

# L'IMMERSION THANA

## TRANSMISSION

*La transmission porte sur les repères psychodynamiques du deuil, la compréhension clinique des signes de la fin de vie, ainsi que les pratiques corporelles et rituelles nécessaires pour incarner une posture de juste présence et offrir un accompagnement global, éthique et sensible à toute personne traversant les grands passages de l'existence.*

*Elle ouvre aussi un espace de rencontre de soi à travers l'exploration de notre propre finitude, invitant ainsi à une transformation profonde de sa posture dans la relation à soi et aux autres.*

## DURÉE ET MODALITÉS

### **Immersion Thana Solo en Présentiel ou en Visio - 48 heures**

- Coût : 1250 € (paiement échelonné possible)

## OBJETS

- Identifier les différentes formes de deuil, qu'elles soient réelles ou symboliques, à travers une grille de lecture psychodynamique.
- Repérer les signes cliniques de la fin de vie.
- Co-crée et animer des rituels sur mesure, adaptés au rythme, à l'histoire et aux besoins spécifiques de la personne accompagnée.
- Mobiliser les médiateurs corporels que sont le son, le souffle, le rythme et le mouvement pour soutenir la libération émotionnelle et l'apaisement.
- Explorer sa propre finitude pour toucher à ses ressources intérieures profondes, développant ainsi une force d'ancrage essentielle pour soi et pour l'autre.
- Ajuster sa posture relationnelle avec éthique et sensibilité, afin de proposer une présence juste, respectueuse de l'autonomie de chacun, tout en préservant son propre équilibre.

# L'IMMERSION THANA

## PROGRAMME

### LE DEUIL

#### **Jour I - Fondements de l'accompagnement des processus de vie**

Le chemin commence par l'exploration des grands mouvements qui jalonnent l'existence. Nous prenons le temps d'identifier ces ruptures, ces pertes et ces transitions qui bousculent nos repères et appellent une présence.

Le deuil se révèle alors sous son vrai jour : un processus humain universel qui dépasse largement le seul cadre du décès. Ensemble, nous traversons la compréhension du changement, ce voyage à la fois psychique, émotionnel et identitaire qui redéfinit en profondeur notre posture face au monde.

#### **Jour II - Approche psychodynamique du deuil et de la transformation**

Cette journée plonge au cœur des mécanismes invisibles de la perte pour en éclairer les aspects les plus concrets. Nous y abordons précisément les mécanismes psychiques du deuil et les enjeux relationnels ou identitaires qu'ils soulèvent. Cette exploration des paysages des deuils réels devient alors une grille de lecture essentielle, mise au service d'une compréhension fine de nos comportements face aux deuils symboliques, tels que les séparations, les reconversions ou les renoncements.

Faire la concordance entre ces processus fondamentaux et les mutations de l'existence offre un bénéfice majeur : celui de décoder les réactions humaines avec clarté, de mettre du sens sur les dynamiques de l'attachement et de soutenir la quête de continuité intérieure. Saisir la logique de ce mécanisme permet d'ajuster sa posture avec justesse et de révéler les forces insoupçonnées de la résilience face à chaque forme de perte

# L'IMMERSION THANA

## PROGRAMME

### LA RÉALITÉ DE LA MORT

#### **Jour III - La théorie d'oscillation : la réalité des endeuillés**

Nous découvrons la théorie de l'oscillation pour capter avec finesse le mouvement de va-et-vient qui anime l'être endeuillé, entre les deux sphères de sa nouvelle réalité.

Ce regard permet d'accueillir l'autre là où il se trouve, en mesurant l'impact de ses croyances et de ses récits intérieurs sur son adaptation. C'est aussi l'occasion de consolider une posture de présence ancrée dans une éthique respectueuse du rythme et de l'autonomie de chacun.

#### **Jour IV - Les signes de la fin de vie : la réalité du mourant**

Le regard se tourne ici vers la réalité physique, psychologique et émotionnelle des différentes phases de la fin de vie.

Cette sensibilité nous aide à décoder les situations de transition intense comme de véritables morts symboliques. La pratique s'affine pour offrir une communication sensible, un soutien global aux familles et une présence rassurante auprès de ceux qui veillent.



# L'IMMERSION THANA

## PROGRAMME

### DE L'ANCRAGE INTÉRIEUR À L'ACTE SYMBOLIQUE

#### **Jour V - Fondations intérieures de l'accompagnement : limites et ressources**

Le corps et la conscience de soi sont les premiers outils de l'accompagnement. Nous expérimenterons le souffle, le son et le mouvement comme de précieux médiateurs corporels pour libérer, soutenir et accueillir.

Cette approche s'articule autour de la reconnaissance de ses propres ressources intérieures, en plaçant au centre l'exploration rigoureuse de ses limites, de ses besoins fondamentaux et de ses priorités de vie. Le respect et la connaissance de soi sont mis au service d'un accompagnement sincère, éthique et profondément humain. Apprendre à s'écouter et à honorer ses propres rythmes permet de développer la stabilité nécessaire pour offrir une qualité de présence juste et durable face à la souffrance de l'autre.

#### **Jour VI - Rituels et symbolique de la transition : l'art de marquer le passage**

Le rituel agit comme un pont entre le visible et l'invisible. Nous visiterons sa structure et sa fonction essentielle dans la fin de vie et le deuil.

L'acte symbolique devient un point d'appui majeur pour la psyché face au vide ou l'idée de la perte. Nous explorons une manière intuitive et structurée de co-crée des rituels sur mesure, pleinement ajustés à l'histoire et à la sensibilité des personnes que nous guidons.

# L'IMMERSION THANA

## PROGRAMME

### EXPÉRIMENTATION ET INTÉGRATION

#### **Jour VII - Préparation technique à la mise en situation**

Le moment est venu de rassembler les fils tissés tout au long du voyage. Nous revisitons les outils corporels, les approches rituelles et les connaissances théoriques pour concevoir une séance d'accompagnement globale.

À travers des études de cas concrètes, tu structures un cadre d'intervention fluide et sécurisant, fidèle à la vision holistique, tout en apprenant à poser des limites claires et un cadre concret.

#### **Jour VIII - Mise en situation accompagnant(e) / accompagné(e)**

Le dernier jour incarne la transmission dans la matière. Les rôles s'échangent au sein du groupe pour expérimenter la puissance de la relation d'aide et habiter pleinement la posture.

Ce travail pratique, enrichi par les retours bienveillants du groupe et de moi-même, offre un espace précieux pour analyser son positionnement avec recul.

# L'IMMERSION THANA

## TRANSMISSION

### OUTILS

- Livret de transmission
- Son carnet de voyage – Jour par jour
- Exercices
- Mouvement, Voix, Tambour, Arts plastiques
- Étude de cas
- Mise en situation

*Au fil de ce voyage Seul Ensemble, nous abordons et échangeons sur les notions suivantes :*

- Le donner et recevoir
- Le vide
- Le renoncement
- Les besoins et priorités
- Finitude et cycle
- L'hyper responsabilité et la prise de pouvoir
- Transformation lente : évolution / Transformation brutale : révolution
- Le mental et les sens au service de l'intuition
- Le contrôle : avoir du sens / donner du sens
- La dualité : complémentarité / opposition
- La routine : même forme autre sens
- L'adaptabilité : ressource première
- Le rythme et temps
- Les états modifiés de conscience
- La peur et l'anxiété : abstrait / concret – idées / action
- L'observation et l'interprétation
- Les croyances
- La présence
- Le savoir mourir

