



INSTITUTE  
of EDUCATION & MIND EXCELLENCE

## « Groupe de Parole sur les Etats Modifiés de Conscience »

### > La parole d' EMI <

#### A PROPOS

Contrairement à la croyance populaire, les phénomènes d'états modifiés de conscience ne sont ni rares, ni vécus à l'occasion d'un épisode de « folie ». Saviez-vous que 2 à 18% des personnes victimes d'un arrêt cardiaque rapportent avoir vécu une expérience de mort imminente (EMI) ? Ce type d'expérience « extraordinaire » peut être vécu lors d'une variété d'événements tel qu'un état méditatif, une opération chirurgicale ou un accident de voiture.

Alors que de plus en plus de recherches en psychologie et en neurosciences abordent le *comment* des états modifiés de conscience, peu ont actuellement trouvé des réponses concernant leur *pourquoi* : *Pourquoi cela m'est-il arrivé ? Que s'est-il passé ? Pourquoi une expérience négative ?*

Bien que ces phénomènes soient de plus en plus reconnus par le milieu médical et scientifique, l'intégration que les expérienceurs en font dans leur vie quotidienne peut dépendre de nombreux facteurs comme l'ouverture, l'opinion et le comportement de leur entourage. Parfois, les peurs du jugement, de la moquerie ou du rejet peuvent tous être des motifs qui freinent alors la parole et l'acceptation ...

*Vous voudriez partager votre vécu et rencontrer d'autres « expérienceurs » ? Notre groupe vous est ouvert !*

#### OBJECTIFS

- Vous garantir un espace de parole sécurisé
- Vous accompagner, si besoin, dans l'expression de votre récit d'expérience
- Garantir au groupe une bonne dynamique d'échange
- Veiller au respect et à la bienveillance

#### ADRESSÉ À

Toute personne ayant vécu une EMI ou un état modifié de conscience.

## PROGRAMME

*Venez comme vous êtes !*

Le groupe vous est ouvert 1 fois par mois.

Que vous y veniez pour une visite unique ou régulièrement, l'Institut propose lors de chaque séance :

- Un tour de présentation (désir d'anonymat respecté)
- Une introduction théorique au concept d'état modifié de conscience
- Un temps de partage de récit et d'échange

## REMARQUE

Le soutien du groupe ainsi que des professionnels constitue un remarquable atout. Afin de garantir une séance satisfaisante à chacun.e, le nombre d'inscription est limité à 10 personnes.

## FORMATRICE

**Virginie Christophe**

- Chercheuse en psychologie positive (ULiège)
- Diplômée en Neurosciences cognitive et comportementale (ULiège)
- Psychologue et coach certifiée (UCL) indépendante



## LIEU:

INSTITUTE OF EDUCATION & MIND  
EXCELLENCE

rue du Vieux Moulin 13,  
1160, Brussels

[www.mindexcellence.eu](http://www.mindexcellence.eu)

**PRIX :** 15 euros

## INSCRIPTION :

[contact@mindexcellence.eu](mailto:contact@mindexcellence.eu)

## DATES :

26/10, 30/11, 14/12/2019 et 11/01, 08/02, 07/03, 11/04/2020