

A stylized blue profile of a human face, facing right. The face is filled with a solid blue color. Overlaid on the face are large, black, sans-serif letters. The letters are arranged in a way that they appear to be part of the face's structure. For example, the letter 'C' is positioned where an eye would be, and the letter 'H' is on the nose. The letters 'P', 'S', 'Y', 'O', 'R', 'S', 'A', 'P', 'I', 'É', 'E' are scattered across the face and neck area. The background is white.

Nathalie

Casabo

Emprin

Gestalt-thérapeute
Alcoologue

P
S
C
Y
H
O
R
S
A
P
I
É
E

« Un bon thérapeute n'utilise pas de techniques : il s'utilise lui-même dans la situation, se met au service de celle-ci avec ses connaissances, ses habiletés, son expérience de vie, tout ce qu'il a intégré, qui fait partie de lui et se trouve accessible à tout moment de la thérapie. »

Laura Perls, co-fondatrice de la Gestalt-thérapie,
Vivre à la frontière.

La Gestalt-thérapie

Gestalt, "forme", vient du verbe allemand "gestalten", signifiant "prendre forme, s'organiser, se révéler, configurer, se créer"

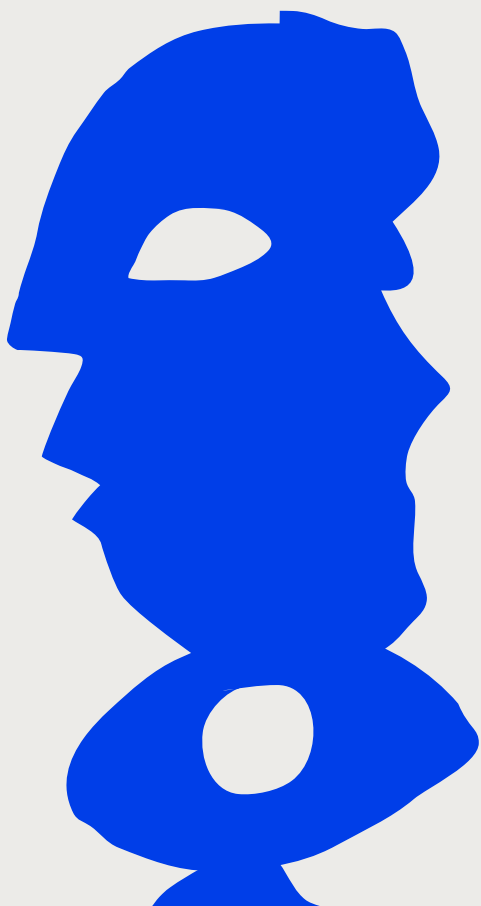
La Gestalt-thérapie prend en considération toutes les dimensions de l'être : corporelles, sensorielles, émotionnelles, intellectuelles, spirituelles, sociales... et envisage la personne comme un tout indissociable de son environnement.

La personne n'est plus la seule coupable/responsable de ses difficultés et souffrances; celles-ci sont interdépendantes et articulées aux interactions entre l'organisme et l'environnement dans lequel elle évolue.

Le travail thérapeutique vise à mettre à jour, dans "l'ici et maintenant" notre façon d'interagir, en se concentrant plus sur le "comment" que sur le "pourquoi", afin que le "pour quoi", "l'ensuite"¹ puissent devenir créatifs.

Centrée sur notre manière d'être aujourd'hui présents au monde, la Gestalt-thérapie permet de prendre conscience des mécanismes répétitifs du passé, d'expérimenter de nouvelles pistes dans la libre construction de sens, la recherche et la réalisation de changements dans notre existence.

¹ On oublie souvent le "Next" de la célèbre maxime gestaltiste "Here, Now and Next" soit "Ici, Maintenant et Ensuite"



Mon parcours



Après avoir travaillé vingt ans dans l'art contemporain (photographe, galeriste, agent d'artistes), j'ai passé une dizaine d'années à étudier la philosophie¹, et à me former à la Gestalt-thérapie² et à l'alcoologie³.

