

La thérapie en groupe

Elle permet, si l'on y est prêt, une plus rapide prise de conscience de sa manière d'être et d'agir : elle peut être vécue différemment selon les parcours de chacun et selon les moments de son existence, et représenter un soutien, une stimulation, une difficulté, soulever des mécanismes de peurs et de défenses archaïques, des stratégies de pouvoir, de séduction, ou de retrait. Dans tous les cas, dans les projections inmanquablement à l'œuvre dans n'importe quel groupe, l'opportunité de voir ses fonctionnements, ses personnages « privilégiés », et l'opportunité de faire l'expérience d'ouvertures et quelquefois de comportements nouveaux.

Preennent place dans ce type travail :

La créativité,

- le dessin et la peinture- l'expression gestuelle

- le psychodrame

La relation au langage du corps

Un travail de réflexion sur soi-même

Le travail avec les rêves

La parole et l'écoute, d'une manière centrale.

Et, de surcroît, les effets relationnels des stages en résidentiel : la rencontre conviviale des autres, la possibilité d'un certain ressourcement dans la nature et d'un temps que l'on accorde à son propre chemin intérieur.