

La relation à deux est une co-création permanente faite de constants positionnements et ajustements.

De ce subtil équilibre entre les désirs de l'un et les envies de l'autre naît l'alchimie au bien être où les limites de chacun, exprimées et entendues, favorisent la co-contruction du couple et son inscription dans la durée.

Nous vous proposons de devenir les alchimistes de votre relation au travers un cycle de 4 WE abordant les essentiels de cette vie à deux qui s'offre à vous.

Au cours de ce cycle, nous aborderons le couple et ses enjeux, l'impact des conflits sur la relation, la relation et l'intimité, enfin la sexualité, l'érotisme et le désir.

Nous proposons ce processus thérapeutique au sein d'un groupe constant et intimiste favorisant la sécurité, les échanges et le dévoilement progressif de chacun et du couple.

4 WE pour explorer les dimensions majeures de la relation et du couple.

*Un processus de connaissance de soi progressif sur 4 WE pour explorer toutes ces dimensions et les intégrer au quotidien dans votre relation.
Cette démarche demande un engagement pour les 4 stages.*

Tarif 1 800 € pour le couple pour le cycle. Sur inscription uniquement.

A l'Athantor

24 rue de l'Opéra- Aix en Provence

06 22 70 81 74 - 06 74 42 78 28

contact@carlottamunier.com - gallen.herve@orange.fr

www.carlottamunier.com



Je + Toi = Nous



4 Week-Ends
pour explorer et enrichir
votre relation de couple.

2022

Animés par
Carlotta Munier et Hervé Gallen



“ L’imagination est la plus sûre des valeurs d’un couple. Ne vous laissez pas aller à des schémas tout prêts, inventez votre couple à votre façon ! ”

(Philippe Brenot)

Un stage de couple est constitué de plusieurs individus formant des couples. Chacun est riche d'une histoire, d'un parcours, de trésors et de difficultés qu'il peut partager à l'occasion de ce moment privilégié.

Le groupe est un espace d'exploration, de partage et d'expérimentation. Vous serez proposés des exercices, des mises en situation, des jeux et des questionnements afin d'explorer les dimensions de la vie de couple et apprendre à nourrir la relation au quotidien dans le respect de soi et de l'autre.

C'est un lieu de soutien dans lequel chacun va évoluer, partager, se questionner, vivre des émotions, réagir ou observer. Chaque participant est amené à vivre des expériences nouvelles, faire des prises de conscience, avancer et s'enrichir, dans un cadre sécurisé et protecteur.

Ce processus alchimique peut être un réel "booster" dans cette période de votre vie de couple. Et peut se révéler être très complémentaire d'une thérapie ou d'une médiation, le groupe permettant des opportunités de "travail" que l'espace individuel ne peut offrir.

30 avril - 1er mai
Le Couple et ses enjeux.



1 - 2 octobre
La relation et l'intimité

11 - 12 juin
L'impact des conflits sur la relation



10 - 11 décembre
La Sexualité, l'Erotisme et le Désir

**Je + Toi
=
NOUS**

Le couple est l'espace où s'exercent à la fois l'opportunité et la difficulté de rester soi-même dans le lien à l'autre. Un processus dédié au couple est alors l'occasion de l'apprentissage de la relation "Je - Nous" afin de sortir de carcans pour inventer son propre couple. Cela implique de prendre le risque de sortir du connu, de lâcher le contrôle et d'avancer l'un vers l'autre.



Le couple et ses enjeux

Genèse et histoire du couple - Le projet du couple - La métaphore du couple - Les valeurs dans la relation.



L'impact des conflits sur la relation

Les besoins et les attentes - Les différences hommes/femmes. Les enjeux et la lutte de pouvoir - Les sources de conflits - Les modes d'attachement - Les polluants relationnels - La gestion et la négociation.



La relation et l'intimité

De la passion à la relation - L'histoire personnelle et l'estime de soi - La relation, l'intimité et la communication - Ce qui nourrit le couple.



La sexualité, l'érotisme et le désir

La mésestime, les troubles - Les idées reçues et les représentations - Le désir - L'épanouissement sexuel et relationnel - L'érotisme une co-responsabilité.

Carlotta Munier est Gestalt thérapeute, thérapeute intégratif, sexothérapeute, thérapeute de couple, superviseur et formatrice. Elle anime des groupes de thérapie et de supervision, des stages de développement personnel et de Tantra, des groupes de femmes, des conférences, des ateliers d'écriture érotiques, des ateliers autour de la sexualité. Fondatrice et directrice de l'Institut Français de Formation en Sexothérapie.

Hervé Gallen est Somathothérapeute pléni-intégratif, praticien en Sexothérapie, coach individuel et en entreprise, organise et anime des stages de développement personnel et de Tantra.

Carlotta Munier est autrice de 3 ouvrages : Sexualité Féminine : vers une intimité épanouie et Sexualité Masculine : puissance et vulnérabilité. Le Couple, l'Intimité et la Sexualité.

Groupe constant et nombre de place limité. Engagement pour le cycle complet (2022).