



Soin
Soi
OI

Qui suis-JE ?

Comprendre comment « JE » a été façonné par sa famille

1 – Projet Sens

« Bébé JE » façonné par sa famille

- Le bébé dépend de ses parents => dépendance
- Parents, seuls êtres qui « nourrissent » l'enfant: amour, nourriture, soins, éducation...
- Parents = les êtres qui aiment le + l'enfant au monde et qui l'aimeront quoi qu'il arrive
- Principe de réciprocité: l'enfant aime ses parents quoi qu'il arrive
- L'enfant veut s'intégrer, absolument, coûte que coûte, au « clan familial »
- Pour cela, il intègre les projections et aspirations des êtres qui le nourrissent et les fait siennes



« Adulte JE » épanoui ... ou pas

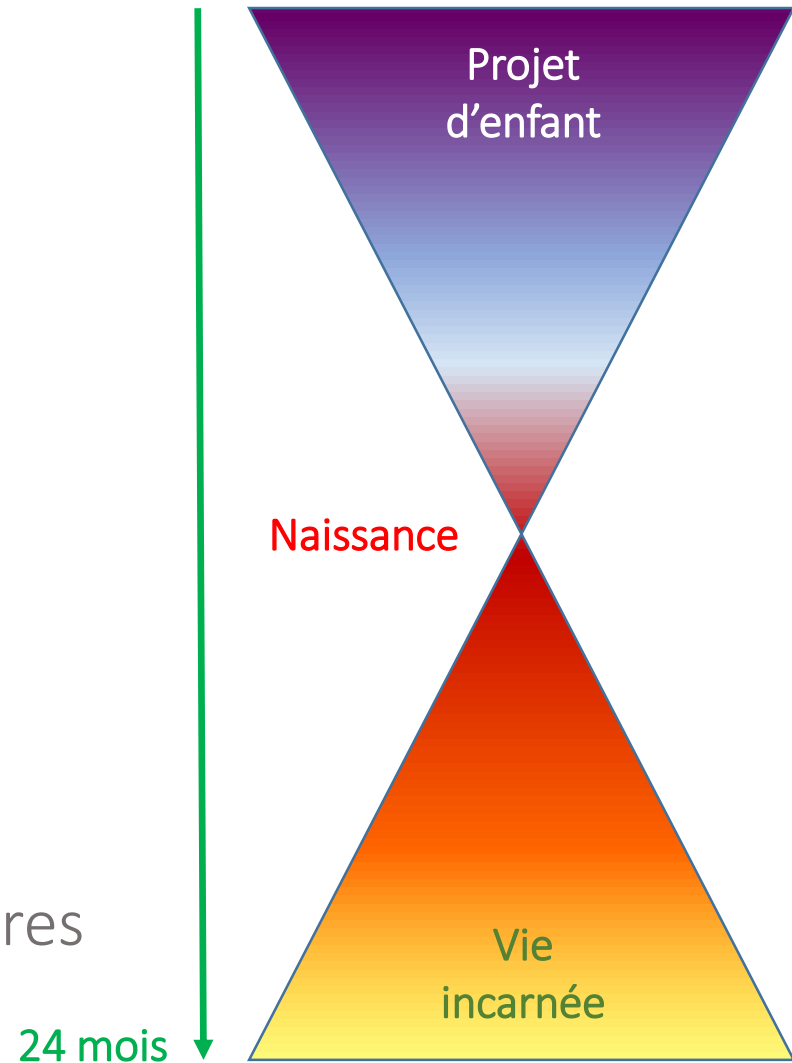


- « Bébé JE » deviendra « adulte JE »
- En gardant ces conditionnements intégrés lors du projet sens et en début de vie
- Si les projections et attentes du clan sont inverses à ce que l'individu ressent => déchirements
 - Acceptations et conformisme pour rester dans le clan et survivre
 - Rébellion et risque de « tout » perdre
- Conscience/inconscience => bien-être/mal-être

