



Former des gestalt- thérapeutes : la voie exigeante et joyeuse du compagnonnage

par Maë Bittar | Sep 11, 2025 | Être avec, Formation, Home, La
Gestalt-thérapie

Former des gestalt-thérapeutes : la voie
exigeante et joyeuse du compagnonnage

À l'[Institut GREFOR](#), à Grenoble, nous formons au métier de [Gestalt-thérapeute](#). Notre approche pédagogique est celle d'une formation par l'expérience, dans le feu [du groupe](#), au

plus près du réel. Comme dans une forge, l'expérience vécue chauffe, se façonne, se travaille patiemment et avec le temps cela permet l'intégration progressive d'une posture de thérapeute.

Ici, les stagiaires ne sont pas des pages blanches : ils·elles arrivent avec leur vie, leur histoire, leur matière humaine, leurs postures relationnelles. La posture thérapeutique se construit peu à peu à partir de cette matière, dans l'épreuve de la relation. Cette posture s'éprouve, se clarifie et se travaille dans le groupe, avec un cadre solide et une éthique explicite.

Un de nos objectifs est que chaque stagiaire puisse avoir de la place pour elle·lui et puisse aussi se confronter et évoluer, à l'occasion des autres. Il nous semble aussi essentiel qu'il puisse rencontrer des styles thérapeutiques différents. C'est pourquoi, nous choisissons des promotions de petite taille : une taille humaine, et nous co-animons tout au long de la formation.

Notre projet est simple : soutenir un apprentissage qui transforme en profondeur, sans raccourcis, et qui rende les thérapeutes réellement capables d'être présents à eux-mêmes, aux autres et aux relations. Nous les souhaitons aussi responsables, capable de soutenir doutes et incertitudes, et nous voulons leur permette de construire une capacité réflexive sur leur manière d'être thérapeute pendant leurs séances.

C'est dans ce contexte que s'inscrit notre pédagogie : une formation qui part d'abord du vécu, de l'expérience puis se construit dans le partage et la réflexion commune.

Sommaire

1. Partir du vécu : l'expérience comme creuset
2. Des promotions à taille humaine
3. La richesse de la co-animation
4. Un métier de savoir-faire et de connaissances ancrés dans un savoir-être
5. L'apprentissage en présence : le groupe , le corps, les affects et les cognitions comme terrain
6. Un suivi individualisé et une équipe congruente
7. Une formation longue, structurée, aux cycles progressifs
8. Un cadre éthique et responsable
9. Ce que nous ne faisons pas

Et maintenant, comment m'orienter ?

1. Partir du vécu : l'expérience comme creuset

À l'[Institut GREFOR](#), l'expérience n'est pas un « exercice » destiné à illustrer la théorie. C'est le **creuset** où se travaillent les zones sensibles et d'où naît le sens, la compréhension, la pensée.

Concrètement :

- nous partons de situations vécues par les stagiaires dans leurs vies courantes, à l'extérieur, tout autant que des situations vécues au sein du groupe, pendant les sessions ;
- nous explorons finement ce qui se passe — mouvements relationnels, corporels, émotionnels et cognitifs ;
- après coup, nous mettons en mots et nous élaborons ensemble : la modélisation et les concepts viennent **au service de l'expérience vécue, éprouvée, traversée**, non l'inverse ;
- nous apprenons à rester présent·es quand ça tend, ça frotte, ça chauffe : à être attentifs aux élans, aux freins, aux ajustements, aux limites, à la responsabilité, au travail du cadre.

Ainsi, **l'expérience se transforme en savoir-faire, en connaissances, appuyés sur un savoir-être**, mobilisables en clinique dans la rencontre avec le patient.

Ce choix pédagogique protège de deux écueils : **accumuler des concepts sans incarnation** et **apprendre des "techniques" décontextualisées**.

Ici, c'est la **rencontre** qui forme : la pratique ouvre, la présence d'un tiers sécurise, l'élaboration met du sens et l'expérience renouvelée se consolide.



Pour que cette exploration reste vivante et incarnée, une taille du groupe limitée joue un rôle essentiel.

