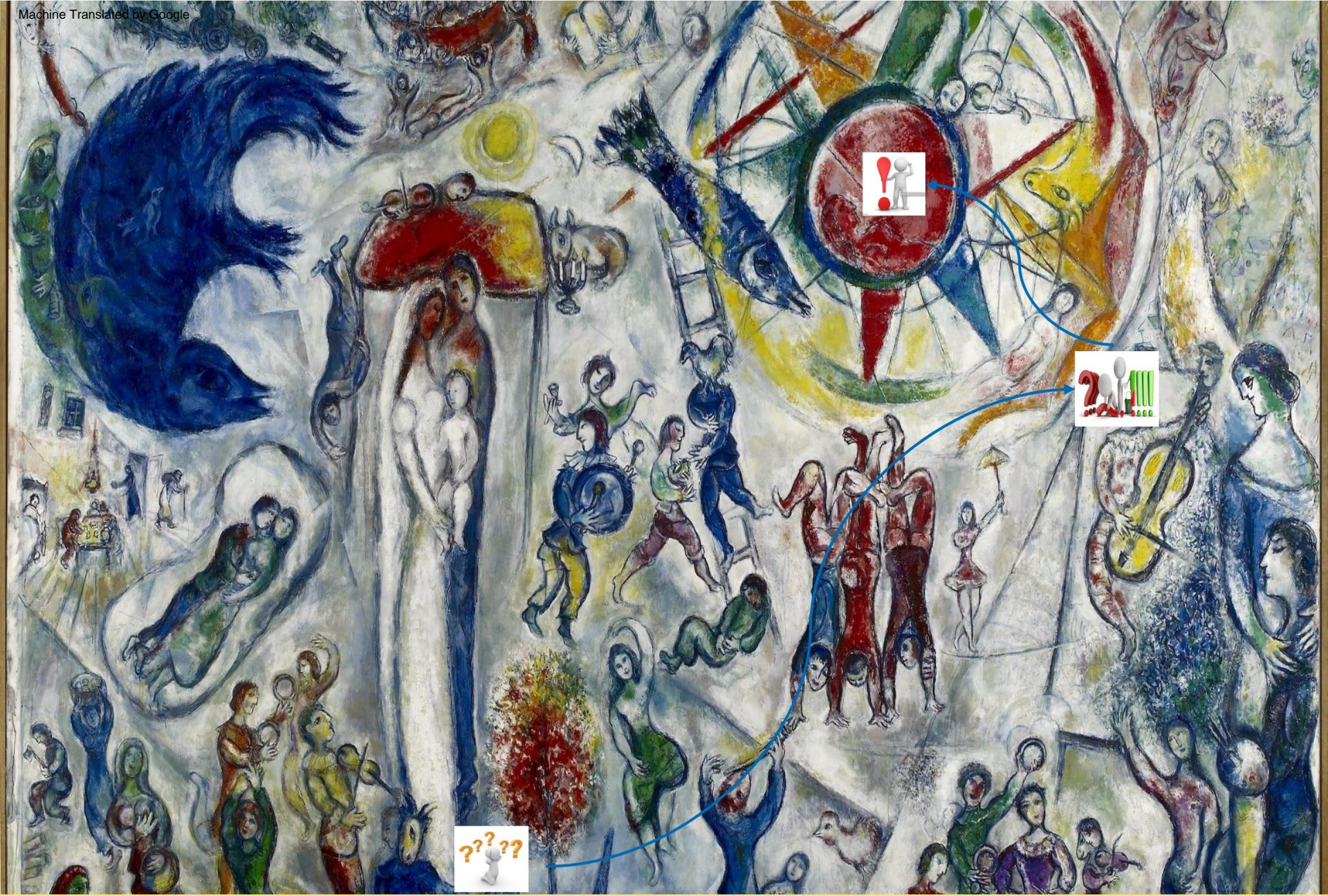


Création de sens pour
Signification de protestation
en thérapie centrée sur les émotions



????

