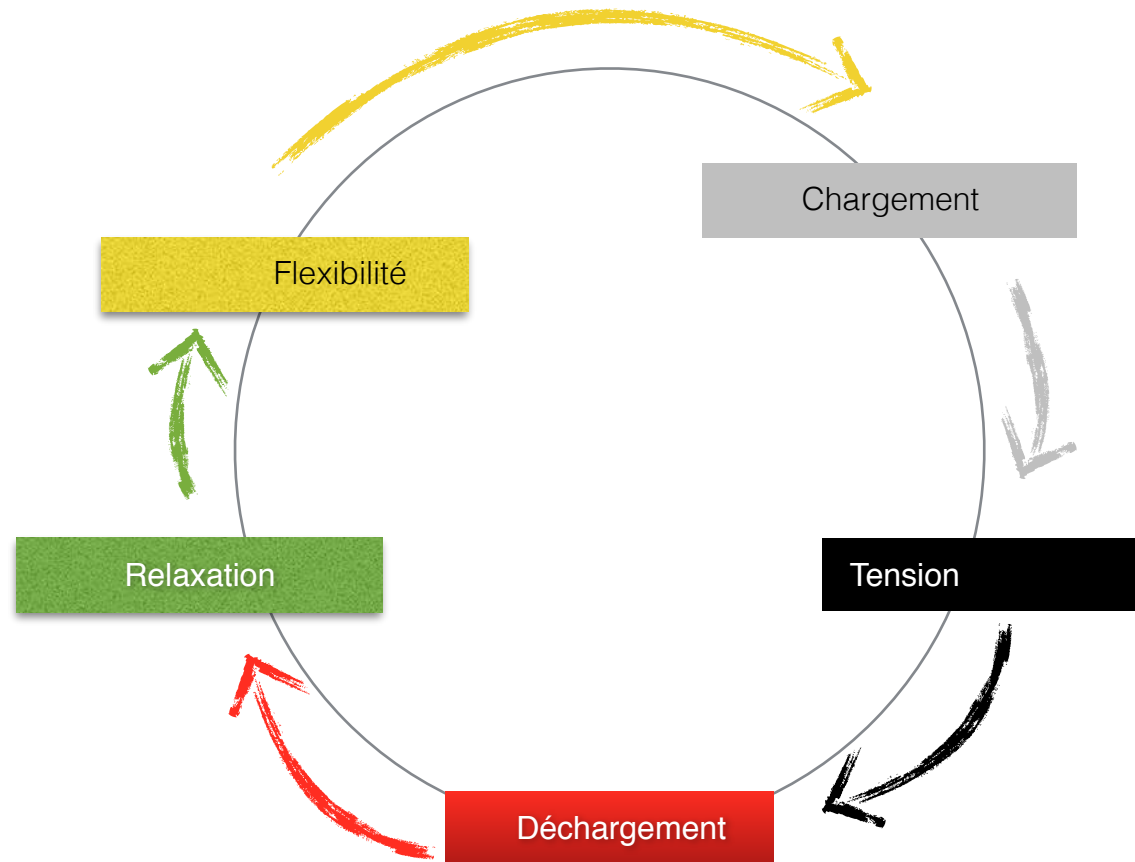


Les 5 étapes d'une émotion

(traduit de Kohlrieser, G. (2006) « Hostage At The Table » p.180)



Le chargement d'une émotion n'est pas un choix, c'est la réaction du système à un déclencheur, sans déchargement l'énergie de l'émotion (Énergie/ MOTION), demeure bloquée dans le système, son mouvement est interrompu.

Le toucher thérapeutique est une voie d'accès au déchargement et à la relaxation.