2. Des promotions à taille humaine

À l'Institut GREFOR, nous faisons le choix de **groupes** entre 8 et 16 stagiaires, le plus souvent autour de 12. Ce format n'est

pas anodin : il permet à chacun·e de trouver sa place, d'être vu·e et entendu·e, et de participer activement à la dynamique commune.

Un groupe trop grand dilue les expériences ; un groupe trop restreint réduit la diversité des regards. Autour de 12, nous trouvons l'équilibre : assez de singularités pour nourrir le travail, assez d'intimité pour que chacun·e s'implique.

La forme de **thérapie de groupe** que nous privilégions – un travail En groupe et De groupe – mobilise plusieurs dimensions en même temps :

- la dimension **groupale**, où chacun·e apprend à coexister dans un collectif;
- le **travail personnel**, où l'on explore ce qui anime, ce qui pousse, ce qui freine, etc. ;
- le **travail des interactions**, où l'on se découvre dans l'ajustement, la confrontation, le soutien mutuel.

Le cadre est tenu, mais il laisse place à l'initiative et aux élans. Chacun·e est invité·e à dire, partager, exister avec les autres. C'est dans cette **tension entre cadre et liberté** que la vie du groupe devient un terrain d'apprentissage unique, où chacun·e découvre à la fois sa singularité et sa capacité à être en lien.

Et nous ne formons pas des clones, issus d'un même moule, nous accompagnons chacun.e dans son cheminement propre au mieux de nos possibilités de celles du groupe. Parfois trop vite, parfois trop lentement, parfois trop fermement, parfois trop délicatement, mais toujours dans une recherche de respect de son être original, de son cheminement singulier, de son devenir imprévisible.





Cette dynamique collective est aussi soutenue par un autre choix fort : la co-animation des séminaires.

3. La richesse de la co-animation

À de rares exceptions près, les séminaires de l'Institut GREFOR sont **co-animés par deux formateur·ices**, c'est un choix pédagogique fort.

Deux présences, deux sensibilités, deux manières d'entrer en relation offrent aux stagiaires un champ d'expérience plus large. Chacun·e peut se repérer dans la diversité des styles, apprendre à accueillir plusieurs façons d'incarner la posture gestaltiste, et sentir ce qui résonne pour soi.

La co-animation permet aussi une **plus grande disponibilité** : pendant qu'un·e formateur·ice est engagé·e dans une

séquence, l'autre peut observer, sentir l'ambiance du groupe, ou repérer les zones qui demandent un soutien particulier. Cela rend l'accompagnement plus ajusté, plus attentif.

Elle permet également aux co-animateur·ices de se voir travailler mutuellement, de s'interpeller et de se mettre au travail ensemble autour de leur co-animation, hors du groupe ou en présence du groupe, au service du processus d'apprentissage des stagiaires.

Enfin, ce dispositif incarne une valeur importante à nos yeux : **la collaboration et la co-construction**. Être thérapeute, ce n'est pas agir seul·e en surplomb, c'est se laisser traverser par la rencontre, se confronter à d'autres regards, avancer en dialogue. Les stagiaires voient et vivent cette réalité dans la manière même dont favorisons les apprentissages.

Mais accompagner ne suffit pas : il s'agit aussi de permettre à l'expérience vécue d'être porteuse d'une posture solide, qui relie savoir-faire, savoir-être et connaissances.

4. Un métier de savoir-faire et de connaissances ancrés dans un savoir-être

Former des thérapeutes, ce n'est pas seulement transmettre des outils, des techniques ou des théories. C'est accompagner une transformation plus profonde : **le faire prend sens seulement s'il est porté par un être.**

À l'Institut GREFOR, nous considérons que cette posture ne s'acquiert pas via des cours magistraux ni au travers de visio, mais par une **mise au travail continue en présence physique**

de ce qui se joue dans la relation. Les stagiaires explorent ce qui les traverse, entre eux et avec les autres, dans l'intensité du groupe.

Cette démarche exigeante demande de **s'engager personnellement** :

- accepter de reconnaître ses zones sensibles et apprendre à les traverser, plutôt que de se cacher derrière des concepts ;
- s'engager à rester présent·e au mieux de ses possibilités dans la rencontre, même quand elle déstabilise ;
- travailler à transformer ses expériences intimes en ressources professionnelles mobilisables auprès des patient·es.

