

Stage Découverte

Formation de Gestalt-Praticien 1^{ère} année

Ici et Maintenant
Créer sa vie



Ici et Maintenant

Créer sa vie

Introduction

La Gestalt-thérapie Intégrative est une thérapie humaniste. C'est aussi une attitude positive face à la vie, qui impacte votre état intérieur et votre environnement.

Ce n'est pas si simple de comprendre ce qu'est la Gestalt. C'est un nouveau paradigme, une nouvelle façon de voir le monde et les relations, qui diffère de la pensée ordinaire ou de la vision de la Psychanalyse classique qui imprègne la façon de penser de notre société.

Les concepts aident à faire des liens avec sa propre vie



- ▶ la Gestalt-thérapie Intégrative, une thérapie très concrète avec des applications pratiques immédiates.
- ▶ 2 jours pour découvrir notre école, notre façon de travailler, notre approche.
- ▶ un stage à la frontière : voir si vous avez envie de continuer.
- ▶ le pré-requis à l'entrée dans le cycle « La Force de la Gestalt » 1^{ère} année de formation.
- ▶ un stage en soi avec des outils pratiques, pour Ici et maintenant commencer à créer sa vie.
- ▶ enseignement des fondamentaux de La Gestalt-Thérapie Intégrative.

Objectifs pour ce premier stage

- ▶ Faire l'expérience pratique de la Gestalt-thérapie Intégrative.
- ▶ Découvrir les bases théoriques de la Gestalt-thérapie Intégrative.
- ▶ Ressentir, vivre un stage à l'IFAS pour s'engager plus sereinement dans le cycle « La Force de la Gestalt ».
- ▶ Acquérir dès le premier stage des outils de communication et de gestion de la relation.
- ▶ Pour ceux qui sont en Gestalt-Thérapie ou qui comptent en suivre une : mieux comprendre la méthode et ses applications.

Ces 2 jours peuvent être entrepris comme une démarche de développement de ses ressources personnelles et comme le premier stage de la première année d'une formation professionnelle à la Gestalt-thérapie Intégrative.

À la fin de ces 2 jours l'étudiant aura un entretien individuel avec le formateur et pourra, postuler pour le cursus de Gestalt-Praticien en remplissant, sa demande d'admission qui sera étudiée en commission.

Structure des cours



Les journées sont construites de la manière suivante : une partie théorique et une partie intégration par des partages et des liens avec votre propre histoire.

Vous aurez tout au long de ces 2 jours des temps d'enseignement théorique, de la méditation, de nombreux exercices de clarification et d'apprentissage de la méthode, du travail psycho-corporel.

Vous commencerez à comprendre, à ressentir la posture humaniste enseignée à l'IFAS afin de développer votre savoir être et votre savoir faire.

Programme de la 1^{ère} année La force de la Gestalt

- ▶ **Ici et Maintenant créer sa vie (pré-requis au reste du programme)**
- ▶ Comment gérer son Stress
- ▶ La communication consciente niveau I
- ▶ La confiance en soi
- ▶ Le couple, les relations
- ▶ Définir ses objectifs
- ▶ Etre et Agir dans son environnement
- ▶ Récolte et Ajustements créateurs

Dates

Paris

Date week-end découverte Paris promo 1 : 5 et 6 novembre 2011

Pour les autres promotions nous consulter

Pour information voici les dates de la 1^{ère} année qui suivent le week-end découverte :

2011 : 3 et 4 déc. **2012** : 4 et 5 fév. - 17 et 18 mars - 12 et 13 mai - 9 et 10 juin - 15 et 16 sept. - 27 et 28 oct.

Dates journées découverte semaine Paris :

lundis 14 et 21 novembre 2011

Pour information voici les dates de la 1^{ère} année qui suivent les journées découverte :

2011 : 5 et 12 déc. **2012** : 16 et 23 janv. - 6 et 13 fév. - 19 et 26 mars - 9 et 23 avril - 11 et 18 juin - 17 sept. et 1^{er} oct.

Marseille

Date week-end découverte Marseille : 3 et 4 décembre 2011

Nous consulter pour les dates de la formation

Nantes

Dates journées découverte Nantes :

vendredi 7 et samedi 8 octobre 2011

Pour information voici les dates de la 1^{ère} année qui suivent le week-end découverte :

2011 : 2 et 3 déc. **2012** : 30 et 31 mars - 27 et 28 avril - 25 et 26 mai - 8 et 9 juin - 29 et 30 juin - 21 et 22 sept.

Programme découverte



- ▶ Le concept de L'ici et Maintenant
- ▶ Neurosciences et psychothérapie
- ▶ Le cadre
- ▶ Bref historique de la Gestalt
- ▶ De la Gestalt à la Gestalt-thérapie Intégrative
- ▶ Qu'est ce qu'une Gestalt-thérapie
- ▶ La Gestalt Positive Attitude
- ▶ Organisme et environnement
- ▶ Ajustement et page blanche
- ▶ Méditation et neurosciences
- ▶ Frontière contact
- ▶ Le cycle en Gestalt
- ▶ La formation à L'IFAS – les thèmes de l'année