



## ALLER A LA RENCONTRE DE SON ENFANT INTERIEUR

*C'EST TOUT D'ABORD ALLER A LA RENCONTRE DE SOI*

**Le samedi 13 février 2021 (9h – 17h30)**

Animé par **Céline Von Burg Fleury**, Psychologue - Psychothérapeute

L'enfant intérieur incarne le passé, la base de notre constitution, de nos croyances et de notre identité.

Adulte, il continue à agir dans notre vie, généralement sans que nous en soyons conscients. Il interfère souvent dans nos actes, nos émotions et nos décisions.

Il a un potentiel positif important et peut devenir un *allié* dans notre vie. Cependant il joue souvent un rôle de *perturbateur* voire d'*imposteur* selon les situations. Par exemple, il est souvent présent lorsque nous avons l'impression d'être *coincés* dans des comportements et/ou des émotions inadaptés à nos désirs conscients. L'enfant intérieur peut alors être vécu comme une partie de soi contraignante, émotionnellement lourde, provoquant des réactions irrationnelles.

*Or, cet enfant n'est ni un perturbateur, ni un imposteur* : il représente notre passé non-résolu, dont certaines blessures encore ouvertes qui en l'état interfèrent malgré nous dans notre vie. Il demande de l'attention, du soin et de la rééducation, une forme de mise à jour, qui nous serait en réalité des plus utiles dans notre quotidien.

Par cette journée exploratrice, avec les méthodes du psychodrame en groupe, je vous propose la possibilité de donner de l'attention à cette partie de vous-même, de vous relier à elle, de prendre un temps pour la découvrir et d'en tenir compte en conscience dans votre vie.

Pour ce faire, nous allons rencontrer cet enfant intérieur comme une part intégrante mais différente de nous-mêmes. Nous allons chercher à repérer ses points forts et ses points faibles, ses croyances, ses besoins. Nous chercherons aussi à repérer la façon dont cette partie de nous se manifeste dans notre présent. En instaurant une communication entre elle et nous, nous allons apprendre à lui prodiguer de l'attention, du soin et à l'intégrer de façon constructive.

**Ce séminaire est ouvert à tout public**

**Lieu** : Institut ODeF, 65, rue de Lausanne - CH 1202 Genève (7 minutes à pied de la gare Cornavin)

**Délai d'inscription** : le 16 janvier 2021