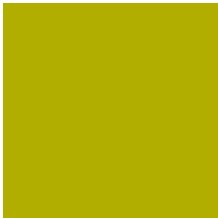




EFT
EMOTIONAL
FREEDOM
TECHNIQUES
EFTUniverse.com





Institut
Français
de **Psychologie**
Energétique
Clinique

EFT NIVEAU 3 Arche

Plus de maîtrise dans l'art de pratiquer

+

Présentation des deux journées

2

■ Jour 1

- Rappels
- Les situations critiques
- Comment progresser quand ça coince ?
- Modifier la phrase de préparation
- Différentes formulations
- L'approche de Carole Look
- La méthode des choix
- Exercice en binôme



EFT
EMOTIONAL
FREEDOM
TECHNIQUES
EFTUniverse.com



Institut
Français
de **Psychologie**
Energétique
Clinique

+ Présentation des deux journées

3

- Jour 1
 - Les recadrages
 - Exercice recadrage
 - La thérapie provocatrice
 - Démonstration



+ Présentation des deux journées

4

- Jour 2 :
 - Psychopathologie : les limites de l'EFT
 - Traumas complexes
 - La dissociation
 - Installation de ressources
 - Démo et exercice
 - EFT-H
 - Utilisation des ancrages
 - Ré-empreinte avec l'EFT (tiré de la RHV)
 - Exemple filmé
 - Booster les performances avec l'EFT



+ Rappels : la séance type

5

1. Alignement du praticien (PPP) + les 3 questions
2. L'intention : aider le client à se libérer
3. Cadrer votre intervention : qu'attendez-vous de moi ?
4. Attitude et présence (routine énergétique / PC)
5. Synchronisation (bulle, proxémie, amour inconditionnel)
6. Ciblage : détermination du problème de fond / cible et SUD (image/film, émotion, localisation, croyance négative)



+ Rappels : la séance type

6

7. Séance de tapping
 - a) SUD 1 de la cible
 - b) Phrase de préparation
 - c) Phrase de rappel
 - d) Test : SUD 2 de la cible
 - e) Phrase modifiée
8. Vérification du changement
9. Mise en autonomie du client
10. Règlement et rendez-vous suivant



+ Les situations critiques

7

- L'état de mon client empire
- Je ne sais pas quelle phrase faire ?
- Que dois-je faire quand mon client me dit que l'EFT est débile ?
- Que faire si au bout de 3 séances, je continue à tourner en rond ?



+ Quand ça coince...

8

- Bien souvent, la recette de base suffit. Assurez-vous, d'avoir respecté chaque étape :
 - Soyez spécifique (événement précis <> généralités)
 - Aspects : sont-ils tous traités ?
 - Problèmes de fond (si vous pouviez recommencer votre vie, que choisiriez-vous d'effacer ? Cet événement particulier vous rappelle -t-il quelqu'un ? Quand avez-vous ressenti cela pour la première fois ? S'il avait une émotion plus profonde, quelle serait-elle ?)
 - TM pour trouver de nouveaux blocages



+ Quand ça coince...

9

- Approche furtive
- Chasse à la douleur
- Correction de l'inversion psychologique
- Correction de la désorganisation psychologique
- Vérification de l'hydratation de votre client
- Recherchez les croyances limitantes qui sabotent les progrès (je ne mérite pas, je suis incapable, ça ne marchera jamais, je n'ai pas le droit...)

+ Quand ça coince...

10

- Racontez l'histoire entièrement (recherche d'aspects)
- Technique du film
- Recette complète avec la gamme des 9 actions
- Parlez et stimuler : laisser le client faire de la libre association. Laissez le faire, en reprenant une de ses propres paroles de temps en temps et en ajoutant « même si... »

+ Modifier la phrase de préparation

11

- La phrase de préparation combine deux éléments de deux écoles thérapeutiques reconnues : la thérapie de l'exposition et la thérapie cognitive
 - Même si (le problème) = exposition
 - Je m'accepte complètement et totalement = changement cognitif vers l'acceptation de soi-même

+ Modifier la phrase de préparation

12

- Vous pouvez utiliser d'autres formulations afin d'exposer la personne :
 - « Si seulement... »
 - « Et si... »
 - « Bien que... »
 - « Malgré »
 - « Je choisis... »
 - « En supposant que... »

+ Modifier la phrase de préparation

13

■ Quelques exemples :

- « Supposons que mon mari me quitte pour une autre, je m'aime et je m'accepte comme je suis »
- « Et si finalement je perds mon travail, je m'aime et je m'accepte complètement »
- « Malgré ma difficulté à accepter la mort de mon chat, ... »
- « Si seulement je n'avais pas répondu à mon épouse sur ce ton, ... »

+ Modifier la phrase de préparation

14

■ Pour les enfants :

- Utiliser simplement la coordination « et ». Restez simple et factuel :
 - J'ai peur de Hugo et de ses copains et je suis un super garçon
 - Je déteste aller à l'école et mon père est fier de moi

+ La méthode « Et si ? »

