

La Totemthérapie : un produit inédit pour les professionnels du bien-être et de la santé mentale

À l'heure où le bien-être devient de plus en plus prépondérant dans la société, la marque Femme TOTEM® soutient l'introspection et crée un tout nouvel produit pour faciliter le travail des thérapeutes et coachs : le Coffret Totemthérapie. Cet outil d'accompagnement remet le totem au goût du jour et lui redonne tout son pouvoir pour influencer l'esprit sur davantage d'épanouissement.



Femme TOTEM® est une marque à mi-chemin entre l'art et le développement personnel, créée en 2021 par [deux sœurs jumelles](#) en Isère (38). Ce concept innovant propose des outils, sous formes de totems, pour mieux comprendre ses émotions. À destination des professionnels comme des particuliers, elle véhicule des valeurs d'écoute de soi grâce notamment au test en ligne « [De quelles femmes totems ai-je besoin ?](#) » et aide les femmes à identifier leurs besoins émotionnels pour vivre plus épanouies.

LE TOTEM THÉRAPEUTIQUE: accompagner avec la symbolique

« Les avancées dans la neurophysiologie qui ont eu lieu ces dernières années confirment ce qui était jusque-là une intuition clinique : nous pensons en symboles avant de penser en paroles »¹. De nombreuses études scientifiques démontrent que le symbole facilite la compréhension d'un message. Le cerveau pense en image avant de penser en mot² et bon nombre de documents quotidiens en témoignent tels que les modes d'emploi, plans ou analyses. En alliant le symbole totémique au soin, la totemthérapie utilise ainsi l'image pour mieux comprendre les maux et se place comme un support solide dans une démarche thérapeutique.

Le « [Coffret Totemthérapie](#) » a été conçu pour aider les thérapeutes et coachs à établir le dialogue et augmenter la qualité des échanges avec leurs interlocuteurs. Ce matériel pédagogique contient une trentaine de cartes de femmes totems qui représentent physiquement, par l'affirmative, ce que travaille le professionnel (confiance, estime, sérénité...). Chaque Femme TOTEM peut donc matérialiser un élément qui n'est pas tangible : un besoin émotionnel, un objectif, un objet métaphorique... Ces images valorisent ainsi la pratique du spécialiste et l'aide à mieux transmettre ses bienfaits en améliorant considérablement l'impact de son accompagnement.

Les visuels des femmes totems sont créés comme de petites œuvres d'art, d'abord dessinées et peintes à la main avant d'être reproduites. Selon un rapport de l'OMS, "900 études scientifiques démontrent que l'art contribue au bien-être. Nos émotions, notre humeur, notre capacité de concentration, notre mémoire sont stimulées par le beau"³. La dimension artistique de ces totems émotionnels permet donc d'engager l'émotion et contribue à accroître l'assimilation du message.

¹ Source : "Le symbolique au quotidien. Son importance en thérapie comme ailleurs". Conférence à l'Université Libre de Bruxelles en 2005.

² Source : Alla Rozenberg, coach professionnelle. Formée en neurosciences, certifiée RNCP, et formatrice et praticienne en Bilan de Compétences chez Cerveau et Communication.

³ Source : Rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé "Quelle est la preuve du rôle de l'art pour améliorer la santé et le bien-être ?" en 2019.



UNE PREMIÈRE POUR LE POST-SUIVI : perdurer l'accompagnement

Au cours des séances, le praticien utilise la totemthérapie pour imaginer son travail ce qui permet de l'associer à un visuel concret : la femme totem. La carte devient un point d'ancrage sur lequel l'esprit du sujet pose une signification bénéfique pour son bien-être.

À la fin du suivi, le professionnel a l'opportunité de donner le totem utilisé à son interlocutrice. Par cette action, il lui permet de se l'approprier dans son quotidien sur la durée. En visualisant ce point d'ancrage chez elle de façon répétitive, la Femme TOTEM devient le symbole de l'accompagnement thérapeutique. Tantôt représentation de son contenu ou de sa réussite, son effigie affichée contribue à l'encouragement du chemin parcouru. Toute la puissance du symbole totémique réside dans l'écho que la femme totem opère dans l'esprit. Sans un mot, le cerveau du patient/client éveille les mécanismes travaillés et se rappelle les enseignements acquis pour petit à petit en faire une habitude mentale.

Le professionnel n'est pas en reste, puisque la marque propose un système de réassort de cartes à l'unité et à petit prix pour que chaque spécialiste puisse continuer cette pratique sur le long terme avec l'ensemble de sa patientèle ou clientèle.

UN OUTIL FLEXIBLE: adaptable aux cadres réglementaires

Le « [Coffret Totemthérapie](#) » puise une de ses forces dans sa souplesse d'utilisation car il est adaptable aux activités d'accompagnements psychologiques, énergétiques ou émotionnels. Suivant l'approche médicale ou plus holistique, le praticien est amené à s'approprier les cartes Femme TOTEM car ce produit est avant tout pensé pour s'intégrer dans des méthodes déjà établies ou certifiées propres à chaque profession.

« Sa vocation n'est pas d'imposer une technique d'accompagnement mais de proposer un outil physique permettant de rendre un travail invisible visible, ce qui laisse le professionnel maître de diriger son accompagnement selon ses codes. » Julie ~ Co-fondatrice de la marque

Sous toutes ses formes, le contenu de ce coffret reste un support d'expression complémentaire qui peut aussi être utilisé de façon plus ludique comme objet d'encouragement, de bienvenue ou d'animation en atelier, avec pour seul but de mettre en valeur la belle démarche de prendre soin de soi.



Femme TOTEM® est une marque innovante conçue pour aider les femmes à mieux comprendre leurs émotions. Grâce à l'art et au développement personnel, son concept permet d'identifier les besoins émotionnels pour leurs répondre au quotidien. À destination des professionnels comme des particuliers, elle véhicule des valeurs d'écoute de soi et vise l'épanouissement d'une meilleure société.

Boutique en ligne : femmetotem.fr

Siège : Isère (38)



Julie : 06 22 74 18 81

contact@femmetotem.fr