Ainsi que l'exige la déontologie gestaltiste, un travail sur soi est nécessaire pour devenir psychothérapeute. J'ai commencé une psychanalyse en 1989 et ai suivi plusieurs psychothérapies depuis. Lorsque j'ai découvert la gestalt-thérapie, ce fut une libération qui a réorienté ma vie et m'a décidée à m'y former.

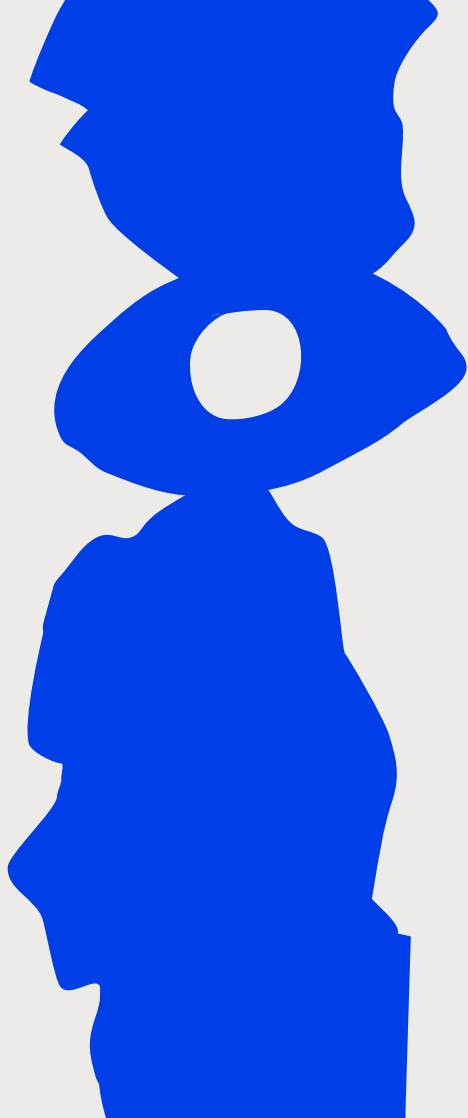
Depuis 2008, j'exerce en libéral à Lyon. Je reçois des adultes et des adolescents en individuel et en groupe, ainsi que des couples et parfois des familles. Je fais aussi de l'analyse de pratiques auprès de collectivités publiques, et suis toujours formatrice à l'association Sarahca, organisme de formation dédié à l'accessibilité et l'accueil des personnes en situation de handicap, que j'ai co-créé en 2008.

(www.sarahca.com)

¹ Master I de philosophie sur le handicap, Université Jean Moulin, Lyon 3.

² Diplômée de l'Institut Français de Gestalt-Thérapie.

³ DU, Université Claude Bernard Lyon 1.



Mon accompagnement

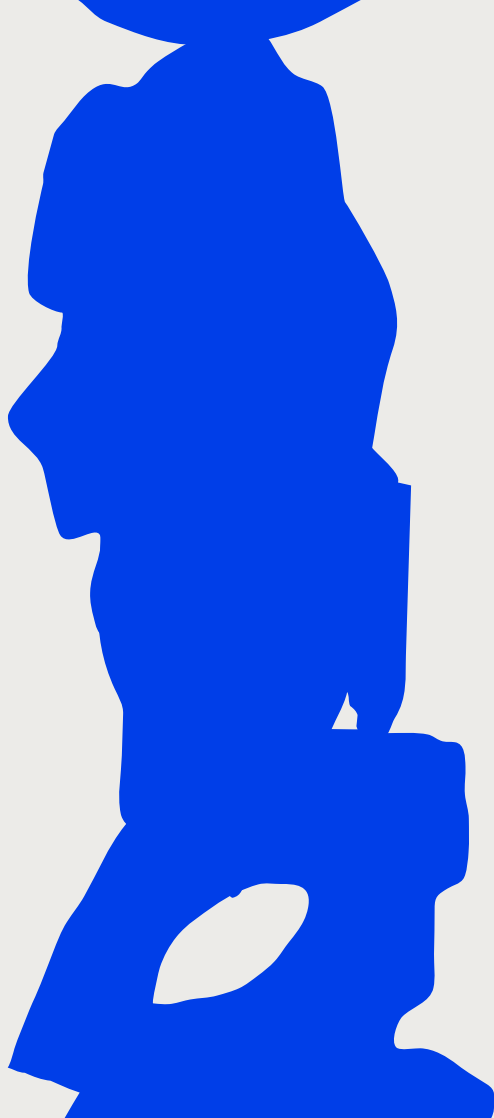
Je m'appuie sur la phénoménologie. Le phénomène : ce qui se montre, apparaît entre nous à l'occasion de notre rencontre. Sensations, émotions, souvenirs, désirs, gestuelle, imaginaire... Nous explorons comment ils se dévoilent, se disent, s'éprouvent, se partagent, se comprennent.

