

Qui suis-je?

- **Elsa Grünfeld**
Psychopraticienne en
Psychosynthèse -
Psychanalyste



Cabinet de Psychothérapie

1 rue Georges Clémenceau 24100
Bergerac
ou Lieu-dit Barjeau 47120 Loubès
Bernac

Tél : **06 13 67 88 46**
Adresse mail :
contact@elsagrundefeld-therapeute.fr
Site Internet :
www.elsagrundefeld-therapeute.fr

Le couple, un cheminement à deux...

*Vous rencontrez des difficultés dans
votre couple, votre vie à deux vous
paraît peu satisfaisante, vous souhai-
tez évoluer avec votre partenaire mais
comment ?*

*Je vous propose une approche dyna-
mique pour vous accompagner sur
votre chemin...*

*Cabinet de Psychothérapie—1 rue Georges
Clémenceau 24100 Bergerac ou Lieu-dit
Barjeau 47120 Loubès Bernac*

Une approche systémique et humaniste

Le couple est plus qu'une interaction à deux. Il est issu également d'un héritage ancestral, d'une histoire individuelle, familiale, collective.

Il est donc mû par des ressorts inconscients (individuels et de couple) et ces éléments ne sont en général pas ceux spontanément compris comme pouvant expliquer la rencontre, les difficultés relationnelles, etc. Pourtant, leur découverte et compréhension sont essentielles au cheminement du couple.

Mon approche prend en compte toutes ces dimensions par un travail sur les différents niveaux :

◆ *Les processus relationnels*

◆ *Les processus inconscients*

⇒ Par le biais d'un accompagnement du couple

⇒ Et si besoin d'un accompagnement individuel par un thérapeute de votre choix

Les outils

◆ La Psychosynthèse

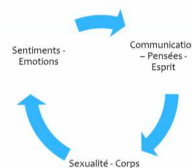
fondée par le Docteur Roberto Assagioli au début du 20^{ème} siècle, se base sur les capacités de croissance de chacun et propose un mouvement d'ouverture et une recherche du sens de la vie.

◆ L'approche globale

L'accompagnement des couples est un accompagnement complet et dynamique prenant en compte l'ensemble des facettes de la relation et des besoins.

Il s'entend comme un accompagnement de « l'entité couple ». Ainsi, je reçois ensemble les deux partenaires. Pendant la totalité du cheminement, j'alterne entre des phases d'analyse et des exercices ou des activités permettant l'élargissement du champ de conscience.

Cette approche permet une plus grande liberté, de vivre ou de revivre des situations dans un cadre sécurisé, d'être en contact avec les trois composantes humaines (corps, émotions, esprit) et de les harmoniser.



Informations pratiques

Les séances ont une durée de 45 minutes à 1 heure. La fréquence en est définie conjointement.

Chaque partenaire peut être accompagné individuellement, s'il ou elle en ressent le besoin par le thérapeute de son choix.

Les séances ont lieu soit à Bergerac soit à Loubès Bernac

Tarif des séances : 45€

« Dans les thérapies conjugales, je ne m'attache pas à chacun des membres du couple. Mon pari de thérapeute est de tout mettre dans le pot commun ». S. Hefez, *La danse du couple*

« Plus nous serons conscients de notre conduite collective et individuelle dans cette rencontre de la différence des sexes, plus nous avancerons dans une vie réconciliée ». P. Salomon, *La sainte folie du couple*