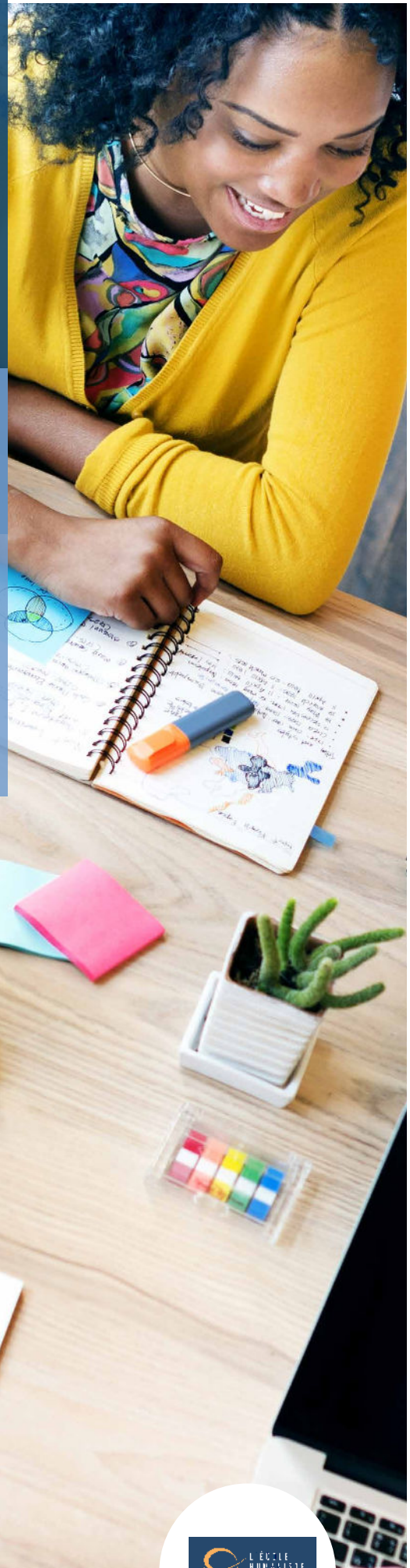


# STAGE NOUVEAU DÉPART

OFFREZ-VOUS  
L'ÉXPÉRIENCE GESTALT

*2 jours pour transformer  
complètement  
votre vie professionnelle  
et personnelle !*



## PUBLICS

Le stage **Nouveau Départ s'adresse à tous**, que vous soyez débutant, étudiant, en reconversion professionnelle ou que vous exerciez déjà une activité de thérapeute.

« Vous êtes intéressé par la Gestalt-thérapie », vous aimeriez découvrir la philosophie, les concepts et les fondements de cette psychothérapie, vous souhaitez en savoir plus sur les formations que L'IFAS propose, sa pédagogie et les cursus de formation.

## OBJECTIFS

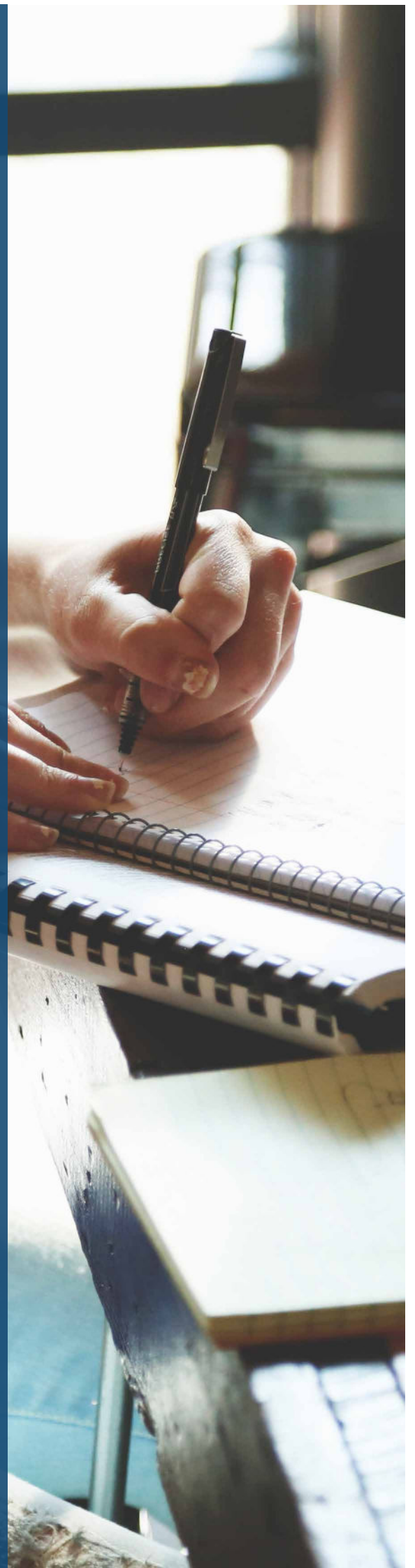
- ✓ *Découvrir les connaissances théoriques de la Gestalt-thérapie Intégrative.*
- ✓ *Vivre les concepts essentiels et les techniques de cette approche novatrice pour ensuite améliorer votre vie et celle d'autrui*
- ✓ *Effectuer un travail sur soi sur des thèmes essentiels comme l'importance de l'ici et maintenant en Gestalt.*
- ✓ *Expérimenter la méditation comme outil de centrage*
- ✓ *Repartir avec des outils pratiques à utiliser dans votre vie personnelle et professionnelle et des exercices de travail sur soi à essayer*
- ✓ *Partager votre expérience avec d'autres stagiaires et découvrir notre école, son cadre et ses valeurs humanistes*
- ✓ *Trouver des réponses concernant le programme de formation certifiante de Gestalt-praticien et Gestalt-thérapeute de L'IFAS et ses diplômes*



