



eQuintessence

**Stage intensif d'été « Avancé »  
Du Jeudi 18 au Dimanche 21 JUILLET 2023**

## **Guérison des traumatismes par la Thérapie IFS\* et le Cheval**

*Sur quatre jours, un accompagnement fondé sur les pratiques de l'Internal Family System\* pour se libérer des fardeaux et blessures du passé grâce au pouvoir guérisseur des chevaux !*



Avec **Dr Sylvain Gillier**, médecin, Praticien IFS niveau I, instructeur Eponaquest certifié POH, formé aux Etats-Unis par Linda Kohanov, praticien des thérapies par le cheval, auteur du Livre « L'enseignement des Chevaux »

et **Claire MORIN**, Psycho-Praticienne en médiation équine et Equicoach, créatrice de l'approche Caval'essence, Enseignante d'Equitation diplômée d'état (B.E.E.S 1) Spécialisée en Equitation Ethologique (B.F.E.E 3) Praticienne I.F.S niveau 1, formée à la CNV (Communication Non-violente)

**Lieu de stage :**

**Domaine Equestre de Kanthaka.** Route de Moulézan - 30260 MONTMIRAT.  
(accès Nîmes TGV + Gare de TER à 15 kms)

**Participation : 590 €**

## ➤ **Ce stage est fait pour vous si :**

- **Vous vous sentez bloqué.e dans certains aspects de votre vie sur les plans personnels ou professionnels du fait de blessures du passé et de traumatismes.**
- **Vous êtes parfois submergé.e par des émotions inconfortables : peur, tristesse, colère, anxiété...**
- **Vous vous sentez pris.e au piège dans des stratégies extrêmes, type burnout, compulsions, addiction, difficultés émotionnelles et relationnelles**
- **Et par conséquent démuni.e et seul.e pour faire face aux défis de l'existence...**
- **Ou aussi si vous êtes thérapeutes, accompagnants dans la relation d'aide, équitérapeutes ou praticiens en médiation équine, curieux de découvrir le modèle thérapeutique I.F.S en lien avec la thérapie facilitée par le cheval et la médiation équine.**

## ➤ **Nos intentions pour ce stage :**

**Nos intentions : un accompagnement thérapeutique, assisté par les chevaux par des sessions individuelles et de groupe, et avec les outils de l'IFS.**



- Avec l'aide des chevaux, **faire connaissance avec son système intérieur et ses multiples aspects** afin de développer un leadership qui prenne sa source dans un espace de conscience le Self, le centre de l'être.
- **Retrouver la résilience et l'autonomie** en déchargeant tes parts de leurs fardeaux
- Grâce au feedback des chevaux, **expérimenter une posture personnelle qui sert l'intégrité** et favorise l'évolution personnelle et collective à partir de l'intériorité.
- **Libérer sa créativité et utiliser son intuition** : Développer son Self-leadership
- Par des exercices individuels et avec les chevaux, permettre à chaque participant **d'expérimenter sur des questionnements, situations et projets** qui le mobilisent.
- Ouvrir des possibilités concrètes de décharger les fardeaux et les traumatismes, et mener une **vie plus joyeuse, plus créative et plus consciente.**

Les pratiques proposées, avec et sans les chevaux, vous permettront de mieux comprendre les différentes « petites voix »... celles qui jugent, celles qui essaient de tout contrôler, celles qui sont blessées, celles qui font diversion pour pas sentir la douleur... Et ainsi d'apprendre à ramener la paix et l'harmonie à l'intérieur de vous.

## ➤ **En savoir plus sur l'I.F.S**

\* **IFS** sont les initiales de **Internal Family System** (Système Familial Intérieur).

