

# Vivre mes relations avec lucidité

*Distinguer les différents types de relations affectives  
pour les vivre harmonieusement*

## CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE

---

Une amélioration de vos relations avec les personnes pour lesquelles vous vivez de l'affection  
Une clarification de votre vécu affectif dans vos différentes relations actuelles  
Des éclairages sur vos difficultés à vivre des relations satisfaisantes  
Une perception plus ajustée des pièges propres à chaque relation.

## LE CONTENU DU STAGE

---

- *Approche globale*

### *1<sup>ère</sup> partie : Les relations interpersonnelles où l'affectivité est engagée*

- *Les divers types de relations*
- *Les pièges propres à certains types de relations*
- *Les caractéristiques de chaque relation, la différence avec d'autres relations.*

### *2<sup>ème</sup> partie : Mon histoire affective et son impact sur ma vie relationnelle*

- *L'origine des difficultés relationnelles*
- *La lecture de ma propre histoire affective*
- *Affectivité et sexualité*

### *3<sup>ème</sup> partie : Comment résoudre les principales difficultés de relation ?*

- *Le fonctionnement imaginaire*
- *Le mouvement de captation*
- *Le mouvement de domination*
- *Le phénomène de l'appropriation*

*Plan d'action et bilan*

## PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION

---

Le stage est accessible à toute personne adulte, quelles que soient : sa situation, sa formation ou son activité.  
Il est souhaitable d'avoir suivi le stage « Qui suis-je ? ».