

**DE MATOS MANUEL
GESTALT THÉRAPEUTE**

06 23 43 60 24



Bonjour et bienvenue,

Je suis Manuel De Matos, Gestalt thérapeute passionné. Ma pratique repose sur les principes de la Gestalt-thérapie, en mettant l'accent sur l'expérience présente et la prise de conscience.

Dans un environnement sûr et bienveillant, je vous invite à explorer vos pensées, émotions et comportements. Mon rôle est de vous accompagner pour favoriser votre développement personnel et votre autonomie.

La Gestalt-thérapie vous aide à :

- Prendre conscience de vos émotions : Identifier et exprimer vos émotions pour améliorer votre bien-être.
- Comprendre vos comportements : Explorer vos réactions et habitudes pour mieux comprendre vos actions.
- Développer des relations plus saines : Améliorer vos interactions avec les autres en travaillant sur votre relation à vous-même.
- Favoriser l'autonomie : Découvrir vos ressources et faire des choix en accord avec vos valeurs et désirs.

Chaque séance est un espace de dialogue et d'échange pour explorer librement vos expériences. Ensemble, nous pouvons libérer votre potentiel et créer un chemin vers une vie plus authentique et satisfaisante.

N'hésitez pas à me contacter pour plus d'informations ou pour convenir d'un rendez-vous. Je serais ravi(e) de vous accompagner sur ce chemin de découverte et de guérison.

Je suis formé à l'institut GREFOR à Grenoble.

J'adhère au code de déontologie du Collège européen de Gestalt-thérapie (CEGT)

Cout de la séance 60 Euros