

# Prise en charge du psycho-trauma par l'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) L'hypnose et les pratiques narratives

10 jours / 65 heures

## L'EMDR

### **La dissolution des traumas**

L'EMDR est l'une des méthodologies de traitement les plus efficaces de l'État de Stress Post-Traumatique. La dissolution des traumas s'opère grâce à un mécanisme encore incompris assez semblable aux *mouvements rapides des yeux* qui se produisent pendant le sommeil paradoxal. D'autres stimulations sensorielles alternatives (kinesthésiques ou auditives) produisent des effets semblables.

L'EMDR est particulièrement efficace et souvent suffisant pour dissoudre les traumas simples ou de type I, c'est à dire ceux qui arrivent sur un fond sécurisé, lorsque l'entourage de la personne est stable, soutenant et réagit de manière adaptée. La simple dissolution de l'expérience traumatique sera nécessaire mais insuffisante. Il est essentiel alors pour les thérapeutes de développer une compréhension de la construction de ces traumas qui intègre souvent la présence d'un tiers sécurisé défaillant, ayant des réactions inadaptées, car emporté lui-même par la dimension traumatique. 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.

La dissolution du trauma dans ce cas, nécessite la reconstruction préalable de la sécurité affective de la personne, en reliant des expériences de sécurité et de liberté relationnelle présentes dans l'histoire de la personne à l'état de *finest traces* que le questionnement narratif permet d'épaissir.

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 autour de valeurs qu'elle peut désormais honorer.

L'État de Stress Post-Traumatique peut être compris comme un état dissociatif, et la *réassociation* provoqué par l'EMDR comme un phénomène hypnotique. Les techniques de base de l'hypnose permettent de sécuriser la pratique de l'EMDR.

### **Public concerné :**

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

### **Pré requis :**

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

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

Une formation préalable pourrait vous être proposée afin de disposer des prérequis.

**Objectifs pédagogiques :****À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :**Créer un climat sécurisant :

- Adapter son comportement non verbal (voix, geste et posture)
- Adapter son comportement verbal (reformulation avec les mots de la personne...)

Créer un climat de liberté:

- Adopter la position basse
- Remercier, valoriser les initiatives
- Laisser du choix, demander des autorisations

Négocier des objectifs thérapeutiques

- Explorer un futur en dehors du problème (*question miracle*)
- Utiliser les *questions à échelle*
- Repérer les *types de relation* (*engagée, de plainte, non engagée*)
- Conduire une *conversation d'engagement*

Faire l'inventaire des ressources et les amplifier

- Repérer les *exceptions*
- Explorer le *faire face*
- Explorer les *prises de position*
- Explorer les *valeurs*
- Favoriser la *réassociation*

Déconstruire la relation identitaire au trauma

- Externaliser les conclusions identitaire limitante
- Construire une identité préférée à partir des exceptions

Reconstruire une identité relationnelle sécurisante

- Explorer le *paysage des relations*
- Rechercher *l'Absent Mais Implicite*
- Explorer les actes de protestation face au trauma.

Accueillir et dissoudre les effets du trauma

- Connaître les indications du protocole EMDR
- Connaître, mémoriser et mettre en œuvre le protocole EMDR
- Distinguer les traumas de type 1 et les traumas de type 2
- Repérer les points de blocage et adapter le protocole
- Construire une stratégie d'accompagnement sur plusieurs séances afin de dissoudre les traumas complexes
- Connaître les contre-indications et les précautions à prendre
- Donner les instructions de fin de séance

**Démarche pédagogique :**

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

**Organisation de la formation :**

La formation se déroule sur 5 modules de 2 jours à raison d'un module tous les 1 ou 2 mois.

**1) Protocole EMDR**

2 jours animés par Jean-François Monfort

Découverte et expérimentation du protocole de base du modèle *EMDR*

Comment dissoudre des traumas simples (trauma de type 1)

**2) EMDR centré sur la vie**

2 jours animés par Stéphanie Robert

Utilisation du protocole EMDR pour activer les ressources.

Découverte et expérimentation de la question miracle

Utilisation des échelles

**3) L'EMDR une approche hypnotique**

2 jours animés par Bertrand Hénot

Intégration des techniques hypnotiques dans la pratique de l'EMDR

Utilisation de techniques simples d'induction de transe

Modèle de ROSSI, directive implicite et question d'accession

**4) La Reconstruction d'une histoire vivante**

1 jour animé par Dr Julien Betbèze

1 jour animé par Bertrand Hénot

Construction et déconstruction des traumas complexes (trauma de type 2)

Exploration narrative de l'Absent Mais Implicite

**5) Validation des acquis et certification**

1 jour animé par Jean-François Monfort

1 jour animé par Bertrand Hénot

Présentation de vos séances filmées

Présentation de votre travail écrit

**Animation**

Jean-François MONFORT

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

Bertrand HÉNOT

Enseignant certifié en PNL, directeur d'Hexafor

Stéphanie ROBERT

Master 1 en psycho, formatrice en approche centrée solution

Dr Julien BETBÈZE

Psychiatre des hôpitaux

## Processus d'évaluation et certification

Une fiche d'évaluation formative vous est remise au début de la formation. Vous pourrez à la compléter au fur et à mesure et la faire valider par des tiers.

Une fiche d'évaluation écrite ainsi qu'un feed-back oral vous sont remis lors de la présentation de vos travaux vidéo et écrits par les formateurs.

Une certification « *Prise en charge du psycho-trauma par l'EMDR et techniques associées* » est remise aux stagiaires qui ont suivi tout le cursus et présenté un travail conforme aux attentes.

Des pistes de travail personnalisées sont données aux personnes qui n'auraient pas satisfait à tous les critères de certification.

Une fiche présentant les critères de certification vous est remise lors de votre inscription.