Nous ne cherchons pas à former des techniciens ou des théoriciens de la relation, mais des thérapeutes incarnés, solides et sensibles, capables de s'impliquer pleinement, avec justesse et responsabilité dans la rencontre. C'est cette congruence entre **être et faire** qui forge une posture gestaltiste solide et fiable.

Et parce que ce savoir-être et cet être-avec ne s'éprouvent qu'en présence, le groupe, le corps, les affects et les cognitions sont notre terrain d'apprentissage.

5. L'apprentissage en présence : le groupe, le corps, les affects et les cognitions comme terrain

Le métier de thérapeute se vit dans la densité des rencontres réelles : mots, silences, regards, gestes, postures, respirations, élans et retenues.

Dans cette perspective, nous affirmons que l'apprentissage se

fait en présence, dans le groupe, réunissant des corps affectés et pensants dans une même pièce. La visio peut avoir sa place exceptionnellement et ponctuellement, mais l'intégration profonde de la posture ne se fait pas derrière un écran. Elle se joue quand il s'agit de s'ajuster, se regarder, respirer ensemble, se confronter, de soutenir ou de recevoir — dans la densité concrète de la rencontre. C'est là que surgissent les impulsions, les confrontations, les soutiens, des reproductions, les ajustements et les prises de conscience, lesquelles en ouvrant à une nouvelle expérience vécue, transforment petit à petit profondément.

La formation devient ainsi un **laboratoire vivant**, où chacun·e apprend à :

- se laisser toucher par ce qui se passe autour,
- réguler ses émotions dans l'instant,
- s'exposer sans se perdre,
- développer une présence qui tienne debout au milieu des autres.

Ce terrain concret prépare directement à la réalité clinique et à la complexité de la rencontre humaine : accueillir un·e patient·e, c'est être traversé·e par sa présence et rester disponible à tout ce qui se joue — bien au-delà des mots.



Dans cette intensité collective, chaque parcours reste singulier. C'est pourquoi nous avons mis en place un suivi individualisé et attentif.

6. Un suivi individualisé et une équipe congruente

À l'Institut GREFOR, aucun·e stagiaire n'avance seul·e dans sa

formation. Chaque mois, l'équipe pédagogique se réunit pour échanger sur l'évolution de chacun·e, repérer les appuis comme les zones de fragilité, et ajuster l'accompagnement pédagogique.

Les stagiaires peuvent solliciter à tout moment un entretien individuel avec un·e formateur·trice. Et, de notre côté, nous n'hésitons pas à être à l'initiative d'entretiens lorsqu'une difficulté se présente. Mieux vaut la travailler tôt, dans la clarté, que la laisser s'installer.

Les retours que nous recevons de la part des stagiaires au fil de la formation et notamment à la fin, mettent en avant une caractéristique forte de notre équipe : la **congruence**. Nous cherchons à être cohérents entre ce que nous transmettons comme posture thérapeutique et la manière dont nous travaillons ensemble. Nous ne sommes pas infaillibles, mais nous tenons à être responsables et à l'écoute. Nous tentons de porter nos failles en relation, lorsqu'elles apparaissent. Nous écoutons les stagiaires quand ils vivent que « quelque chose ne va pas ». Nous reconnaissons nos responsabilités quand cela est juste, les mettons au travail lorsque c'est le chemin, et tentons d'avancer ensemble sur le chemin toujours délicat de la rencontre dans la différence.

C'est aussi une manière d'incarner ce que nous considérons essentiel dans la pratique thérapeutique : la mise au travail des affects de part et d'autre, la responsabilité partagée et la capacité à transformer les difficultés en points de départ et d'appui pour grandir et apprendre.



Ce suivi prend tout son sens dans une formation longue, structurée en cycles progressifs.

7. Une formation longue, structurée, aux cycles progressifs

Devenir gestalt-thérapeute demande du temps. La formation à l'Institut GREFOR est pensée comme un chemin en plusieurs étapes, où chaque cycle permet une intégration réelle et prépare le suivant.

