

L'Enfant Intérieur - Guérir nos blessures

Ce processus est un travail profond destiné aux personnes qui veulent se libérer des contraintes liées aux conditionnements de l'enfance pour enfin être soi-même et devenir l'acteur de sa vie, au lieu d'en être la victime. Les conflits et blessures non résolus de notre petite enfance jouent un rôle important dans notre comportement et nos relations. L'Enfant meurtri en nous est toujours vivant et demande à être reconnu et aimé pour retrouver sa spontanéité et sa vitalité. Cet enfant libre, notre enfant intérieur, suit sa nature en toute innocence, et ne connaît ni savoir-vivre ni culpabilité. Nous le redécouvrons lors de ce stage, en mettant à jour tous les conditionnements, toutes les peurs et douleurs qui font obstacle à cette liberté. Nous utilisons le primal, la gestalt, la respiration ainsi que des techniques psycho-corporelles privilégiant la prise de conscience et la compréhension.

Ce travail se fait en résidentiel dans un lieu propice à soutenir le travail pendant 4 jours.

L'intensité du travail permet de grandes avancées en un temps relativement court.

Le témoignage de Hélène J. de Montpellier : "Il y a un avant et un après le stage de 'l'enfant intérieur !' (lire d'autres témoignages des stagiaires sur notre site www.lienspsy.com)

Animé par Samai FOSSAT et Gérard FOSSAT

du 1 (18h) au 5 juin (16h) 2017 au Château de Ligoure au sud de Limoges.

Pour des renseignements personnalisés n'hésitez pas à nous contacter au 05 61 96 38 77

mail: institut@lienspsy.com Visitez aussi notre site: www.lienspsy.com



Voici un texte qui explique notre concept:

L' "Enfant Intérieur" est un concept très ancien. Le psychanalyste **C.G Jung** l'a appelé "enfant divin ». Depuis les années 60, de nombreux psychothérapeutes tels que le Dr Charles Whitfield ou D. Winnicott aux Etats-Unis, la psychologue **Alice Miller** en Europe, ont développé cette approche de l'Enfant Intérieur encore appelé "Vrai Soi" ou "Etre Vrai" pour aboutir à l'émergence d'un concept-clé en matière de développement personnel et d'intégration de la personnalité.

Au cours de ce stage, nous utilisons entre autres le primal, l'analyse transactionnelle, la respiration ainsi que des techniques originales d'observation intérieure privilégiant la prise de conscience et la compréhension.

L'enfant intérieur est une présence forte au centre de notre être.

Imaginez un bambin heureux et en bonne santé. Voyez comme il est vivant et comment il explore constamment et avec enthousiasme son environnement; il sait ce qu'il ressent et il l'exprime ouvertement. Quand il a mal il pleure. Quand il est en colère il crie. Quand il est heureux, il sourit et laisse éclater un rire profond et plein; cet enfant est aussi sensible et très instinctif; il sait vers qui se tourner, à qui faire confiance. Il adore jouer et découvrir. Son être est une source intarissable d'émerveillement et de créativité.



Peu à peu l'enfant se heurte de front aux exigences du monde adulte. Les voix des adultes, leurs besoins et leurs volontés commencent à étouffer cette voix intérieure faite d'instincts et de sensations. De fait les parents et les éducateurs lui disent: "N'écoute pas cet instinct, ne te fais pas confiance. Ne dis pas ça, n'exprime pas ça. Fais ce que je te dis, nous savons ce qui est bien pour toi". Avec le temps, ces mêmes qualités qui donnent à l'enfant sa vitalité - la curiosité, la spontanéité, la capacité de sentir - sont amoindris voire écrasés. Au cours de ce qu'on appelle le processus d'éducation et d'apprentissage de la discipline, les adultes transforment l'enfant et le structurent pour obtenir de lui des réactions prévisibles et ordonnées. En gommant sa vulnérabilité et sa spontanéité, ils portent une grave atteinte à la nature essentielle de l'enfant. Pour lui, le monde adulte n'est pas un endroit sécurisant. Face à la toute puissance des adultes, le gamin pour survivre cache sa vraie nature, l'enfouit profondément; mais cet enfant intérieur ne disparaît jamais; il reste un enterré vivant, qui attend qu'on le libère

Notre enfant intérieur est écrasé, les éducateurs et les parents ont laissé une empreinte indélébile, un mécanisme d'autocensure. C'est devenu comme une voix intérieure constamment en train de nous critiquer et de nous rabaisser. Nous nous coupons ainsi de nos élans naturels et de notre appétit de vie. Avec les années cela peut conduire à un état chronique de manque d'énergie, voire à des troubles de santé, des problèmes au travail, dans notre couple ou dans la relation avec nos propres enfants.

L'absence de notre enfant intérieur fait aussi que nous nous séparons des autres, ils n'ont jamais l'occasion de voir nos sentiments et nos désirs spontanés. Ils ne voient jamais qui nous sommes réellement. Cela nous rend incapables de vivre une vraie intimité avec nos partenaires. Se rencontrer et se connaître vraiment devient impossible. C'est une tragédie de la vie quotidienne.

Pour retrouver notre nature d'être humain, l'enfant intérieur doit être libéré et embrassé.

Pendant quatre jours ce séminaire nous emmène à la découverte d'un nouvel être, à travers un labyrinthe de conditionnements, de répressions et de censures. Nous redonnons ainsi sa place à l'enfant terrible, à l'enfant merveilleux et à bien d'autres facettes de ce volcan de vie et d'amour qu'est l'enfant intérieur. Il nous aime et nous respecte et c'est un plaisir constamment renouvelé que de le sentir guider nos actions. C'est notre ange gardien. Il sait ce qui est bon et bien pour nous. Nous pouvons consciemment le laisser prendre le devant dans notre vie quotidienne, à la maison, au travail et dans nos relations.

Lire aussi le texte : Mémoires d'enfants, peurs de l'adulte sur notre site :

www.lienspsy.com/histoires2009/histoires15memoires_peurs.php

Une citation de Marc Twain:

« On ne se débarrasse pas d'une habitude en la flanquant par la fenêtre ; il faut lui faire descendre l'escalier marche par marche. » Marc TWAIN (1835-1910)

Voir les témoignages des stagiaires: www.lienspsy.com/temoignages.php

Pour des renseignements personnalisés n'hésitez pas à nous contacter au 05 61 96 38 77

