

GROUPE DE GESTALT-THÉRAPIE 2020/2021		GROUPE DE GESTALT-THÉRAPIE 2020/2021		GROUPE DE GESTALT-THÉRAPIE 2020/2021	
<p>La gestalt-thérapie est une manière d'explorer ce qui est présent au plus profond de vous-même, en vous appuyant sur vos sensations, vos émotions, vos besoins et vos modes relationnels.</p> <p>C'est une psychothérapie de la rencontre, de la relation à soi et aux autres. C'est trouver ses ressources afin d'être soi-même dans le monde et de s'y sentir bien.</p> <p>Entrer dans un groupe continu, c'est oser se donner la possibilité dans le moment présent :</p> <ul style="list-style-type: none"> De se découvrir à l'occasion de la rencontre des autres. D'expérimenter de nouvelles façons d'être. <p>Le groupe est alors un révélateur et soutien de ce qui se passe pour chacun. Cela favorise la prise de conscience de sa manière d'être, et permet le changement par l'expérimentation.</p> <p>Chacun va cheminer à son propre rythme. Le cadre assure la sécurité nécessaire à tous, grâce notamment à la confidentialité.</p> <p>Un engagement sur l'année favorise stabilité au sein du groupe.</p> <p>Vous pouvez alors entrer dans la découverte de vous même et faire apparaître votre manière d'être en relation avec les autres.</p> <p>Concrètement, des temps d'expérimentations individuels et en groupe alternent avec des temps d'échanges sur le vécu de l'expérience. Grâce à ces retours, vous bénéficiez du témoignage des autres participants, et vous êtes le témoin de ce qui se passe pour l'autre.</p>		<p>La gestalt-thérapie est une manière d'explorer ce qui vous habite au plus profond de vous-même, en vous appuyant sur vos sensations, vos émotions, vos besoins et vos modes relationnels.</p> <p>C'est une psychothérapie de la rencontre, de la relation à soi et aux autres. C'est trouver ses ressources afin d'être soi-même dans le monde et de s'y sentir bien.</p> <p>Entrer dans un groupe continu, c'est oser se donner la possibilité dans le moment présent :</p> <ul style="list-style-type: none"> De se découvrir à l'occasion de la rencontre des autres. D'expérimenter de nouvelles façons d'être. <p>Le groupe est alors un révélateur et soutien de ce qui se passe pour chacun. Cela favorise la prise de conscience de sa manière d'être, et permet le changement par l'expérimentation.</p> <p>Chacun va cheminer à son propre rythme. Le cadre assure la sécurité nécessaire à tous, grâce notamment à la confidentialité.</p> <p>Un engagement sur l'année favorise stabilité au sein du groupe.</p> <p>Vous pouvez alors entrer dans la découverte de vous même et faire apparaître votre manière d'être en relation avec les autres.</p> <p>Concrètement, des temps d'expérimentations individuels et en groupe alternent avec des temps d'échanges sur le vécu de l'expérience. Grâce à ces retours, vous bénéficiez du témoignage des autres participants, et vous êtes le témoin de ce qui se passe pour l'autre.</p>		<p>La gestalt-thérapie est une manière d'explorer ce qui vous habite au plus profond de vous-même, en vous appuyant sur vos sensations, vos émotions, vos besoins et vos modes relationnels.</p> <p>C'est une psychothérapie de la rencontre, de la relation à soi et aux autres. C'est trouver ses ressources afin d'être soi-même dans le monde et de s'y sentir bien.</p> <p>Entrer dans un groupe continu, c'est oser se donner la possibilité dans le moment présent :</p> <ul style="list-style-type: none"> De se découvrir à l'occasion de la rencontre des autres. D'expérimenter de nouvelles façons d'être. <p>Le groupe est alors un révélateur et soutien de ce qui se passe pour chacun. Cela favorise la prise de conscience de sa manière d'être, et permet le changement par l'expérimentation.</p> <p>Chacun va cheminer à son propre rythme. Le cadre assure la sécurité nécessaire à tous, grâce notamment à la confidentialité.</p> <p>Un engagement sur l'année favorise stabilité au sein du groupe.</p> <p>Vous pouvez alors entrer dans la découverte de vous même et faire apparaître votre manière d'être en relation avec les autres.</p> <p>Concrètement, des temps d'expérimentations individuels et en groupe alternent avec des temps d'échanges sur le vécu de l'expérience. Grâce à ces retours, vous bénéficiez du témoignage des autres participants, et vous êtes le témoin de ce qui se passe pour l'autre.</p>	
Le mardi de 18h30 à 21h30 :	2 février 2021 2 mars 2021 23 mars 2021 13 avril 2021 4 mai 2021 25 mai 2021 15 juin 2021	Le mardi de 18h30 à 21h30 :	2 février 2021 2 mars 2021 23 mars 2021 13 avril 2021 4 mai 2021 25 mai 2021 15 juin 2021	Le mardi de 18h30 à 21h30 :	2 février 2021 2 mars 2021 23 mars 2021 13 avril 2021 4 mai 2021 25 mai 2021 15 juin 2021
15 septembre 2020		15 septembre 2020		15 septembre 2020	
6 octobre 2020		6 octobre 2020		6 octobre 2020	
3 novembre 2020		3 novembre 2020		3 novembre 2020	
24 novembre 2020		24 novembre 2020		24 novembre 2020	
15 décembre 2020		15 décembre 2020		15 décembre 2020	
12 janvier 2021		12 janvier 2021		12 janvier 2021	