15

- « Et si » de Carole Look : donner la permission
 - « Et si je restais calme cette fois, même si je me sens nerveux à chaque fois que je dois prendre la parole en réunion »
 - Même si j'ai cette douleur dans le genou, ET SI je pouvais m'en libérer maintenant ?
 - Explications dans le Manuel du niveau 2

+ « Et si ? » dans une ronde complémentaire

16

- Ouvrir le champ des possibles avec « et si » ?
 - Après avoir « purgé » le négatif (et seulement après)
 - Faire une nouvelle ronde avec « et si » en reprenant le même thème
 - Exemple : « même si je me sens coupable de n'avoir rien dit à ma mère ce jour là, je m'accepte complètement
 - 1^{ère} ronde : je n'ai rien dit à ma mère / je me sens coupable de n'avoir rien dit / c'est de ma faute / etc.
 - 2^{ème} ronde : Et si ce n'était pas complètement ma faute ? / Et si je n'y étais pour rien ? / Et si j'étais seulement un enfant à ce moment là ?

+ La méthode « Et si ? »

17

- Exercice de mise en pratique
 - Utilisation des fiches de compte-rendus en vue de la certification
 - Mettez-vous par deux
 - Guide exercice

EFTUniverse

Compte-rendu de séance individuelle

Mini et utile en format pour vos comptes-rendus de l'EFT avec vos clients. Réviser et la certification

Votre nom et prénom : _____ Date de la séance : _____

Initiales du client : _____ Numéro de client (1-47) : _____

Pour la supervision : STP Nom de STP : _____ Date de la STP : _____

STP de départ (P-10) : _____ STP de fin (P-10) : _____

Séance n° : _____ Problème soulevé en consultation : _____

Plan de la séance (début et de fin) / Points de validé / Interventions spécifiques / Aspects :

Techniques EFT utilisées durant la séance (liste réviser l'écriture, trouvez vos termes, approches, techniques, pratiques, etc., dans le livre) :

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

7) _____

8) _____

9) _____

10) _____

11) _____

12) _____

13) _____

14) _____

15) _____

16) _____

17) _____

18) _____

19) _____

20) _____

21) _____

22) _____

23) _____

24) _____

25) _____

26) _____

27) _____

28) _____

29) _____

30) _____

31) _____

32) _____

33) _____

34) _____

35) _____

36) _____

37) _____

38) _____

39) _____

40) _____

41) _____

42) _____

43) _____

44) _____

45) _____

46) _____

47) _____

EFTUniverse - P.O. Box 402, Palm Springs, CA 92262 - www.EFTUniverse.com

+ La méthode « Et si ? »

18

- Feed-Back sur la séance
 - Votre expérience en tant que praticien
 - Votre expérience en tant que client
 - J'ai aimé
 - J'ai appris
 - Je m'interroge
 - Je suggère

+ Les recadrages

19

- Un des processus de bases de l'hypnothérapie : le fait de percevoir différemment les processus émotionnels.
- Une des méthodes les plus connues et les plus efficace en HE et PNL
- Recadrer = changer le cadre de référence d'une situation ou d'une expérience >> transformer la signification

+ Les recadrages en EFT

20

- Le recadrage génère une prise de conscience souvent immédiate, surtout si il est précédé par une légère confusion

Confusion >>> Recadrage >>> Compréhension

- Le recadrage part de la vision du client (sa carte du monde) pour la modifier ensuite

Synchronisation >>> modification

- Exemple :

- 1^{ère} ronde : « je suis coupable » (négatif)
- 2^{ème} ronde : « je suis coupable / je ne suis pas coupable » (confusion)
- 3^{ème} ronde : « je ne suis pas coupable / Je suis innocent » (recadrage)

+ Les recadrages en EFT

21

- Recadrages verbaux :
 - Les plus courants en EFT, à utiliser largement durant les rondes. Leur utilisation provoque souvent un blanc, une rupture.
 - Très facile à utiliser puisque le praticien a naturellement le lead lors de la séance
 - Exemple 1 :
 - Client : « Je ne m'en sortirai jamais, ça fait tellement longtemps que je galère, j'ai tout essayé »

+ Les recadrages en EFT

22

- Exemple 1 :
 - Praticien: « Même si je ne m'en sortirai jamais, ça fait tellement longtemps que je galère, j'ai tout essayé, je m'accepte comme je suis ».
 - Phrase de rappel : Je ne m'en sortirai jamais / ça fait tellement longtemps que je galère / j'ai tout essayé (*synchronisation*) / rien n'a encore fonctionné / Je ne sais pas si j'y arriverai / Je ne sais pas si j'y arriverai un jour (*reformulation*) / rien n'a fonctionner pour l'instant / je ne suis pas encore arrivé à m'en sortir / peut être y arriverai-je un jour ou peut être pas (*recadrage*)

+ Les recadrages en EFT

23

- Exemple 1 :
 - Après avoir réalisé une ou plusieurs ronde avec une alternance de recadrage, l'utilisation des ET SI est particulièrement appropriée :
 - Et si j'arrivais un jour à m'en sortir ? / Et si c'était possible ? / Et si cela dépendait de moi ? / Et si cela ne dépendait plus des autres ? / Et si je reprenais un jour le contrôle de ma vie ?

