

La Désactivation Multi Sensorielle

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)

6 jours / 39 heures

L'EMDR-DMS

La dissolution des traumas

L'EMDR est l'une des méthodologies de traitement les plus efficaces de l'État de Stress post-traumatique. La verbalisation de l'expérience traumatique n'est pas suffisante pour dépasser le traumatisme, elle peut même contribuer à une aggravation.

Une personne traumatisée met généralement en place une stratégie d'occultation et d'évitement, pour ne pas être sur-traumatisée, ou simplement pour survivre. Ce dispositif d'évitement a une fonction de protection, mais il permet également au traumatisme de perdurer et de générer des symptômes problématiques.

L'EMDR est un protocole d'hypnose fractionnée rassurant qui permet à la personne d'intégrer et de digérer l'expérience traumatique afin de neutraliser le traumatisme.

Cette mise en contact avec le trauma sollicite non seulement le registre verbal, mais tous les registres sensoriels : perceptions visuelles, auditives, kinesthésiques, olfactives, et gustatives à l'aide de stimulations bilatérales (c'est pourquoi nous avons adopté le terme de Désactivation Multi Sensorielle).

L'expérience une fois « digérée » devient un souvenir résolu, et dans le cas d'un trauma survenu récemment les symptômes peuvent disparaître très rapidement.

Dans le cas d'une expérience traumatique qui s'est déroulée il y a longtemps ou dans l'enfance, l'EMDR-DMS est une étape dans une approche thérapeutique plus globale.

L'EMDR Centré sur la vie

Les personnes qui ont été traumatisées il y a longtemps, parfois dans l'enfance, on construit leur personnalité autour de cette expérience. La simple dissolution de l'expérience traumatique sera nécessaire mais insuffisante. Avec le traumatisme, des valeurs ont été blessées, et la personne n'arrive plus à reprendre contact avec ces valeurs, un *désespoir post-traumatique* s'installe, la personne lutte pour retrouver ses valeurs et elle désespère de ne pas y arriver.

Les techniques narratives de déconstruction traumatique et de reconstruction de l'histoire de vie au sein du protocole EMDR, aident la personne à se reconnecter à ce qui est vivant en elle et à reconstruire une personnalité autours de valeurs qu'elle peut désormais honorer.

Cette manière d'aborder les traumas est également adaptée lorsqu'il est difficile de trouver une cible (expérience traumatique) précise ou lorsque les traumas sont multiples.

Public concerné :

Cette formation est destinée aux professionnels de la relation d'aide : psychologues, psychiatres, psychothérapeutes ou coachs qui pratiquent la relation d'aide en individuel.

Pré requis :

Une pratique professionnelle viable de la relation d'aide est exigée.

Une sensibilisation aux approches humanistes ou systémiques ou relationnelle ou corporelle est demandée.

Un courrier présentant votre parcours professionnel, vos formations ainsi que votre contexte professionnel actuel vous sera demandé.

Démarche pédagogique :

Les méthodes pédagogiques sont celles qui sont décrites dans la fiche :
« Méthodes pédagogiques des formations Hexafor »

Organisation de la formation :

La formation est organisée autour de quatre modules

1) Protocole

Protocole de Désactivation DMS

2 jours pour découvrir le modèle *EMDR-DMS* et l'expérimenter en stage.

2) L'EMDR centré sur la vie

2 jours pour expérimenter les techniques narratives dans le protocole EMDR.

Compréhension dynamique du trauma - Découverte des valeurs - Reconstruction d'une histoire personnelle préférée.

3) Synthèse et supervision

2 jours (minimum) pour présenter votre travail, observer celui des autres, intégrer des apports techniques et théoriques complémentaires, et recevoir des pistes de progrès.

Vous pouvez suivre ces journées de synthèse et de supervision pendant un an à l'issue de votre stage.

Objectifs :**À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :**

- Identifier les traumatismes chez les clients
- Créer un lieu sûr, qui va permettre de sécuriser le client pour qu'il s'autorise à se confronter à son traumatisme
- Expliquer au client le protocole EMDR-DMS
- Mesurer l'intensité du traumatisme
- Identifier les cognitions négatives issues du traumatisme
- Faire émerger une cognition positive envisagée et en mesurer la congruence
- Définir une « cible » au sens de l'EMDR, à travailler
- Procéder à la désensibilisation par les stimulations bilatérales alternées
- Installer et ancrer une cognition positive
- Vérifier la résolution du traumatisme à l'aide du Body Scan
- Donner les instructions de fin de séance
- Connaître les contre-indications et les précautions à prendre
- Rechercher les valeurs dont la personne est déconnectées
- Rechercher des exceptions
- Rechercher des tiers sécurisés et reconnaissants
- Reconstruire une histoire valorisante à partir des valeurs, des exceptions et des tiers sécurisés.

Programme :

- Le modèle EMDR.
- Les précurseurs de EMDR : La PNL, l'hypnose, Pierre Janet, la sophrologie, l'EFT.
- EMDR et psychopathologie
- Anamnèse en EMDR
- Critères de sélection des clients
- Procédure EMDR
- Préparation du traitement
- Recherche et évaluation des traumas
- Identifications des V.A.K.O.G et des croyances limitantes
- Utilisation des échelles d'évaluation
- Pratique du protocole EMDR
- Désactivation d'ancres résiduelles
- Ancrages des ressources
- Gérer les abréactions émotionnelles
- Utilisation de l'hypnose conversationnelle
- L'absent implicite (recherche des valeurs)
- La carte de l'exception
- La carte du remembering
- La re-narration

Supervision : Observation des séances vidéo des stagiaires - Feed-back et entraînement

Animation :

Jean-François MONFORT

Maître Praticien en PNL, Psychothérapeute, formé à l'EMDR en 1996.