



GUERIR DE LA HONTE ET DE CELLE FAITE A AUTRUI

De toutes les émotions humaines, la honte est l'une des plus perturbantes et inconfortables. Lorsque la honte et le dégoût de soi-même se répandent dans notre système intérieur, il devient difficile de se montrer vulnérable et l'on reste alors bloqué dans des cycles protecteurs de reproches, de désespoir et de détresse. Or, les caractéristiques principales du Self-leadership sont précisément d'avoir la capacité à et d'être prêt à se dévoiler sans crainte de déclencher un sentiment de honte à l'intérieur de soi.

Par conséquent, guérir la honte implique de reconnaître nos parts qui ont subi la honte, de mettre en lumière les protecteurs qui créent la honte, de décharger les exilés et d'amener de la compassion pour soi à l'intérieur de son propre système.

Ce séminaire sera principalement axé sur :

Proposer une définition de la honte, et la différence entre honte et culpabilité

Le but de la vengeance

Pourquoi est il essentiel, dans un système dirigé par la honte, de travailler avec les protecteurs qui créent la honte, et comment le faire efficacement avec l'IFS

Comment s'accorder compassion et pardon ainsi que montrer sa vulnérabilité

Pourquoi le fait d'éviter la honte en consultation fait plus de mal que de bien

Regard sur les parties du thérapeute qui émergent face aux parts de honte extrême du client

Comprendre la honte en tant que déclencheur du système nerveux autonome

La honte dans la relation

« Faire honte à quelqu'un » en tant qu'action

Du jeudi 21 mars au dimanche 24 mars 2019

Prix : CHF 760,00

(+ frais de dossier CHF 20.- pour les non-membres de IFS-Association-Suisse)

(p/jour CHF 160,00 formation + CHF 30,00 café, thé, snacks et repas de midi)

Le séminaire est ouvert à toute personne ayant suivi le Niveau 1 IFS

Lieu de formation:

« La Rouvraie » - 2022 Bevaix (près de Neuchâtel) - SUISSE

www.larouvraie.ch



Toni Herbine-Blank, MS RN Cs-P, a obtenu son master à l'université de Pennesylvanie et a exercé en tant qu'infirmière spécialisée en psychiatrie clinique depuis 1993. Elle est Senior Trainer pour le Center for Leadership où elle a contribué à développer les cursus de formation de base et avancé. Toni est la fondatrice du modèle de thérapie de couple IFIO (Intimacy from the Inside Out) destiné à des thérapeutes IFS.