+ Les recadrages en EFT

24

- La puissance de changement de ces recadrages est énorme. C'est une des grandes forces de l'EFT.
- Le fait de stimuler les points pendant le recadrage a comme effet de le faire accepter plus facilement par le client. Si ces phrases provoquent des résistances, il suffit de travailler sur celles-ci au tour suivant.

+ Les recadrages en EFT

25

■ Différentes formulations :

■ « La vérité, c'est que... »

- Ex : traitement d'un viol. « Même si je me sens coupable de ce qui est arrivé, la vérité c'est que c'était lui l'adulte, et que je n'étais qu'une petite fille. La vérité, c'est que je suis la victime. »

■ « J'ai fait du mieux que j'ai pu » / « Il a fait ce qu'il a pu »

- Ex : manques affectifs par rapport à un parent. « Même si ma mère ne m'a jamais donné de tendresse physique, elle a fait du mieux qu'elle a pu ». « Même si mon père n'a jamais été présent, il a fait du mieux qu'il a pu. Peut-être qu'il ne pouvait pas donner ce qu'il n'a pas reçu. »

+ Les recadrages en EFT

26

■ Différentes formulations :

■ « Je me pardonne » « Je le pardonne »

- Ex : « Même si mon père m'a dévalorisée, je le pardonne et je me pardonne d'avoir toujours ces angoisses aujourd'hui. »

- NB : Utilisez le pardon avec précaution : veiller à ce que ce soit acceptable pour la personne là où elle en est. Notez que cette idée de pardon passera bien mieux pendant les tapotements d'EFT, associée dans la même phrase à la reconnaissance du préjudice, qu'elle ne passerait « à froid » sans les tapotements.

+ Les recadrages en EFT

27

■ Différentes formulations :

■ « Je désire voir les choses différemment »

- « Même si j'ai manqué d'amour pendant toute mon enfance, et que j'ai l'impression que j'en souffrirai toujours, je désire voir les choses différemment »

■ « Je m'ouvre à la possibilité »

- Pendant la préparation ou pendant le tapping lui-même.
- Ex : « même si j'ai toujours eu ce problème, et qu'il me poursuit toujours aujourd'hui, je m'ouvre à la possibilité que cela puisse changer maintenant. »

+ Les recadrages en EFT

28

■ Faire marche arrière:

■ Si votre client n'est pas d'accord ou que vous le lisez sur son visage, faites immédiatement marche arrière :

- « Même si j'ai manqué d'amour pendant toute mon enfance, et que j'ai l'impression que j'en souffrirai toujours, je désire voir les choses différemment... **mais j'en suis encore loin...** »
- Ex : « même si j'ai toujours eu ce problème, et qu'il me poursuit toujours aujourd'hui, je m'ouvre à la possibilité que cela puisse changer maintenant... **Enfin, pas tout de suite, peut-être un jour... peut-être jamais...** »

+ Les recadrages en EFT

29

- Recadrage par l'exagération et la provocation :
 - Client : « je suis nul, je ne sers à rien, je n'arrive à rien ».
 - Thérapeute : « même si je suis nul depuis toujours et que je ne sers à rien, que je n'arrive à jamais rien, et qu'il vaudrait mieux que je disparaisse, je m'accepte comme je suis »
 - Client : mais ça va pas non ???
 - Thérapeute : Ah bon, mais j'avais cru comprendre...

+ Les recadrages en EFT

30

- Utilisation du phrasé de l'hypnose:
 - Client : « je suis nul, je ne sers à rien, je n'arrive à rien ».
 - Thérapeute : « même si **une partie de moi à une bonne raison inconsciente de penser** que je suis nul et que je ne sers à rien, **je l'aime cette partie de moi, j'accepte son intention positive et je lui demande de changer** »

+ Les recadrages en EFT

31

■ Protocole : le recadrage EFT-H

1. TM pour identifier la croyance inconsciente : exemple, « je ne vauds rien »
2. Expliquer au client le principe de l'intention positive (séparez ainsi le comportement ou la croyance de sa fonction positive)
3. Cibler la partie responsable de ce comportement : « Même si une partie inconsciente de mon esprit croit que je ne vauds rien, que je n'ai pas de valeur, j'accepte son intention positive et je lui demande de changer de stratégie »

+ Les recadrages en EFT

32

■ Protocole : le recadrage EFT-H

4. Faire une ronde complète avec le négatif : une partie de moi à une bonne raison de penser que je ne vauds rien / je ne vauds rien / je n'ai pas de valeur / Je suis surpris de constater que je pense ça / etc.
5. Faire une ronde de recadrage avec ET SI : Et si cette partie de moi se trompait ? Et si elle voulait me du bien ? Et si sa croyance n'était pas la meilleure ? Et si je pouvais trouver une meilleure croyance ? Et si une partie créative de moi trouvait une meilleure croyance ? Et si c'est cette croyance qui est nulle ?