Nous identifions les besoins, les blocages, les ressources, pour mieux s'accueillir, apprivoiser les peurs, oser aller vers de la nouveauté avec plus de confiance et de bienveillance. Remettre du mouvement là où la souffrance nous a figés...

Développer notre autonomie afin que nos choix de vie soient plus libres et responsables. S'essayer, ensemble, à vivre autrement les difficultés existentielles inhérentes à la condition humaine : la vulnérabilité, la responsabilité, l'identité, l'imperfection, la quête de sens, la solitude, la finitude...

Se surprendre à la spontanéité créative, parfois grâce à des supports tels que le psychodrame, le mime, la photographie...

Avec les personnes qui souhaitent travailler sur elles et se ressourcer dans la nature quelques jours, nous élaborons un programme personnalisé. Il peut comporter des séances de thérapie intensives et/ou des activités telles que jardinage, marche, méditation, yoga...



Les dépendances

*« Se désintoxiquer, ce n'est pas « guérir ».
C'est bouleverser ses relations sentimentales
et sociales, (...) adopter un autre projet d'existence. »*

A. Coppel & C. Bachmann, *Le dragon domestique*.

L'alcool-dépendance est définie par la perte de la liberté de s'abstenir d'alcool. Il s'agit d'un trouble complexe, aux multiples facteurs tant biologiques, psychologiques que familiaux et sociaux.

La Gestalt-thérapie est précieuse pour travailler les dépendances puisqu'elle tient compte de toutes ces dimensions et se concentre sur le contact avec l'environnement. C'est ainsi que les addictions peuvent être évitées, jugulées ou dépassées.


Mon accompagnement cherche à prévenir les conduites à risques en matière de toxicomanie et à aider les personnes à retrouver leur liberté de choix. Il vise également à soutenir l'entourage des personnes souffrant de dépendances, quelles qu'elles soient (jeu, écran, achats compulsifs...).

*« La thérapie est un processus innovateur au cours
duquel le patient et le thérapeute se découvrent
et inventent constamment leur relation. »*

Laura Perls, *Vivre à la frontière*.



*Que ce soit à Lyon,
sur les pentes de la
Croix-Rousse, ou à Vanosc,
sur les flancs du Pilat,
je vous accueille dans
des lieux privilégiés.
L'un, au cœur des Canuts,
est surprenant de silence.
L'autre, en pleine nature,
jouit d'une vue sur
les monts et forêts...*



Me contacter

Consultations sur rendez-vous :

nathalie.casabo@orange.fr

06.80.42.82.80

Tous publics, en individuel,
couples, groupes et stages.

Tarifs ajustables aux situations personnelles

Les portes de la mer

Lieu-dit Didier Guidey

07690 Vanosc

04.75.32.14.04

Accessible aux personnes en situation de handicap.

Si vous rencontrez des problèmes de transport,
je peux me déplacer à domicile
dans un rayon de 20 kilomètres.

11 Rue René Leynaud

69001 Lyon

04.72.98.81.01

Pour les personnes en situation de handicap
moteur, je peux me déplacer à domicile.

Membre de la FPGT,

Fédération des Professionnels de la Gestalt-Thérapie.

siret : 329 986 228 00065 - code APE : 8690F