

Formateurs : Tony Fournier M.A., psychologue

Richard Gagnon D.Ps., psychologue

## PROGRAMME

### ACTIVITÉ DE FORMATION CONTINUE EN PSYCHOTHÉRAPIE

**Titre de la formation :** « Des manifestations sensorielles dans la scène du corps : référents internes pour l'aidant, fenêtres thérapeutiques pour l'aidé »

**Problématique :** À l'instar des recherches scientifiques qui démontrent que c'est la personne du thérapeute et la qualité relationnelle qui prévaut dans le succès d'une thérapie, une question demeure toujours d'actualité : comment pourrions-nous potentialiser la qualité de notre accompagnement à l'intérieur d'un suivi psychologique? Dans le domaine de l'hypnothérapie, bien au-delà de la maîtrise des techniques hypnotiques se trouve l'art d'actualiser la « présence » auto-hypnotique du thérapeute lui-même. La problématique se traduit par la question suivante: comment optimiser cette «présence» et la mettre au service du travail d'accompagnement de l'autre ? Une des réponses réside dans la « conscientisation » accrue à son propre champ sensoriel. Processus susceptible de servir non seulement l'alliance thérapeutique, mais également l'accompagnement de son client dans la voie de l'accueil et de l'acceptation de la réalité de son vécu jusqu'alors jugulé.

Dans cette conjoncture des manifestations sensorielles s'inscrit le réflexe chez la plupart des gens à vouloir se débarrasser de ses émotions et sensations désagréables. Cette réponse s'apparente ni plus ni moins au refus de les vivre, lequel refus nous amène à réagir plutôt que de procéder au traitement de l'information qui s'exprime dans l'ici et maintenant. Cette "contre-attaque" fait forcément ombrage à la fenêtre thérapeutique qui se présente dans la scène du corps. L'activité thérapeutique

préconisée va donc utiliser de fait les ressources émergentes du corps qui s'exprime au travers les manifestations sensorielles, pour désactiver les sensations et les émotions en trouble, afin de recouvrer l'équilibre et le bien-être.

**Besoin** : De facto, les manifestations sensorielles sont au cœur de toutes formes d'activités thérapeutiques (tant chez le client que chez le psychothérapeute) et pourtant ces dernières sont souvent mésestimées par les psychothérapeutes. Aussi, le thérapeute a-t-il avantage à reconnaître, comprendre, utiliser et considérer l'ensemble de la dynamique des manifestations ci-devant mentionnées, afin de potentialiser la qualité de son accompagnement de l'autre.

#### **Formateurs :**

**Tony Fournier** : psychologue et psychothérapeute, depuis 1995, est formé à diverses approches corps-esprit (PCI, EMDR, hypnose, mindfulness...). Il a un intérêt marqué pour les pratiques psychocorporelles et la psychologie des états de conscience et pour leurs impacts sur la santé. Son approche, à la base éco-systémique, s'inscrit dans une orientation intégrative qu'il préconise dans les pratiques cliniques. Depuis ces 20 dernières années, il s'est investi dans les domaines de la réadaptation, de l'insertion socioprofessionnelle, de l'enseignement et de la psychologie clinique et de la santé. Bien qu'il traite divers troubles psychologiques, il a spécialisé sa pratique de l'hypnose dans le traitement des affections physiques, notamment en douleur chronique. Ses croyances fondamentales aux vertus de l'alliance thérapeutique comme agent guérissant, son esprit de synthèse et ses interventions en psychothérapie sont teintés de son souci d'efficacité du processus. Superviseur, conférencier-vulgarisateur et formateur pour divers organismes sociaux et de la santé, il est membre de l'Ordre des psychologues du Québec, du comité scientifique d'Hypnokairos, le webzine international des professionnels de la santé de l'hypnose et des thérapies brèves et membre de la Société québécoise d'hypnose.

