

# LA THÉRAPIE EMDR

LA THÉRAPIE EMDR (EYES MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING) EST LA DÉSENSIBILISATION ET LE RETRAITEMENT PAR LA STIMULATION BILATÉRALE ALTERNÉE

## À QUI S'ADRESSE L'EMDR



LA THÉRAPIE EMDR EST ADAPTÉE POUR LES ENFANTS, LES ADOLESCENTS ET LES ADULTES.

## COMMENT FONCTIONNE L'EMDR

EN SÉANCE INDIVIDUELLE AVEC LA THÉRAPEUTE, L'EMDR AIDE À DÉPASSER L'ÉVÉNEMENT TRAUMATISANT EN PERMETTANT LA DIMINUTION JUSQU'À LA DISPARITION DU SYMPTÔME.



## QUAND CONSULTER

À LA SUITE D'UN ÉVÉNEMENT PERTURBANT (AGRESSION, ACCIDENT, HARCÈLEMENT, HUMILIATION, INJUSTICE...) VOUS POUVEZ CONSULTER SI VOUS RENCONTREZ DES SYMPTÔMES IMPACTANTS VOTRE VIE QUOTIDIENNE OU SUR AVIS MÉDICAL.

## PRENDRE RENDEZ-VOUS

ANNE LECOINTRE - THÉRAPEUTE EMDR  
MAISON DE SANTÉ LA CAPELLE  
4 ESPLANADE FRANÇOIS MITTERRAND  
12100 MILLAU

06 73 71 37 92

## LES SYMPTÔMES TRAITÉS

### STRESS POST TRAUMATIQUE



### ANXIÉTÉ



### DÉPRESSION



### PHOBIES



### DIFFICULTÉS ÉMOTIONNELLES

