

WEBINAIRE « ALLIANCE AVEC L'ENFANT INTÉRIEUR »

Intervenante : Stéphanie Kaczmarek

Thérapeute psychocorporelle spécialisées en thérapies brèves :

PNL – Hypnose – Sophroanalyse des mémoires prénatales de la naissance et de l'enfance – Constellations familiales & systémiques – Sexothérapie.

Facilitatrice du changement – Animatrice de stages & formations – Auteure du livre « Guérir avec les thérapies de l'âme » aux éditions Leduc, 2021.

@ : sophroanalyse-hypnose-bayonne.com

@ : hypnose-pnl-paris.com

M : 0625697843

1- SYNOPSIS WEBINAIRE

Stéphanie Kaczmarek a pu constater sur la base de son expérience clinique d'accompagnement que nombre des comportements limitants à l'âge adulte découlent d'événements traumatiques vécus dans la petite enfance (soit avant 10 ans) et qui refoulés dans 99% des cas ce que l'on appelle l'amnésie traumatique le cerveau limbique n'étant pas fonctionnel à ce stade de développement pour gérer des charges émotionnelles trop importantes, celles-ci sont de fait automatiquement refoulées dans l'inconscient. Ceci a été particulièrement validé dans ses accompagnements en Sophro analyse des mémoires prénatales de la naissance et de l'enfance, où elle a été formée à ce protocole de l'alliance avec l'enfant intérieur. Elle précise pour l'avoir appliquer en Sexothérapie, en Hypnose, en PNL que ce dernier fonctionne et est très aidant quel que soit l'approche thérapeutique exercée en thérapie brèves.

En Sexothérapie, un homme éjaculateur précoce ou qui perd ses moyens avec certaines femmes, une femme sujette au vaginisme, un couple qui connaît des problèmes de place de l'un des deux, ou de reconnaissance ou de manque d'amour etc.... sont des symptômes et/ou comportements limitants dont la racine remonte souvent avant l'âge de 10 ans, et bien au-delà d'un éventuel déclencheur à l'âge adulte dans le cadre de troubles dits secondaires selon elle.

Synthèse

Nous sommes des adultes habités par des parts de nous-mêmes plus jeunes « nos enfants intérieurs en souffrance » qui peuvent nous saboter faute de les avoir identifié d'une part, et d'aller à leur rencontre pour répondre à leurs besoins primaires d'autre part.

Nos enfants intérieurs sont des réalités énergétiques qui vivent en nous et qui nous conditionnent au quotidien inconsciemment.

L'accompagnement en Sexothérapie ou Thérapie de couple va permettre de « désarmer » le déclencheur si c'est un symptôme secondaire, voire d'avoir des informations et d'aller à la racine des blocages pour les libérer si c'est un symptôme primaire.

L'alliance, elle, va permettre en amont de l'accompagnement :

- De créer un lien nourrissant entre votre client et lui-même et de favoriser la réussite du travail

=> En effet tout comportement a toujours une intention positive, autrement dit et même si c'est difficile à croire, un comportement d'éjaculation précoce aura forcément une intention positive. Idem pour le vaginisme etc.

AESTC WEBINAIRE JUILLET 2023

Au-delà de comprendre quelle est cette intention positive dans le cadre de l'accompagnement en lui-même, il est important en amont pour le client de :

- Prendre conscience de cette partie vivante en lui-même et la rencontrer aussi jeune soit elle avant 10 ans
- Donner à cette partie les ressources dont elle a besoin
- Pacifier la relation avec elle et sécuriser cette partie
- L'unifier en soi avec toutes ces ressources intégrées

Ainsi le client ne sera plus en auto sabotage avec lui, mais engagé envers cette partie de lui d'une part, et engagé dans la réussite de sa thérapie.

Les résultantes et bénéfices constatés cliniquement

- Client + apaisé et calme
- Sécurité intérieure
- Stabilisation des états émotionnels
- Socle de l'amour de soi
- Engagement envers soi et l'atteinte de ses objectifs
- Renfort indirect de l'alliance avec le thérapeute
- En thérapie de couple : possibilité d'échanger entre les 2 enfants intérieurs apaisés et de créer une alliance entre les 2 ou comprendre le « projet sens » du couple

Quand faire ce protocole

En tout début d'accompagnement à la 1^{re} séance d'anamnèse, après l'anamnèse (lors de laquelle vous pourrez récupérer quelles ressources et croyances votre client a pour le soutenir guide intérieur, animaux de protection, ancêtre, spirituel ou pas, Marie, Jésus Christ Bouddha Allah Archange ange etc) pour créer cette alliance entre votre client et son enfant intérieur.

Durée de la séance

Environ 30min.