+ Les recadrages en EFT

33

■ Protocole : le recadrage EFT-H

6. Lorsque vous calibrez le changement passez en mode affirmatif : la vérité c'est que j'ai de la valeur / La réalité c'est que j'ai déjà fait de bonnes choses pour les autres / la réalité c'est que j'ai de la valeur pour mes enfants / etc.
7. Vérifier que la personne soit d'accord avec les recadrages que vous lui proposez.
8. Traitez les oppositions ou les « oui mais » de la manière classique.
9. Pont sur le futur : « imaginez vous dans la même situation dans quelques jours, comment vous sentez-vous ? »



+ Le recadrage en 5 points

34

1. Même si j'ai vécu cette expérience / ce trauma / ce problème // Même si j'ai ce problème...
2. je m'accepte profondément comme je suis (ou je m'ouvre à la possibilité de changer)
3. c'est normal (logique ou naturel) que je ressente (cette émotion / ce problème)
4. mais la vérité c'est que.. (une autre réalité c'est que / d'un autre point de vue) ici et maintenant c'est fini.... c'est bel et bien du passé, je suis en sécurité maintenant
5. et d'autre part encore, j'ai maintenant le droit d'être en paix, car j'ai appris de cette expérience / je m'ouvre à la possibilité de vivre les choses différemment



+ Le recadrage en 5 points

35

- Exercice : le recadrage 5 points
 - Choisissez un binôme avec lequel vous avez peu ou pas travaillé
 - Mise en application du protocole en 5 points

+ Le positif en EFT

36

- Règles importantes :
 1. Introduire le positif n'est pas un substitut à trouver la bonne cible.
 2. Tapoter sur le négatif seul doit permettre la progression du traitement, sauf lorsque des croyances négatives bloquent le progrès, ou lorsque des informations cognitives manquent à la personne (ex : c'était lui l'adulte, je n'étais qu'une petite fille, ce n'est pas de ma faute).
 3. Introduire trop tôt le positif peut être une erreur dans la mesure où le patient pourrait se sentir incompris dans sa croyance négative encore trop forte.
 4. Si du positif est introduit avec finesse, soit il passera bien, soit il créera une résistance acceptable par le patient. Cette résistance (« tail-ender », traduite par « oui mais ») devra absolument être travaillée directement dans la foulée avant de continuer l'introduction du positif.

+ La Thérapie provocatrice

37

■ Les précurseurs

- Franck Farelli
- Steve Wells et David Lake développeurs de la Technique Energétique provocatrice ou **Provocative Energy Techniques (P.E.T.)**
- EFT-P (pour provocative)
- Approche basée sur un style de communication paradoxal et humoristique.
- Consiste essentiellement à « jouer à l'avocat du diable » de façon humoristique avec le client, se rallier au côté négatif de son ambivalence envers lui-même

+ La Thérapie provocatrice

38

■ Comment :

- En TP, le thérapeute cherche « à entrer dans » le monde expérimental du client, le lui refléter, et (avec humour et respect) exagérer et étendre les aspects négatifs.
- En soulignant et en exagérant le « malheur et la tristesse », les raisons de « ne pas changer », et pourquoi le changement serait une mauvaise chose, le thérapeute provocateur peut se connecter directement à l'information liée et chargée émotionnellement - sur laquelle le thérapeute énergétique doit focaliser son intervention.

+ La Thérapie provocatrice

39

■ Comment :

- Nous constatons qu'en engageant le client à identifier ses croyances et ses « blocages », nous pouvons les exagérer « exagérément », avec souvent pour résultat un sourire reconnaissant du client - il sait que dans les moments les plus sombres, il est tout à fait capable de penser d'une manière aussi extrême.

+ La Thérapie provocatrice

40

■ Comment :

- Usage de l'humour
- Créer une relation, un rapport intense, avec compassion et empathie : synchronisation ++
- Intention et instruction paradoxale, concernant le « problème »
- Une volonté de travailler avec « le côté sombre » et les polarités de l'être humain-en se concentrant sur « l'impensable, l'indescriptible et l'infaisable » pour le client

+ La Thérapie provocatrice

41

- Les techniques énergétiques simples (SET) utilisées en TEP sont principalement issues de l'EFT. Les améliorations incluent :
 - Introduire le style Provocateur dans les affirmations et les « conversations » - l'art du TEP
 - Stimuler les points méridiens énergétiques sans l'utilisation des phrases de mise en place propres à l'EFT (la préparation)
 - Utiliser autant de tapotements et de séquences que possible sur le temps imparti – ou tapping « continu »
 - Une profonde respiration à la fin de chaque séquence ou quand un changement de réponse se produit.

+ La Thérapie provocatrice

42

- Résultat de cette combinaison intégrative pour le client :
 - Engagement immédiat envers la part de soi non-désirée et non-reconnue
 - Test de la réalité et plus grande conscience de soi
 - Changement du à un nouvel équilibre émotionnel
 - Meilleure acceptation de soi
 - Plus de détente et de bien-être
- Le thérapeute peut travailler en toute liberté avec le vrai problème, sans jamais se trouver « coincé », et en y prenant plaisir.

