

GROUPE D'ÉVOLUTION PSYCHOLOGIQUE

Accélérer notre transformation vers la Conscience Intégrale



OUVRIR SON ÊTRE-EN-CONSCIENCE

C'est s'éveiller aux multi-facettes de notre **conscience** et à notre unité fondamentale.

C'est s'engager avec la **vie** dans une spirale ascendante de réalisation.

C'est découvrir l'aspiration la plus profonde en nous-mêmes.

Ouvrir sa conscience, c'est **devenir libre**.

Mais que de souffrances ou d'épreuves avant de comprendre et de trouver le **chemin** !

CRISE D'IDENTITE ET CHOIX DE VIE

La crise identitaire nous traverse à un moment ou un autre : ça ne va pas du tout comme nous le voudrions, notre vie semble avoir perdu son sens.

Paradoxalement, elle est le début de la libération. Elle nous amène à deux questions fondamentales :

- **Qui suis-je ?**
- **Qu'est-ce que je fais vraiment de ma vie ?**

Ces deux questions doivent être approfondies pour faire face aux aspects les plus réels de nous-mêmes.

Elles vont nous libérer des **identifications inconscientes** et nous guider dans le **processus de transformation**. Le sens, la direction clairement reconnue va **dynamiser notre énergie** et permettre de dépasser notre enlisement dans l'inertie ou la négativité.

SE LIBERER DES PEURS ET LIMITATIONS

Que sont vraiment ces peurs et limites qui nous entravent ? Il y a un **travail de compréhension** et de **redécision** à faire :

On peut renforcer nos conditionnements négatifs (= nos névroses) et s'autopunir de ce qu'on croit être.

OU

Alors arrêter la résistance à regarder ce qui est tellement redouté (ultimement la mort) sans rien nier ou occulter.

Une dimension authentiquement ancrée dans le réel s'ouvre, il y a un élargissement de perspective, la dynamique de la souffrance n'est plus alimentée et elle finit par disparaître.



LE LIBRE ARBITRE ET L'AUTONOMIE

C'est accepter notre responsabilité de choisir. Accepter le **pouvoir de choisir** est immense car il nous fait quitter le monde de :

La victime / De l'insatisfaction / De la dépendance

- Pour décider d'apprendre de notre expérience personnelle
- Pour un changement profond, à travers la compréhension des étapes de l'autonomie
- Pour travailler à ouvrir le potentiel de notre être
- Pour s'autodéterminer à avancer vers la liberté.

SCENARIOS ET AXE DE VIE

En désactivant nos scénarios négatifs, nous pouvons faire évoluer le **centre** à partir duquel nous regardons le monde :

Conscience de soi / Conscience morale / Motivation d'action

Diriger (réflexion), **gérer sa vie** (résultats) avec cohérence, intégrité, flexibilité et humanité, donc avec amour, devient une aventure vitalisante et passionnante.

QUALITE RELATIONNELLE

Le travail en groupe permet d'accroître cette dimension. C'est une **pratique de la transformation** où la notion de séparation s'estompe pour laisser place à un sentiment de **communion**, de **communication** : Elle est basée sur de nouveaux entraînements à la relation consciente avec soi-même et l'(les) autre(s).

Avec mise au clair :

des **positions relationnelles** inconscientes
de ce qui est à accepter dans les **confrontations** nécessaires
de ce qu'est **l'authenticité**.

APPEL DU FUTUR

Le **contexte évolutif** est essentiel pour y répondre avec sincérité dès maintenant. Le futur c'est

notre **potentiel créatif** et **spirituel**, qui nous pousse à la réalisation et nous appelle.

Se changer, c'est changer le monde à venir.

Notre responsabilité face à la vie,
Notre participation délibérée et notre perspective intégrale,
ont un impact considérable et puissant sur nous-mêmes, sur nos proches, notre environnement
donc sur le **monde**.

Le groupe est un accélérateur qui aide énormément à :

- Des prises de conscience rapides et leur intégration
- Des ouvertures relationnelles et énergétiques
- Un déploiement de la confiance en soi

Par l'émulation, les effets miroirs que sont les autres, et le soutien nécessaire au changement qu'il apporte

APPORT DES TECHNIQUES ACTUELLES ET NEUROSCIENCES

- La **Programmation – Neuro – Linguistique** (PNL)
- La **Gestalt** , art de vivre qui intègre ressenti corporel et émotionnel
- L'**Analyse Transactionnelle** (clarification et structuration)
- Le **rêve éveillé dirigé** (déblocage de l'inconscient et de son énorme potentiel énergétique)
- **Analyse des rêves** (Perls, Jung)
- Travail psycho corporel par la **Bioénergie**, le **Rebirth** et le **massage**
- **Méditation d'éveil à la pleine Conscience**

Les enseignements d'Eveil Evolutif , les apports philosophiques de **Ken Wilber, R. Sheldrake**

Le travail de Don Beck sur les **spirales dynamiques**.

L'approche relationnelle de **Richard Moss**, structurelle de **Marie Lise Labonté** etc....

ANIMATION, MODALITES ET PRIX

Rosa-Claire Detève, Formatrice – Superviseur,coach , psychothérapies multi -référentielles
Maître praticien en PNL . Dirige le Centre Synthèses depuis 1986
Reconnue par la FF2P (Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse) et l'AFFOP

Entretien(s) préalable(s) nécessaire(s)

Le samedi de 9h30 à 19h (possibilité d'arriver plus tard si exigence professionnelle)

1 fois par mois . Engagement minimum sur 3 fois

Coût : **95 euros** Lieu : **9 rue à Fiens, Lille** (proche gare Lille Flandre et Métro)



«L'être humain est obligé d'avancer. S'il n'avance pas il stagne et, s'il stagne longtemps, il recule» Docteur F. DOLTO