

**Titus Bürgisser** PTSTA-E

Atelier

---

## **La perception comme clé de la rencontre – entraînement à la perception dans la nature**

**La perception est la clé pour être pleinement dans le moment et en contact avec la personne ou le groupe avec lequel je suis en ce moment. Cette perception peut être entraînée et être affinée.**

La perception est essentielle pour pouvoir créer des relations. Nous percevons le monde et donc aussi les autres personnes avec nos sens. Avec l'entraînement à la perception et ses nombreux exercices pratiques, nous affinons notre perception. Nous apprenons à ouvrir nos sens aux perceptions extérieures, mais aussi à leurs effets sur nos sentiments et nos pensées intérieures. La perception physique et l'intuition interagissent. L'affinement de la perception permet aux enseignants ou aux conseillers de saisir ce qui se passe à un moment donné dans une rencontre et de travailler avec. La perception peut donc renforcer l'autonomie dans le sens de la conscience, de la spontanéité et de l'intimité.

L'atelier se déroule si possible sous la forme d'une promenade dans la nature autour du lieu de réunion.

Langue : français et allemand

Groupe cible : C | E | O | P

Nombre de participant : 20