

STAGE sur la physiologie du TRAUMATISME

15 et 16 octobre 2016 à Strasbourg

TRAUMATISME :
Des mécanismes aux ressources ; physiologie du traumatisme,
physiologie de la guérison.
Utilisation de l'EFT.
Gestalt, conscience corporelle, EFT : points communs, différences, les
cocktails possibles

Ce stage s'adresse à tout « psy », ou professionnel du secteur médical, paramédical, thérapeute ou professionnel de la relation d'aide.

Je vous propose de partager avec vous mes connaissances sur la physiologie du traumatisme et de deux approches du traitement du trauma : l'EFT et la Somatic Experiencing de Peter Levine.

Dans la conception de Peter Levine, biologiste et psychologue, le traumatisme est défini comme une situation **d'impuissance** face à un danger. Nous ne pouvons ni fuir, ni agir : nous nous figeons, impuissants. Si nous ne pouvons pas "défiger", le traumatisme s'enkyste en nous : il explose plus tard, lentement ou brusquement, dans les situations qui ressemblent, par un aspect ou un autre, à la situation ou aux situations initiales vécues dans l'impuissance.

Nous aborderons :

- Les **mécanismes** qui entrent en jeu dans cette situation, qu'il est utile de connaître quand on accompagne les personnes en difficulté : enchaînement des émotions, fonctionnement du système nerveux autonome (Peter Levine) / du jeu des hormones de stress (Muriel Salmona).
 - Le rôle de la **mémoire**, celui du cerveau reptilien / limbique / cortical
 - .- Les **précautions** à prendre, les signes à repérer pour offrir un contenant réparateur à la personne.
 - Les **approches thérapeutiques** : la Somatic experiencing, l'EFT (avec l'éclairage de Pat Ogden également).
 - Autres approches thérapeutiques : points communs et différences, notamment entre la Gestalt thérapie et la Somatic Experiencing.
-

Le stage sera expérientiel : je vous proposerai des démonstrations d'EFT (et/ou de "conscience psycho-corporelle") en plus des exposés théoriques et vous pourrez expérimenter pour vous-même cette technique en binômes.

Les traumatismes vus sous l'angle de l'impuissance vécue ne sont pas seulement les situations spectaculaires comme les tsunamis, les guerres, des violences visibles : ce sont aussi les choses invisibles, inaudibles, comme les traumatismes de l'attachement par exemple, mais aussi toutes ces *gestalts inachevées* de notre vie, ces répétitions négatives, ces obstacles intérieurs à notre équilibre.

Pourquoi cette approche « physiologique », pourquoi l'EFT ?

Je pratique L'EFT depuis 6 ans maintenant et je peux en mesurer l'efficacité dans ma pratique. Quant à l'approche de Peter Levine, je l'ai découverte au tout début de ma pratique et cela a sous-tendu ma recherche depuis.

Mon travail avec les clients/patients a peu à peu changé au fur et à mesure de la compréhension que j'ai acquise des processus physiologiques du traumatisme, à partir des approches de différentes personnes (dont Peter Levine et Muriel Salmona). La technique de l'EFT m'a énormément apporté pour la guérison des traumatismes.

J'utilise la Gestalt thérapie, l'intégration posturale, la stimulation bilatérale, je me suis formée à l'EFT puis à Matrix Reimprinting et j'ai commencé à me former à la Somatic Experiencing. Pour moi, parmi les outils les plus puissants, je compte l'EFT. Cette technique, d'une grande simplicité, est comme le pinceau d'un peintre, comme un vélo en ville : un accélérateur modeste et génial. Si elle peut sembler bêtement mécanique a priori, entre les mains (et la tête) des thérapeutes elle devient un outil au service de leur sensibilité, du travail "corps-esprit".

*Quant aux clients, ils peuvent **s'autonomiser** grâce à l'EFT s'ils le souhaitent et ne pas être dans l'attente des séances pour aller mieux. Ils peuvent prendre leur thérapie en main - c'est le cas de le dire - en comprenant les mécanismes du traumatisme et ceux qui permettent de se guérir. De plus, l'EFT propose à tout un chacun de multiples façons de "s'organiser" pour progresser dans sa guérison.*

Le lieu : à mon cabinet de psychothérapie au **4, rue de la 1ère Armée**, à Strasbourg.

Dates et horaires : - **les 15 et 16 octobre 2016, samedi et dimanche**. De 10 h à 18 h le samedi, et de 9 h à 17 h le dimanche (pause repas d'une heure et demie).

Prix : 180 euros le week-end (50 euros d'arrhes lors de l'inscription, encaissées seulement le jour du stage).

Valérie Joubert, psychologue, psychothérapeute
06 95 37 60 32
4, rue de la 1ère Armée
67000 Strasbourg