# CONTENU

## AU PROGRAMME :

- 1 Le concept de l'ici et maintenant
- 2 La maîtrise du temps (présent - passé - futur) : vivons-nous le présent ?
- 3 Les secteurs de ma vie : quel nouveau départ puis-je prendre ?
- 4 Le concept de la page blanche
- 5 La méditation : psychothérapie et méditation
- 6 L'impact de la méditation sur notre état intérieur
- 7 Qui suis-je ? Théorie du Self en Gestalt
- 8 La posture du thérapeute - L'écoute et les interventions en Gestalt
- 9 Le cycle de l'expérience - objectifs - résistances à changer
- 10 La Gestalt, une thérapie et des outils de transformation à expérimenter
- 11 Le sens d'une formation à la Gestalt-thérapie intégrative





## BONUS :

- Un accès immédiat à votre premier cour de Gestalt en ligne (aussitôt après votre inscription)
- Les interventions personnalisées du formateur.
- Remise de votre dossier pédagogique
- Les exercices et outils à appliquer tout de suite dans votre vie.



**En extra BONUS : un entretien privé par téléphone avec votre formateur pour vous offrir un suivi après votre stage.**

## À LA FIN DE VOTRE STAGE

Au bout de seulement 2 jours vous y verrez « plus clair » – vous saurez par quel « bout » commencer pour construire une vie comme vous la désirez vraiment. Vous serez passé à l'action. Vous aurez pris conscience de ce que vous devez vraiment faire pour avancer et tout ce que ça va changer pour vous et votre entourage, professionnel et privé.

Vous aurez intégré un groupe de personnes qui a les mêmes valeurs que vous. Une communauté bienveillante – dans le non jugement et l'acceptation.



À la fin du Stage Nouveau Départ **vous aurez déjà augmenté votre niveau de bonheur et votre confiance en vous.**

## MODALITES

2 jours de stage intensif avec des temps d'enseignement, des exercices pratiques et des partages.



