



Histoires de soi

Enseignement
Mémoires et transmission

Les cours de psycho
2021

J'ai développé la thérapie du soi au fil de ma pratique et de mes recherches, en particulier durant ma thèse de doctorat sur le développement du sens de soi chez l'enfant. Il s'agit d'une thérapie intégrative qui s'inspire de la psychanalyse, de la systémique et qui s'approche de la thérapie existentialiste. J'envisage la psychothérapie comme un moyen de recouvrer davantage de liberté, de découvrir qui on est. Non pas parce que la prise de conscience guérit mais parce qu'elle permet d'être davantage au gouvernail de sa vie, d'assumer ses forces et ses faiblesses, ses choix. De moins souffrir de ce qui nous arrive parce que nous devenons plus à même de saisir le sens des événements importants et donc de nous sentir plus actifs dans le déroulement du théâtre de notre vie. La psychothérapie est ainsi davantage conçue comme une plus grande prise en compte de soi, des autres et de son environnement qu'une quête de bien-être. La joie de connaître ses limites et ses potentialités remplacent la béatitude prônée par certaines approches de développement personnel. En tant que thérapeute de couple, il me semble justifié de dire que si le sens de soi était considéré comme aussi important que les autres sens, le choix du conjoint serait souvent plus approprié et donnerait sans doute lieu à moins de frustrations au fil du temps.

Dr Sacha Roulin

Ancien chargé de cours – UNIL
Psychologue-Psychothérapeute FSP
Thérapies individuelles et de couple
Conseiller conjugal et Sexologue

Formule

Les cours de psycho clinique ont lieu le mercredi de 18h30 à 20h, selon calendrier, et est réservé aux professionnels de la santé. Les cours-séminaires peuvent être reconnus comme formation continue pour les psychothérapeutes FSP et pour les psychiatres-psychothérapeutes FMH. Les séances pourraient donner lieu à une publication selon l'intérêt et la motivation du groupe. La bibliographie vous sera communiquée suite à votre inscription.

Thématique

« La thérapie du soi pour aider nos patients à sortir des répétitions néfastes et destructives qu'ils *rejouent* malgré eux. »

Calendrier

Reprise en août. Les dates seront communiquées ultérieurement, en fonction du nombre de participants.

Tarif

CHF 200.- pour l'ensemble du semestre et par personne. Dus en début de 1^{ère} séance.

Inscription

En ligne sur notre site internet ou par e-mail à contact@histoires-de-soi.ch. Limite d'inscription 2 semaines avant le début des cours.

Lieu

Rue de la Vudalla 35 à Bulle (Fribourg).