

MARIE CELLOT

Membre de Réseau Psy (www.reseau-psy-tarn.fr) et de GAMIP (www.gestalt-therapie-mp.com), j'exerce en tant que psychopraticienne depuis plus de 15 ans. Je suis formée et certifiée en Gestalt-thérapie, Art-thérapie, Thérapie systémique et Psychogénéalogie.

J'accompagne des adultes et des enfants en séances individuelles ainsi que des couples et des familles.

J'anime des ateliers et des stages d'Art-thérapie. J'interviens aussi dans le secteur sanitaire et médico-social.



*Accompagner une personne, c'est
l'accueillir avec sa souffrance mais aussi
avec ses ressources et sa capacité à
explorer de nouveaux chemins de croissance.
Je me situe résolument du côté de la Vie.*

EN PRATIQUE

GRUPE CONTINU de 4 à 7 personnes

Possibilité d'intégrer le groupe en cours d'année selon les places disponibles.

DATES : Un samedi toutes les 6 semaines environ :

- * 9 décembre 2017
- * 20 janvier 2018

Autres dates 2018 à préciser lors de la 1^{ère} rencontre

HORAIRES : 9 h 30 à 17 h 30

LIEU : Cabinet de psychothérapie
21 chemin le Leuze à Albi

TARIF : 80 € / samedi

En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à m'en parler.

INSCRIPTION : avec le bulletin ci-joint

Inscriptions par ordre d'arrivée

Pour les personnes que je ne connais pas, un **entretien préalable** (gratuit) est indispensable avant toute inscription.

Les arrhes ne sont pas encaissées avant la première rencontre. En cas de désistement moins de 10 jours avant, elles restent acquises.

Groupe de PSYCHOTHÉRAPIE



***Mieux vivre
avec moi-même
et les autres***

Animé par Marie CELLOT

06.86.31.46.72

UN GROUPE DE THÉRAPIE

POUR QUI ?

Si vous souhaitez dépasser une crise ou des difficultés :

- **personnelles** : anxiété, manque d'estime de soi, traumatisme, dépression, dépendance, orientation sexuelle, phobie...
- **familiales et de couple** : séparation, deuil, violence, échec amoureux, relation insatisfaisante...
- **professionnelles** : stress, harcèlement, dévalorisation, perte de sens, burn out, réorientation...

ou simplement si vous désirez vous accorder du temps pour :

- mieux vous connaître et vous comprendre
- explorer les **différentes facettes** de vous-même, des plus obscures aux plus lumineuses,
- découvrir et développer vos **ressources**
- (re)donner du **sens** à votre vie.

Le travail de groupe s'adresse autant à des personnes qui font une première démarche thérapeutique qu'à des personnes déjà engagées dans une thérapie individuelle qu'il vient alors dynamiser.

COMMENT ?

Des temps d'expérimentations (psychodrame, rêve éveillé, exercices corporels, ateliers créatifs, etc.), qui mettent en jeu les **sensations** et les **émotions** présentes, pourront être proposés et venir enrichir les temps de parole.

Chaque participant chemine à son **propre rythme**, dans le respect de soi et des autres. Il peut prendre appui sur la diversité du groupe pour vivre « en direct » sa relation aux autres.

Par la **clarté et la sécurité du cadre** posé (confidentialité, non-jugement...), par la bienveillance et l'implication de tous, le groupe de thérapie permet à chacun d'**oser expérimenter** de la **nouveauté** pour sortir de ses schémas répétitifs.

POURQUOI ?

Cette expérience forte de rencontres favorise, au fil des séances, la prise de conscience des blocages et des blessures affectives. Le processus thérapeutique permet des **changements profonds et durables** pour devenir de plus en plus vivant !

LA GESTALT-THÉRAPIE

C'est une méthode de psychothérapie qui se réfère au courant humaniste. Celui-ci considère l'homme comme un être unique, reconnu dans la singularité de son histoire, et qui porte en lui son propre **potentiel** de développement.

L'être humain est en interaction constante avec son entourage et son environnement. La Gestalt-thérapie nous amène à prendre conscience de notre manière d'être présent à nous-mêmes et en relation avec les autres. C'est une **thérapie de la relation**.

La Gestalt-thérapie a pour objectif d'élargir le champ des possibles en restaurant notre **liberté** de choix.

Créée dans les années 40 par Fritz PERLS, psychiatre et psychanalyste, la Gestalt-thérapie s'est progressivement ouverte à des nouveaux champs d'applications : éducation, soins, entreprises, secteur social et médico-social.

Le mot « Gestalt » vient de l'allemand « gestalten » qui signifie « faire émerger, donner une forme ». En ce sens, la Gestalt est une thérapie qui permet l'émergence d'un changement, d'une nouvelle forme dans la vie de la personne.