

Narcissique ? Agressif ? Manipulateur ?

Comment reconnaître une personne ou une relation toxique ?

... et sortir du drame et de la négativité



Objectifs

- Apprendre à différencier entre casse-pieds et toxiques à fuir
- Développer l'empathie, mieux comprendre le comment
- Se positionner, savoir quand mettre des limites et quand se distancer
- Eviter les pièges qui mènent à la négativité
- Développer les bons réflexes qui mènent à des relations saines et un entourage bienveillant

Quand : 22 et 23 avril 2023

Heure : 09h30 à 17h00

Lieu : Fondation Émergence
Rue du Marché 11, 1630 Bulle

Tarif : 2 jours : CHF 300.-

Inscription : www.zen-partners.ch ou hello@zen-partners.ch



Pourquoi suivre ce séminaire ?

Vous sentez-vous concerné ou contrarié par l'une des questions suivantes :

- Vous arrive-t-il de vous sentir découragé, irrité, sans énergie après un échange avec certaines personnes ?
- Est-ce qu'il vous arrive parfois de vous sentir manipulé ? ...exploité ?
- Vous sentez-vous parfois coupable ?
- Le chantage affectif ça vous parle ?
- Avez-vous l'impression d'attirer des personnes qui ne vous font pas du bien ?
- Avez-vous parfois l'impression d'être vous-même source de négativité ?

ZEN Partners

Rue de Préville 28
CH-1635 La Tour-de-Trême

Intervenants :

Béatrice Tétaz +41 79 8 240 240
Ruth Sauder +41 79 2 194 388