

ATELIER PRATIQUE WEBINAIRE ZOOM

# TRAVERSER NOS DEUILS

(DÉCÈS, RUPTURE, DÉMÉNAGEMENT, ÉCHECS...)

ATELIER INTERACTIF S'APPUYANT  
SUR DES EXERCICES PRATIQUES

---

ANIMATEUR :

**Majid IRAQUI**

- FORMÉ À LA COMMUNICATION NON VIOLENTE
- CERTIFIÉ EN HYPNOTHÉRAPIE
- ANIME DES ATELIERS SUR L'EMPATHIE, LES RELATIONS INTERPERSONNELLES, LE PROCESSUS DU PARDON

LE SAMEDI 6 FEVRIER 2021 DE 16H À 19H  
CONTACT : + 212 661 171 720

Le samedi 6 Février 2021  
De 16h à 19h

Atelier pratique – Webinaire ZOOM

« TRAVERSER NOS DEUILS »

### **Processus de deuil**

À l'origine du deuil, il peut bien sûr y avoir le décès d'un proche, mais d'autres événements de la vie peuvent s'avérer suffisamment perturbants pour nécessiter un travail de deuil.

Licenciement, mutation, rupture sentimentale ou amicale, déménagement ou encore avortement d'un projet, les déceptions provoquant un changement brutal dans une vie constituent autant d'éléments pouvant déclencher un processus de deuil.

Ce processus respecte en général un certain nombre d'étapes qui apparaissent suite au choc et vont du déni, à l'acceptation en passant par la colère, la révolte, la tristesse, la résignation...

La période de deuil s'accompagne de tristesses et de peurs : peur de ne pas pouvoir gérer la situation, peur de l'avenir, peur de l'aspect irréversible de l'événement, ...

Les étapes du deuil vont nécessiter d'être vécues en conscience, les unes après les autres, en y accordant le temps nécessaire. Si un blocage survient (très souvent au moment du déni ou de la tristesse) une aide extérieure peut être bénéfique.

Cet atelier pratique en visioconférence se déroulera sous forme d'exercices, respectant l'intimité et l'affect de chacun et permettra de sortir des blocages des phases difficiles et d'éviter les deuils pathologiques ou trop difficilement supportables.

Grâce aux outils pratiques proposés lors de cet atelier, il sera possible à chacun de pouvoir à nouveau se projeter dans l'avenir, en acceptant l'événement douloureux comme faisant partie de son histoire de vie.

Pour toute information sur l'atelier et les modalités de participation veuillez contacter Nouzha au 00.212.6.61.17.17.20

Animateur : Majid IRAQUI

Majid est formé à la Communication Non Violente « CNV » selon l'approche de Carl Rogers et de Marshal Rosenberg.

Il est également certifié en hypnothérapie selon l'approche de Milton Erickson, technique qu'il mobilise depuis plusieurs années dans les relations d'aide et d'accompagnement aussi bien en présentiel que sur ZOOM. Il a publié de nombreux articles sur le bien-être au travail et les relations humaines.

Il anime des ateliers sur l'empathie, la résolution des conflits, la qualité des relations interpersonnelles, le processus du pardon sur le plan émotionnel et spirituel, ...

Il enseigne le développement personnel dans les facultés et les grandes écoles.

Pour que votre inscription soit définitive veuillez remplir le formulaire suivant:

<https://forms.gle/DewVCKaDKgy7pJT8>

Merci de nous envoyer votre reçu de votre virement car certains virements arrivent sans nom

VEUILLEZ PARTAGER CET EVENEMENT. MERCI