

Vulnérabilité

25 ET 26 AVRIL 2026



La
vulnérabilité
comme
terreau fertile
de l'intimité

La vulnérabilité est inhérente à la vie, de même que l'incertitude de ce qui est à venir. À tout moment nous pouvons être blessés, perdre l'équilibre voire la vie, ce que nous avons de plus précieux peut disparaître. A chaque instant nous sommes affectés par ce qui nous entoure et nous impactons notre environnement.

Nous avons toujours besoin des autres, pourtant nos imaginaires collectifs sont imprégnés de représentations d'autosuffisance et de maîtrise.

Ainsi, nous sommes plus ou moins à même de voir nos vulnérabilités et nous avons construit des protections plus ou moins épaisses, parfois nécessaires mais qui nous tiennent à distance de nous-mêmes, des autres et aussi de leur vulnérabilité.

Nous approcher de notre fragilité peut demander du courage. L'assumer, c'est arrêter de nous cacher, de faire semblant, de nous priver d'une part essentielle de nous-mêmes, c'est prendre le risque de la confiance.

Ce séminaire sera l'occasion d'explorer et d'expérimenter, à l'aide du groupe, représentations et ressentis communs et singuliers.

Institut Grefor,
9 rue de New York à
Grenoble

280 EUROS

10h-17h chaque jour

Avec Maë Bittar
et Florence Radulescu

Gestalt-thérapeutes,
superviseuses et formatrices
à l'institut Grefor, membres
agrées du CEGt (Collège
Européen de Gestalt-thérapie)

Inscription

Maë 06 19 57 19 00
mae.bittar@etreavec.fr

Florence 06 84 50 80 16
florence.radulescu@orange.fr