## VIVRE UNE SEPARATION

## Groupe d’échange pour vivre mieux la séparation

## Envisager ou vivre une séparation, qu’elle soit désirée ou subie, c’est toujours un moment difficile, source d’émotions intenses et de bouleversements intérieurs.

## La rupture d’un lien affectif peut susciter ou réveiller des sentiments d’abandon, de culpabilité, de dévalorisation de soi, d’intense solitude, de crainte face à l’avenir…

## Notre conception de l’autre, de l’amour, du couple, de la famille peut s’en trouver grandement perturbée et provoquer un questionnement difficile, mais créatif.

## Ne pas traverser seul cette tempête affective peut nous aider à surmonter les difficultés qu’elle soulève.

## Le but de ce groupe est donc le partage d’expérience qui soulage la solitude, permet d’appréhender d’autres façons de réagir au vécu de la séparation et de prendre conscience de nos ressources pour envisager un avenir conforme à nos aspirations.

## MODALITES

## -Groupe de 4 à 8 personnes maximum, se réunissant une fois par semaine, le jeudi, de 19h3O à 21h3O.

## -Animatrice : Christine LEURQUIN, psychothérapeute, psychanalyste.

## - Lieu : 384b, chaussée de Dinant, 5OOO Namur

## -Renseignements et inscription : Ch. LEURQUIN au 0495/508575 ou O81/30 85 75. E. mail : christineleurquin@yahoo.fr.

## S’inscrire avant le 10 de chaque mois