



Thérapie florale avec les Fleurs de Bach

La Thérapie Florale pour adultes



Faire une Thérapie Florale, c'est s'accorder une pause pour accueillir ses émotions, les nommer, les comprendre et travailler avec elles.

Lorsqu'au fond de nous, nous vivons de la peur, des craintes, de l'angoisse, de l'insécurité, ou bien de la mauvaise joie, du ressentiment pour quelqu'un ou les autres en général, ou bien de l'insatisfaction pour notre vie, ou tout autre stress émotionnel, il est bon de comprendre l'origine de ces mauvais sentiments, pourquoi sont-ils là, pourquoi reviennent-ils souvent ?

La Thérapie Florale se déroule sur plusieurs entretiens en respectant le rythme émotionnel de chacun. La personne exprime les émotions négatives qu'elles rencontrent dans sa vie, les stress émotionnels qui sont toujours présents en elle.

Elle apprend petit à petit et au fur et à mesure des entretiens qu'elle est vraiment même si elle a déjà une image d'elle-même qui lui semble juste.

Par l'écoute et la formulation de questions simples, la Conseillère repère les fleurs de Bach appropriées et lui prépare à la fin de l'entretien un flacon personnel qu'elle prendra pendant trois semaines, délai nécessaire à l'équilibrage de ses émotions.

Puis un autre entretien est nécessaire pour faire un bilan et continuer à traiter les autres émotions qui surgiront à l'image des poupées russes que nous sortons une à une de leur boîte, car une émotion cache très souvent une autre plus enfouie et plus profonde.

La Thérapie Florale pour enfants

Dès son plus jeune âge, les Fleurs de Bach peuvent aider votre enfant à apaiser ses émotions négatives et lui redonner son équilibre intérieur.

Elles peuvent par exemple :

Lui redonner confiance

Lorsqu'il est peureux, timide, n'ose pas répondre en classe ou aller au tableau, lorsqu'il doute de ses capacités.

L'apaiser lorsqu'il fait des colères

Si votre enfant est " rebelle ", se fâche et se met en colère, ne veut pas obéir.



Améliorer son sommeil

Si par exemple, il tarde à aller se coucher ou s'endormir, ou bien s'il rencontre certaines peurs parfois inexplicables et qui peuvent le réveiller la nuit.

Déroulement de l'entretien :

Si votre enfant est très jeune, la présence de la maman ou du papa est nécessaire pour répondre aux questions de la Conseillère et l'aider dans la bonne compréhension de l'état de l'enfant.



Si l'enfant est en âge de bien s'exprimer, la Conseillère peut lui poser directement des questions. Un petit bilan sera fait ensuite avec la maman ou le papa à la fin de l'entretien.

L'enfant emporte son flacon personnel avec les Fleurs de Bach appropriées après chaque séance.

Selon le rythme émotionnel de l'enfant, plusieurs entretiens sont nécessaires afin qu'il retrouve l'équilibre dont il a besoin. Les enfants sont souvent très réceptifs aux Fleurs de Bach et les accueillent avec beaucoup de joie.

Que sont les Fleurs de Bach ?



Les fleurs de Bach sont **des extraits liquides de plantes** qui ont un effet positif sur des émotions et des humeurs dérangeantes comme l'anxiété, la dépression, le manque de confiance en soi, le stress, le ruminement...

Le **Dr Edward Bach** (1886-1936) a donné son nom à cette médecine qu'il découvrit au début du siècle dernier.

Il y a déjà plus de 70 ans que ces fleurs ont prouvé leurs bienfaits pour toutes sortes de problèmes émotionnels aussi bien chez les enfants que chez les adultes.

Les fleurs de Bach sont tout à fait sûres

Les fleurs de Bach sont à **100 % naturelles** et peuvent être utilisées avec succès aussi bien par les adultes que par les enfants.

Elles sont tout à fait sûres et inoffensives.

Il n'y a aucune contre-indication, il n'y a pas de risque d'overdose et elles ne créent aucune dépendance.

Elles peuvent être utilisées en combinaison avec d'autres médicaments ou de forme de traitement, ainsi qu'avec l'homéopathie, sans en perturber l'action.

