

anik 



OFFRE DE CONFÉRENCES

La vie après le suicide d'un proche



Plan de la conférence

1. Le deuil

2. Les étapes du deuil

- Choc et déni
- Désorganisation
- Réorganisation

3. Les émotions liées au deuil

- La honte
- La colère
- La culpabilité
- La dépression...

4. Se rebâtir

- En parlant
- En écrivant
- En mettant de la couleur
- En vivant au présent
- En retrouvant ce que l'on aime
- En s'entourant

La conférence peut devenir un atelier, selon vos besoins. Des outils tels que l'écriture automatique, la peinture intuitive, le collage seront utilisés dans la formule atelier.