**Richard Gagnon** : Docteur en psychologie, psychothérapeute, il exerce sa profession depuis 1984 dans le domaine de la psychologie clinique. Ses champs d'expertise sont

principalement reliés aux traitements des troubles : anxieux, de stress post-traumatique, de l'adaptation, de douleur chronique et somatoformes. Influencé par plusieurs modèles d'interventions ayant démontré leur efficacité dans le domaine de la psychothérapie, il engage aujourd'hui son expérience et ses connaissances dans l'élaboration et l'application de différentes stratégies d'interventions semi-structurées impliquant : l'hypnose ericksonienne, l'hypnose instantanée, la thérapie EMDR, l'approche psychobiologique et la thérapie cognitivo-comportementale. De plus, il cumule depuis 1996 de l'expérience en tant que conférencier et animateur d'ateliers de formation auprès des professionnels de la santé au Québec et en France. Membre de la Société Québécoise d'Hypnose depuis 1991. Membre du comité de rédaction de «Hypnokairos», le webzine international des professionnels de la santé de l'hypnose et des thérapies brèves, il est également auteur du livre: Le programme Volte-face «Trouver le bien-être par l'hypnose, la cohérence cardiaque et la PNL», les Éditions de l'Homme, février 2014.

**Clientèle :** Cette formation s'adresse aux psychothérapeutes intéressés d'une part, à comprendre l'importance d'utiliser son propre champ sensoriel et le mettre au service de la relation thérapeutique et d'autre part, utiliser de facto les ressources émergentes du corps qui s'expriment à travers les manifestations sensorielles chez le client, pour désactiver la souffrance et recouvrer le bien-être

**Durée de la formation :** 14 heures sur 2 jours.

**Objectifs :**

- 1) Reconnaître et estimer la pertinence de l'état de transe du thérapeute, sa «présence auto-hypnotique» soutenue par l'ouverture au champ sensoriel, durant son accompagnement du client.
- 2) Expérimenter et situer la présence auto-hypnotique du thérapeute dans un modèle -en trois temps- des états de conscience.
- 3) Comprendre et engager une activité thérapeutique où l'exploitation de « la conscience » et l'accueil des manifestations sensorielles, sont mis à contribution pour désactiver la réponse émotionnelle et sensorielle en trouble.

- 4) Savoir utiliser l'accueil des manifestations sensorielles comme moyen pour impulser la résolution de problèmes et accéder aux ressources créatives et génératives de nouveauté.
- 5) Combiner l'hypnose thérapeutique à la thérapie d'acceptation et à une approche des états du moi, dans une visée de psychothérapie intégrative.

**Préalables :** Formation de base en hypnose clinique et médicale.

## **Contenu :**

### INTRODUCTION

Présentation du cadre structurel des orientations thérapeutiques... Comment potentialiser le travail d'accompagnement de l'autre via le peaufinement de sa propre expérience d'une transe via une présence au champ sensoriel. Comment engager un processus d'acceptation en lien avec les manifestations sensorielles qui s'exprime dans la scène du corps. Une activité thérapeutique qui préconise l'activité sensorielle comme étant une fenêtre thérapeutique à double action, mise au service du thérapeute et de la résolution de problèmes du client.

### **JOUR 1**

- Définir la présence autohypnotique du thérapeute pendant son accompagnant
- Développer l'observation de nos réflexes autohypnotiques liés à la conscience classique (de tous les jours), incluant la transe défensive.
- Exercice du lever du doigt.
- Discerner des formes de présence à soi (conscience) indifférenciées : tantôt sous l'angle du thérapeute présent à lui et à l'autre, tantôt de la personne du client à lui-même...
- La présence à quoi comme thérapeute : à tous les objets informationnels (idée, sensation, émotion, impulsions en interaction) conduisant à la construction des

états internes, de même que les informations provenant de la relation installée dans le champ sensoriel.

➤ **Exercice continuum sensoriel**

➤ Présentation du graphique champ sensoriel : Soi-organisme

➤ État de conscience en thérapie : A > B > C

➤ **Exercice « Je vois »**

➤ La présence autohypnotique du thérapeute

➤ Comment la présence autohypnotique permet l'accordage au client.

➤ Pourquoi être synchrone et accordé au client ?