Dans 80% des cas l'alliance se déroule fluidement et facilement

Pour 10-20% des clients il est possible de rencontrer des cas particuliers.

Rare sont les cas où le client n'y arrive pas si cela arrive ne rien forcer

Indiquez simplement à la personne l'information que cela lui donne et qui est souvent en lien avec son objectif initial d'ailleurs. Cela montre à quel point elle est déconnectée d'elle-même et en mésestime importante voire en rejet.

Vous mettez la séance dans une bulle de lumière et vous lui proposez de confier le dossier à sa conscience supérieur ou son Soi pour cheminer intérieurement afin de la réaliser lors de la prochaine séance.

2- SYNTHESE PROTOCOLE : LES ETAPES CLES

Préalablement

Installation du client allongé ou assis confortablement (en visio prévoir mouchoir plaid + bonne connexion wifi sans être dérangé par quiconque).

1- Induction de votre choix pour emmener le client dans un endroit de nature sécurisé

2- Présentation : Il est important de se présenter (le client adulte) à l'enfant

Trois réactions possibles face à l'enfant :

⇒ Positif

⇒ Négatif

⇒ Neutre

3- Ressenti des retrouvailles : exprimer le ressenti de le voir

4- Objet de votre présence : lui dire que l'on est là pour l'aider

5- Expression du besoin lui demander son besoin

6- Contact : rapprochement physique (délicatement qd la personne n'est pas kinesthésique ou que cela ne se fait pas dans l'éducation de la personne)

=> engagement d'être là et rester avec l'enfant

7- Valeur du potentiel : dire à l'enfant toutes les qualités compétences ressources talents connaissance (valorisation de soi) et le potentiel immense qu'il y a dans l'enfant et qu'il ne soupçonne pas ...

8- Mise au service du potentiel : lui dire que l'on met au service de l'enfant tout cela et que l'on va l'aider à comprendre autrement les choses beaucoup plus vite.

9- Validation alliance : demander au client si la relation de confiance a commencé à s'établir avec l'enfant

10- Jeu : demander à l'enfant s'il a envie de jouer et le laisser vous entraîner à jouer

11- Sphère de lumière : adulte met l'enfant dans une bulle de lumière puis le placer dans votre cœur

12- Projection futur : promettre de retourner voir son 'enfant dans les jours à venir

Retour & debrief éventuel

Post séance : 3 à 5 rencontres avec l'enfant pour renforcer l'alliance avec lui.

Cela va nourrir et stabiliser des espaces psychiques et psychologiques chez le client dont il pourra constater les effets dans les jours/semaines suivantes.

3- CAS PARTICULIERS

- L'enfant ne vient pas, ou il n'est pas net ou le client a peu de souvenir de soi petit donc la personne n'arrive pas à se le représenter

=> vous laissez venir une photo de vous petit de < 10 ans et vous la laissez s'animer, laissez partir tous les personnages de la photo sauf vous et laissez sortir l'enfant de la photo pour venir vous rejoindre dans le lieu de nature ou vous êtes

- L'enfant qui arrive est du sexe opposé ou qui n'a pas l'apparence de la personne (blond au lieu de brun...)

=> vous posez des questions si la personne le connaît ou pas (1er petit copain à la maternelle qu'est ce qui vient ? le mettre dans la lumière le confier à la conscience supérieure du client, et noter l'info

NB : Cela peut aussi être un jumeau/jumelle mais vous gardez cette information pour vous tant qu'elle ne ressort pas en accompagnement

- L'enfant est abattu : reprendre déroulé classique

- L'enfant a un sourire figé

=> dire : je vois bien que tu souris mais c'est un masque alors montre-moi vraiment ce qu'il y a sous ce sourire (la vraie émotion)

