Contribuer, en couple, au grand chantier de l'égalité

Groupe de mise au travail émotionnel, intellectuel, corporel et relationnel

Groupe mensuel continu à Grenoble de janvier à juin 2026
Mardi (19h – 21h30) : 27/01/2026 et 19/05
Vendredi (13h – 15h30) : 27/02 ; 20/03 ; 24/04 ; 19/06

Le couple est un lieu privilégié de frictions et de révélation de nos aspérités, de nos travers, de nos façons de voir, de faire, de considérer l'autre, d'interagir… Mettant en tension nos façons d'être un homme, nos façons d'être une femme, il appelle à cheminer et se transformer à l'occasion de cet.te autre singulier.ère, imprévisible et libre, qui partage notre vie.

Nous avons été élevé.e.s comme femme ou comme homme et, dans le quotidien du couple, nos constructions issues de nos socialisations, parfois en opposition avec nos idéaux, nous sautent au visage. Et plus encore dans la parentalité qui exacerbe les frictions en nécessitant plus de collaboration dans la fatigue, l'urgence et l'inconnu, et qui bouleverse la sexualité.

Beaucoup souhaitent plus d'égalité entre hommes et femmes, et dans le couple. Mais toutes les études montrent que nous sommes encore loin du compte ! Et ce n'est pas étonnant…

En effet, continuer à s'en approcher nécessite de travailler à s'émanciper de nos stéréotypes de genre largement inconscients, en faisant évoluer les traces émotionnelles, intellectuelles, corporelles et relationnelles inscrites en nous par nos éducations et nos socialisations, imprégnées de siècles et de générations de patriarcat, traces que l'on mobilise souvent sans en avoir conscience, mais dont les effets sont visibles au quotidien, jour après jour.

Si ce groupe vous intéresse sans pouvoir vous engager, contactez-nous. TSVP →

Informations :

Ce groupe de travail ouvert à des couples, hétérosexuels ou non, parents ou non, jeunes ou plus âgés, en questionnement, en transformation, souhaitant se mettre au travail ou poursuivre leur cheminement, ensemble, à partir de leur relation de couple, avec d'autres couples, sur le thème de l'égalité.
Il ne s'agit pas d'un groupe de réflexions intellectuelles ni de débats d'idées, mais d'un travail qui vous engage, individuellement et en couple, aux niveaux émotionnel, intellectuel, corporel et relationnel, à l'occasion l'un de l'autre et à l'occasion des autres couples.

Son objectif est de contribuer à la transformation de votre façon d'être, d'interagir, de faire couple et de vous inscrire dans le monde, vers plus de liberté d'exister pour chacun.e et plus d'égalité.
Nous travaillerons à partir de vos préoccupations, des événements de votre vie quotidienne, des dynamiques observables en direct dans le groupe, de mises en situations et d'expérimentations.

Nous, Valérie et Frédéric, en couple et parents, sommes gestalt-thérapeutes depuis plus de 25 ans ; membres de l'équipe pédagogique et dirigeante de l'Institut Grefor (formation de gestalt-thérapeute) depuis plus de 20 ans.

Valérie est également thérapeute de couples et formatrice en relations humaines en entreprise. Elle a amorcé son cheminement il y a de nombreuses années à partir de son imprégnation religieuse, d'une éducation traditionnelle et de relations affectives difficiles.

Frédéric est aussi superviseur et a une longue expérience des groupes d'hommes. Élevé par une mère féministe, sans père, il est au travail sur le double privilège de sa situation d'homme blanc ayant bénéficié d'une socialisation féministe dans la sphère privée.

Inscription : Contactez Valérie ou Frédéric pour un entretien préalable.

Valérie Jacquérioz : 06.16.34.58.14
www.dialogues-jb.com
valerie.jacquerioz@dialogues-jb.com

Frédéric Brissaud : 06.19.91.57.62
www.alterpsy.net
frederic.brissaud@alterpsy.net

Tarif : 110€ par couple et par session.
L'aspect financier ne doit pas être un frein, parlons-en si besoin.

Grefor
INSTITUT GESTALT-THÉRAPIE RECHERCHE FORMATION