

## Calendriers des groupes de Gestalt

### Calendrier 2012

	DATES GROUPE
Janvier	21
Février	25
Mars	24
Avril	28
Mai	26
Juin	23 et 24
Juillet	
Septembre	8
Octobre	13
Novembre	10
Décembre	15

### Inscription et renseignements :

**Atelier de Gestalt du Limousin  
ILFC  
52 rue de Belfort - 87100 LIMOGES  
T 05 55 32 59 16  
F 05 55 32 93 60  
mail : [ilfc@wanadoo.fr](mailto:ilfc@wanadoo.fr)  
Site internet : [www.ilfc.fr](http://www.ilfc.fr)**

## Une école de Gestalt à Limoges

L'Atelier de Gestalt du Limousin vise à :

- **former** de futurs Gestalt-praticiens et Gestalt-thérapeutes
- **faire connaître** et développer la gestalt
- proposer des **thérapies individuelles** ou en **groupes**
- assurer une **supervision** des élèves et professionnels

Créé en 1994 par **l'ILFC** (Institut Limousin de Formation et de Communication) dont il dépend, **l'Atelier de Gestalt du Limousin** est installé au centre de Limoges.

**Une équipe de professionnels** sous la direction de Jean-Luc VALLEJO, psychothérapeute, Gestalt thérapeute, titulaire du CEP, Membre titulaire SFG et FF2P, Superviseur didacticien.

AGL est **signataire des codes de déontologie** de la profession et a **été accréditée** par l'Association Européenne de Gestalt Thérapie (EAGT) et par l'Association Européenne de Psychothérapie (EAP)



### Atelier de Gestalt du Limousin

### Les groupes de Gestalt :

- ✓ Une thérapie de groupe
- ✓ La découverte de la Gestalt

Atelier de Gestalt du Limousin  
Limoges - 05 55 32 59 16 - [www.ilfc.fr](http://www.ilfc.fr)

# Les groupes continus de Gestalt

## Pour qui ?

Les groupes de Gestalt s'adressent :

- à toute personne qui recherche un **espace thérapeutique** pour faire face à une difficulté dans sa vie,
- à un professionnel qui souhaite un **enrichissement de sa pratique** avec l'acquisition de nouveaux outils,
- à toute personne qui souhaite **entrer en formation** de Gestalt-praticien ou de Gestalt thérapeute.

## Pour quoi ?

Les groupes proposent un **travail psychothérapeutique** selon les techniques de la Gestalt.

Il permet notamment pour chacun une rencontre authentique avec lui-même et les autres et la possibilité d'expérimenter des attitudes nouvelles dans le groupe puis dans sa vie.



Chacun travaille à son rythme selon ce qu'il ressent dans l'instant, à partir :

- d'un **problème personnel actuel** (conflit relationnel, deuil, choix d'orientation...),
- de la reviviscence d'une **situation ancienne mal résolue** ( sentiment de solitude, d'angoisse, manque de confiance en soi ) ,
- ou encore du **besoin de se ressourcer** et de faire le point.

# Le Fonctionnement

## Comment ?

Animés par un Gestalt-thérapeute, les groupes de 6 à 8 personnes se déroulent **une fois par mois, le samedi de 9h à 18h, dans les locaux de l'école à Limoges.**

Les groupes sont animés par Pascaline PIERRE DIT MERY et Martine DEMAISON.

Après une séance d'essai, **la personne s'engage pour 5 séances supplémentaires.**



## Quel prix ?

- Avec prise en charge : 135 € par jour
- Sans prise en charge : 110 € par jour

La participation pendant une année aux groupes continus permet de valider **un premier cycle** et d'accéder à la formation de Gestalt-praticien.

# La Gestalt, une thérapie humaniste

## Ses origines

La Gestalt est à la fois **une vision de l'être humain, et une psychothérapie.** Développée par Fritz Perls dans les années 60 , elle s'inscrit dans la filiation de la psychanalyse, la phénoménologie, l'existentialisme...

## Ses valeurs

**Humaniste** et attachée à la **responsabilité et l'autonomie de la personne**, elle intègre les dimensions sensorielles, affectives, sociales et spirituelles de l'être humain.

## Ses méthodes

Chacun est invité, à :

- **prendre conscience** de ce qui émerge en soi au contact des autres dans « l'ici maintenant »,
- **ressentir** plutôt qu'à expliquer les blocages internes qui gênent la satisfaction de ses besoins,
- **expérimenter** des attitudes plus satisfaisantes pour soi-même.

Elle intègre un ensemble cohérent de **techniques variées**, utilisant la parole, l'émotion, le rêve, l'imaginaire, la créativité, le mouvement et le corps.

Elle place le patient comme acteur du changement, et **la relation avec le thérapeute comme moteur de ce changement.** La thérapie se pratique en **séances individuelles ou de groupe.**

Aujourd'hui, la **Gestalt-thérapie est largement développée et reconnue en France et dans le monde .**