

Charte du groupe JADE

Pourquoi le groupe

- Partager nos expériences, nos émotions, nos doutes dans la sécurité de la confidentialité.
- Favoriser des lieux d'appartenance.
- Rebondir sur les suggestions du groupe. Trouver soutien et options nouvelles pour sortir des impasses ou des inhibitions.
- Traverser les crises et les difficultés sans le poison de la **solitude**.
- **Apprendre à faire confiance** à ce que nous ressentons et à le partager en toute sécurité.
- Grâce à ce temps suspendu, nous permettre de nous **exprimer**, de découvrir nos zones d'ombre, de régresser afin de soigner nos blessures.
- Reconnaître que nos difficultés **sont en nous** et non chez l'autre.
- **Oser changer dans le groupe pour avancer dans la vie.**

Les objectifs

Retrouver énergie et confiance, **changer son regard sur soi et sa relation aux autres**.

Accepter les pertes et les séparations, **reconnaître et prendre sa place**, trouver en soi la joie et le plaisir de réaliser, dans le groupe, à la fois miroir, écho, protection et lieu d'expériences.

Des groupes continus privilégient les conditions d'un changement en profondeur.

Les moyens

Retrouver notre énergie en **exprimant nos émotions plutôt qu'en les expliquant**.

Partager ses expériences, exprimer ses émotions, parler de ses difficultés, ce qui permet de découvrir nos zones d'ombre, de régresser afin de soigner nos blessures.

Ces temps particuliers permettent de faire l'expérience de l'appartenance, du réconfort, des conflits... des sympathies ou désaccords, comme dans une famille.

Le groupe existe grâce à une frontière : c'est une enveloppe. Délimitation qui inquiète quand elle est associée à la dérive sectaire. La secte, elle, justifie sa fermeture par la méfiance à l'égard de l'extérieur.

Les conditions particulières de sécurité

La 1ère séance est un « groupe découverte offert ».

Ensuite, l'appartenance à un groupe devient un engagement et est garantie par la présence à toutes les séances et, à défaut, par leur règlement ou remplacement avec un autre atelier.



L'entreprise Dynamic

Cette structure, pilotée par Nicolas Chatain et Geoffroy de Boissieu, permet à des psychologues de se retrouver pour travailler sur la notion de groupe et d'être supervisés par Aliette de Panafieu.

Par ailleurs, Dynamic assure l'administratif de ces groupes et vous enverra directement les liens nécessaires.