## JOUR 2

➤ Présentation de la stratégie d'intervention : Désactivation de la réponse émotionnelle et sensorielle en trouble ( D.R.E.S.T. )

➤ Orientations thérapeutiques

➤ L'activité des manifestations sensorielles / l'essence du cœur du problème logé dans le corps.

➤ **Démonstration**

➤ Ingrédients centraux de la stratégie d'intervention : L'acceptation et l'adaptation en temps réel.

➤ Le cœur de l'activité thérapeutique : a) engager dans l'ici et maintenant l'acceptation des manifestations sensorielles raccordées aux émotions ou aux expériences douloureuses b) accepter ( accueillir ) le réaménagement opéré.

➤ Indication de coupler l'intervention à la thérapie par stimulation alternée (TSA).

➤ **Expérience en binôme de D.R.E.S.T.**

➤ D.R.E.S.T. en situation de crise

➤ D.R.E.S.T. dans le traitement du TSPT

➤ Champs d'applications

➤ **Intégration des jour 1 et 2** : expérience de traitement via le champ sensoriel relié au contre transfert et/ou aux perturbations émotionnelles chez le thérapeute.

**Méthode ou stratégie pédagogique :** Pour favoriser l'assimilation et l'apprentissage du nouveau matériel associé à cette stratégie d'intervention, l'exposé théorique sera ponctué de séances de démonstration réalisées par les formateurs et d'exercices pratiques exécutés par les participants.

**Attestation :** Une attestation de participation sera remise aux participants. L'attestation mentionnera le nombre d'heures de participation.

### **Bibliographie sommaire**

BROSSEAU, G. (2012). *L'Hypnose, une réinitialisation des cinq sens*, InterÉditions, Paris.

Collot, Edouard, (2011) C L'alliance thérapeutique. Dunod, Paris.

Cottraux, J. (2007). *Thérapie cognitive et émotion : La troisième vague*. France. Issy Les-Moulineaux : Elsevier Masson S.S.S.

COZOLINO, L. (2012) La neuroscience de la psychothérapie. Guérir le cerveau social. Les éditions du CIG.

ERICKSON, M., ROSSI, E. et ROSSI, S. (2006). *Traité pratique de l'hypnose, la suggestion indirecte en hypnose clinique*, Éditions Granger (réédition successive (traduction) de « Hypnotic realities », 1976.

GILLIGAN, S. (2015) L'hypnose générative ou l'expérience du flow créatif. InterEditions.

GILLIGAN, S. (1999) Le courage d'aimer. Principes et mise en pratique de la thérapie des relations du Soi. Legerme Stas, Bruxelles.

GODIN, J. (1992). *La nouvelle hypnose; vocabulaire, principes et méthode*, Paris : Bibliothèque Albin Michel : idées

GOLEMAN, D. (2009) Cultiver l'intelligence relationnelle. Robert lafont, Paris.

HARRIS, R ( 2009) Le piège du bonheur. Les éditions de l'homme, Montréal.

OUGHOURLIAN, J-M. ( 2013) Notre troisième cerveau. Albin Michel.

PHILLIPS, M., FREDERICK, C. ( 2001) Psychothérapie des états dissociatifs. Legerme Satas, Bruxelles.

RAPOPORT-HUBSCHMAN, N. (2012) Apprivoiser l'esprit, guérir le corps. Stress, émotions, santé. Odile Jacob, Paris.

ROSENBERG, J-L. ( 1989) Le Corps, le Soi et l'Âme. Québec Amérique.

ROSSI, E. (2002). *Psychologie de la guérison, la communication corps/esprit au service de la santé*, Édition Souffle d'or.

SCHOENDORFF, B., GRAND, J. et BOLDUC, M-F. (2011). *La thérapie d'acceptation et d'engagement : Guide clinique*. Éditions De Boeck, Belgique.

Shore, A. (2008) La régulation affective et la réparation du Soi. Les éditions du CIG, Montréal.

YOUNG, J. (2007) La thérapie des schémas. De Boeck, Bruxelles, 2007.