



"Apprivoisez votre beauté."

Communiqué de presse : septembre 2014

Opsis, thérapie de l'apparence

Une approche innovante pour que l'esprit et le corps soient en harmonie
vers la beauté véritable

Pour cette rentrée de septembre 2014, Bénédicte Maes, psychothérapeute, présente OPSIS, son concept de thérapie de l'apparence, qu'elle développe depuis quelques années. Il s'agit d'un accompagnement tout en douceur de la personne dans sa globalité, tant du point de vue psychique que physique, afin qu'elle apprenne à apprécier et à vivre avec son corps.

Au cours de sa carrière de psychologue et de psychanalyste clinicienne, Bénédicte Maes a pu observer le mal-être de nombreuses personnes par rapport à leur apparence physique. Certaines en arrivant même à se négliger par manque de considération. S'il existe bien des offres de développement personnel sur les plans physiologiques ou esthétiques (relooking, chirurgie...), jusqu'à ce jour, aucune aide n'aborde ensemble ces deux aspects pourtant indissociables, considérant ainsi la personne dans sa globalité afin de lui ouvrir les portes de l'appréciation de son physique.

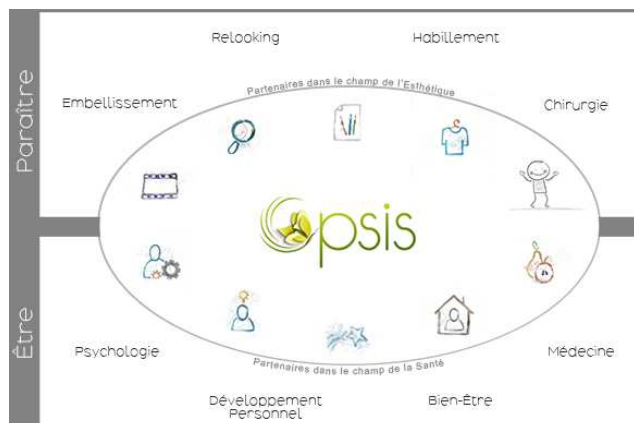
« Notre apparence, c'est d'autant plus nous que c'est avec elle que nous rencontrons les autres. Elle est importante au même titre que notre personnalité, nos désirs, nos rêves, nos peurs, nos émotions, nos choix de vie et nos tripes. Je m'en occupe donc concrètement et matériellement, parce que j'ai compris une chose essentielle : le travail de parole ne suffit pas et il faut que la personne se visualise vraiment, qu'elle se voie changer, qu'elle se pose la question de qui elle est en se regardant dans un miroir » explique Bénédicte.

L'idée faisant son chemin, Bénédicte Maes s'est alors formée en techniques créatives, telles que le stylisme, le maquillage et grimage, la colorimétrie, le relooking, la coiffure... afin de pouvoir aborder sereinement les différentes techniques d'amélioration de la présentation corporelle. Elle bénéficiait ainsi de toutes les compétences pour créer sa thérapie de l'apparence : OPSIS.

À qui s'adresse OPSIS ?

OPSIS s'adresse à toute personne, adulte ou adolescente, homme ou femme, qui éprouve des difficultés à apprécier ou à vivre avec son corps. Tant pour elle-même que dans ses relations à l'autre. Cela peut découler d'un malaise psychique, mais également d'un malaise physique, d'une maladie, d'un handicap, d'un mal-être... qui bouleverse son quotidien. Tous les profils et toutes les personnalités désireuses de vivre mieux leur apparence sont ainsi susceptibles de s'adresser à Opsis.

La méthode



Opsis vise un épanouissement global. À la fois physique et psychologique. Pour y arriver, Bénédicte travaille simultanément sur : le mental, le psychisme, la spiritualité, et tous les aspects qui touchent au corps et à son apparence. Au départ de différentes techniques revisitées, telles que la psychomorphologie, les tests projectifs, la commedia

dell'arte, l'étude du comportement, l'analyse de l'historique personnel et de l'environnement de vie, les recherches sur le style... Bénédicte aide la personne à appréhender à la fois sa personnalité, son corps et son look. Le travail est principalement ludique, progressif et parfaitement respectueux de l'individu.

« Cela peut surprendre un psy qui vous conseille sur votre style vestimentaire, qui vous accompagne dans la salle de bain pour concevoir avec vous votre coupe de barbe, qui réfléchit à l'implication de vos choix alimentaires sur votre physique, qui vous demande d'où, dans votre famille, votre forme de visage vous vient, qui vous filme pour vous aider à visualiser comment vous bouger, qui vous propose de chanter pour vous amener à vous ouvrir la gorge, qui cherche avec vous quelle est l'activité physique qui vous convient , etc. Chaque jour, je constate avec le même étonnement que ce travail a des effets incroyables sur le bien-être » illustre Bénédicte.

Une réponse à un phénomène de société

En soutenant que la véritable beauté est liée à la perception que l'on en a, OPSIS va dans le sens d'un besoin de plus en plus souvent exprimé au travers des médias et des réseaux sociaux : l'envie de se considérer autrement. Le nombre de personnes qui refusent une dictature de la beauté physique imposée par les marques et la société de consommation va croissant. À ceux et celles qui portent les stigmates de telles exigences, OPSIS propose de se retrouver progressivement et durablement. Parce qu'être beau n'est pas étalonnable, mais correspond avant tout à un état d'esprit.

Envie d'en savoir plus ?

Découvrez OPSIS sur www.opsis.be, où se trouve une [vidéo](#) de présentation

ou contactez **Bénédicte Maes** au +32 494 860 947 ou par e-mail : benedicte@opsis.be