**Le samedi matin et/ou le mardi soir, à Strasbourg**

**GROUPE DE PSYCHOTHÉRAPIE**

**GESTALT-THÉRAPIE**

**Le groupe de psychothérapie** permet d’aborder toute problématique personnelle, récente, ponctuelle (rupture, transformation familiale ou professionnelle, nouveau cycle de vie, choix d’orientation...) ou ancienne (relationnelle, affective, psychosomatique, tension, état dépressif, angoisses, dépendance…).

Le groupe de gestalt **favorise la connaissance de soi.** Les autres vous éclairent en miroir sur vous-même : similitudes avec votre mode de fonctionnement, résonances avec vos conflits intérieurs. L’écoute des autres participants permet aussi de découvrir des questions jusque-là peu ou pas exprimées, et aussi d’autres réponses qui peuvent aider à **élargir la palette des ressources** que vous pourriez mobiliser, développer ou créer pour vous-même.

C’est le lieu privilégié **d’exploration de sa relation à l’autre.** Nous pouvons sentir comment nous sommes en contact avec l’autre, avec les autres, et tenter d’autres façons d’être en lien, dans le climat de confiance et de respect du groupe.

Chacun chemine pas à pas par rapport à ses propres problématiques, afin d’apaiser le mal-être, retrouver le goût d’être soi-même et d’aller à la rencontre de l’autre et de la vie.

**Modalités pratiques**

**Le mardi soir de 19H à 22H ou le samedi matin de 9H30 à 12H30. 1 séances par mois**

Lieu : 6d, Place d’Austerlitz à Strasbourg

Tarif : 60 euros par séance

Chaque groupe est limité à 5 personnes.

Le groupe se construit, développe confiance et intimité au fur et à mesure des séances. Il est souhaitable d’y participer durant une année minimum. Je vous demande un engagement sur les 3 premiers mois, en décembre vous confirmerez ou non votre inscription de janvier à juin 2017.

**Inscriptions :**

Veuillez envoyer le bulletin joint. Je vous confirmerai votre inscription courant septembre.

**Dates 2016**

Mardi : 18 octobre, 15 novembre, 13 décembre

Samedi : 8 octobre, 19 novembre, 10 décembre

**Pascale Giraud. 6d, Place d’Austerlitz. 67000 Strasbourg**

**BULLETIN D’INSCRIPTION**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Courriel :

Je m’inscris au groupe de psychothérapie du ……………………… D’octobre à décembre 2016

Je verse un acompte de 100 euros.

Fait à : Le : Signature :