

Les traumatismes sont-ils des obstacles à notre épanouissement ou notre bien-être ?

Nous empêchent-ils de vivre ou sont-ils la manifestation même de notre vitalité ? Sont-ils un stimulant ou un frein à notre vitalité ?

Notre expérience clinique nous montre qu'il existe une palette de symptômes, de réactions possibles aux traumas : de *l'anesthésie* à *l'hyperréactivité*, toutes ces réponses nous empêcheraient de vivre « juste » comme nous voudrions. Elle nous montre aussi que, derrière les *blocages*, la vitalité est toujours présente.

**Comment approcher nos traumatismes afin qu'ils révèlent les trésors qui dorment en nous ?**

Pour la première fois, deux psychothérapeutes combineront leurs connaissances et savoir-faire bien différents pour vous aider à apprivoiser les traumatismes psychologiques causés par des événements de la vie, des chocs émotionnels ou autres. Elles vous aideront à débrider et retrouver la vitalité en vous.

### **Les outils thérapeutiques :**

Issus de l'analyse bioénergétique, de la psycho-traumatologie, ainsi que des constellations familiales et systémiques, des exercices vous seront proposés dans ce stage afin de :

- trouver un sentiment de sécurité et de respect ;
- apprivoiser et prendre en compte votre expérience émotionnelle et corporelle ;
- comprendre au niveau de votre corps les réactions liées aux traumas ;
- partager votre vécu ;
- trouver des ressources insoupçonnées ;

### **L'objectif :**

Mieux accepter et intégrer ces expériences dans votre histoire de vie.

### **A qui s'adresse ce week-end ?**

A toute personne se sentant concernée par un trauma de manière :

- directe ou
- indirecte (entourage, professionnel)

### **Nombre de participants acceptés :**

10 personnes maximum.

### **Lieu du stage :**

Le 35 - Centre de Psychothérapies  
Rue de la Chapelle Saint Donat 35  
5002 Namur (Saint-Servais)

Pour vous inscrire, veuillez renvoyer ce talon d'inscription à l'adresse :

**Le 35 – Centre de psychothérapies**  
rue de la Chapelle Saint Donat 35,  
5002 NAMUR, Belgique

Ou par e-mail : [claudia.ucros@mac.com](mailto:claudia.ucros@mac.com) ou [me.mespouille@skynet.be](mailto:me.mespouille@skynet.be)

N.B. : Votre inscription est prise en compte une fois que vous avez effectué le versement des arrhes. Les inscriptions sont donc prises en compte dans l'ordre d'arrivée des paiements. Une lettre de confirmation vous sera envoyée par internet au plus tard 1 semaine avant le stage.

Formulaire d'inscription à renvoyer (poste ou e-mail des responsables) :

Je soussigné(e) .....

Déclare m'inscrire au week-end « Les dessous du trauma ».

Mon adresse : .....

Tél. : .....

GSM : .....

E-mail : .....

J'effectue un virement au compte de l'asbl l'Espace en Nous (n° 979-2185211-97) 70 € d'arrhes avec comme communication la mention : Prénom+ « W.E. trauma, février 2010 ».

Les thérapeutes :



**Claudia Ucros**, psychologue et psychothérapeute en analyse bioénergétique, spécialiste de l'approche psycho-corporelle du traitement des traumatismes.

E-Mail : [claudia.ucros@mac.com](mailto:claudia.ucros@mac.com)

Gsm : 0479 33 94 33

<http://www.espace-en-nous.be>

**Marie-Eve Mespouille**, psychologue et psychothérapeute, formée en analyse transactionnelle et constellations familiales et systémiques.

E-Mail : [me.mespouille@skynet.be](mailto:me.mespouille@skynet.be)

Tél : 081 588 639

<http://www.psycholoog.be/marieve.mespouille>

**Prix :**

185 € pour l'animation, hors repas

70 € d'arrhes à l'inscription par virement au 979-2185211-97

## Les dessous du trauma



**Débridez et retrouvez votre vitalité !**

Week-end du 26 au 28 février 2010

**Au 35**

**Centre de psychothérapies**

<http://www.le35.be>

Avec  
Claudia Ucros  
Marie-Eve Mespouille