



Un groupe continu de thérapie pour adultes surdoué(e)s, atypiques, hypersensibles... zèbres

Un espace pour explorer :

- La relation aux autres
- Les émotions
- Le rapport au corps
- L'image et la confiance en soi
- L'identité (Qui suis-je ?)
- ou tout autre sujet important dans un processus de changement

Et expérimenter de nouvelles façons d'interagir avec son environnement... sans masque, en authenticité... sans se perdre !



*Deviens ce que tu es.
Nietzsche*





Groupe de Gestalt Thérapie pour Zèbres Adultes

Pour Qui ?

Adultes : surdoué, atypique, surefficient intellectuel, haut potentiel intellectuel, hypersensibles... ou *Zèbre*.

Pourquoi en groupe ?

Ce groupe de psychothérapie s'adresse à toute personne touchée par les spécificités liées à la surdouance et à l'hypersensibilité : sentiment de décalage, relationnel compliqué, troubles affectifs, perturbation émotionnelle, manque de confiance en soi...

Le collectif décuple les interactions et favorise la prise de conscience de nos modes de fonctionnement dans l'ici et maintenant.

Les animateurs mettent en place un climat de sécurité et de bienveillance qui mobilise le potentiel de chacun.

Cet espace vous permettra de partager vos expériences de zèbres, d'expérimenter d'autres modalités d'être au monde, de trouver des ajustements relationnels bénéfiques.

Quand ? Où ? Combien ?

Réunion d'information : Voir le site

A Paris de 10H à 18H

130 euros la journée

Pour assurer la stabilité du groupe, nous demandons un engagement de participation sur un minimum de 4 regroupements.

Nos bases d'intervention

La Gestalt-thérapie est une approche thérapeutique utilisée en relation d'aide, psychothérapie et coaching. Elle permet de « donner forme » à ce qui se passe en nous, d'identifier et de modifier la façon dont nous sommes en relation avec nous-mêmes et avec notre environnement. Elle envisage la santé dans une perspective globale où corps et psyché sont simultanément pris en compte.

Elle réhabilite le ressenti émotionnel souvent censuré par la culture occidentale. Elle s'inscrit dans le courant humaniste et existentialiste.

Qui sommes-nous ?

Marie-Christine Cornou

contact@zebreandco.com

Gestalt-thérapeute - Coach

Sophie Dauge

isolde.dauge@gmail.com

Gestalt-praticienne – Clown Gestalt