Prérequis

Avant d'entrer en formation, chaque futur·e stagiaire doit avoir déjà une expérience personnelle de la Gestalt-thérapie, en individuel et en groupe. L'entretien d'admission et une session ponctuelle de groupe thérapeutique ouvre à une connaissance mutuelle dans et par l'expérience vécue ensemble. Cela permet de vérifier si le moment est juste pour s'engager, ou s'il est préférable de poursuivre encore un temps de thérapie avant d'entrer dans le cursus..

Cycle 1 – Approcher le métier

En deux séminaires de trois jours, ce cycle offre un premier pas : découvrir le métier de gestalt-thérapeute, clarifier ses motivations, explorer ses représentations de l'accompagnement, et poser les bases de la posture à partir de l'expérience vécue.

Cycle 2 – Construire les fondamentaux

Pendant un an et demi, à raison de 3 jours par mois, les stagiaires entrent dans le vif d'un apprentissage professionnel expérientiel. Ils alternent travail personnel, dispositifs pédagogiques variés et premiers exercices pratiques en sous-groupes. Des comptes-rendus réguliers et

un écrit d'intégration final permettent de relier l'expérience vécue à la posture professionnelle en construction.

Cycle 3 – Entrer dans la clinique

Les stagiaires accompagnent leurs premiers patients et assument progressivement la responsabilité de la relation thérapeutique. Ils ont obligation, comme tout au long de leur carrière, d'être supervisés. Ce cycle comprend aussi la rédaction d'un **mémoire**, qui articule expérience, réflexion théorique et posture professionnelle.

Les stagiaires sont également, dès le début du cycle 3, adhérents d'une organisation professionnelle qui les engage déontologiquement et offre un recours à leurs patients en cas de litiges dans la relation d'accompagnement.

Cycle de psychopathologie

En parallèle du 3^e cycle, ce module permet d'aborder les expériences humaines particulières dans une perspective gestaltiste et phénoménologique. Les stagiaires y travaillent autant sur leurs connaissances que sur leurs éprouvés, pour affiner discernement et ajustement clinique.

Des passages et des jalons

Entre chaque cycle, des **entretiens** permettent de faire le point sur le chemin parcouru, d'évaluer les acquis et de décider ensemble de la suite. Ces jalons, associés aux écrits d'intégration, garantissent que la progression ne soit jamais mécanique, mais toujours ajustée à la personne.

La certification de validation de la formation initiale de gestalt-thérapeute atteste de la réalisation complète du cursus de formation.

Cette structuration n'aurait pas de valeur sans un cadre éthique clair, partagé avec d'autres institutions et reconnu par nos pairs.

8. Un cadre éthique et responsable

Former des thérapeutes engage une responsabilité : nous accompagnons des personnes qui elles-mêmes accompagneront d'autres personnes sur leurs chemins de vie. À l'Institut GREFOR, nous avons choisi de nous inscrire dans des cadres collectifs clairs, qui garantissent à la fois exigence, transparence et sécurité pour les stagiaires.

Le Collectif des 7

Nous faisons partie d'un collectif de plusieurs organismes de formations français en Gestalt-thérapie qui a construit le **Manifeste des 7 écoles** autour de valeurs partagées :

- respect de la dignité, de l'autonomie et de la liberté des stagiaires ;
- refus du prosélytisme et des promesses illusoires ;
- engagement à ce que l'adhésion professionnelle se fasse dans une organisation distincte de l'école ;
- reconnaissance de la responsabilité de chaque formateur·ice vis-à-vis du processus de formation.

L'adhésion à l'AFFOP

L'Institut GREFOR est également **adhérent de de l'AFFOP (Association Fédérative Française des Organismes de Psychothérapie et Psychanalyse)** et sa formation professionnelle est agréée par cette instance. Cette adhésion témoigne de notre volonté de participer activement à un cadre plus large, qui œuvre à la reconnaissance et à la régulation des formations et des psychopraticiens

relationnels en France. Chaque stagiaire peut, en cas de différend non résolu avec l'équipe de formation, solliciter directement la [commission éthique et déontologique de l'AFFOP](#).