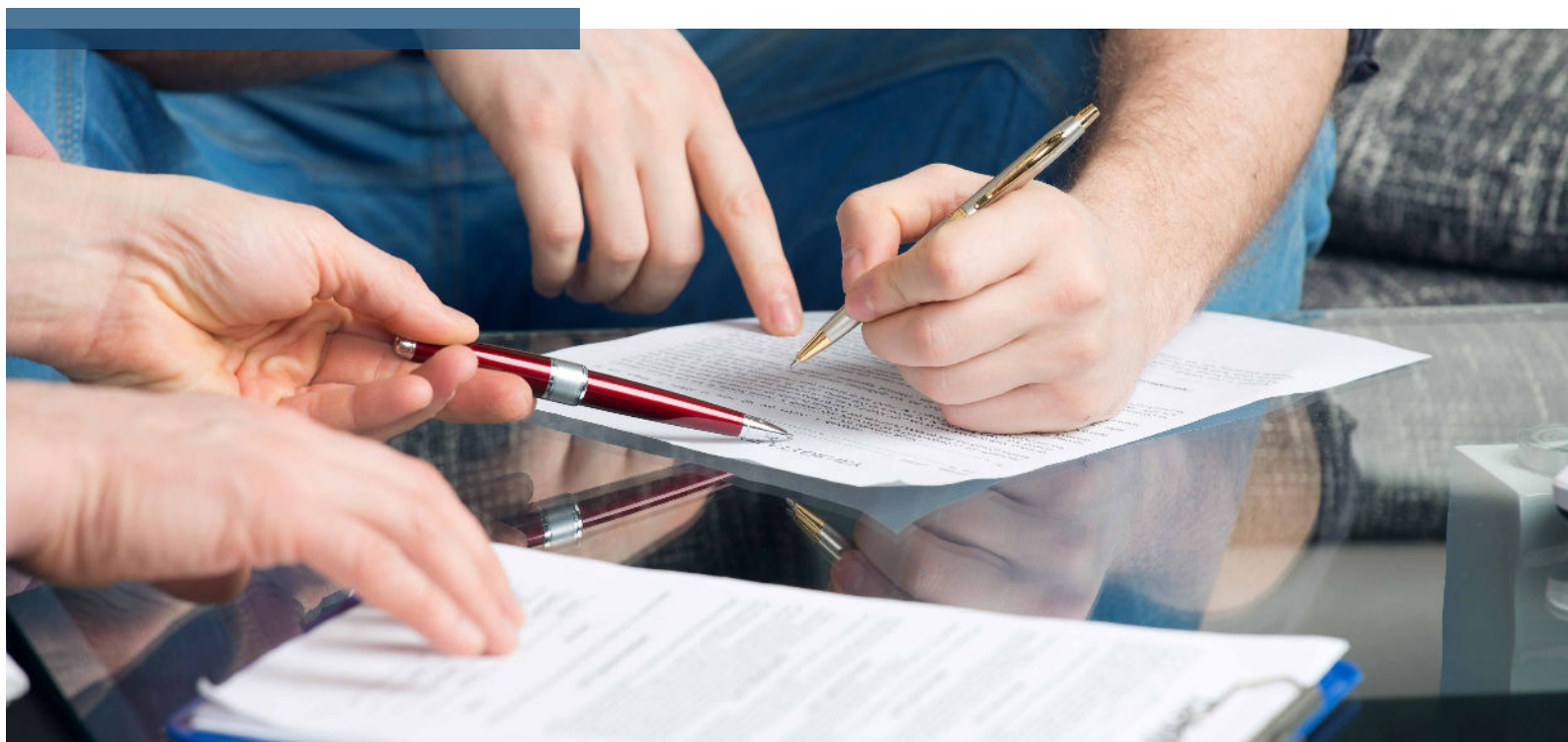
**Samedi** : 9h45 à 17h30  
**Dimanche** : 9h45 à 17h15



**5 villes en France et en numérique:**  
*Paris / Lyon / Marseille / Nantes /  
Bordeaux / en ligne*



[Vous inscrire](#)



# INTERVENANTS EQUIPE PÉDAGOGIQUE



**CATHERINE CYLER**  
*Thérapeute et formatrice*



**JEAN-MARC JOLY**  
*Thérapeute et formateur*



**FRÉDÉRIC HAZERA**  
*Thérapeute et formateur*



## QUI SOMMES NOUS ?

- › Une école qui propose des formations certifiantes à Paris, Marseille, Nantes, Bordeaux, Lyon et en ligne
- › Un réseau de thérapeutes formés et certifiés par notre école
- › Une méthode novatrice, la Gestalt-thérapie Intégrative
- › Des stages de développement personnel
- › Une philosophie de vie positive et réaliste
- › Des valeurs humanistes

**Arnaud Sebal est le directeur de l'IFAS et est titulaire du Certificat Européen de Psychothérapie (CEP).**

Arnaud SEBAL a rencontré le développement personnel très tôt, il pratique la méditation depuis l'âge de 18 ans ! Et depuis ce jour, il a à coeur d'aider les personnes à améliorer leur vie. Il a su très jeune ce qui animait son coeur et ce qu'il désirait apporter comme valeur ajoutée au monde.