"La Vie" - Chagall

Retraitement
Tâches

Création de sens
Signification de la protestation

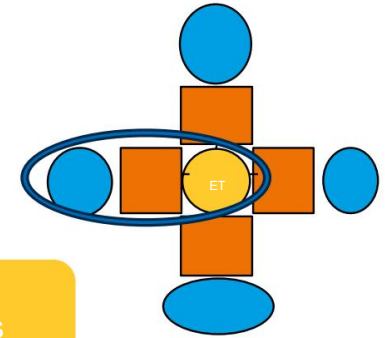
Systematique
Évocateur
Déploiement

Narratif/
Traumatisme
Récit



L'EFT est un océan d'empathie
avec des îlots de travail

Récit, travail de retraitement



Utiliser des éléments de situation perceptive pour accéder aux schémas émotionnels

Souvenirs épisodiques pour activer le rappel accru de l'affect
Souvenirs vifs et chargés d'émotion d'une situation particulière
Conduisant à l'accès aux réponses émotionnelles/schémas émotionnels primaires inadaptés

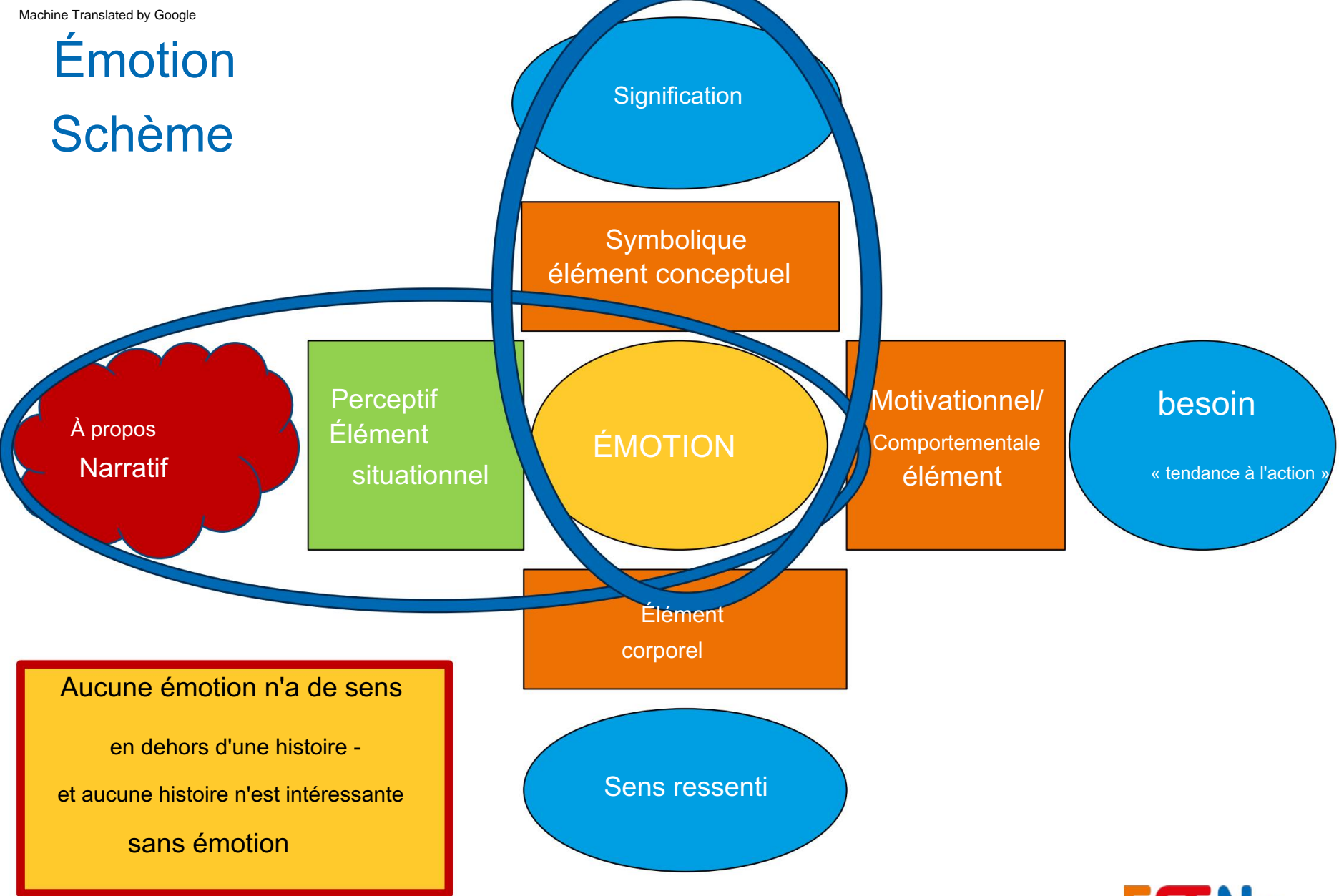
Suivi des émotions

Curiosité, perplexité - Point de réaction problématique
Douleur et vulnérabilité - Raconter un traumatisme
Colère et douleur face à l'injustice - Signification du travail