+ La Thérapie provocatrice

43

■ Exigences de la TEP vis à vis du thérapeute :

- Sens de l'humour
- Envie de jouer avec les CN du client
- Bienveillance, respect du client
- Bonne humeur
- Savoir jouer avec la synchro
- Parler de l'indicible >>> climat de confiance

+ La Thérapie provocatrice

44

■ Buts :

- Le thérapeute provocateur tente de créer une expérience affective tant positive que négative, de manière à provoquer le client à adopter cinq sortes de comportements différents :
 - Affirmer sa propre valeur
 - S'affirmer de façon adéquate
 - Se défendre de façon réaliste et adéquate.
 - Tester la réalité psycho-sociale
 - Communiquer, avec authenticité et spontanéité, des messages positifs à d'autres.

+ La Thérapie provocatrice

45

■ Hypothèses centrales :

■ Concept de soi:

En cas de provocation par le thérapeute (avec humour, perspicacité et dans le cadre de référence propre au client), le client aura tendance à se diriger dans la direction opposée de la définition que le thérapeute donne de lui en tant que personne.

■ Comportement :

En cas « d'invitation » provocatrice (avec humour et perspicacité) du thérapeute de continuer son attitude autodestructrice, son comportement déviant, le client aura tendance à s'engager dans des comportements favorisant son bien-être et celui des autres, ce qui est plus en accord avec les normes de la société.

+ La Thérapie provocatrice

46

■ Hypothèses :

- Les gens changent et grandissent en réponse à un challenge.
- Les clients peuvent changer s'ils le choisissent.
- La fragilité psychologique des clients a été fortement surestimée, par eux-mêmes et par les thérapeutes.
- Les attitudes du client et ses comportements inadaptés, improductifs, antisociaux peuvent être radicalement modifiés quelque soit le degré de sévérité ou de chronicité.
- Les clients ont beaucoup plus de potentiel pour réaliser des modes de vie adaptatifs, productifs et sociaux qu'ils ne le pensent ou que les cliniciens ne le pensent.

+ La Thérapie provocatrice

47

■ Hypothèses :

- Les expériences adultes ou actuelles sont au moins aussi importantes, si ce n'est plus que les expériences de l'enfance ou passées dans la mise en place des valeurs, attitudes et comportements du client.
- Le comportement du client avec le thérapeute est un reflet relativement précis de son schéma habituel en ce qui concerne les rapports sociaux et interpersonnels.
- Les gens sont sensés ; l'animal humain est extrêmement logique et compréhensible.
- L'« amour vache » exprimé envers le client peut lui être très bénéfique.
- Les messages les plus importants entre les personnes sont non-verbaux. Ce n'est pas ce qui est dit qui compte, mais comment on le dit.

+ La Thérapie provocatrice

48

■ Attention :

- Il est primordial de se soucier du client.
- Votre cœur doit toujours demeurer ouvert afin de faire de la thérapie provocatrice avec efficacité.
- Le thérapeute doit se demander : « Comment dirais-je ceci à mon meilleur ami? »
- Si le client ne rit pas au moins de temps en temps, c'est que ce n'est probablement pas de la thérapie provocatrice.

+ La Thérapie provocatrice

49

■ Attitude du thérapeute :

- Bienveillance (technique de la bulle de F. Vincent)
- Autodérision : je ne sais pas, je ne suis pas médecin, je suis plombier
- Franchise et honnêteté
- Clarté des propos (éviter de parler psy)
- Humour
- Confusion
- Tout est permis :
 - Mentir, nier, inventer, pleurer, idées loufoques, gros mots, etc.

+ La Thérapie provocatrice

50

■ Techniques utilisées :

- L'avocat du diable : considérer le symptôme comme salubre
 - Exemple le syndrome de Kawasaki et de Marshall
- Provocation directe :
 - « Arrêtez de me servir la même soupe qu'aux autres. Vous vous mentez et je vous le prouve » : TM
- Acceptation non verbale du client
 - Avec le client et contre le symptôme

+ La Thérapie provocatrice

51

■ Techniques utilisées :

- Etre imprévisible
 - Lâcher une énormité et la ratifier.
- Amplifier le problème durant le tapping
 - « *Je suis le champion du monde de la nullité* »
- Imitation du comportement du patient
 - En exagérant l'attitude
- Enumération de tous les problèmes
 - Reprendre tous les « tares » du client glanées durant la discussion

+ La Thérapie provocatrice

52

- Démonstration
- Exercice libre avec TP, recadrages, méthode « Et Si »
- Trinomes avec Feed-back 20mn + 10 mn FB, soit 1h30 au total avec Fiche de séance

+ Installer des ressources

53

■ Quand ?

- Lorsque que le client est trop fragile
- Lorsqu'il n'y a pas de plage de repos possible
- lorsque le travail fait en séance ne tient pas

+ Installer des ressources

54

■ Comment?

- Retrouver des moments positifs
- Imaginer des moments positifs
- Inventer des moments positifs
- Écouter des musiques boostantes
- Puis faire des rondes de tapping en répétant le positif de manière à l'ancrer

+ Installer des ressources

55

■ Combien ?

