

La Désactivation Multi Sensorielle

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)

6 jours / 39 heures

Qu'est-ce que L'EMDR-DMS ?

Venu de Californie, l'EMDR est devenu l'une des méthodologies de traitement les plus efficaces de l'État de Stress post-traumatique. L'EMDR repose sur le constat que le simple fait de verbaliser le traumatisme n'est pas suffisant pour dépasser celui-ci. Une des difficultés du traitement est qu'une personne traumatisée met généralement en place une stratégie d'occultation et d'évitement, pour ne pas être sur-traumatisée. Ce dispositif de sauvegarde permet au traumatisme de perdurer et génère des symptômes problématiques.

L'EMDR consiste en un protocole d'hypnose fractionnée rassurant qui permet à la personne d'intégrer petit à petit l'expérience traumatique et de digérer le trauma.

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. Cela inclut également les pensées, les émotions ainsi que les sensations corporelles actuelles. Lors de stimulations sensorielles bilatérales alternées, alors que le client est en contact avec le trauma, son cerveau fait des associations libres. Des connexions mnésiques (mémoire implicite/explicite, procédurale/déclarative) et informationnelles se réalisent ce qui permet de dépasser l'événement traumatique. Le souvenir traumatique est alors réinséré dans le processus de synthèse de la mémoire épisodique. Le traumatisme est alors « digéré » et devient un souvenir résolu. Les symptômes disparaissent très rapidement dans le cas d'un traumatisme survenu à l'âge adulte. Dans le cas d'un trauma de l'enfance, l'EMDR-DMS peut n'être qu'un outil dans une approche thérapeutique plus globale.

L'explication neurologique de cette efficacité serait la suivante : le trauma créerait une dissociation des modules de traitement de l'information (émotionnels, mnésiques, comportementaux) empêchant ainsi la scène traumatique de devenir un souvenir résolu. Les stimulations bilatérales alternées permettraient de mettre fin à cette dissociation.

L'EMDR est devenue DMS dans notre formation car l'appellation originelle EMDR est devenue limitative. En effet à l'origine les recherches ont montré l'efficacité des mouvements oculaires d'où le E de EMDR (pour Eyes). Mais depuis les praticiens se sont aperçus que des stimulations kinesthésiques ou auditives étaient tout aussi efficaces sans les inconvénients des stimulations visuelles.

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 sont exigées.

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

Démarche pédagogique :

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

Organisation de la formation :

Un premier module de 2 jours est consacré à l'apprentissage des techniques hypnotiques de base.

Un second module de 2 jours permet de découvrir le modèle EMDR-DMS et de l'expérimenter en stage.

Vous serez ensuite invités à expérimenter le modèle avec vos clients en utilisant la vidéo.

Les journées de supervision (deux au minimum) de préférence espacées vous permettent de présenter votre travail d'observer celui des autres, de profiter du feedback et de refaire des exercices.

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

Les journées de supervision sont une partie intégrante et indispensable de la formation, avec des apports techniques et théoriques complémentaires.

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

- Pratiquer l'autohypnose.
- Accompagner et sortir une personne de transe.
- Guider avec le non verbal
- Reconnaître les indicateurs de transe.
- Identifier les traumatismes chez les clients.
- Installer une relation thérapeutique solide.
- 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.
- Mesurer la véracité de cette cognition positive.
- 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.

Programme :

- Présupposés de l'hypnose ericksonienne
- La synchronisation et guidage non verbal (mirroring – pacing – leading)
- Les indicateurs de transe
- L'induction simple accompagnement – guidage 5 4 3 2 1
- L'induction par souvenir agréable
- L'autohypnose (induction VAK 321)
- 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

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

Validation de la formation

Une attestation de formation est remise à tous les stagiaires, un certificat est remis au stagiaires qui auront le niveau requis et qui auront produit un travail vidéo de qualité.

Les consignes spécifiques concernant le travail vidéo seront données lors du premier module.

Animation :

Jean-François MONFORT,

Maître Praticien en PNL, Psychothérapeute, formé à l'EMDR. par Alain Cayrol en 1996/1997

Tarifs :

	6 jours
Particuliers et indépendants	1 120 €
Institutions	1 700 €