



LA RÉSILIENCE

REBONDIR EN INTÉGRANT L'EXPÉRIENCE, EN LA
DIGÉRANT - EN UTILISANT CETTE EXPÉRIENCE
COMME TREMPLIN VERS UN AUTRE CHOSE
AUTREMENT

Ces documents vous sont adressés dans le cadre des Masterclasses

Ne pas les diffuser et les garder pour votre usage personnel.

Tous droits réservés et toute reproduction interdite sans accord préalable et/ou mention de l'auteur.

©nathalieriesen.com

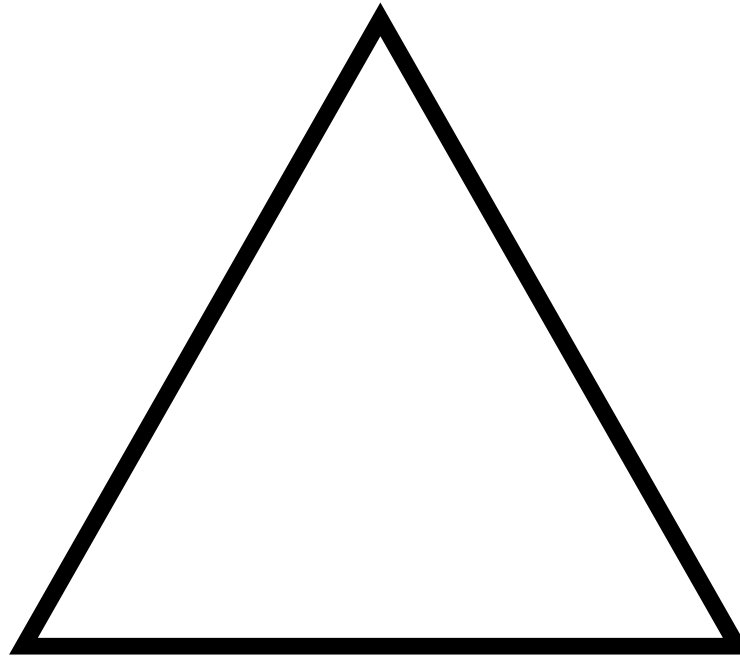
Rebondir

en intégrant l'expérience, en la digérant - en utilisant cette expérience comme tremplin vers un autre chose autrement



Réagir

- prendre conscience
- se donner les moyen
- comprendre...



Reconstruire

en restituant l'expérience vécue et en l'utilisant comme fondation de cette nouvelle construction... de ce nouveau moi.

Ces documents vous sont adressés dans le cadre des Masterclasses

Ne pas les diffuser et les garder pour votre usage personnel.

Tous droits réservés et toute reproduction interdite sans accord préalable et/ou mention de l'auteur.

©nathalieriesen.com



LA DOULEUR EST INÉVITABLE, LA SOUFFRANCE EST FACULTATIVE

Ces documents vous sont adressés dans le cadre des Masterclasses

Ne pas les diffuser et les garder pour votre usage personnel.

Tous droits réservés et toute reproduction interdite sans accord préalable et/ou mention de l'auteur.

©nathalieriesen.com