

Transformer les schémas répétitifs

Proposition : découvrir et appliquer différents exercices pour modifier les schémas répétitifs qui viennent des blessures d'enfance.

Dans la formation **Expérience CAP** :

~ Module 4 ~

Module 4 – Défi 16 : CAP de prendre soin de tes blessures
avec ces 4 clés?

Cette thématique sur les blessures d'enfance, que nous allons aborder avec vous dans ce défi, est essentielle, et fait vraiment partie d'une approche équilibrée de son épanouissement, de la gestion de sa vie.
