

Séminaires Interactifs en Ligne

La Résilience, une Lumière à l'aurore du Trauma

Description: La plupart d'entre nous ont subi ou ont subi des événements traumatisants dans leur vie. Ces événements traumatisants laissent souvent en nous des blessures émotionnelles profondes ou des cicatrices psychiques, affectant à bien des égards notre bien-être. Bien que les faits d'une expérience ne puissent pas changer, il existe des moyens de transformer un événement traumatique en un bourgeonnement post-traumatique. La recherche a beaucoup documenté sur le fait que la résilience peut nous apprendre à revisiter nos événements malheureux ou traumatisants, et les cicatrices qui en résultent d'une manière transformatrice qui nous permet de relire nos histoires différemment et y trouver un nouveau sens.

Si vous souhaitez apprendre à réécrire le récit d'un événement malheureux ou traumatique en lui donnant un nouveau sens, ce séminaire en ligne est conçu pour vous. Dans cette fascinante série divisée en deux séminaires, nous explorerons la résilience à travers le prisme de la psychologie et de la spiritualité et identifierons quelques sillons par lesquels les mécanismes de la résilience peuvent être utilisés dans notre vie quotidienne.

Date: Samedi: 23, 30 Janvier 2021
1 :00 pm – 2 :30 pm heure de l'Est (ET)

Nombre de Participants: 100

Montant: \$50.00

Durée: 90 Minutes

Plateforme Utilisée: Zoom

Présentateur: Fr. François Diouf, OSB., Ph.D.
Membre de l'Équipe Clinique

Les participants pourront apprendre :

- des théories de la résilience et ses facteurs externes et internes
- des mécanismes de résilience utiles dans leur quotidien
- comment utiliser la résilience pour trouver donner sens à un événement traumatique
- les meilleures pratiques sur comment réécrire leur histoire en temps de crise à la lumière de la psychologie et de la spiritualité.

[Cliquer ici pour s'enregistrer](#)

Au sujet du présentateur:



Fr. François Diouf, OSB., Ph.D., est membre de l'Équipe clinique de Southdown. Il a servi comme moine bénédictin et prêtre pendant plusieurs années. En tant que doctorant en psychologie, François s'intéresse à l'importance des facteurs culturels dans le travail clinique. Son approche de la psychothérapie est basée sur la reconnaissance et la compréhension de *l'unicité culturelle* de chaque individu. Il utilise une approche intégrative de la thérapie existentielle-humaniste et de la thérapie psychodynamique. François propose une psychothérapie dans son français natal, en plus de l'anglais.