

# Aimer et me laisser aimer

*Pour un développement de sa vie affective*

## CE QUE PEUT VOUS APPORTER LE STAGE

---

Développer vos capacités affectives et relationnelles  
Analyser d'une manière approfondie ce que c'est qu'aimer  
Trouver des pistes pour gérer vos difficultés dans le domaine affectif et relationnel  
Découvrir des points de repères pour accéder peu à peu à une plus grande maturité.

## LE CONTENU DU STAGE

---

### *1<sup>ère</sup> partie : Mes aspirations et mes besoins*

- *Etudes des aspirations et des besoins permettant de reconnaître et comprendre ce que recouvrent les expressions « aimer » et « être aimé »*
- *L'origine des difficultés relationnelles dans le domaine affectif*
- *Les moyens de se dégager du phénomène des blessures affectives*

### *2<sup>ème</sup> partie : Qu'est-ce qu'aimer ?*

- *L'aptitude à aimer : De quoi s'agit-il ?*
- *Les caractéristiques de l'amour vrai.*

### *3<sup>ème</sup> partie : Les conditions d'un cheminement affectif harmonieux*

- *Les conditions d'un développement affectif harmonieux*
- *Les moyens qui facilitent la croissance affective*
- *Le phénomène de la guérison des blessures du passé*
- *Les attitudes de fond à vivre pour progresser vers une maturité affective*

### *Plan d'action et bilan*

## PERSONNES CONCERNÉES – CONDITIONS DE PARTICIPATION

---

Il est nécessaire d'avoir suivi au moins le stage « Qui suis-je ? ».  
Ce stage n'est pas conseillé aux personnes trop fortement perturbées (sauf avis favorable de leur thérapeute).