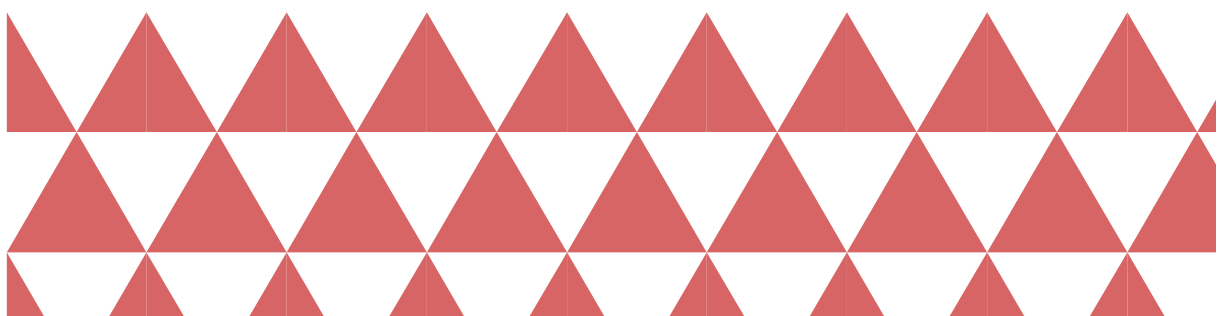
L'agrément CEG-t et les partenariats

Notre formation professionnelle est également **agrée par le Collège Européen de Gestalt-thérapie (CEG-t)** dont nous sommes membre. Cet agrément nous relie à deux autres instituts partenaires : [l'IFGT](#) (Bordeaux) et [l'IBG](#) (Bruxelles). Il garantit une réflexion pédagogique et ouvre à une dynamique d'échanges et de collaboration au-delà de notre institut.

Ce triple ancrage — Collectif des 7, AFFOP, CEG-t — incarne une conviction : transmettre la Gestalt-thérapie, c'est aussi accepter d'être nous-mêmes, comme équipe dirigeante et pédagogique, tenus par un cadre commun, dans des échanges constants avec d'autres praticiens, dans la transparence et la responsabilité.



S'inscrire dans ce cadre, c'est aussi affirmer ce que nous refusons de faire, pour éviter toute confusion.



9. Ce que nous ne faisons pas

Apprendre le métier de thérapeute demande du temps, de l'expérience et un engagement profond. À l'Institut GREFOR, cela implique aussi de dire clairement ce que nous refusons de proposer :