AESTC WEBINAIRE JUILLET 2023

- L'enfant se cache au début ou pendant la séance
=> dire à cet enfant " je comprends que tu as peur des grands, mais je suis différent.e et je suis là pour toi et je t'aime/ j'ai de l'affection pour toi... S'il est parti dites " laissez-le revenir"
- L'enfant est tellement bien (dévalorisation de soi par rapport à son enfant : inversion des rôles – voire s'il n'y a pas dans l'histoire du client un problème de parentalité petit à vouloir être le parent pour ses propres parents)
=> "Il à quel âge ? Et vous ? Dans les X ans que vous avez vécu vous avez eu des expériences et vous vous êtes enrichis de tout cela n'est-ce-pas? qui a le plus d'expérience? Vous ou votre enfant ? Qui est le plus grand?"... Comment réagit l'enfant? déçu... Qui parle l'enfant ou vous?
- L'enfant est en colère (même cas si le client est en colère)
=> contre qui est-il en colère ? (père ou mère) »je ne suis pas eux ni comme eux je suis là pour t'aider... »
- L'enfant est un des enfants du client
NB: l'enfant choisit ses parents par qu'ils nous ressemblent, donc si l'enfant n'a pas confiance en soi ce n'est pas à cause des parents c'est que les parents ont été comme cela dans le passé de leur propre enfance.
=> envoyer son enfant dans la lumière il est suffisamment intelligent pour traiter ses propres dossiers.... Important que tu reviennes sur ton enfant intérieur à toi (éviter déresponsabilisation de sa problématique en la projetant sur son enfant)
- Client très dépressif on va faire l'alliance mixée avec une séance "ressource"
=> faite venir son guide, déité, présence lumineuse ange, archange etc. pour transmettre à l'enfant ce que l'adulte n'est pas en mesure de recevoir et que cette aide transmette également au client adulte les ressources dont il a lui-même également besoin.
=> variante fusion de l'adulte dans l'enfant vous l'amenez à ressentir ce que ça fait VACOG dans l'enfant tout en entendant son adulte qui lui dit qu'il est là pour vous et qu'il vous aime.
=> dernière possibilité : amener l'enfant vers un rivage où il y a un dauphin il part avec lui dans l'océan en jouant et l'enfant devient le dauphin, puis le client redevient l'enfant sur le dauphin puis revient sur le rivage et réintègre l'adulte.

4- PROTOCOLE COMPLET ALLIANCE AVEC L'ENFANT INTERIEUR

Induction

Fermez les yeux, prenez 3 respirations profondes pour descendre dans votre corps. Laissez partir toutes les tensions et les problèmes sur chaque expiration, comme des nuages qui s'éloignent et finissent par disparaître à l'horizon.

Laissez-vous respirer comme une onde de lumière et de détente à l'intérieur de vous, inspirez-la et diffusez-la dans tout votre corps comme une vague qui va et vient de haut en bas, de bas en haut.

Laissez votre corps se remplir de lumière et de détente.

Laissez-la s'expanser tout autour de vous comme un canal de lumière et laissez-vous prendre votre envol tel un oiseau une colombe ou un aigle majestueux.

Laissez-vous voyager voguer et parcourir les contrées jusqu'à un endroit de nature que vous connaissez et que vous appréciez ou un endroit que vous imaginez. (VAKOG)

Prenez le temps de vous relier à toutes les énergies positives des éléments de la nature qui vous entourent, par tous vos sens. Laissez-les vous traverser et vous apporter tout le ressourcement dont votre corps a besoin pendant que le temps suit son cours.

Maintenant je vous invite à vous balader dans ce merveilleux endroit de nature, allez à la rencontre de votre enfant intérieur qui a moins de dix ans.

(Sans définir le sexe).

AESTC WEBINAIRE JUILLET 2023

- ⇒ S'il ne le voit pas > Cherchez-le.la.
- ⇒ S'il se cache, appelez-le. On va attendre qu'il apparaisse.

Rencontre avec l'enfant

Une fois qu'il apparaît :

C'est un petit garçon ou une petite fille ? si les sexes sont inversés, on demande de mettre l'enfant dans une bulle de lumière et de le confier à son âme (empreinte gémellaire). Et on continue pour trouver le bon enfant.

Quel âge a-t-il ?

Comment est-il habillé ?

Quelle est l'expression de son visage ? *(ne pas commenter)*

Approchez-vous de votre enfant intérieur, mettez-vous à sa hauteur et présentez-vous en lui disant que vous êtes lui avec quelques années d'expérience en plus.

Comment réagit-il ?

- ⇒ Si content, c'est ok
- ⇒ Si pas content demandez après qui il est en colère en réalité et dire que vous n'êtes pas cette personne la vous êtes là pour l'aider...
- ⇒ Si impassible : elle croit qu'elle est +forte que ovus, mais c'est impossible de rester en vie à ton âge dans un monde d'adulte. Lequel de nous deux a survécu toi l'enfant ou moi l'adulte ?

Demandez-lui ensuite ce dont il a besoin, en précisant qu'il peut s'exprimer par un symbole, des mots, une posture corporelle, par télépathie ou que vous allez ressentir sa réponse.

- ⇒ Si pas de réponse : lui dire qu'on est là pour l'aider, c'est important qu'elle puisse répondre, et que si elle ne répond pas, vous allez repartir.

Dites-lui lequel des deux peut survivre dans ce monde tout seul ? S'il dit moi, cela signifie que les rôles sont inversés. Peut-être que le client a joué le rôle d'adulte avec son parent (parentalité).

