

## ***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