



# Initiation à l'IFS

## Internal Family Systems

Cet atelier de deux jours sera l'occasion de découvrir ce modèle de développement personnel et de psychothérapie de pointe qu'est l'IFS.

L'IFS (Internal Family Systems) est initialement un **modèle puissant et innovant de psychothérapie**, reconnu pour son efficacité à résoudre les conflits internes et apaiser les tensions qui en résultent (Evidence Based).

Il se répand également dans la sphère du **développement personnel**, proposant une nouvelle manière d'être avec soi et avec les autres. Il se révèle aussi être une puissante **pratique de conscience et d'évolution**, permettant de mieux se connaître et se comprendre, découvrir le sens de nos comportements et nos réactions et offre des perspectives réjouissantes de transformation durable et profonde, facilitant progressivement le retour au calme, à plus d'harmonie et favorisant une vie plus proche de nos aspirations profondes.

Il se propage progressivement dans différents domaines : **santé physique et mentale, éducation, management, coaching, médiation...**

L'IFS a été développé par Richard Schwartz vers la fin des années 1980 aux USA.

R. Schwartz n'est pas le premier à proposer ce concept de la multiplicité de la personne. Par contre, il l'a fait d'une façon innovante à l'époque : il s'est intéressé à la systémique et l'organisation de ces parts entre elles, cherchant à découvrir le sens de l'organisation qui se dévoilait devant lui.

Cette initiation à l'IFS a pour but de vous faire expérimenter la puissance de ce modèle, vous permettre de commencer à faire connaissance avec votre propre système intérieur, à mettre en place une communication entre le Self et les parties de vous-mêmes. Cela permet de mieux se comprendre et d'accueillir plus facilement nos fragilités et nos ressources.

Nous vous présenterons le champ d'action thérapeutique de l'IFS, qui ne sera pas enseigné lors de cette initiation. La démarche thérapeutique est souvent nécessaire pour permettre à notre système de se défaire de ses charges limitantes (émotions douloureuses, réactivité et système de protection inappropriés, croyances erronées...).

**L'initiation sera animée par  
Nadine d'Ydewalle et Vinciane van Outryve**

Toutes deux sont thérapeute, formatrice et superviseure.

Elles ont une longue pratique de l'IFS et sont passionnées par la diversité des indications du travail avec l'IFS. Elles en explorent les applications thérapeutiques ainsi que le champ non-thérapeutique, en individuel et en groupe.

Elles sont également formées en thérapie IFS relationnelle (couples...), à la thérapie pour enfants et ados.

## Renseignements pratiques - Initiation à l'IFS

**Dates :** Lundi 16 et mardi 17 mars 2020

**Lieu :** Près du Lac de Genval (15 km au sud de Bruxelles)

**Horaire :** Lundi 16 de 9h30 à 18h30  
Mardi 17 de 9h30 à 17h  
Accueil à partir de 9h

**Restauration :** vous apportez votre pique-nique, nous prévoyons les collations, les boissons et un potage pour le repas.

**Prix :** 300 € (248 € pour l'animation + 52 € de TVA)

**Public cible :** thérapeutes, personnes actives dans la relation d'aide  
Personnes désireuses de découvrir cet outil de connaissance de soi et de développement personnel puissant

**Inscription :** en renvoyant le bulletin d'inscription par email à Vinciane van Outryve [vinciane@vvanoutryve.be](mailto:vinciane@vvanoutryve.be) (voir page suivante)

**Et en versant un acompte de 140 €**

sur le compte IBAN BE91 7320 2485 3976 - BIC CREGBEBB

au nom de Vinciane van Outryve, avec la communication « Acompte Initiation IFS mars »

Le solde de 160 € est à payer par virement avant le 1<sup>er</sup> mars 2020 sur le même compte.

*L'initiation sera confirmée dès que le nombre minimum de participants sera atteint et au plus tard un mois avant.*

### Conditions d'annulation :

Plus d'un mois avant l'initiation : l'acompte est remboursé pour moitié.

Moins d'un mois avant l'initiation : l'acompte est dû et n'est pas remboursé.

L'acompte est intégralement remboursé si l'initiation est annulée.

### Organisation, informations et inscriptions

Vinciane van Outryve

[vinciane@vvanoutryve.be](mailto:vinciane@vvanoutryve.be)

+32 478 575 274

**Plus d'infos sur l'IFS sur les sites :**

<https://ifs-association.com> (info en Français)

<https://www.selfleadership.org> (info en Anglais)

### PROCHAINE FORMATION DE NIVEAU 1 EN BELGIQUE :

16-20 novembre 2020 – 24-28 janvier 2021 – 5-9 mai 2021 à Rixensart

Plus d'infos sur les propositions de formation continue et de développement personnel que j'organise, en Belgique, Suisse et France, sur mon site [www.vvanoutryve.be](http://www.vvanoutryve.be), à la page Activités.

**Bulletin d'inscription Initiation à l'IFS**  
**Lundi 16 et Mardi 17 mars 2020**

Nom : Prénom :  
Rue et N°: Code postal et ville :  
Téléphone : Adresse mail :  
Date de naissance :  
Nom virement ou chèque, si différent :

**Je m'inscris à l'initiation à l'IFS du 16 et 17 mars 2020, paie l'acompte et accepte les conditions d'annulation, comme indiqué en page précédente.**

**Date :**

**Signature :**

Comme vous venez d'horizons variés, cela nous aiderait d'en savoir un peu plus sur vous pour préparer au mieux ces deux jours et rencontrer le mieux possible vos désirs et besoins... Vos réponses à ces quelques questions seraient précieuses pour nous aider à nous ajuster au mieux à votre groupe.

Voyez ce que vous aimeriez nous partager à ce sujet ?

- Vous avez entendu parler de cette proposition via :

- Vos motivations à suivre cette Initiation :

- Ce qui, dans votre parcours, professionnel et/ou personnel, vous amène à cette Initiation :

- Votre profession, vos formations ?

- Avez-vous déjà idée si vous êtes intéressé.e de vous former à l'IFS ( Niveau 1) ?

- Avez-vous déjà idée de la façon dont, à terme, vous aimeriez intégrer l'IFS dans vos outils, votre champ d'action et la manière dont vous l'utiliseriez ?

- D'autres informations que vous souhaitez nous communiquer ?

D'autres initiations à l'IFS et diverses propositions liées au développement personnel sont régulièrement prévues. Contactez-nous si vous êtes intéressé.e et que vous souhaitez être tenu.e au courant de nos propositions.