- ⇒ Si pas de réponse lui demander : Qu'est ce qui va lui arriver et lui faire dire qu'il va mourir. Souhaitez-vous aider votre enfant intérieur ou le laisser mourir ? A vous de choisir ...*(confrontez avec bienveillance votre client)*.
- ⇒ S'il dit qu'il vous en veut, lui dire : je suis désolé, je ne savais et je vais rester avec toi. dis-moi quel est ton besoin ?
- ⇒ Si le/la petit.e continue à refuser, lui dire :

Je n'ai pas pu venir avant, si je l'avais su, je serais venu. Je n'ai pas envie qu'il t'arrive quelque chose. Tu fais semblant d'être fort, mais je sais que tu ne pourras pas t'en sortir sans moi et je suis là pour t'aider.

(Toujours négociateur).

(Vérifier le besoin, si c'est bien l'enfant qui l'exprime et pas l'adulte.)

Une fois le besoin exprimé par l'enfant, dites :

Ouvrez grand les bras pour l'accueillir et le/la serrez fort dans vos bras sur votre cœur. Laissez un flux d'amour circuler jusque dans son cœur. Transmettez lui beaucoup d'amour. et dites-lui : je t'aime, à partir de maintenant je suis là pour toi, je vais te protéger, prendre soin de toi et rester avec toi.

- ⇒ Si pas envie de le/la prendre dans les bras : qu'est ce qui va lui arriver si vous la laissez tomber à son âge ? il/elle va mourir et ça vous fait quoi de le/la laisser crever? Comment se sent l'enfant ? *(Négocier avec le client)*

AESTC WEBINAIRE JUILLET 2023

(Laissez-passer qlq minutes c'est souvent un moment émotionnellement intense)

Puis une fois que la transmission du besoin a été faite, dites lui :

Tu n'imagines pas la valeur que tu as, tt ce que tu va faire, tout le potentiel que tu as
vous lui dites que les choses positives et dans les grandes lignes de ce qu'il va vivre par la suite : un travail, un appart/maison, un.e partenaire, des voyages, des enfants....*(cf anamnèse)*
Comment réagit-il ? *(en règle générale il/elle est contente ou surpris.e)*.

Demandez-lui ensuite ce qu'il souhaite faire maintenant avec vous

(En général, jouer avec vous ou se promener. ou continuer un gros câlin ou aller voir ses animaux préférés etc...)

Aller avec lui et faites tout ce qu'il aura envie de faire et vous me dites au fur et à mesure....
Entendez le/la rire, ressentez tout ce qu'il/elle ressent, sentez sa joie communicative vous transporter.

Quand il aura fait tout ce qu'il avait envie de faire, et qu'il voudra alors se reposer, dites-le-moi.

Comment se sent-il ? et vous ?

Création de l'alliance

Mettez ce petit garçon/fille dans une bulle de lumière, et vous me dites quand c'est fait.

Puis vous réduisez la taille de la bulle avec votre enfant dedans lumineux joyeux serein et plein de vie, et vous mettez cette bulle de lumière avec votre enfant à l'intérieur de votre cœur et vous l'y installez confortablement. Vous me dites quand c'est fait.

Maintenant que l'alliance sacrée avec votre enfant intérieur est scellée dans votre cœur, vous allez sentir comment vous allez être en lien permanent H24 avec lui, comment il va ressentir votre amour et votre présence rassurant chaque jour à tout moment.

Maintenant promettez lui d'aller le voir à raison de qlq minutes chaque jour pendant 5 jours.
Vous lui demanderez ce qu'il a envie de faire avec vous, et passerez ce temps précieux avec lui pour faire ce qu'il a envie de faire.

Maintenant que la promesse est faite, vous allez revenir avec cette belle alliance sacrée scellée dans votre cœur.... redéployer vos ailes et prenez votre envol avec cette belle présence en votre cœur et revenez en qlq battements d'ailes jusque sur votre canapé/chaise.

Prenez quelques instants pour ressentir tout votre corps commencez à bouger les mains les pieds la tête, reprenez une respiration plus soutenue, entendez distinctement le son de ma voix et quand vous serez revenu, ouvrez les yeux délicatement.

Retour & Debrief

Comment le client l'a vécu. Expliquer qu'il est important d'honorer la promesse faite à l'enfant en retournant le voir dans les prochains jours impérativement. Que cela va nourrir des espaces chez le client, notamment renforcer une sécurité intérieure et l'estime de soi c'est donc important de le faire.

Vérifier lors de la séance suivante qu'il a bien honoré sa promesse sinon demander les raisons s'il ne l'a pas fait => point de vigilance à garder sur l'engagement envers lui-même et envers la thérapie qu'il vient de commencer avec vous. Il sera nécessaire de le confronter ou de lui rappeler les objectifs de sa thérapie et sa motivation à les atteindre. Vous n'êtes que la facilitateur de son processus, il en reste l'acteur.