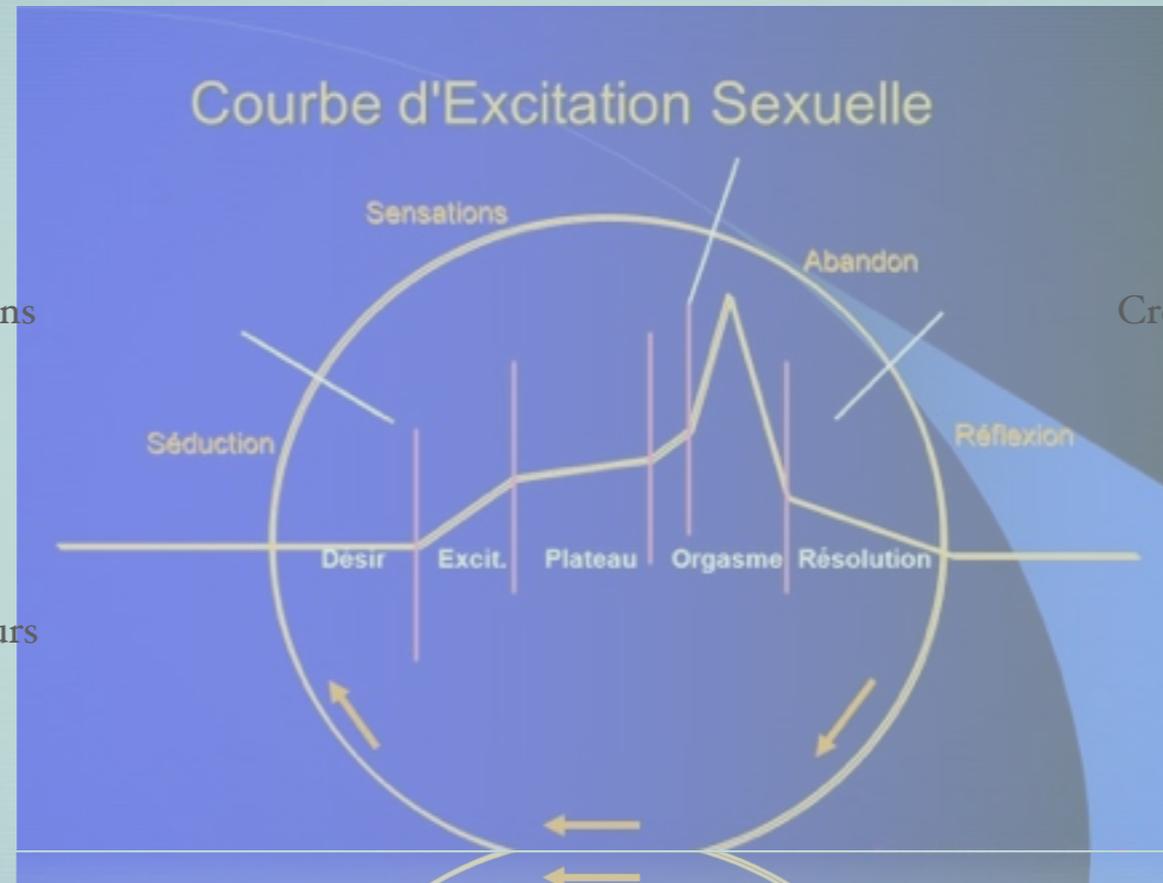
Utilisation d'outils issus des approches : Sexocorporel, Watsu, Fasciathérapie, Psychologie,... Et d'années de pratique en photographie

Courbe d'excitation sexuelle

Désir physique VS désir psychique ? Les deux ?

Le désir n'apparaît-il forcément qu'au début de la courbe?

Courbe d'Excitation Sexuelle



Manque de connaissance de Soi

Manque de connaissances de ses besoins

Difficultés de communication

Baisse de désir dûs à XxXx Facteurs

ETC

Manque de confiance en Soi

Estime de Soi rabaissée par autrui

Croyances et stéréotypes face à la sexualité

Mauvaise hygiène de vie

Stress

Manque de confiance en l'autre

Comment décélérer ce qui bloque le désir?

Travail sur notamment :

Quel rôle je joue dans le regard que je me porte ?

Quel rôle je joue dans le regard que me portent les autres ?

- Quel est mon pouvoir d'action ?
- Mes mécanismes de fonctionnement sont-ils figés?
- Comment faire pour sortir de la brume pour telle ou telle problématique ?

Thérapie qui offre des outils concrets à appliquer... Pour qui veut bien les prendre et y croire :)

Apports du Sexocorporel

Utilisation surtout pour **composante physique**

- Les lois du corps
(*Gestuelle, Posture, Respiration,...*)
- Explication des mécanismes de développement sexuels

Exemple d'Atelier Pratique en Photographie

- *Statique*
- *En mouvement / Posture et Gestuelle*
- *> Comparaisons*
- *> Réflexion sur l'effet miroir, utilisation d'outil comme la centration*

Déconstruction de l'imaginaire (Les autres pensent que...) (Je suis asymétrique : quelle horreur)
Ateliers pratiques

(...)

Métacommunication

- Ce que je dis
- Ce que dit mon corps

**Je ne me sens pas désiré(e) oui mais... Est-ce que je montre ou verbalise le vouloir ? Est-ce que je parviens à communiquer ?
Je suis timide ? Pas grave, je trouverai un moyen pour communiquer ce que je ressens et ce dont j'ai besoin !!!**

Apports de la photographie thérapeutique

Je suis acteur de mon propre changement :
Avec l'aide de l'image qui m'est renvoyée.... ou non !

Effets ni hasardeux ni magiques, mais de :

- Pouvoir d'action personnel et conscientisation des schèmes
- Déconstruire la fatalité du fonctionnement
- Pouvoir de la puissance émotionnelle des clichés
- Rôles donnés à l'autre
- Apprentissage du contrôle de soi
- Valorisation de ses compétences
- Application dans la vie quotidienne

Prise en charge en photographie thérapeutique

Thérapie brève

- Anamnèse 1h, Signature d'une close de confidentialité et fiche patient
 - Demande, fixation de buts et objectifs premiers
- **Fréquence & Durée du suivi** : Entre 2 et 15 séances en fonction de la demande et du travail
- **Déroulement du suivi** : prise de RDVs au fur et à mesure, possibilités de contacts via skype/tel/mail entre deux séances
- Tarifs
 - * Anamnèse : 100CHF
 - * Séance 1h : 140CHF
 - * Rendus des photographies : à définir selon cas, tarif au nombre de photos
- **Outils** : Appareil photo, caméra, langage verbal et non-verbal
- **Lieux de travail** : extérieur majoritairement
- **Contacts** : Séverine Murner, 079.137.50.14 / www.muse-art.ch

Questions ?

Merci pour votre attention,
Au plaisir de vous accueillir !

Séverine Murner
Psychologue FSP
Sexologue Sexocorporel
Photographe Thérapeutique

www.psychosexologue.ch

www.musé-art.ch