

LA DESCRIPTION

Si l'art-thérapie ne date pas d'aujourd'hui (elle s'est développée dans les années 1980), on en parle beaucoup depuis quelques années. à tort et à travers. L'art-thérapie ne doit pas être réduite aux cahiers de coloriages pour adultes très à la mode qui relèvent davantage des loisirs créatifs. Alain Dichant, artiste et thérapeute passionné, vous propose un voyage au coeur de cette discipline subtile et incroyablement riche ! Que ce soit pour développer votre créativité, booster votre confiance en soi, guérir une blessure, revivre après un traumatisme, dénouer certains blocages ou régler des problèmes psychiques tels que la bipolarité ou la dépression, vous découvrirez que l'art-thérapie peut vous aider. Ce travail sur vous-même, qui peut se faire à travers différents moyens d'expression (peinture, écriture, musique, danse, théâtre), vous mènera sur le chemin de la libération de vos émotions pour une vie plus épanouie.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Si l'art-thérapie ne date pas d'aujourd'hui (elle s'est développée dans les années 1980), on en parle beaucoup depuis quelques années... à tort et à travers.

Petites annonces L'art Thérapie Pour Les Nuls Correction, Relecture, Mise En Page, Tous Documents
ART HINDOU Et BOUDDHIQUE ANCIEN - ART ABORIGENE - EXPOSITI

Pour démarrer cet ouvrage consacré à l'art-thérapie, nous avons choisi de parler de l'art. Car après tout, c'est bien à l'art sous quasiment toutes ses ...

L'ART-THÉRAPIE POUR LES NULS

[Lire la suite...](#)