

« Apprendre à dire ce que l'on vit de façon authentique et responsable, apprendre à être congruent, c'est se donner des relations satisfaisantes parce qu'elles sont basées sur la confiance et la sécurité. »

« C'est quand l'émotion est niée et non conscientisée que s'enclenche tout un processus inconscient qui maintient l'homme dans un système relationnel insatisfaisant dont les composantes lui échappent. La peur est une des émotions les plus responsables de l'insatisfaction des besoins fondamentaux. Les peurs non entendues sont des émotions qui bloquent l'énergie vitale »¹

« La souffrance d'autrui, même lorsqu'on en connaît la cause, est une porte verrouillée de l'intérieur contre laquelle on ne peut que frapper discrètement pour que l'autre sache qu'il n'est pas seul »²

¹ **Colette Portelance** dans *Relation d'Aide et Amour de Soi*, p. 137-138

² **Yvon Rivard** dans *Les Silences du Corbeau*, p. 160

Services Offerts :

- Thérapie individuelle
- Thérapie de couple
- Atelier de Mandala

Pour me rejoindre :

Simone Godin, B.A. psy. t.n.d.c.

(581)742-0901

godinsim@hotmail.com

www.psycho-ressources.com/simone-godin.html



La

Relation

D'Aide

Simone Godin, B.A. psy., t.n.d.c.

Thérapeute Non Directif Créateur

QUÉBEC

(581)742-0901