

Les pièges relationnels

Ce que l'atelier vous apporte

Apprendre à reconnaître les pièges relationnels et les moyens concrets pour y remédier.

Nous nous tendons mutuellement des pièges entre êtres humains mais hélas nous en sommes pour la plupart du temps inconscients. L'atelier *Les pièges relationnels* a été conçu pour vous aider à identifier ces pièges afin de les éviter.

Vous apprendrez à reconnaître et à sortir des pièges relationnels et à vous donner ainsi les moyens d'améliorer toute relation, qu'elle soit d'ordre privé ou professionnel.

Les bénéfices concrets pour vous

En reconnaissant les luttes de pouvoir et les pièges qui en découlent, et grâce à l'acceptation des besoins et des limites de chacun, l'écoute prend davantage de place, la communication devient plus facile et les relations plus efficaces.

Contenu

- Comment se tend un piège et comment tombe-t-on dans un piège?
- Identifier les différents pièges relationnels et les peurs inconscientes qui les sous-tendent
- Expérimenter des jeux de rôles qui vous permettront de découvrir les pièges présents dans vos relations
- Découvrir des moyens pratiques et éprouvés pour enrayer ces jeux de pouvoir.

En complément des apports théoriques, des exercices pratiques et des jeux de rôles permettent d'expérimenter réellement la communication dans plusieurs situations où nous piègeons l'autre et où nous nous sentons piégés.

Profil du participant

Toute personne qui a besoin d'améliorer ses relations (couple, parents, enfants, amis, travail).

Objectifs

- ✓ Comprendre et apprendre ce qu'est un piège relationnel
- ✓ Savoir reconnaître quand nous tendons un piège et quand nous tombons dans un piège.
- ✓ Avoir des moyens pour communiquer sans tendre un piège et sans tomber dans un piège.
- ✓ Retrouver sa puissance intérieure.

Durée : 2 jours de 9h00 à 17h30

Prix : 345\$/345€. Plusieurs **rabais disponibles**. Informez-vous.

Date : Référez-vous au **Bulletin** d'Écoute ton corps ou au **Calendrier** des ateliers sur Internet.

Inscription : Un acompte de 40\$/40€ est nécessaire pour réserver votre place. Le solde peut être payé en 3 versements mensuels. Pour vous inscrire, communiquez avec nous ou un de nos organisateurs (voir Bulletin d'Écoute ton corps) ou visitez la page **Inscription** sur Internet.

Déductible
d'impôt si
vous
demeurez
au Canada