

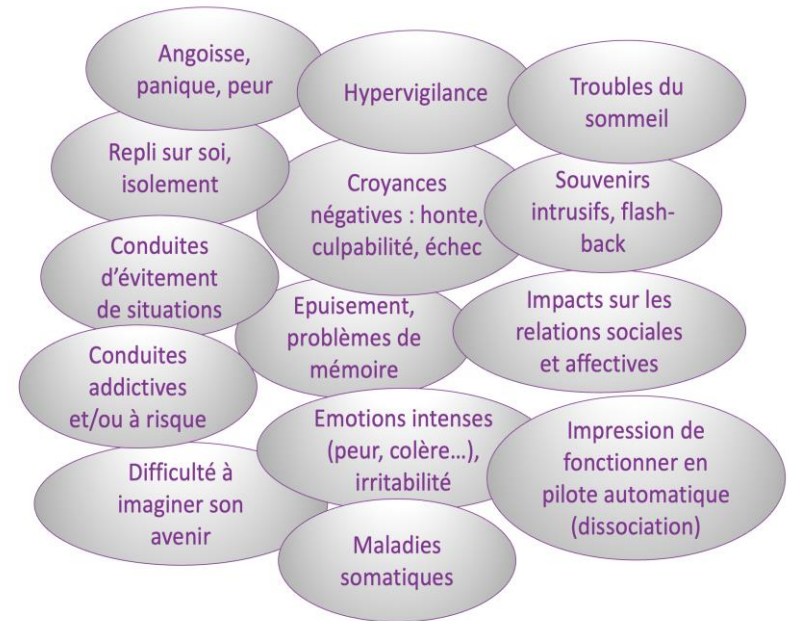


# Le Psychotrauma: Mieux le comprendre pour mieux l'apprivoiser

Le **psychotrauma** fait référence à une expérience émotionnelle (peur) intense et souvent dévastatrice qui a un impact profond sur la santé mentale et somatique d'un individu.

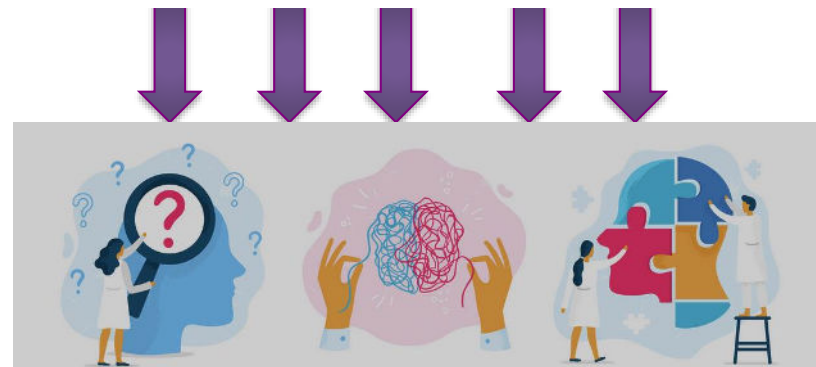
Ces traumatismes peuvent résulter d'événements tels que des accidents graves, des abus psychologiques, physiques ou sexuels, des catastrophes naturelles, des situations de violence... Ils peuvent également avoir une origine transgénérationnelle.

Alors que faire ? Reconnaître, accueillir, transformer pour développer pleinement son potentiel de vie.



**C'est ce que nous vous proposons lors de ce stage est un espace pour :**

- comprendre les mécanismes du trauma
- appréhender les impacts sur soi et l'environnement
- explorer les pistes de guérison
- partager son vécu
- aller plus loin dans l'accueil de soi
- assimiler sa propre histoire pour s'unifier, se réconcilier





# Stage - Le Psychotrauma: Mieux le comprendre pour mieux l'apprivoiser

## Pour qui ?

Ouvert à tous ceux et toutes celles que le sujet interpelle

## 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.*

## Le Gestalt-massage® (Sensitive Gestalt Massage®)

G. Germany est représentante Caraïbe de l'Institut Français de Formation Psychocorporelle (IFFP), spécialisé dans la dynamique corporelle en psychothérapie.

Cette technique permet l'expression des émotions liées aux difficultés et traumatismes simples ou complexes.

## Les thérapies centrées trauma

MC Cornou est formée à l'EMDR, à l'ICV et à la Théorie Polyvagale et à la Dissociation traumatique.

Ces approches permettent un regard spécifique sur le psychotrauma et offrent des outils pour surmonter les différents impacts et aller vers la guérison.

## Quand ? Où ? Combien ?

29-30 Novembre et 1er Décembre 2024

En Martinique

De 9H à 17H

450 euros les 3 jours

## Qui sommes-nous ?

Marie-Christine Cornou

Gestalt-thérapeute Titulaire du CEP

Praticienne EMDR et ICV

[contact@zebreandco.com](mailto:contact@zebreandco.com)

[www.zebreandco.com](http://www.zebreandco.com)

Ghilaine Germany

Gestalt-praticienne

Formatrice et praticienne en gestalt massage®

Maître Reiki

[ghilaine.germany@gmail.com](mailto:ghilaine.germany@gmail.com)

[www.gestaltcaraibes.com](http://www.gestaltcaraibes.com)