

« Un des plus grands besoins des gens, est d'être complètement entendus, totalement compris, et entièrement acceptés »
Carl Rogers

« Les émotions,
une force de vie »

« Le Focusing et
sens corporel »

4 au 5 juin 2020

À Toulouse

Objectifs pédagogiques

Connaître les émotions et leur fonctionnement.

Faire de ses émotions un « atout relationnel » et adopter une attitude responsable et affirmée dans toutes ses relations.

17 au 19 juin 2020

À Orsay

Objectifs pédagogiques

Découvrir les bases du Focusing
A l'écoute de notre ressenti, nous apprendrons à repérer le « sens corporel » d'une situation, à expérimenter et repérer les différentes étapes d'un processus expérientiel.

