

Entretiens thérapeutiques individuels en Belgique

"Ce qui nous rend résilients, c'est d'abord et avant tout de savoir pourquoi et comment nous fonctionnons de telle ou telle manière.

Nous sommes résilients lorsque nous sommes capables de vivre et d'agir avec un esprit critique et libre.

Ceci est possible lorsque nous sommes libérés de petits ou grands traumatismes.

Ceux-ci développent des blocages et nous ralentissent dans notre vie quotidienne.

Une réponse possible à un traumatisme est de développer certaines stratégies de survie qui influencent mais aussi compliquent souvent inconsciemment notre vie quotidienne si nous ne les traitons pas consciemment. Les symptômes psychosomatiques, la dépendance et les allergies sont l'expression de traumatisme non traité.

Nous apprenons de nos nouvelles expériences à faire face à l'incertitude et à la perplexité de la vie. A cette fin, il est nécessaire que nous nous engagions sur une voie où nous acquérons constamment de nouvelles expériences thérapeutiques qui renforceront nos compétences en résilience et notre sentiment de sécurité."

Patrick R. Afchain

Maître Zen-Coach-Thérapeute en traumatologie-Programme systémique

Entretiens individuels d'1h-1h30 sur rendez-vous :

info@zen.li

www.zen.li

0041/79 333 28 61

En Belgique , 242, rue du Vigneron-6043-Ransart :

le 29-30 juin-3 et 4 juillet 2023

le 7-8-11-12 septembre 2023

le 16-17-20 novembre 2023