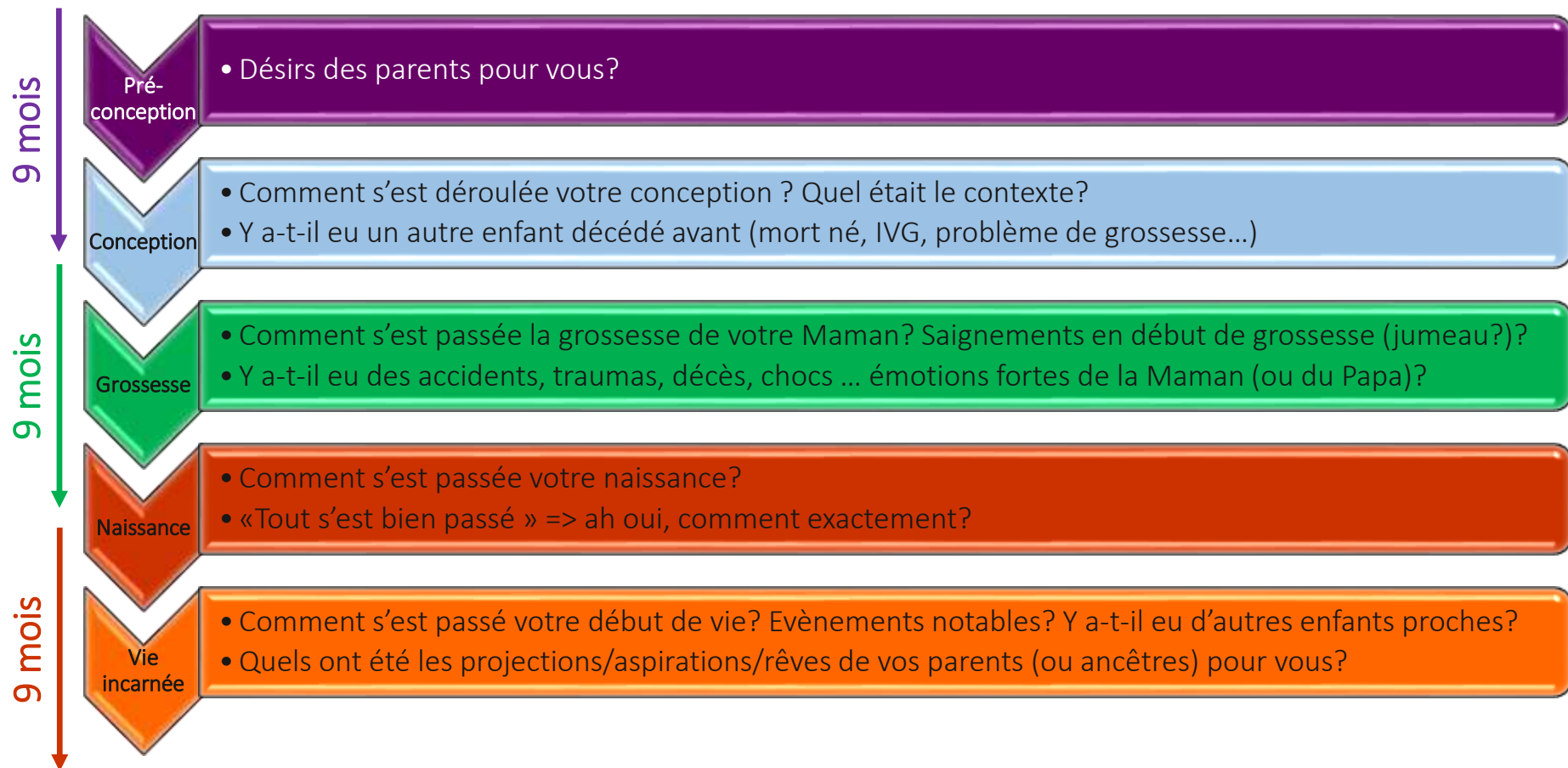
Projet SENS

Venue au monde d'un Être:

- Le Couple
- Désir d'enfant dans le couple
- Passer du 2 au 3
 $1 + 1 = 3$
- Grossesse
- Arrivée de l'enfant
- Début de vie de l'enfant
- Incarnation inconsciente des projections des parents et ancêtres