- Installer les ressources en séance
- Expliquer au client comment faire + prescription quotidienne
- Utiliser les ressources en séance
 - Pour calmer les émotions fortes
 - Pour finir une séance en positif



Deuxième journée

EFT NIVEAU 2 PRATIQUE APPROFONDIE

+ Psychopathologie : les limites

57

- Définition de la psychopathologie
- Éléments épidémiologiques
- Anamnèse / Recherche des symptômes différentiels
- Ce qui pose problème: la schizophrénie, autres troubles psychotiques, le trouble bipolaire, le trouble grave de la personnalité borderline (voir traumas complexes)
- Le syndrome dissociatif

+ Psychopathologie - définition

58

- Etude des
 - causes
 - et de la nature/ des manifestations des maladies mentales
- Multiples approches (psychodynamique, biomédicale, sociobiologique, comportementale)

+ Éléments épidémiologiques

59

- Etude de la distribution des maladies au sein de la population
 - Descriptive - fréquence des cas de maladie
 - Analytique – étude des paramètres influençant la survenue de la maladie
 - Préventive – soigner avant de devoir guérir
- Prévalence des maladie psychiatriques dans la population générale:
 - Schizophrénie: 0,5 à 1% (voire plus – diagnostic de plus en plus précoce)
 - Troubles de l'humeur: 11 – 16%
 - Troubles anxieux: 17 – 25% ...

+ Éléments épidémiologiques

60

- Sur une année, les taux de prévalence des maladies psychiatriques montrent qu'environ 10% de la population souffre actuellement d'un trouble psychiatrique sérieux.
- L'incidence – sur une année – est de 1%
- Importance du dépistage des troubles psychiatriques avérés pour une prise en charge « en toute connaissance de cause » et orientation thérapeutique
- Importance de l'ANAMNESE pour des situations cliniques (demandes de consultation) complexes

+ Anamnèse comme support diagnostique

61

- Prénom :
- Nom :
- Adresse :
- Tél. :
- Portable :
- E-mail :
- Date de naissance :

+ Anamnèse comme support diagnostique

62

- **LIEN PRÉCOCE**
- Conception - Etiez-vous désiré(e)?
- Grossesse de votre mère :
- Naissance - Difficultés éventuelles :
- Allaitement?
- Comment votre mère s'est-elle occupée de vous quand vous étiez bébé? Aimait-elle les bébés?
- Combien d'enfants étaient déjà là quand vous êtes né(e) et quels âges avaient-ils?
- Votre père était-il présent? Comment?

+ Anamnèse comme support diagnostique

63

■ FAMILLE D'ORIGINE

- Place dans la fratrie :
- Relation avec votre mère?
- Relation avec votre père?
- Relation avec vos frères et sœurs?
- Relation avec les grands-parents maternels?
- Relation avec les grands-parents paternels?
- Origine culturelle de la famille : émigrations éventuelles
- Rythme de vie à la maison, ambiance générale :

+ Anamnèse comme support diagnostique

64

■ SANTÉ

- Maladies pendant l'enfance :
- Hospitalisations :
- Opérations :
- Traitement médical actuel ?
- Traumas et accidents :

+ Anamnèse comme support diagnostique

65

■ SCOLARITÉ

- A quel âge êtes-vous rentré à l'école?
- Primaire :
- Secondaire :
- Etudes :

+ Anamnèse comme support diagnostique

66

■ ENFANCE – ADOLESCENCE

- Principaux souvenirs d'enfance :
- Rêves ou cauchemars récurrents pendant l'enfance :
- **Votre adolescence :**
- Quand avez-vous quitté le foyer familial?
- Deuils et pertes d'êtres chers ?
- Déménagements ?

+ Anamnèse comme support diagnostique

67

■ VIE SOCIALE

- Amis, copains :
- Hobbies (musique, sports, collections, art, etc.) :

+ Anamnèse comme support diagnostique

68

■ VIE AFFECTIVE

- Relations :
- Enfants :

■ VIE PROFESSIONNELLE

■ MOTIF DE LA DEMANDE DE SESSION ?

- Depuis quand avez-vous cette difficulté?

+ La schizophrénie

69

■ Définition:

- Schizein = fractionnement
- + phrèn = esprit
- Bleuler, 1911 – groupe de psychoses caractérisées par la dissociation (désorganisation) : perte de la cohésion, d'harmonie et d'unité entre les différentes composantes de la vie psychique ainsi qu'à l'intérieur de chacune d'entre elles (affectivité, langage, pensée, intelligence, comportement)
- Cliniquement: la discordance – la bizarrerie, l'ambivalence, le sentiment d'étrangeté
- **À ne pas confondre avec le syndrome dissociatif anxieux (« la dissociation » post-traumatique)**

+ Schizophrénie - définition

70

■ Trouble psychotique d'évolution chronique qui comportent une association de trois sous-syndromes qui les constituent:

1. Le syndrome dissociatif avec son corolaire clinique, la discordance:

- Troubles du cours et du contenu de la pensée, du langage (discours incohérent, barrages, fading, dissociation du discours avec coq-à-l'âne, tangentialité)
- Dissociation dans les sphères intellectuelle, affective et psychomotrice
- La dissociation (discordance) interne: sentiment de perte de l'unité de soi, et de son intégrité psychique et physique, sensations de perte des limites du soi, voire de transformation psychique et corporelle.

