

Un groupe continu de psychothérapie intégrative et gestalt-thérapie analytique

En groupe, chacun des participants va pouvoir, selon son rythme et son niveau d'engagement, aller plus profondément à la rencontre des blessures de son histoire (de la conception à l'âge adulte) ainsi que celles provenant de l'héritage transgénérationnel... et ce, pour se libérer des impacts de celles-ci sur sa vie actuelle et de déployer ses potentialités ensevelies jusqu'alors.

Des enjeux clairs et atteignables

- L'espace psychothérapeutique proposé permet progressivement d'être et d'agir de façon **plus vivante, ajustée, libre, créatrice et féconde** ... dans la relation à soi-même, aux autres, au monde et aussi au Tout Autre.
- Il ouvre ainsi à un **alignement de tout son être** (corps, âme et esprit) et au **sens de la vie et de sa vie**.
- Plus largement, il rend possible un **mieux vivre** synonyme d'unité, de paix, de joie, d'amour, de santé, ... à l'intérieur de soi et vis à vis de l'extérieur.

La spécificité d'un groupe de psychothérapie

- **Dynamiser** le processus thérapeutique individuel
- **Dénouer et se libérer**, par le psychodrame (c'est à dire par la "mise en scène" extérieure de son monde intérieur), des problématiques liées au couple, à la famille, aux liens transgénérationnels, etc.
- **Déployer** ses potentiels intérieurs et accélérer sa dynamique d'évolution
- **Mesurer** que la souffrance concerne tout un chacun, partager la sienne, se sentir accueilli par les autres et finalement, fraterniser

Une finalité assurée et assumée

La 'psychothérapie des profondeurs' proposée dans le cadre de notre groupe continu s'adresse à toute personne qui aspire à faire un travail de conscience et de transformation en vue de :

- **se libérer de l'ancien** ... de ce qu'elle a construit ou de ce que l'on attendait d'elle (qui était nécessaire par le passé mais qui est obsolète aujourd'hui)
 - surmonter **des blocages** installés depuis longtemps
 - sortir de **schémas relationnels répétitifs**, toxiques et/ou mortifères
 - se défaire de **problèmes psychosomatiques**
 - se libérer de **comportements phobiques, compulsifs, addictifs** ...
 - traverser une **période difficile** : rupture, deuil, conflit, ... qui ouvre à un questionnement essentiel et existentiel
- **et naître au nouveau** ... à ce qu'elle est profondément et authentiquement
 - accueillir **son incarnation**
 - vivre dans **l'ici et maintenant**
 - accéder à **ses ressources, ses potentiels et ses talents**
 - découvrir **son identité profonde**
 - donner **du sens à sa vie**
 - trouver **sa place** dans le monde et tendre vers **sa vocation**

Des animateurs expérimentés, congruents et inspirants

Olivier Lantelme

Psychothérapie intégrative
Gestalt thérapie & Analyse jungienne
Individuel, Couple et Groupe
Formateur - Superviseur

www.olivierlantelme.fr

06 63 37 28 48



&

Une co-thérapeute ...

(psy intégrative, gestalt-thérapeute, art-thérapeute,
danse-thérapeute, relaxo-thérapeute...)

... invitée ...

toutes les 3 sessions

... et différente

à chaque fois

pour explorer votre monde intérieur d'une autre façon

Je me définis comme un spéléologue – obstétricien de l'âme humaine.

Spécialiste de la psychothérapie des profondeurs
Expert sur l'Enfant intérieur et la Famille intérieure

Une vocation : l'accompagnement humain

Une expérience : + de 10 ans de thérapie personnelle, + de 7 ans de formation
et 15 ans de pratique (individuel, couple et groupe)

Une vision de l'Homme: anthropologique et intégrale (corps, âme et esprit)

De ma riche expérience professionnelle dans le monde de l'entreprise
en tant que **manager, consultant, coach, facilitateur et entrepreneur**
... jusqu'au cœur de l'**accompagnement psychothérapeutique**,
mon ambition porte essentiellement sur :

- **la relation** : pour permettre à chaque personne de « retrouver » une relation à elle-même et à ceux qui l'entoure à la fois plus vivante, libre, respectueuse, aimante mais aussi plus responsable.
- **le sens** : pour permettre à chaque individu de « naître » à son identité profonde et à ses talents (ce qu'il est) ainsi qu'à sa vocation (ce pour quoi il est fait).

Possiblement :

Sophie Galitzine

www.sophiegalitzine-arttherapie.fr

Carine Bokobza

www.carine-bokobza.com

...

La dynamique de groupe au service de la croissance personnelle

Modalités

Nous vous recevons dans un grand espace dédié à l'animation de groupe qui facilite à la fois :

- "la mise en forme" à l'extérieur de soi ... de son monde intérieur
- l'expression possible de toutes les formes d'émotion.

Chaque journée, vous êtes invités à "travailler" sur une problématique qui vous tiens à cœur, et ce, si vous le souhaitez.

L'exploration de votre monde intérieur pourra solliciter ou pas la contribution des autres participants.

Après chaque passage, un temps de feed-back offert à l'accompagné permet à chacun des autres membres du groupe de mettre des mots sur son propre ressenti, les résonances avec son histoire, etc.

Originalité

Un cadre solide, partagé et tenu

Notre cadre sécurisant, contenant et facilitant permet à chacun d'accéder à ses blessures et d'explorer "ses ombres" dans le respect, la bienveillance et la confiance.

Des méthodes d'animation multiples selon les situations

Nous employons tous les outils que nous maîtrisons et à notre disposition : monodrame, psychodrame, dialogue intérieur, constellation familiale et transgénérationnelle, médiation artistique et corporelle, méditation guidée, rebirth, catharsis libératoire, art-thérapie ...

Le public concerné

Ce type de travail est accessible à toute personne engagée dans un processus psychothérapeutique individuel.

Engagement

- **Conditions d'inscription** : Avant toute inscription, il vous sera demandé de rencontrer Olivier Lantelme pour un échange préalable.
- **Participation** : Le groupe peut être rejoint à tout moment en fonction des places disponibles.
- **Engagement minimal** : Pour préserver la cohérence du fonctionnement du groupe, il est demandé, après une première séance d'essai, un engagement minimum sur 12 sessions.

Information pratiques

- **Horaires** : 9h30 – 18h00
- **Lieu** : 42 boulevard du Temple, 75 011 Paris (M° République)
- **Rythme** : un jeudi par mois
- **Calendrier 2024** : 11/01, 8/02, 7/03, 4/04, 16/05, 6/06, 5/09, 3/10, 7/11, 5/12
- **Tarif** : 150 € / journée