

Christine Courant

Coach - Sophro-analyste des mémoires prénatales, naissance et enfance

« Changer n'est pas devenir quelqu'un d'autre,
c'est reconnaître qui l'on est et l'accepter »

Hermann Hesse

Ma spécificité

Transformer les comportements qui nous font du mal (débordement de nos émotions, culpabilité, manque de confiance, travailler trop, dépendances, ...) en ouvrant nos cœur à nous-mêmes et aux autres.

Libérer l'origine de ces croyances et comportements limitants qui se situent dans la vie intra-utérine, à la naissance et dans la petite enfance.

Mon client idéal

Des personnes qui

- se sentent bloquées dans leur vie,
- sont en souffrance,
- souhaitent se libérer des chaînes qui les enferment,
- veulent se reconcilier avec eux-mêmes pour être enfin eux-mêmes.

L'atelier (10 participants)

Oser être soi : reprendre la maîtrise de sa vie et ne plus subir le contrôle des autres

Présentation rapide des mises en place des croyances.

Exercices pratiques pour vous apporter des éclairages concrets et utiles.

- Se centrer sur soi pour ressentir de l'amour.
- Aborder la relation à soi et à l'autre.
- Mettre des mots sur ses ressentis.
- Accueillir l'image de soi.
- Découvrir sa propre beauté.

Mise en place d'un plan d'action pour amorcer le changement.

Nouvelles dates à venir

Inscriptions : <https://www.uneamecreative.com/soirees/>