



**CENTRE DE PSYCHOLOGIE FONCTIONNELLE DE MONTPELLIER
SANDRA RAMIREZ**

**Groupe mensuel de Développement personnel
et Croissance relationnelle
Aimer et Apprendre à Aimer.**

**Formation à la Psychothérapie Fonctionnelle
créée Par Luciano Rispoli.**

Agenda 2023

Je vous présente ici les dates du premier semestre 2023 et les thèmes des Groupes didactiques pour l'année 2023. Vous êtes les bienvenus.

28 et 29 Janvier 2023 : La Psychologie Fonctionnelle - La reconstruction des Expériences Fondamentales de Base du Soi est un parcours de joie et de libération.

- Se reconnecter au noyau profond : le bon Fonctionnement de Fond.**
- Apprendre à se connaître dans la joie au-delà des croyances, des interprétations, des Fantaisies Négatives.**
- Réapprendre à valoriser nos propres sensations et nos perceptions : racines de nos choix.**

**Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié :
Sensations**

11 et 12 Février 2023 : La Psychologie Fonctionnelle - La théorie du Développement Fonctionnel par zones corporelles : Suivre l'évolution Fonctionnelle des différentes parties du corps avec laquelle l'enfant que nous avons été expérimente le monde.

Zone corporelle étudiée : la Tête; le sommet de la tête

- Se sentir protégé.**

-Vivre la tranquillité et se sentir entouré.

-Se sentir dedans, pas isolé.

-Sentir la sécurité profonde.

Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié : Être Tenu

17,18 et 19 Mars 2023 : La Psychologie Fonctionnelle et les relations humaines - Une psychothérapie intégrée qui prend en compte l'ensemble des niveaux sur lesquels se structure la relation. Une bonne relation est à l'origine de la paix et du bonheur. Apprendre à être en relation de manière nouvelle en prenant en considération la globalité des fonctions : cognitives, émotionnelles, motrices, posturales, physiologiques. Activation de tous les canaux de la communication.

-Être un bon ami pour soi-même.

-Une relation multidimensionnelle avec soi-même et les autres.

-S'impliquer profondément dans la relation.

-Être positif dans la relation.

-Percevoir sa propre vie avec moins de dureté et plus de tendresse.

**Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié :
Tendresse**

15 et 16 Avril 2023 : la Psychologie Fonctionnelle - La théorie du Développement Fonctionnel par zones corporelles : Suivre l'évolution Fonctionnelle des différentes parties du corps avec laquelle l'enfant que nous avons été expérimente le monde.

Zone corporelle étudiée : les Yeux

-Communiquer avec les yeux, regarder le monde, le comprendre, le contrôler.

-Absorber les bonnes impressions et relâcher à travers les yeux.

-La sérénité rend les yeux humides et joyeux.

-Attention tranquille.

-Les yeux nous donnent du repos.

-Rester - Être là tranquille - Serein.

Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié : le Calme.

13 et 14 Mai 2022 : La Psychologie Fonctionnelle nous propose un parcours de transformation clair et un travail complet. Reconstruire le

noyau profond en travaillant petits pas par petits pas.

Repérer la vieille trace, défaire les nœuds couche par couche.

Re-parcourir les Expériences Fondamentales de Base du Soi altérées d'une manière positive en opérant sur toutes les Fonctions en même temps, plusieurs fois. Récupérer et répéter l'expérience harmonieuse.

Le patient reçoit des sensations positives dans son nouveau présent.

Les sensations actuelles sont valorisées et prennent le dessus par rapport aux anciennes sensations.

Un projet clair et précis parcouru avec patience pour chaque personne en souffrance.

-Franchir les difficultés.

-Être déterminé à réaliser ses objectifs.

-Développer ses compétences avec plaisir.

-Ouvrir la capacité à faire des projets.

-Choisir.

**Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié :
Affirmation.**

16 , 17 et 18 Juin 2022 : La vision innovante de la Psychologie Fonctionnelle sur le stress. Prendre le stress au sérieux - il est prouvé aujourd'hui que le stress est à l'origine de beaucoup de maladies graves.

Le fonctionnement de la maladie et le fonctionnement du bien-être. Différence entre stress positif et stress négatif. Où s'enracine le stress chronique négatif ? La mesure du stress.

- Expérimenter l'unité en Soi, la plénitude.

- Equilibrer les différentes Fonctions en Soi.

- Le plaisir de respirer lentement, le diaphragme détendu.

- Vivre le plaisir.

- Activer le système orthosympathique : la vagotonie, une valeur indispensable.

- Alléger le haut du corps, stimuler les sensations qui descendent vers le bas.

Groupe d'expériences Fondamentales de Base du soi étudiée : Bien-Être.

29 et 30 juillet : **La Psychologie Fonctionnelle - Un processus évolutif qui va de la souffrance au bonheur d'incarner ses qualités.** Sortir des altérations ; et vivre la reconstruction des Expériences Fondamentales de Base du Soi manquantes dans la gratitude du changement.

Le Diagnostic :

La grille diagnostique Fonctionnelle nous aide à identifier les Expériences Fondamentales de Base du Soi que la personne en souffrance doit retraverser et reconstruire en thérapie. Ceci aboutit à un rééquilibrage complet du Soi ; c'est-à-dire à ce que la personne retrouve toutes ses capacités dans un équilibre plus profond.

-Être écouté.

-Être vu.

-Se sentir compris pour une fois dans sa vie.

-Être valorisé.

Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié : Être Considéré.

13 au 19 août : **Stage résidentiel d'été en Ardèche au domaine du Taillé.**

La Psychologie Fonctionnelle - Séminaire intensif de 6 jours : Développement Personnel Et Croissance Relationnelle Avec La Psychologie Fonctionnelle Créée Par Luciano Rispoli Sur Le Thème « Aimer, Apprendre À Aimer : La Force D'entretenir L'amour »

Les performances du groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi « Amour » que vous apprendrez à connaître :

-Apprendre à Aimer : garder dedans l'être Aimé, appartenir à l'autre.

-Se sentir Aimé : Être Aimé, être porté dedans.

-S'Aimer : se donner à soi-même, se plaire, se consoler soi-même, s'installer dans la vie.

-La continuité positive : se souvenir positivement, attentes positives, l'espérance.

Groupe d'Expériences Fondamentales de Base du Soi étudié : Être Aimé et la Force Calme

Sandra Ramirez, Formatrice

**Centre de Psychologie Fonctionnelle de Montpellier
Académie Française de Psychologie Fonctionnelle.**

Villa Louise - 552, route de Mende 34090 Montpellier
Sandra Ramirez, Formatrice Tél : +33 (0)6 66 88 11 39
Isabelle Legeai - Secrétariat : +33 (0)6 62 40 39 23

Mail : contact.relaxation.montpellier@gmail.com - Site : www.therapiezerostress.com
Facebook : www.facebook.com/therapiezerostress - Blog : psychologie-fonctionnelle-sandra-ramirez.com

**Sandra Ramirez, professionnelle de la Psychothérapie depuis 30 ans,
reçoit en séances individuelles en présentiel et en ligne, par skype :
sandalorenaramirez49gmail.com ou whatsapp : 06 66 88 11 39, en
séances individuelles et en séances de groupe à Montpellier au Centre
de Psychologie Fonctionnelle Villa Louise 552, route de Mende - Accès
tram ligne 1 – Arrêt St Éloi.**