

Groupe mensuel continu de Gestalt-thérapie

Par sa dimension relationnelle, le groupe permet de se découvrir soi-même à l'occasion des interactions avec les autres.

Il favorise une mise en conscience des affects, blocages, conduites répétitives et permet d'explorer de nouvelles manières d'être et de vivre en relation.



Un **mardi soir** par mois, de **19h à 21h30**,
les 9 sept, 14 oct, 18 nov, 16 déc 2025, 13 janvier, 24 février, 17 mars,
21 avril, 19 mai et 23 juin 2026

A Saint-Egrève, Cabinet de Florence Radulescu, 7 rue Casimir
Brenier - Résidence Barnave – Immeuble Prairial

Tarif : **60 euros** par séance

Inscription et renseignements

Marie-Sophie Pertusier - Gestalt-thérapeute, superviseure et formatrice à l'institut Grefor, membre agréé du CEGt*

Tel : 06 89 15 18 98

Florence Radulescu - Gestalt-thérapeute, psychologue clinicienne, superviseure et formatrice à l'institut Grefor, membre agréé du CEGt*

Tel : 06 84 50 80 16

* CEGt : Collège Européen de Gestalt-thérapie

Le groupe est un **laboratoire du contact** pour expérimenter et mettre en conscience sa manière d'être en relation :

- Prendre sa place dans le groupe, être écouté, être vu, être au centre, être en retrait
- Vivre la présence, partager le silence
- Se retenir, se taire, se cacher, se dire, s'exposer, se lancer, s'entendre parler
- Entendre les autres, se reconnaître à travers leurs mots, s'étonner des différences, se sentir réagir, se voir interagir, entendre les retours
- Faire seul, ruminer dans son coin, partager, faire ensemble
- Sentir des affinités, des inimitiés, s'ouvrir, se fermer
- Ne se préoccuper que de soi, ne s'occuper que de l'autre, prendre soin de soi, prendre soin de l'autre
- S'engager dans la rencontre, vivre l'altérité
- Oser la différenciation, apprivoiser la confrontation

La **thérapie en groupe** est **complémentaire de la thérapie individuelle**,
et **vice versa : un suivi individuel est nécessaire à côté des séances de groupe**.

Les **entrées dans le groupe** se font tout au long de l'année, en fonction des places disponibles.

L'**engagement dans la durée** permet de développer une confiance indispensable à un travail en profondeur.

*C'est dans l'ignorance de ce qu'est l'autre que j'ai honte de ma différence :
nos différences sont nos points communs.*