Arnaud a effectué un travail thérapeutique approfondi sur-lui même et a continué son développement personnel en permanence. Cela lui a permis de grandement s'ouvrir aux autres et au monde. **Depuis 1994, date de la naissance de notre École, des milliers de personnes ont transformé leur vie grâce à la Gestalt-Thérapie.**

Il a conduit aussi des Gestalt-thérapies en individuel, en groupe, ainsi que des thérapies de couple depuis plus de 20 ans. Il a su rassembler autour de lui une équipe stable et soudée unis par les mêmes valeurs.

« La Gestalt-thérapie c'est ma vocation c'est pour ça que j'ai fondé l'IFAS : L'École Humaniste de Gestalt. La Gestalt-thérapie de notre école est unique, je l'ai enrichie de mes propres découvertes. »



# TÉMOIGNAGES



**SABINE HÄNEL**  
Thérapeute



Le concept d'un stage Nouveau Départ de 2 jours entiers me semblait adéquat pour pouvoir tester ce souhait d'entreprendre une formation. **Il s'agissait de bien plus qu'une réunion d'information comme peuvent proposer d'autres formations.** Il s'agissait de tester en live.

Le stage très riche et très rythmé est passé à toute vitesse mais j'avais déjà eu l'impression d'être transformée. Tout d'abord, j'étais heureuse de découvrir que les valeurs que je portais au fond de moi de bienveillance, de non jugement ainsi que toutes les valeurs de l'IFAS pouvaient être partagées par d'autres et surtout énoncées comme cadre.

J'ai vécu mon retour de stage comme **transformée par une émotion proche du coup de foudre.** Je sais que le mot est fort mais c'est véritablement ce qui s'est passé au fond de moi. J'avais rencontré le métier qui me ressemblait et que j'avais envie d'exercer sans me forcer à être quelqu'un d'autre.

**C'était une révélation J'étais fermement décidée à tout faire pour apprendre et devenir gestalt-thérapeute.** Aujourd'hui, j'ai terminé le deuxième cycle de la formation Gestalt-praticien et j'ai été diplômée au mois de janvier. J'ai ouvert mon cabinet, j'ai présenté ce qu'était la Gestalt à mes relations et je commence à recevoir des clients.



Lorsque je cherchais une école de formation pour devenir thérapeute, l'offre me semblait vaste, mais je retombais invariablement sur l'IFAS. **Le choix fut facile : la méditation y avait sa place, ce qui était un argument important pour moi.**

Je suis donc allée au stage Nouveau Départ et je me suis sentie naturellement chez moi. J'étais en accord avec tout ce que j'entendais, je partageais la même conception du monde et de l'être humain. J'ai découvert qu'en plus du contenu théorique et pratique, il s'agissait d'une école de transformation de l'être. Une transformation dans la profondeur, lente et patiente, pour «être gestalt thérapeute et non faire de la gestalt thérapie».

L'accueil et l'attention qu'accordent les formateurs à leurs étudiants m'ont touchée aussi. Je me suis sentie respectée dans mes rythmes d'apprentissage et respectée tout court, mais d'une manière peu commune, parce que la conscience est au cœur de cet enseignement.

Des outils concrets m'ont été donnés, dès le stage découverte, pour vivre mon quotidien avec plus de conscience, plus de joie, être concrètement dans une plus belle qualité d'être avec ma famille, mes amis, dans ma vie professionnelle aussi.

**L'IFAS pour moi, c'est avant tout une belle aventure humaine et une extraordinaire aventure intérieure.**



**AXELLE CORBIN**  
Thérapeute



## QU'EST-CE QUE LA GESTALT?

La Gestalt-thérapie c'est une psychothérapie humaniste, des concepts et des outils puissants pour vous découvrir davantage et prendre votre vie en main.

Sa grande force c'est son approche globale, elle prend en compte l'être humain dans toutes ses dimensions, dans sa globalité : corporelle, émotionnelle, mentale, sociale et spirituelle. Elle permet de transformer ses difficultés et aussi de rechercher le sens et la direction à donner à sa vie.

***C'est une aussi une philosophie de vie, positive et créative.***



[www.gestalt.fr](http://www.gestalt.fr)

---

IFAS – L'École Humaniste de Gestalt  
22, rue de l'Arcade – 75008 PARIS  
Téléphone : 01 44 59 37 27