ÉCOUTE TON CORPS
Être bien, ça s'apprend

Comment communiquer avec les différents masques

(Pré-requis : Les 5 blessures de l'âme)

Ce que l'atelier vous apporte

Apprendre à établir une communication véritable avec les différents types de masques (personnalités).

Nos blessures faussent notre perception de la réalité et déclenchent une attitude défensive inconsciente qui coupe la communication. Ces réactions inadéquates et souvent inconscientes nous maintiennent ainsi dans la souffrance de ses blessures et perpétuent le cercle vicieux insatisfaisant vécu dans l'enfance. Cet atelier vous permettra d'apprendre à établir une communication véritable avec les différents types de masques en reconnaissant les limites qui vous habitent et en respectant celles des autres.

Vous apprendrez à établir une communication véritable avec les différents types de masques en reconnaissant les limites qui vous habitent et en respectant celles des autres.

Les bénéfices concrets pour vous

Grâce à un regard nouveau sur ses réactions et sur les réactions des autres, et grâce aussi à l'acceptation de ses limites et de celles des autres, l'écoute prend davantage de place, la communication devient plus facile pour une meilleure cohésion avec votre entourage et pour des relations plus efficaces.

Contenu

- Qu'est-ce que communiquer? Pourquoi communiquons-nous?
- Comment développer sa capacité de communiquer harmonieusement lorsque l'on souffre de la blessure de rejet, d'injustice, d'abandon, de trahison ou d'humiliation.
- Comment établir une communication et une relation satisfaisante avec une personne souffrant de la blessure de rejet, d'injustice, d'abandon, de trahison ou d'humiliation.

En complément des apports théoriques, de nombreux exercices pratiques permettent d'expérimenter réellement la communication dans chacune des situations associées à chaque blessure.

Profil du participant

Toute personne qui a besoin d'améliorer sa communication et améliorer vos relations avec son entourage.

Objectifs

- ✓ Connaître les modes de communication de chacun des cinq masques avec les difficultés à surmonter
- ✓ Savoir quand nous sommes dans une de nos blessures et quand nous portons un masque
- ✓ Savoir communiquer lorsque nous souffrons de l'une des cinq blessures
- ✓ Savoir communiquer et établir une relation satisfaisante lorsque l'autre souffre de l'une des cinq blessures.

Durée : 2 fois 2 jours de 9h à 17h30
Prix : 750$ + taxes /750€. Plusieurs rabais disponibles**.** Informez-vous.
Date : Référez-vous à la page de l'atelier sur notre **site web** www.ecoutetoncorps.com.
Inscription : Un acompte de 120$/120€ est nécessaire pour réserver votre place. Le solde peut être payé en 3 versements mensuels. Pour vous inscrire, visitez la page web de l'atelier ou communiquez avec nous ou un de nos organisateurs.

955 Chemin du Lac Écho, local 110, Prévost (Québec) J0R 1T0 CANADA
Tél : 450.431.5336 ou 1.800.361.3834 | info@ecoutetoncorps.com | www.ecoutetoncorps.com