*L'I.F.S est un est un nouveau modèle de psychothérapie intégrative et un outil psychothérapeutique puissamment transformateur, validé aux Etats-Unis par des études scientifiques, qui a été modélisé par Richard Schwartz dans les années 90. Ce modèle, basé sur une approche systémique, s'appuie sur deux postulats : nous sommes composés de nombreuses sous-personnalités (parties) et de les reconnaître permet de créer un espace de guérison pour les comprendre et les aider à vivre plus harmonieusement.*

*Avec ce modèle, nous développons notre aptitude à accueillir avec curiosité et bienveillance ce qui nous habite, nos conflits intérieurs, nos réactions face aux autres, à la vie.*

*L'I.F.S nous amène à prendre conscience des différentes personnalités qui nous animent. L'intention est de créer une relation de confiance entre l'Être (ou Self) de la personne et les différents aspects qui la composent. Un dialogue intérieur bienveillant peut ainsi s'installer. Il est alors possible de rencontrer des parts sensibles de soi qui portent des fardeaux (charges émotionnelles, croyances ...) et les aider à se libérer. Le système intérieur évolue ainsi vers plus de coopération, d'apaisement, d'équilibre. Le "Self" considéré comme la source de sagesse intérieure et de guérison. Lorsqu'une personne est dans un état centré sur le Soi, elle est capable d'observer ses différentes parties sans être submergée par leurs émotions ou réactions. La présence du Self favorise un état d'équilibre et de calme, permettant à la personne de naviguer plus efficacement à travers les expériences émotionnelles et les défis de la vie.*

*L'I.F.S est donc à la fois un modèle, une méthode, un espace de guérison et un art de vivre, favorisant une plus grande prise de conscience de soi, une guérison émotionnelle et une croissance personnelle.*

## ➤ **I.F.S & Cheval : Pourquoi / comment ?**

L'I.F.S. est particulièrement adapté à la médiation thérapeutique avec les chevaux. Combiné avec la thérapie facilitée par le cheval, le recours au modèle I.F.S permet de créer une approche holistique.

Le cheval, être sensible et intuitif est capable de réagir aux émotions et à l'état interne d'une personne.

De par leur capacité de porter les fardeaux des humains (au sens littéral... et psychologique), **les chevaux sont des guides puissants**, pour guérir des blessures du passé et cultiver la paix intérieure...

Travailler avec les chevaux en thérapie apporte une dimension sensorielle et expérientielle unique.

De plus, avec l'I.F.S, se connecter aux chevaux aide à représenter symboliquement les différentes parties de soi et à **mettre en lumière des aspects spécifiques du système interne d'une personne**. Les interactions avec les chevaux peuvent également révéler des schémas de comportement et faciliter la communication avec le Self. Cela offre **une perspective unique et enrichissante au processus thérapeutique pour promouvoir la croissance personnelle des participant.e.s et la libération des traumatismes.**



### Lieu de stage :

**Domaine Equestre de Kanthaka.** Route de Moulézan - 30260 MONTMIRAT.

Un éco domaine dédié au bien être des chevaux.

Nous localiser : le domaine est juste à la frontière des communes de Moulézan et de Montmirat,

à une vingtaine de Km de Nîmes.

<http://www.cavalessence.com/index.php/ou-nous-trouver>

### Horaires:

**Du jeudi 18 au dimanche 21 juillet**

Le stage débute le Jeudi 18 Juillet à 9h et se termine le dimanche à 17h

Entre les deux, nous adapterons les horaires des activités en fonction de la météo et des besoins du groupe et des chevaux.

**Prévoyez de ne pas avoir de contraintes en soirée SVP**

**Participation: 590 €**

**Tarif « Early Bird : 540 €**

**pour votre inscription avant le 17 mars 2024**

### Votre participation comprend :

l'animation, les documents de stage et les ateliers avec les chevaux, les collations (Repas et hébergements non compris)

Paiement par chèque, virement, ou en ligne sécurisé par Paypal.

A votre demande : facilités de paiement en plusieurs mensualités.

**Si vous n'avez jamais participé à une activité avec Caval'essence ou Equintessence, un entretien préalable sera demandé avant votre inscription**