

GROUPE DE THÉRAPIE GESTALT

Mensuel
vendredi soir et samedi



Un **Espace** pour **Créer, Explorer,**

Renforcer le lien avec
vous-même,
votre environnement,
dans l'ici-et-maintenant
de la relation au Groupe

ANIMÉ PAR

Valérie ALBERT

Thérapeute

Thérapie du Lien et de la Relation
Thérapie Psychocorporelle Gestalt



Valérie ALBERT

En tant que Gestalt Thérapeute, le Lien et la Relation constituent le fil conducteur de mes activités en psychothérapie.

La personne est considérée dans sa globalité, en tenant compte de ses dimensions corporelles, émotionnelles, spirituelles et mentales.

Après une formation en Gestalt Thérapie, j'ai étoffé mon champ de connaissance psychothérapeutique par des stages et des formations dans :

- La Thérapie Relationnelle IMAGO - thérapie de couple
- Le Transgénérationnel et les Constellations Familiales
- L'accompagnement dans les situations de rupture, ou de deuil
- La Psychothérapie Transpersonnelle
- La Psychologie Energétique (EFT, Emotionnal Freedom Technique)



La Gestalt-thérapie, aussi appelée **Gestalt**, est une psychothérapie centrée sur l'expérience «ici et maintenant» et la responsabilité personnelle.

Elle fut créée notamment par Fritz Perls, un psychiatre et psychanalyste allemand, émigré en Afrique du Sud puis aux E-U.

Elle s'intéresse au « processus », à l'ajustement permanent entre un individu et son environnement.

Elle intègre cinq dimensions principales: physique, affective, cognitive, sociale et spirituelle

Votre participation régulière à ce groupe, vous permettra de:

Rétablir des relations harmonieuses avec vous-même et votre entourage.

Encourager et déployer votre spontanéité, votre ouverture et votre intuition.

Faire l'expérience de vivre pleinement votre place dans la confiance et le respect.

Profiter de l'interaction avec le groupe pour **oser le lien**, mettre vos limites, trouver la bonne distance et le bon rythme.

Oser **exprimer** qui vous êtes, quelles que soient vos émotions.

Verbaliser et vivre des aspects non-exprimés sur le plan émotionnel, psychologique et corporel.

Accueillir et intégrer les transitions de vie et relancer la dynamique de la force de vie.

Le Groupe Continu de Thérapie Gestalt est ouvert à toute personne souhaitant expérimenter, dans un cadre sécurisant, bienveillant et créatif sa relation à soi-même et aux autres, grâce à la présence et la dynamique du groupe.

La démarche de ce groupe s'appuiera, si nécessaire, aussi sur les approches :

- corporelles,
- transgénérationnelles,
- transpersonnelles.

Espace du Lien et de la Relation

24 avenue Vibert-Entresol

1227 Carouge

Tél. 079/204.08.04

www.therapie-du-lien.com

info@therapie-du-lien.com

Calendrier

Fréquence : Mensuel

Horaires : Vendredi 18:45 à 21:00
Samedi 10:00 à 18:00

Groupes : 6 à 12 personnes

Lieu : Espace du Lien et de la Relation

Prix : Sfr 230.- /session

Chaque session se paie dans son intégralité même en cas d'absence.

Engagement: Présence à 6 sessions consécutives

L'entrée dans le groupe est possible à tout moment en fonction des places disponibles.

Dates 2012

Février	24/25	Juillet	06/07
Mars	23/24	Août	24/25
Avril	20/21	Septembre	28/29
Mai	25/26	Octobre	26/27
Juin	15/16	Novembre	23/24
		Décembre	14/15

Un entretien préalable est demandé avant de commencer le groupe auprès de **Valérie - tél. 079.204.08.04.**