

Vivre mes relations avec lucidité

*Distinguer les différents types de relations affectives
pour les vivre harmonieusement*

CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE

Une amélioration de vos relations avec les personnes pour lesquelles vous vivez de l'affection
Une clarification de votre vécu affectif dans vos différentes relations actuelles
Des éclairages sur vos difficultés à vivre des relations satisfaisantes
Une perception plus ajustée des pièges propres à chaque relation.

LE CONTENU DU STAGE

- Approche globale

1^{ère} partie : Les relations interpersonnelles où l'affectivité est engagée

- Les divers types de relations
- Les pièges propres à certains types de relations
- Les caractéristiques de chaque relation, la différence avec d'autres relations.

2^{ème} partie : Mon histoire affective et son impact sur ma vie relationnelle

- L'origine des difficultés relationnelles
- La lecture de ma propre histoire affective
- Affectivité et sexualité

3^{ème} partie : Comment résoudre les principales difficultés de relation ?

- Le fonctionnement imaginaire
- Le mouvement de captation
- Le mouvement de domination
- Le phénomène de l'appropriation

Plan d'action et bilan

PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION

Le stage est accessible à toute personne adulte, quelles que soient : sa situation, sa formation ou son activité.
Il est souhaitable d'avoir suivi le stage « Qui suis-je ? ».