

## PSYCHO-GÉNÉALOGIE

### & Connaissance de Soi

#### CYCLE de 5 modules (WE)

*Ma Famille, mon arbre et moi ...*

**DATES du CYCLE**  
**2019-2020**

**Module 1: 21-22 Sept 2019**

**Module 2: 16-17 Novembre 2019**

**Module 3 : 18-19 Janvier 2020**

**Module 4 : 21-22 Mars 2020**

**Module 5 : 16-17 Mai 2020**

**Samedi et dimanche : de 9h30 à 18h**

**Prix d'1 module : 180€ (dont 70€ d'arrhes)**

**L'engagement se fait pour le cycle entier**

**Inscription** effective à réception des 5 chèques d'arrhes, encaissés après chaque module.  
Possibilité de règlement en 10 fois. Places limitées.

**Fabienne AUBRY**, initialement diplômée en **Psychomotricité** (1979), avec une spécialisation en **Relaxation et Eutonie**, puis en **Psychologie** et en **Musicothérapie**, exerce finalement cette dernière à partir de 1984.

Par la suite plusieurs formations viennent compléter l'actuel travail de Thérapeute : la **PSYCHO-GÉNÉALOGIE**, longuement, puis la **Métakinébiologie** et le **Décodage Biologique de la Santé**.

Parallèlement le travail sur la **VOIX**, et en particulier la **Métaphonie**, s'avère être un formidable espace de **CONNAISSANCE de SOI**, se révélant au-delà du chant et de l'aspect purement thérapeutique, comme une précieuse ouverture de dimension spirituelle.

Enfin, la formation à la **Mindfulness** par l'équipe de Jon Kabat-Zinn, "Réduction du Stress par la Pleine Conscience" ou MBSR, invite à cheminer vers plus de **Sérénité** en accueillant l'Instant Présent.

**Fabienne AUBRY**

Les Fichères n° 8 - 79220 COURS

05 49 77 52 10

aubryfab@wanadoo.fr

[www.pleine-conscience-niort.fr](http://www.pleine-conscience-niort.fr)

# A l'écoute de MON ARBRE

**Psychogénéalogie**  
&  
**Connaissance de Soi**

**Fabienne AUBRY**

## CONNAITRE MON ARBRE

Pour mieux me comprendre  
*L'écouter raconter mon histoire...*

La plupart des questions que nous nous posons sur nous-mêmes trouvent réponse dans notre arbre et notre vécu familial.

A notre insu, qu'il s'agisse de notre vie affective, professionnelle ou sociale, de notre santé ou de notre capacité à créer, **tout ce qui touche à la réalisation de soi est imprégné de notre histoire familiale.**

*Chacune de nos familles porte en son sein, sa multitude de richesses, sa façon d'exprimer les sentiments, ses difficultés et ses manquements divers, qui nous ont tour à tour soutenus, nourris, enrichis mais également freinés ou restreints dans notre élan de vie.*

**En posant un regard neuf sur ce qui a été vécu, nous pouvons en comprendre le sens et percevoir les liens subtils tissés entre les êtres au fil des générations.**

Cette démarche permet de trouver de nouvelles issues aux difficultés récurrentes que nous rencontrons. Elle invite aussi à plus de tolérance, à expérimenter le pardon et à évoluer vers une meilleure acceptation de soi et des autres.

## MA FAMILLE

*Arbre initiatique, Racines intérieures*

**Que suis-je venu faire dans ma famille ?**

Qu'est-ce que j'y expérimente ?

Qu'est-ce qu'on attend de moi ?

Quelles sont mes croyances ?

Comment je trouve -ou non- ma place ?

Quelle place j'occupe malgré tout ?

**Que m'est-il donné d'en apprendre ?**

Pas à pas, à la manière du Petit Poucet, nous rebrousserons chemin... et chercherons les indices ! Nous prendrons le temps d'élaborer puis d'explorer les branches et les nœuds de l'arbre familial. Ensuite nous mettrons en lumière les qualités, les forces mais aussi les faiblesses de ses racines et de leurs impacts sur nos vies.

Ayant découvert de nouvelles clés de compréhension de l'histoire qui nous a modelée, nous nous tournerons vers des portes jusqu'à présent insoupçonnées.

**S'ouvriront alors de nouveaux espaces,** de nouvelles opportunités dans nos vies d'adultes, aujourd'hui.

**Conscience**

**Compréhension**

**Accueil, Pardon**

**Acceptation**

**Guérison**

**Le chemin qui mène à la rencontre de soi !**

## A l'écoute de MON ARBRE...

**Cette méthode est le fruit de ma propre expérience :** aboutissement de 35 années de fructueuse maturation au cœur de mon arbre initiatique !!

Elle prend fondement dans la **PSYCHO-GÉNÉALOGIE**, et amène à la prise de conscience du **Système TRANSGÉNÉRATIONNEL** actif dans sa propre famille. Associée à la **CONNAISSANCE de SOI** elle agit tel un puissant outil de **TRANSFORMATION.**

*Néanmoins ce travail sur soi se fait tout en douceur, et il est particulièrement respectueux du rythme de chacun. On ne saurait forcer le fruit à mûrir !!*

La richesse de cette approche tient également à la diversité des différentes disciplines étudiées et éprouvées durablement durant ces longues années de pratique.

Qu'il s'agisse d'accompagnement de **groupes** en Méditation Pleine Conscience, Relaxation, Musicothérapie & Voix, Haptonomie ou Psychomotricité, ou bien encore de suivi en **Thérapie Individuelle** depuis plus de 25 ans.