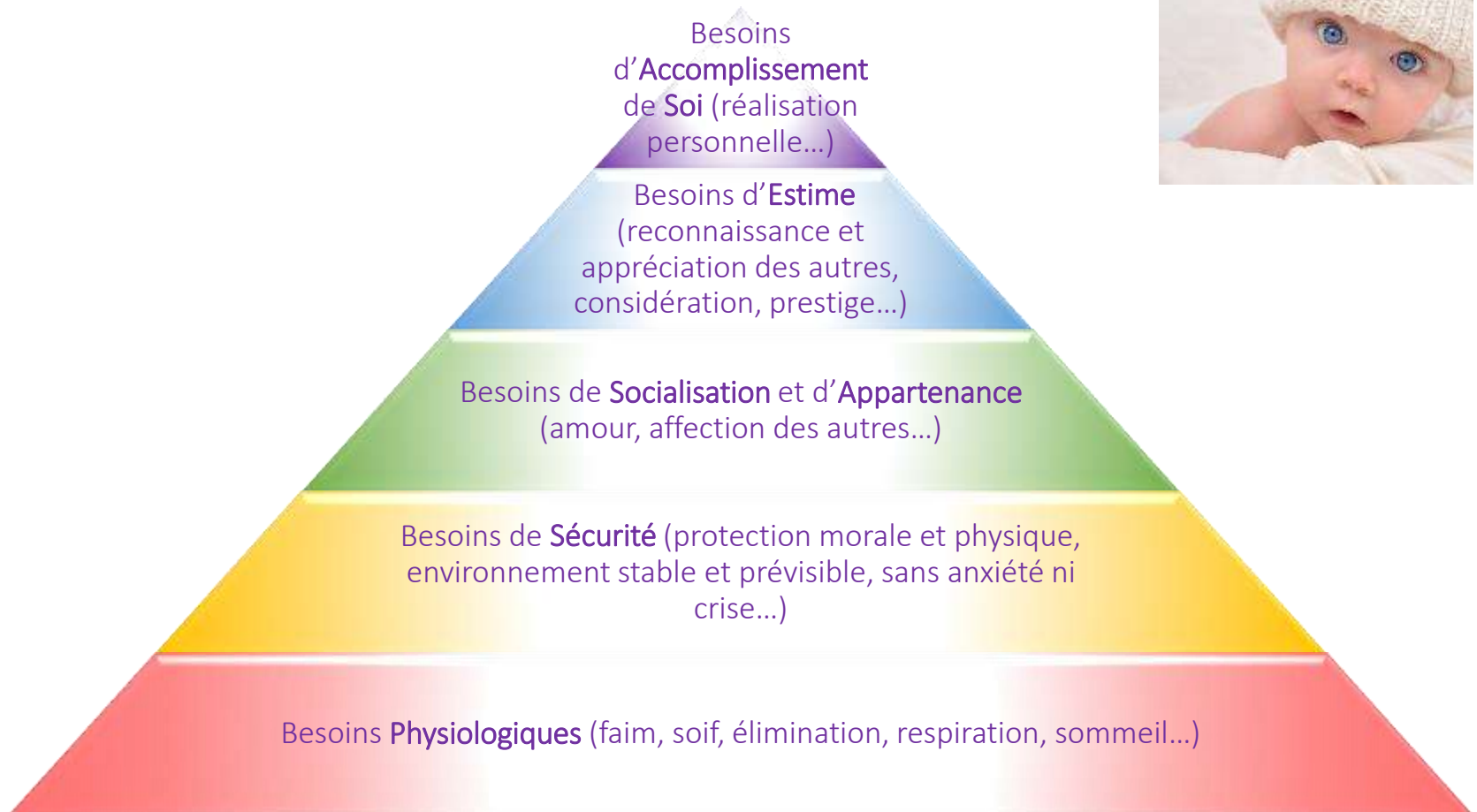
Votre Projet SENS - Investigation Votre venue au monde



NB : indifférenciation Maman/Papa et Bébé
PS : Ressentis si pas d'infos

Pyramide des Besoins de l'Enfant

(cf. Maslow)



Quel a été votre modèle? Vos conditionnements? Vos impératifs d'intégration?



Exemples de Projet Sens



Exemples de Projets Sens

- « Tu seras médecin mon fils »
- Mon fils reprendra mon office notarial ; souffleurs de verre (métiers transmis de père en fils)
- Ma fille fera de grandes études (une mère qui n'a pas pu faire d'études car l'argent était dédié à son frère)
- Petite fille inscrite à la danse parce que sa mère rêvait d'être ballerine
- Un homme qui se sent fille/femme et se travesti car sa mère rêvait d'une fille quand elle le portait
- Une comptable dont le père dépensait l'argent du ménage et la mère en était désolée (ex: Radin)





Exercice

- Et vous, qu'est-ce que vos parents ont rêvé pour vous?
- Qu'ont-ils projeté sur vous?
- Que souhaitaient-ils pour vous? Était-ce vraiment pour votre bonheur ou pour réparer quelque chose en eux?
- Avez-vous accepté ce(s) rôle(s)?
 - Si oui, en êtes-vous heureux?
 - Si non, en êtes-vous heureux?
- Comment vous sentez-vous dans ce(s) rôle(s)?
 - Heureux / utile
 - Contrarié / frustré

Exercice

- Quels rôles souhaitez-vous continuer à jouer?
- Quels rôles ne vous conviennent plus et souhaitez-vous changer?
- A vous de faire vos propres choix :





Réflexion personnelle

- A quoi et de quoi rêviez-vous lorsque vous étiez enfant et/ou adolescent?
- Quels étaient vos « rêves de gosse »?
- Quelles étaient vos aspirations intérieures?

⇒ Et vous, qui est le « JE » en vous? Que souhaitez-vous? Qu'aimez-vous?

(pas pour faire plaisir aux autres mais **pour vous**)



Bonnes et fructueuses
réflexions personnelles!