

Le rôle des Pensées Automatiques Limitantes ou croyances dans l'apparition des déséquilibre et maladies.

Cette formation essentielle pour tout suivi thérapeutique.

Dans ma pratique thérapeutique de plus de 15 ans, j'ai remarqué l'importance primordiale des Pensées Automatiques Limitantes (croyances) dans l'apparition de certaines pathologies.

Fonctionnement des croyances

Je vous propose donc un séminaire dédié à ce mode de pensée autonome pour découvrir comment :

- Contourner ou débloquent ces pensées réflexes ?
- Les repérer dans les déséquilibres des patients ?
- Comprendre la mise en résistance des patients.
- Définir précisément les PAL.
- Mettre en place une stratégie pour les transformer et les modifier afin de permettre un retour à l'équilibre.

Le travail proposé est basé sur des exercices pratiques, ainsi que des mises en situation.

Chaque explication est suivie d'une démonstration concrète, qui est également une bonne occasion pour travailler sur ses propres PAL...

Qu'est qu'une Pensées Automatiques Limitantes ?

Nos expériences personnelles, familiales, culturelles créent des systèmes de fonctionnements inconscients (ou croyances) qui filtrent notre façon de voir la réalité.

Ces pensées automatiques agissent comme une règle intérieure qui limite ou freine parfois nos réels besoins, nos besoins physiologiques créant ainsi un déséquilibre propice à la maladie.

Par exemple, un patient peut avoir comme pensée réflexe liée à son enfance comme : « Je ne peux être aimé que si je suis pure ». La pureté peut être interprétée inconsciemment par avoir une peau nette, claire. Ce système de fonctionnement peut favoriser une dépigmentation de la peau comme la maladie auto-immune le vitiligo.

Dans les maladies auto-immunes, le système immunitaire s'attaque à une partie de son propre corps comme si elle était dangereuse ou néfaste. Les Pensées Automatiques Limitantes envoient le message « Je ne peux exister qu'à condition de détruire une partie de moi ». Tant que cette PAL est active, le corps reste dans cette logique destructrice.



Une des stratégies d'accompagnement est de contourner ou de retrouver l'origine de cette pensée autonome pour la transformer afin qu'elle devienne par exemple : Je peux exister sans détruire une partie de moi ».

**En espérant partager cette clef essentielle
du décodage**

**Séminaire ouvert aux thérapeutes
sensibilisés au décodage**



Béatrice Bourau-Glisia, thérapeute et formatrice depuis plus de 15 ans a particulièrement étudié ce phénomène de pensées limitantes et apporte des réponses à ces blocages.