



- ❖ *Psychopraticienne et Gestalt thérapeute, formée à l'EPG (Ecole Parisienne de Gestalt)*
- ❖ *Titulaire du CEP (Certificat Européen de Psychothérapeute)*
- ❖ *Membre de la FF2P (Fédération Française des Psychothérapeutes et Psychanalystes)*
- ❖ *Membre de « Psy en mouvement »*
- ❖ *Membre de la SFG (Société Française de Gestalt)*

*Notre histoire de vie est inscrite en nous, et nous la répétons inconsciemment. Notre passé nous guide, nos modèles nous conditionnent, nos croyances influent sur nos choix. Pour ne pas sombrer, nous adoptons des comportements mal ajustés, qui génèrent parfois souffrances et mal être. En tout cas ils nous limitent dans notre capacité d'ouverture et d'expansion.*

*Notre travail groupal prend en compte toutes les dimensions de chacun, traces corporelles, ressentis émotionnels, connaissances et capacités cognitives, et les dimensions du Groupe en évolution.*

*Causes et conséquences, interactions, soutiens et conflits, seront observés dans le présent – en lien avec le passé de chacun – et dans le vécu groupal de ce stage. Dans cet « ici et maintenant » nous expérimenterons alors, ensemble, d'autres façons d'être et de faire, avec soi et avec les autres, au profit de la construction de vies d'adultes responsables et autonomes, capables de liens souples et fluides avec leur environnement.*

*Au cours de ces journées nous nous appuyerons sur divers outils thérapeutiques : Gestalt, Anamylse Transactionnelle, Psycho énergie, Sophrologie, Relaxations, Visualisation, Rêves éveillés, ...*

*Nous mettrons en œuvre des temps de découverte, par la créativité, dans le geste, la liberté de se mouvoir, de rencontrer, de faire ..*

*Nous expérimenterons de nouvelles dimensions de soi par les sens : sons, mouvements, voix, toucher, centrage, ....*

**Marie CHARLES**

21 Bld du Lycée – 92170 VANVES

Mobile : 06 80 92 88 30

e.mail : [mm.charles@free.fr](mailto:mm.charles@free.fr)

Site web : [www.mariecharles-gestalt-therapeute.fr](http://www.mariecharles-gestalt-therapeute.fr)

# Aux frontières de l'intime

**DU 20 AU 24 JUIN 2012**

**Stage résidentiel de Gestal-thérapie animé par Marie CHARLES**

*Prendre le temps de découvrir ce « fil frontière » invisible, différent pour chacun, souple ou rigide, mobile ou non, tissé au fil de nos rencontres, fait de règles familiales, culturelles, religieuses, de croyances et de convictions, plus ou moins assimilées. Pouvoir décider, comment, avec qui et pour quoi dévoiler... sans tout dire ou montrer, quand dans notre monde extraversion, exhibition, voyeurisme, intrusion et effraction sont si fréquents, voire devenus une certaine « normalité ».*

*Et donc, choisir de rester en deçà, au bord de « la frontière », en sécurité ?  
Oser aller au cœur de nos élans, en conscience, offrir un peu de notre intime ?  
Passer cette « ligne » pour amplifier notre Etre, puis savoir retrouver notre espace sécuritaire, rassurant, protecteur ?*

**Du 20 Juin 2012 à 10 h au 24 Juin 2012 vers 17h**

Le prix pour les 5 jours de stage est de

**430 € par personne**

L'inscription se fait auprès de Marie CHARLES, au **06 80 92 88 30** ou [mm.charles@free.fr](mailto:mm.charles@free.fr), avec un **chèque d'arrhes de 150 €**. Il sera encaissé en cas de désistement moins de 15 jours avant le stage.

La réservation se fera avant le 31 mars 2012.

Tenues confortables conseillées. Carnet pour vos notes et vos vécus.

Le stage se déroulera au

**Domaine Des Trois Pommes »**

**Madame Patricia LALONDE**

67 Chemin de Bas

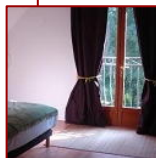
27930 SACQUENVILLE (après Evreux)

Tel. 02 76 55 76 37 ou 06 11 50 85 66

**e.mail** :patricia.lalonde57@gmail.com

La réservation des chambres (par 2 ou 3. Individuelle sur demande spécifique) se fera directement auprès de Patricia, par vos soins. L'hébergement sera réglé sur place et directement auprès de notre hôtesse : autour de 60 €/j.

L'organisation du transport se fera auprès de moi, selon les souhaits de chacun, et les véhicules disponibles.



道



*Regarder, et se laisser regarder*

*Voir, se voir et se laisser voir*

*Toucher et se laisser toucher*

*Écouter, s'écouter et se faire écouter*

*Émouvoir, s'émouvoir et se laisser émouvoir*

*Se donner et donner, à soi, à l'autre*

*Accepter de recevoir, et de garder*

*Trouver et Être à sa place, pleine et juste*

*Avec et à côté... seul (s) mais ensemble.*



**A la frontière de nos intimes ... pouvoir et savoir rencontrer l'autre !**

*Pour gérer avec fluidité et discernement nos relations – familiales, amicales, sociales, professionnelles – nous avons à savoir identifier notre place, nos « cercles d'intimité » .pour y placer ceux que nous cotoyons.*

- *Il nous faut connaître notre « lecture » de la relation, les influences et croyances qui nous ont façonnées – familiales, scolaires, politiques, religieuses, héroïques, etc –, et trier ce que nous voulons garder et rejeter.*
- *Nous devons prendre en compte les événements qui ont jalonné notre parcours de vie et influé sur notre vision du monde, pour repérer les traumatismes et trouver nos facteurs de résilience.*
- *Nous sommes inscrits dans un contexte social qui influe sur notre façon d'être au monde, parfois nous facilite les choses, souvent nous contraint.*
- *Nous avons à accepter qui nous sommes – notre corps, notre culture, notre intelligence, nos compétences- à sortir des notions de bien/mal, qualité/défaut et accepter notre Etre, pleinement, sous notre propre regard, souvent jugeant et intransigeant, pour exister sous celui des autres.*
- *Nous avons à repérer nos manques, nos frustrations, nos rancoeurs, comment nous les étouffons ou les nourrissons, à travers l'autre, en suradaptation ou en opposition, au détriment de la relation vraie.*

*Alors, après avoir mis en cohérence notre Etre intérieur,  
Ajustons avec honnêteté et humilité notre relation à nous même  
Au profit de relations plus saines et sereines avec l'autre !*

### **Le groupe résidentiel de thérapie**

*Le groupe est un lieu de soutien et de bienveillance dans un cadre respectueux, et confidentiel, qui nous permet d'oser Être qui nous devenons, en sécurité. L'implication, l'engagement authentique de chacun, nous font appréhender « ici et maintenant » nos mécanismes relationnels, notre façon d'être au monde, pour évoluer vers demain et ailleurs. .*

*Nous pouvons alors imaginer, choisir et expérimenter d'autres « ajustements créateurs », en Êtres responsables et conscients .*

道



Le chemin 道