

## MARIE CELLOT

Membre de Réseau Psy ([www.reseau-psy-tarn.fr](http://www.reseau-psy-tarn.fr)) et de GAMIP ([www.gestalt-therapie-mp.com](http://www.gestalt-therapie-mp.com)), j'exerce en tant que psychopraticienne depuis plus de 15 ans. Je suis formée et certifiée en Gestalt-thérapie, Art-thérapie, Thérapie systémique et Psychogénéalogie.

J'accompagne des adultes et des enfants en séances individuelles ainsi que des couples et des familles.

J'anime des ateliers et des stages d'Art-thérapie. J'interviens aussi dans le secteur sanitaire et médico-social.



*Accompagner une personne, c'est  
l'accueillir avec sa souffrance mais aussi  
avec ses ressources et sa capacité à  
explorer de nouveaux chemins de croissance.  
Je me situe résolument du côté de la Vie.*

## EN PRATIQUE

**GRUPE CONTINU** de 4 à 7 personnes

Possibilité d'intégrer le groupe en cours d'année selon les places disponibles.

**DATES** : Un samedi toutes les 6 semaines environ :  
Première rencontre le **20 janvier 2018**

**HORAIRE** : de 9 h 30 à 14 h 30

**LIEU** : Cabinet de psychothérapie  
21 chemin le Leuze à Albi

**TARIF** : 65 € / samedi  
En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à m'en parler.

**INSCRIPTION** : avec le bulletin ci-joint

Pour les personnes que je ne connais pas, un **entretien préalable** (gratuit) est indispensable avant toute inscription.

Les arrhes ne sont pas encaissées avant la première rencontre. En cas de désistement moins de 10 jours avant, elles restent acquises.

# Groupe de PSYCHOTHÉRAPIE



***Mieux vivre  
avec moi-même  
et les autres***

**Animé par Marie CELLOT**

**06.86.31.46.72**

## UN GROUPE DE THÉRAPIE

### POUR QUI ?

Si vous souhaitez dépasser une crise ou des difficultés :

- **personnelles** : anxiété, manque d'estime de soi, traumatisme, dépression, dépendance, orientation sexuelle, phobie...
- **familiales et de couple** : séparation, deuil, violence, échec amoureux, relation insatisfaisante...
- **professionnelles** : stress, harcèlement, dévalorisation, perte de sens, burn out, réorientation...

ou simplement si vous désirez vous accorder du temps pour :

- mieux vous connaître et vous comprendre
- explorer les **différentes facettes** de vous-même, des plus obscures aux plus lumineuses,
- découvrir et développer vos **ressources**
- (re)donner du **sens** à votre vie.

Le travail de groupe s'adresse autant à des personnes qui font une première démarche thérapeutique qu'à des personnes déjà engagées dans une thérapie individuelle qu'il vient alors dynamiser.

### COMMENT ?

Des temps d'expérimentations (psychodrame, rêve éveillé, exercices corporels, ateliers créatifs, etc.), qui mettent en jeu les **sensations** et les **émotions** présentes, pourront être proposés et venir enrichir les temps de parole.

Chaque participant chemine à son **propre rythme**, dans le respect de soi et des autres. Il peut prendre appui sur la diversité du groupe pour vivre « en direct » sa relation aux autres.

Par la **clarté et la sécurité du cadre** posé (confidentialité, non-jugement...), par la bienveillance et l'implication de tous, le groupe de thérapie permet à chacun d'**oser expérimenter** de la **nouveauté** pour sortir de ses schémas répétitifs.

### POURQUOI ?

Cette expérience forte de rencontres favorise, au fil des séances, la prise de conscience des blocages et des blessures affectives. Le processus thérapeutique permet des **changements profonds et durables** pour devenir de plus en plus vivant !

## LA GESTALT-THÉRAPIE

C'est une méthode de psychothérapie qui se réfère au courant humaniste. Celui-ci considère l'homme comme un être unique, reconnu dans la singularité de son histoire, et qui porte en lui son propre **potentiel** de développement.

L'être humain est en interaction constante avec son entourage et son environnement. La Gestalt-thérapie nous amène à prendre conscience de notre manière d'être présent à nous-mêmes et en relation avec les autres. C'est une **thérapie de la relation**.

La Gestalt-thérapie a pour objectif d'élargir le champ des possibles en restaurant notre **liberté** de choix.

*Créée dans les années 40 par Fritz PERLS, psychiatre et psychanalyste, la Gestalt-thérapie s'est progressivement ouverte à des nouveaux champs d'applications : éducation, soins, entreprises, secteur social et médico-social.*

*Le mot « Gestalt » vient de l'allemand « gestalten » qui signifie « faire émerger, donner une forme ». En ce sens, la Gestalt est une thérapie qui permet l'émergence d'un changement, d'une nouvelle forme dans la vie de la personne.*