

## Les 5 blessures de l'âme

### Ce que l'atelier vous apporte

*Apprendre à se connaître davantage et découvrir pourquoi certaines relations sont plus difficiles que d'autres.*

Grâce à des exercices pratiques d'observation, vous découvrirez quelles sont les blessures émotionnelles qui vous habitent depuis votre enfance. Plus ces blessures sont importantes et plus vous vous créez des masques pour éviter de les sentir, donc de souffrir. Ces masques empêchent d'être réellement soi-même et affectent les relations.

*Vous découvrirez un nouveau modèle d'étude de masque et vous vous entraînerez à sa lecture en utilisant simplement votre sens de l'observation et votre intuition. Vous développerez votre capacité d'accueil de vous-même et des autres.*

### Les bénéfices concrets pour vous

- Développer de la compassion pour soi et envers les autres pour les parties souffrantes en chaque être humain
- Des relations plus harmonieuses.

### Contenu

- ➔ L'explication des cinq blessures de base : le rejet, l'abandon, l'humiliation, la trahison et l'injustice et leur origine
- ➔ La description des cinq masques que vous avez créé pour éviter de souffrir.
- ➔ Comment reconnaître les comportements et attitudes associées aux masques ?
- ➔ Les moyens de se libérer des masques qui empêchent d'être soi-même
- ➔ Connaître les forces cachées derrière les masques.

*En complément des apports théoriques, de nombreux tests et autres exercices pratiques permettent de découvrir son propre masque ainsi que celui des autres.*

### Profil du participant

Toute personne qui veut apprendre à mieux se connaître et connaître les autres pour créer une meilleure cohésion avec son entourage et dans ses relations.

### Objectifs

- ✓ Savoir lire sur soi et sur les autres la présence des masques et les identifier
- ✓ Savoir s'observer et observer les autres dans une situation réactionnelle
- ✓ Avoir les outils pour apprendre à se libérer des masques
- ✓ Développer pour soi et pour les autres un sentiment d'accueil face aux réactions

**Durée :** 2 jours de 9h00 à 17h30

**Prix :** 375\$ + taxes /375€. Plusieurs [rabais disponibles](#). Informez-vous.

**Date :** Référez-vous à la page de l'atelier sur notre **site web [www.ecoutetoncorps.com](http://www.ecoutetoncorps.com)**.

**Inscription :** Un acompte de 60\$/60€ 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.