



Groupe thérapeutique d'analyse transgénérationnelle 2018-2019

Pour quoi ?

Un groupe de psychothérapie permet d'effectuer un travail approfondi sur soi-même tout en étant en relation avec d'autres personnes. C'est un espace privilégié et stimulant, riche de résonances entre ses membres. Le groupe constitue aussi un système où peuvent se (re)-jouer des mécanismes à l'œuvre dans nos familles. Découvrir d'autres représentations et croyances que les nôtres, comprendre les mécanismes systémiques, « ce qui se joue », dans nos relations, permet d'enrichir, voire d'accélérer un processus thérapeutique. Le groupe est également un espace privilégié pour approfondir certains thèmes qui traversent les familles (le couple, la mémoire collective, l'argent, etc.) et explorer de nouveaux outils créatifs et qui ouvrent davantage l'écoute psycho-corporelle.

En suivant son rythme, chacun peut se révéler avec authenticité et sensibilité. Chaque participant s'engage à se respecter soi-même et à respecter les autres. La thérapeute y veille et s'en porte garant.

Un groupe est aussi un lieu d'échanges et de soutien. Chacun est accueilli avec une grande attention et dans un cadre sécurisé.

Psychothérapies individuelles et groupes de psychothérapie sont complémentaires et s'approfondissent réciproquement. Le groupe de psychothérapie est un véritable levier de transformation vers plus de liberté, de responsabilité et de créativité pour vivre votre vie.

Pour qui ?

Le groupe est composé de 6 personnes au maximum, à différentes phases de leur processus thérapeutique transgénérationnel individuel. Il est lancé à partir de 3 personnes et ouvert l'arrivée de nouvelles personnes jusque janvier 2019, toutes engagées dans un processus thérapeutique individuel avec Eléonore Béchaux.

L'engagement sur l'année est requis, garantie du groupe et du processus collectif.

Comment ?

Nous commencerons par poser votre génogramme dans *l'ici et maintenant* du groupe avant d'explorer les thématiques dont les fils se tisseront avec votre propre question.

Les quatre séances suivantes seront consacrées à deux thèmes qui traversent les histoires familiales :

- Alliances de la famille ou quelles stratégies sont à l'œuvre et quelles croyances sont portées sur le couple, comment votre couple ou celui dont vous rêvez est en lien avec l'histoire familiale, quelles ressources trouver dans l'histoire familiale, quelle part réinventer ?
- Mémoires collectives, familiales et individuelles ou comment la grande Histoire (Guerres, migrations, religion, etc.) influence votre histoire familiale, quels sont les « trous » ou les « trop » de mémoire, comment redonner une juste place à cette mémoire collective ?

La dernière séance permettra de clôturer notre processus collectif.

Nous travaillerons à partir d'apports ponctuels de la thérapeutes, des apports du groupe et d'outils créatifs et diversifiés déployant notamment votre écoute psycho-corporelle : objets flottants, photo-langage, Gestalt, rêve éveillé dirigé, etc.

Où et Quand ?

A l'ifSmb, 12, rue du Palais des Guilhem, Montpellier, au cours de 6 samedis après-midi, de 14h30 à 19h :

- samedi 29 septembre 2018
- samedi 17 novembre 2018
- samedi 16 février 2019
- samedi 13 avril 2019
- samedi 15 juin 2019
- samedi 29 juin 2019

Combien ?

Suite à un entretien individuel, vous pourrez vous engager dans le groupe.

Le tarif pour les 6 après-midi est de **420 €**. Le règlement se fera en une seule fois, lors de la première participation au groupe (ouvert jusque fin 2018) et, sur demande, l'encaissement des chèques pourra être échelonné de 2 à 6 fois (après chaque séance).