

*« Faire l'expérience du groupe
et de la solidarité entre ses membres
prend un sens tout particulier
à une époque où les relations sociales
se trouvent parfois appauvries
et où trop souvent l'individu
souffre de solitude. »*

Qui sommes-nous ?

Nicolas Bay

Psychothérapeute systémicien,
psychodramatiste, psychologie clinique

Membre Abipfs, Efta, ABP, Alter-psy

Consultations privées

Rue de la Glacière, 59
5190 Moustier-sur-Sambre
baynicolas@live.be
0496/96.16.48

Pauline Chauvier

Psychologue clinicienne
et psychothérapeute systémicienne

Membre Commission belge
des psychologues, Uppcf, Fbp, Apsih

Consultations privées

Rue des Fondateurs, 21
5060 Tamines
paulinechauvier@gmail.com
0473/73.67.04



Thérapie de groupe

Un travail sur soi autrement...

En quoi consiste la thérapie de groupe ?

Cette démarche thérapeutique peut se faire en parallèle d'une thérapie individuelle.

Le patient peut trouver, au sein du groupe et chez les autres, appuis et ressources afin d'évoluer dans son propre cheminement et sa propre remise en question.

Cette thérapie propose, entre autres, de travailler les décalages entre les images de soi et celles renvoyées par les autres membres du groupe.

Pourquoi ?

Trouver une aide thérapeutique originale et différente du face à face de la thérapie individuelle.

Échanger avec d'autres sur ses difficultés, rencontrer d'autres qui vivent des difficultés semblables.

Dépasser des difficultés de verbalisation importantes de ses émotions.

Tenter de trouver une issue à ses difficultés alors qu'on a le sentiment de tourner en rond.

Trouver à la fois compréhension de son vécu et propositions de pistes concrètes.

Comment ?

Groupe de 5 à 10 personnes.

Méthode psychothérapeutique qui permet de regarder autrement ce qui a été vécu ou ce que l'on vit actuellement...

Susciter de la surprise, de l'étonnement, de l'inattendu, ouvrir de nouvelles pistes...

Indications :

Toute personne qui s'interroge sur les difficultés qu'elle rencontre :

- Difficultés relationnelles (famille, travail ou autres)
- Repli sur soi, solitude
- Sensation de se trouver dans une impasse
- Impression de tourner en rond
- Inefficacité de la thérapie individuelle
- Difficultés de verbalisation

Conditions :

Être majeur

Entretien individuel préalable obligatoire.

Prendre contact avec

Nicolas Bay au 0496/96.16.48

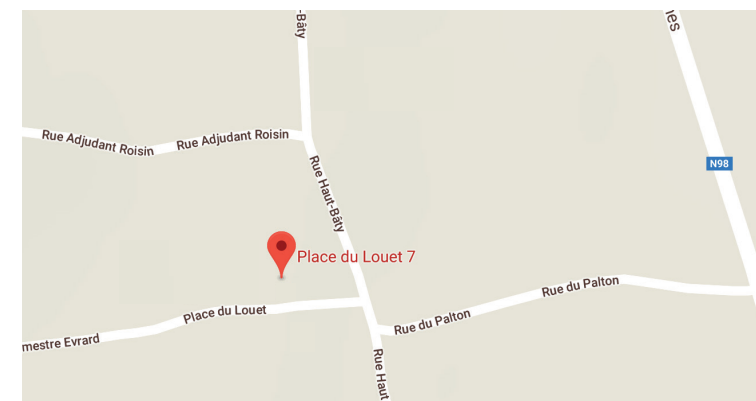
Quand ?

Séances d'une heure trente.
Une fois toutes les trois semaines.

Mercredi de 20h à 21h30

Où ?

Salle « 7 Imprévu »
Place du Louet, 7
5060 Arsimont



Prix :

25 euros par séance