

# Écoute et soutien mutuel

*«Écouter pour mieux s'entendre»*



groupe d'entraide  
psychologique

Pour vous préparer aux Entretiens d'Entraide  
Psychologique, le GEP vous propose pour 2014-2015

**12 rencontres de Novembre à Juin dont :**

➤ 6 journées expérientielles (11H00 – 17h30)

8 Novembre et 13 Décembre 2014  
10 Janvier, 7 Mars, 11 Avril et 6 Juin 2015

➤ 6 séances techniques aux mêmes dates :

*(de 9h30 – 11h00)*



## Mieux se connaître pour mieux s'entraider

Fondé en 1990 par les psychologues - psychanalystes, Chantal et Jean-Marc Henriot, le **GEP** est une association qui propose une formation à l'écoute aidante et au soutien mutuel, basée sur la pratique d'entretiens individuels.

Après un temps de formation initiale, peut commencer la pratique suivie d'entretiens individuels réciproques, régulés et accompagnés au sein d'un groupe continu.

Dans un cadre qui garantit la sécurité nécessaire, simplement et à son rythme, chacun peut au

- **Ecouter et être écouté,**
- **Accepter et être accepté,**
- **Soutenir et être soutenu.**



## Pour une vie plus pleine

La taille du groupe, la fréquence et la durée des rencontres, favorise pour chacun :

- **le développement de la confiance envers lui-même et les autres,**
- **la libération progressive des entraves à l'épanouissement personnel,**
- **le sentiment d'une vie plus pleine.**



## Un constat et deux idées-forces

✓ Dans notre culture, il est souvent difficile d'établir des **relations authentiques**, profondes, nourrissantes, qui ne soient pas piégées par des jeux relationnels et des « masques ». De ce fait l'individu est souvent très seul pour gérer ses vécus affectifs.

- Pourtant, chacun dispose d'un **centre intérieur fiable** sur lequel il peut s'appuyer pour trouver ses propres forces d'auto-direction. Le point important est de découvrir les voies
- les moyens pour s'y connecter.
- Certaines **techniques simples**, rendues simple d'accès, permettent de s'aider les uns les autres au point de vue psychologique. Ainsi, en ne donnant ni conseils ni interprétations, mais en ayant une forme spécifique de présence et d'écoute, il est possible de catalyser les énergies internes de la personne écoutée. Recentrée, elle retrouve une plus grande autonomie et plus de légèreté par rapport à des vécus difficiles.

- A noter que les collations seront prises en commun, chacun apportant de quoi se restaurer



groupe d'entraide  
psychologique

Pour tout complément d'information n'hésitez pas à vous adresser au **GEP** :

c/o Robert MAIBAUM

11 allée des Ormes  
77360 Vaires-sur-Marne  
☎ 01.60.08.82.46 ☎ 06.18.76.45.89  
[rmaibaum2000@yahoo.fr](mailto:rmaibaum2000@yahoo.fr)

ou à visiter notre site : [gép-asso.com](http://gép-asso.com)

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## Année 2014-2015

Je soussigné(e)

Mr            Mme            Melle

NOM ..... Prénom.....

Adresse.....

.....

Code postal ..... Ville.....

Tél. .... Email .....

- 
- Confirme mon inscription au **Groupe d'Entraide Psychologique** de Paris pour l'année 2014-2015
  - Je vous adresse ce jour **1 chèque de 90 €** ci-joint pour adhésion et réservation

Je réglerai le solde comme suit (cocher les cases vous correspondant :

- TARIF NORMAL : 33 € mensuel/8 mois (remettre les 8 chèques encaissés mensuellement lors de la première journée du 8 Novembre 2014 ou seulement 2 chèques de 130 € encaissés en octobre et décembre)**
- TARIF REDUIT (sur justificatif) : 22 € mensuel/8 mois (remettre les 8 chèques encaissés mensuellement lors de la première journée du 8 Novembre 2014 ou seulement 2 chèques de 80 € encaissés en octobre et décembre)**

Date .....

Signature.....

---

*Ce bulletin d'adhésion, accompagné de votre (vos) chèque(s) libellés à l'ordre du **GEP**, est à envoyer à :*

Robert MAIBAUM  
11 allée des Ormes  
77360 Vaires-sur-Marne