

Qu'est-ce que le travail d'un groupe continu de psychothérapie ?

Le groupe de psychothérapie est un véritable laboratoire où vous pouvez venir expérimenter et découvrir la Psychothérapie Fonctionnelle et la Psychologie Biodynamique, une psychothérapie profonde qui regarde en détail et accepte l'être humain tel qu'il est. Elle apprend, à celui qui veut, à faire une photographie de là où il en est.

A partir de là, peut naître **un projet thérapeutique précis** pour sortir de la souffrance et atteindre des objectifs adaptés à la personne et à ses spécificités, retrouver un équilibre mental et émotionnel.

C'est un repère fort dans le temps où chacun a le temps de se sentir, de parler, de regarder son fonctionnement et de trouver le chemin pas à pas pour faire des choix. On y apprend à écouter les autres, à apprendre de nos propres expériences et de celles des autres.

Vous pouvez venir expérimenter le travail par skype et en présentiel et sentir si ce travail s'intègre à ce que vous recherchez.

Pour les groupes par skype :

Les horaires sont de 19h à 20h30 le samedi et le dimanche 2 week-end par mois.

Le stage par skype se déroule comme suit :

Il y a besoin d'être dans une pièce privée avec un matelas par terre ou un lit à proximité pour le travail allongé, une chaise pour le travail assis.

En début de séance, nous commençons par un moment de parole puis selon les besoins, nous continuons avec un travail assis, debout et allongé.

La tenue doit être confortable, vous aurez besoin d'une couverture, de coussins et d'eau à disposition.

Pour les groupes en présentiel

Un groupe mensuel de 2 jours se déroule en présentiel à Montpellier ainsi qu'un groupe de 3 jours au mois de juin et novembre 2021. Normalement, trois fois dans l'année, nous partons dans les Cévennes où nous nous réunissons dans un gîte et en été, au mois d'août, nous faisons un stage intensif de 6 jours au Domaine du Taillé en Ardèche.

Le prix des groupes

- Groupes de 2 jours par skype : 60 €
- Groupes mensuel de 2 jours en présentiel de week-end de 9h à 18h à Montpellier : 140 € (hors hébergement et restauration)
- Groupes trimestriel de 3 jours en présentiel du vendredi au dimanche de 9h à 18h : 220 € (hors hébergement et restauration)
- Stage de 6 jours en Ardèche du dimanche au samedi : 530 € (hors hébergement et restauration)

C'est un travail continu et profond. La régularité amène à intégrer progressivement les Expériences de Base travaillées toute l'année.

Vous êtes les bienvenus.

Inscription et contact

En ligne www.therapiezerostress.com

Secrétariat : Isabelle Legeai 06 62 40 39 23