■ Rapport particulier au corps!!!

+ Schizophrénie - définition

71

2. Le syndrome autistique (les symptômes négatifs)

- Repli actif et prédominance de la vie intérieure (retrait social et repli sur soi, échec scolaire ou professionnel, perte de la volonté, alogie, émoussement affectif, apragmatisme, incurie)

3. Le syndrome hallucinatoire et délirant:

- Hallucinations (auditives, visuelles, olfactives, gustatives, proprioceptives, intéroceptives) et les dérivés (fausses reconnaissances, illusion des sosies etc)
- Les délires (de persécution, de préjudice, mystiques, mégalomaniques, érotomaniques, folie à deux etc)

+ La schizophrénie – diagnostic 1

72

■ Éléments d'anamnèse à rechercher:

- Modalité et apparition des troubles (souvent à l'adolescence, par un changement brutal ou insidieux de la qualité des rapport sociaux, des performances scolaires, avec repli, changement des préoccupations)
- Répercussions sur le fonctionnement scolaire, familial et social
- Symptômes caractéristiques présents depuis au moins 6 mois
- Hospitalisations / prises en charge / traitements médicamenteux (antipsychotiques, neuroleptiques)
- Diagnostic différentiel avec les troubles de l'humeur, psychose toxique (cannabis, autres), autres psychoses, trouble grave de la personnalité

+ Difficultés

73

- Traitement de l'information
- Le rapport à soi et à l'autre (susceptibilité, hypersensibilité)
- Le rapport au corps – hallucinations et délire (tapotements)
- L'impénétrabilité aux arguments (processus délirants)
- L'imprévisibilité
- Le traitement médicamenteux
- La dangerosité pour soi et l'autre (ex: dans le cadre d'un délire)

+ Autres psychoses

74

- Le délire aigu
- La paranoïa
- Psychose hallucinatoire chronique
- Paraphrénie
- Trouble délirant
- Trouble délirant partagé (folie à deux)
- Episode psychotique bref

+ Les troubles de l'humeur

75

- Épisode dépressif majeur
- Trouble bipolaire

+ La dissociation anxieuse

76

- Définition: détachement (perçu) de l'esprit par rapport aux états émotionnels et/ou les sensations corporelles (exemple : déréalisation, dépersonnalisation)
- Degrés de dissociation:
 - Dissociation primaire: processus de traitement de l'information particulier pendant un traumatisme psychique: l'expérience est tellement bouleversante pour l'humain que la conscience ne peut l'intégrer normalement: fragmentation de la conscience

+ La dissociation anxieuse

77

- Dissociation secondaire: quand la personne se trouve déjà dans un état dissocié, il peut intervenir une désintégration au niveau de l'expérience personnelle – entre le « Moi observant » et le « Moi expérimentant ». La personne prend de la distance par rapport à l'événement et vit le fait à travers la position d'un observateur (dépersonnalisation).
- Dissociation tertiaire : suite à des traumatismes continuels, les humains sont capables de créer des états du moi indépendant (Ego-states) pour stocker les expériences traumatisantes – trouble dissociatif de l'identité.

+ La Dissociation

78

- Reconnaissez l'utilité de la dissociation
- Demander quel est le pire du pire
- Définissez bien le « pack traumatique » : image la pire (ou film) + émotion / sensation dans le corps + croyance négative
- Vous pouvez utiliser l'ensemble du « pack traumatique »; Si le client dissocié en lâche une, il peut utiliser les autres pour rester en contact avec le trauma.

+ La Dissociation

79

- Le client est dissocié et montre peu d'émotion face à un problème important (exemple Haïti).
- Suggérez lui de tapoter sur la dissociation elle-même :
 - « même si je suis incapable de ressentir une émotion lorsque je parle de la mort de ma petite sœur, je m'aime et je m'accepte complètement.
 - Faites un recadrage : « la réalité c'est que je sais très bien me protéger »
 - Faites un second recadrage : « la vérité, c'est que c'est tout à fait normal de souffrir quand on perd sa petite sœur »
 - Un troisième : « la vérité, c'est que je ne suis pas un robot et que j'ai le droit d'être malheureux »
 - Etc.

+ La Dissociation

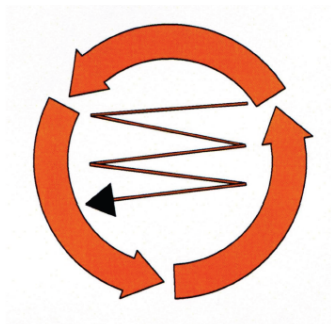
80

- Reconnaissez l'utilité de la dissociation
- Demander quel est le pire du pire
- Définissez bien le « pack traumatique » : image la pire (ou film) + émotion / sensation dans le corps + croyance négative
- Vous pouvez utiliser l'ensemble du « pack traumatique »; Si le client dissocié en lâche une, il peut utiliser les autres pour rester en contact avec le trauma.