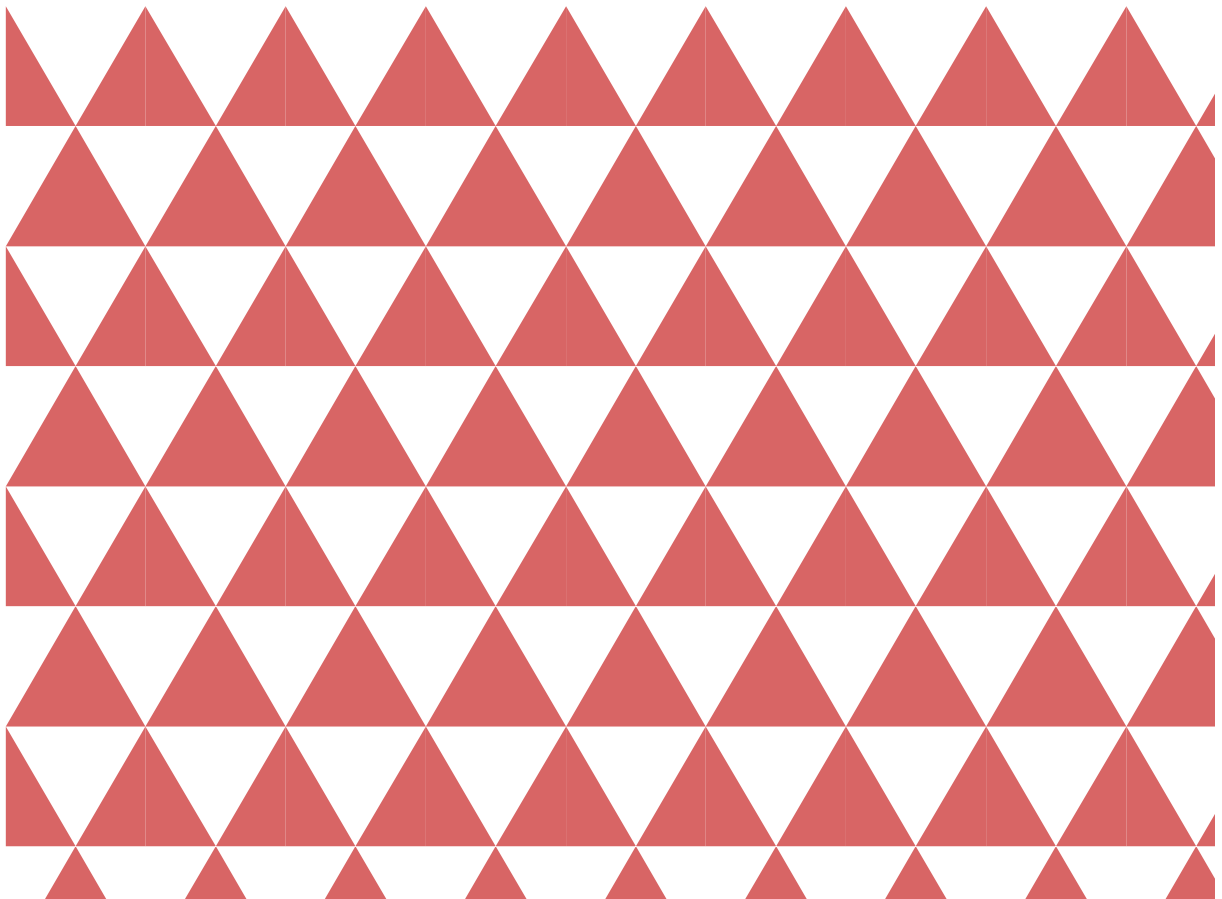
- **Pas de raccourcis trompeurs** : nous ne prétendons pas former des thérapeutes en quelques week-ends, par des stages express ou des formules intensives.
- **Pas de promesses illusoires** : nous ne vendons ni « clés », ni « secrets », ni pouvoirs, ni outils et recettes magiques. La pratique thérapeutique n'est pas un protocole figé, mais une

aventure humaine où l'incertitude fait partie du chemin.

- **Pas de discours culpabilisants** : nous n'utilisons pas de pression psychologique ni de techniques de vente agressives. Nous n'affirmons pas qu'il y aurait un "bon moment" universel : nous avançons avec les stagiaires, selon leur rythme.
- **Pas de confusion des rôles** : nous distinguons clairement le cadre de la formation et celui de la thérapie, et nous veillons à ne pas créer de dépendance vis-à-vis de l'équipe.

👉 Pour aller plus loin sur ce sujet, vous pouvez lire l'article :
[*Se former pour être thérapeute : attention aux vendeurs de rêve*](#)

Ce que nous proposons, c'est à l'inverse : **un chemin exigeant et joyeux**, où chacun·e avance à son rythme, soutenu·e par un cadre collectif, et reconnu·e dans la singularité de son parcours.



Enfin, si ce chemin résonne pour vous, il reste à voir comment faire le premier pas.

Et maintenant, comment m'orienter ?

Choisir de devenir gestalt-thérapeute ne se fait pas sur un coup de tête. C'est un chemin passionnant qui va demander une formation transformante et engageante.

Si vous êtes intéressé·es, c'est une réflexion importante et c'est une décision qui engage profondément. C'est pourquoi nous préférons ouvrir un espace de rencontre plutôt qu'un tunnel d'inscription.

Le premier pas peut être :

- **nous contacter pour un entretien individuel** : un temps au téléphone, en visio ou en face à face pour parler du parcours de vie, de ce qui appelle, et sentir si la formation correspond vraiment à votre projet.
- **participer à un groupe de thérapie ponctuel** : une occasion de rencontrer la posture à laquelle nous proposons de former, d'être au contact avec des formateur·ices, de vivre

le groupe de l'intérieur.

Ces moments sont là pour faire connaissance, pour sentir comment résonne votre projet de formation, et voir si notre manière de travailler vous invite à aller plus loin.

C'est un premier pas d'expérience, simple et sans obligation, qui ouvre la possibilité d'un chemin.

Dans le feu des rencontres, une posture se forge. Le premier pas vous appartient.

[contacter l'institut GREFOR](#)

