

L'ENFANT INTÉRIEUR DANS LE CADRE THÉRAPEUTIQUE

MARGARET PAUL

Margaret Paul (Ph.D.) est docteur en médecine. Elle est la créatrice d'une méthode d'inspiration jungienne, inspirée d'un concept issu de la psychologie analytique : l'enfant intérieur dans le cadre thérapeutique.

Théorie

Le terme d'enfant intérieur est utilisé par Margaret Paul dans le cadre d'une démarche psychothérapeutique, comme le font aussi John Bradshaw ou Hal et Sidra Stone dans leur ouvrage *Le Dialogue intérieur*.

Margaret Paul présente, dans ses ouvrages, et met en place, dans sa pratique clinique, ce qu'elle nomme « une méthode de renouement avec soi même » :

Selon elle,

« « Les thérapies basées sur l'enfant intérieur ont pour objectif de faire de nous des "adultes-enfants capables d'aimer, et donc d'écarter les peurs et fausses volontés qui nous empoisonnent le quotidien et s'opposent à notre épanouissement. [...] il s'agit d'un processus de transformation [qui] retrace notre parcours depuis l'enfance, source d'équilibre, d'amour, d'intuition, de passion et de légèreté [...] jusqu'au stade adulte, caractérisé par la prédominance de notre cerveau gauche, qui est orienté vers l'action, le rationnel, et le monde extérieur »¹ »

C'est finalement une manière ludique et adulte de se prendre en main, « comme un enfant qui s'amuse à construire avec sérieux et avec énergie une cabane dans le jardin », écrit-elle encore par exemple.

Bibliographie

- *Renouez avec votre enfant intérieur*, Éditions Le Souffle d'Or, collection « Chrysalide », 1993 - Réédition février 2012
- *Libérons notre enfant intérieur*, entretien avec François De Kock, in *Passerelles*, 1996

Notes et références

1. ↑ Margaret Paul, « Interview », dans le magazine *Passerelles*, 1996.