+ La Dissociation

81

- Utilisation du cercle visuel



+ La Dissociation

82

- Utiliser une technique de méditation de Pleine conscience
- Par exemple : le body scan

+ La Dissociation : exercice

83

- En binôme : un praticien et un client
- Choisissez un événement de l'enfance pour lequel vous ne ressentez rien et que vous vous dites que cela n'est pas normal
- Tapotez sur les différents aspects
- Testez le cercle visuel
- Observez ce qui se passe

+ Feed-Back de l'exercice

84

- Qu'avez-vous expérimenté en tant que praticien ?
- Remplissez votre feuille d'évaluation
- Qu'avez-vous expérimenté en tant que client?
- Remplissez vos feuilles d'évaluation

+ Introduction à l'EFT-H

85

- Les ancrages
 - Apporter des ressources supplémentaires : cas d'une phobie
 - Utilisation de la désactivation d'ancres pour les HT (hypnothérapeutes)
- Ré-empreinte
 - Technique à partir de la remodelisation d'histoire de vie
 - **Quand l'utiliser ?** Votre client a subi un choc émotionnel dans l'enfance. Il (ou elle) est capable de se revoir (ou de s'imaginer) petit.

+ Introduction à l'EFT-H

86

- Etes vous capable de voir l'enfant que vous étiez ? Pouvez-vous vous décrire ?
- Ok, imaginez maintenant que vous vous pouvez vous approchez de ce petit garçon ou de cette petite fille que vous étiez (au besoin : « *imaginez que vous voyagez dans le temps et dans l'espace jusqu'à lui, entouré d'une bulle d'énergie, ou dans une machine à remonter le temps et que vous remontez jusqu'à ce moment précis du passé où vous auriez eu besoin d'aide* » ?
- Vous êtes maintenant devant l'enfant que vous étiez. Qu'avez-vous envie de lui dire ? De lui faire ? (« *V1 : j'ai envie de le prendre dans mes bras <>> V2 : j'ai envie de lui mettre une claque* »)

+ Introduction à l'EFT-H

87

- V1 : Je vous propose d'imaginer ce que vous pourriez faire qui lui aurait permis d'avoir une perception différente de la situation. Vous allez profiter de votre expérience d'adulte, de parent, (etc.), pour lui dire quelque chose qu'il/elle aurait eu besoin d'entendre, quelque chose qui lui aurait permis d'avoir un regard différent sur la situation. Quelque chose qui aurait tout changé...
- V2 : « *même si j'ai envie de lui mettre une claque...* ». Jusqu'au retour au calme et V1.
- Vous allez lui permettre d'évacuer tout ce qu'il (elle) ressent de négatif, maintenant. OK ?
- Vous allez garder les yeux fermés et vous allez imaginer que vous faites cette séance à ce « petit vous ».

+ Introduction à l'EFT-H

88

- Prenez la main de votre client et vous lui demandez d'imaginer qu'il est en train de faire la même chose à l'enfant qu'il était. Puis, vous commencez à stimuler son point karaté en disant une phrase du genre : « *même si je vis cette situation difficile et que je ne peux rien faire car je suis trop petit(e), je suis un enfant (bébé) unique et je mérite d'être aimé* ».
- Puis commencez la séance de tapping selon la feuille en annexe
Quels changements observez-vous maintenant ? Pourriez-vous lui faire ou lui dire quelque chose pour qu'il aille encore mieux ?
- Quand tout est ok : « Imaginez que vous le serez contre vous et que vous le faites entrer à l'intérieur de vous »

+ Introduction à l'EFT-H

89

- Remplacez-vous maintenant à l'intérieur de votre bulle d'énergie (ou votre machine à voyager dans le temps »
- Retour au présent en imaginant que plus vous revenez vers le présent et plus cet enfant grandit en vous avec toutes les ressources que vous lui avez donné, avec toutes les émotions négatives dont vous l'avez libéré...
- Et lorsque vous revenez ici et maintenant, imaginez que chacune de ses cellules correspondent avec chaque des vôtres. Imaginez que cet enfant à grandit jusqu'à coïncider parfaitement avec l'enveloppe de votre propre corps, depuis le sommet du crâne jusqu'à la pointe de vos orteils.
- Et quand cela est fait, prenez une bonne respiration, et rouvrez les yeux...

+ Introduction à l'EFT-H

90

- Film et exercice en trinômes

+ Traumas complexes

91

- Trauma simple = un événement isolé, même fortement perturbant
- Trauma complexe = répétition d'un type d'événements traumatisants ou cumul de diverses situations hors normes ou événements venant s'inscrire dans une histoire précoce non sécurisée (empreintes précoces ou troubles de l'attachement)
- Traitement des traumas complexes :
 - Futur : installation de ressources
 - Présent : traitement des déclencheurs actuels
 - Passé : lorsque les ressources sont stables et les événements déclencheurs présents sont traités, travail sur les traumas du passé