Importance de rester avec et à l'intérieur de l'histoire

Ralentir et rester concentré sur les moments importants
Entourer et répéter les parties clés de l'histoire
Pour voir ce qui émergera d'autre en approfondissant les sentiments douloureux

Émotion Schème



Aucune émotion n'a de sens
en dehors d'une histoire -
et aucune histoire n'est intéressante
sans émotion

Retraitement – Tâches narratives

MARQUEUR	TÂCHE	SUIVI ÉMOTION	APPROCHE GÉNÉRALE	CHANGEMENT DE CLÉ PROCESSUS PARTIEL RÉSOLUTION	ÉTAT FINAL
Problématique Réaction Indiquer	Systémique Évocateur Déploiement	Perplexité Curiosité	Aider le client à raconter à nouveau/ Revivez le PRP comme si vous étiez dans un film	Signification du pont Identification de déclencheur de réaction	Nouvelle vision de soi-même le-monde Fonctionnement
Narratif pression	Narratif/ Traumatisme Récit	Dérivé de l'extérieur Douleur/ Vulnérabilité	Aider le client à raconter/ revivre l'événement traumatisant et moment le plus difficile comme être dans un film	Évocation vivante de la plupart moment difficile	Achèvement du récit → Soulagement, restauration de lacunes narratives
Signification Protestation	Signification Travail	Colère, Douleur à Injustice	Rencontrer et soutenir la douleur du client, aider à décrire l'événement difficile et identifier les croyances chères	Identification de la source de la croyance chérie	Révision d'une croyance chère Le pouvoir de guérison des émotions

Recréation de sens pour

Signification de la protestation

Création de sens – (Clarke)

Le traitement affectif-cognitif dans lequel un client s'engage lorsqu'une expérience très différente des croyances chères et les attentes produisent une forte excitation émotionnelle.

La tâche du client dans cet événement est de comprendre la signification de l'émotion : Signification Symbolisation

La symbolisation du sens semble produire le traitement client le plus réussi dans la création d'événements de sens.

La création de sens (Clarke)

Alors que certaines nouvelles informations sont relativement faciles à intégrer dans les schémas cognitifs et émotionnels, d'autres données semblent difficiles à intégrer pour les individus accommoder.

Des croyances qui ont été investies d'émotion, des croyances que les gens se soucient et ont un intérêt, suscitent des émotions lorsqu'ils sont confrontés à des expériences divergentes.

Parce que la personne chérit ces croyances, il est difficile de les vivre en douceur. traitement et l'hébergement des nouvelles informations à effectuer.

Ainsi, la personne reste souvent bloquée dans un état d'excitation émotionnelle. incapable de déménager dans un logement qui lui procurerait un soulagement émotionnel.

Croyances chéries

Croyances sur le monde
ou la vie, le soi dans ce
monde et le monde des
relations interpersonnelles

Investi d'émotion
–
vous vous souciez de ces
croyances

Les évaluations de
quelque chose comme bon
ou mauvais pour soi-même devie
« croyances chères » –
chargé d'émotion

Le genre de cognitions,
hypothèses dans lesquelles
vous avez un droit acquis
intérêt.

Pas de croyances irrationnelles –
croyances chères

"Il qui fait du bien rencontre bien"

"Honnêteté est le meilleur politique"

Création de sens

Le degré auquel une cognition particulière est chérie et la taille de l'écart entre la croyance et l'expérience qu'elle rencontre semblent déterminer le niveau d'excitation émotionnelle.

La centralité de la croyance dans le schéma de soi aussi semble affecter le niveau d'excitation émotionnelle.

Excitation émotionnelle

Soyez attentif aux émotions

Symbole de recherche

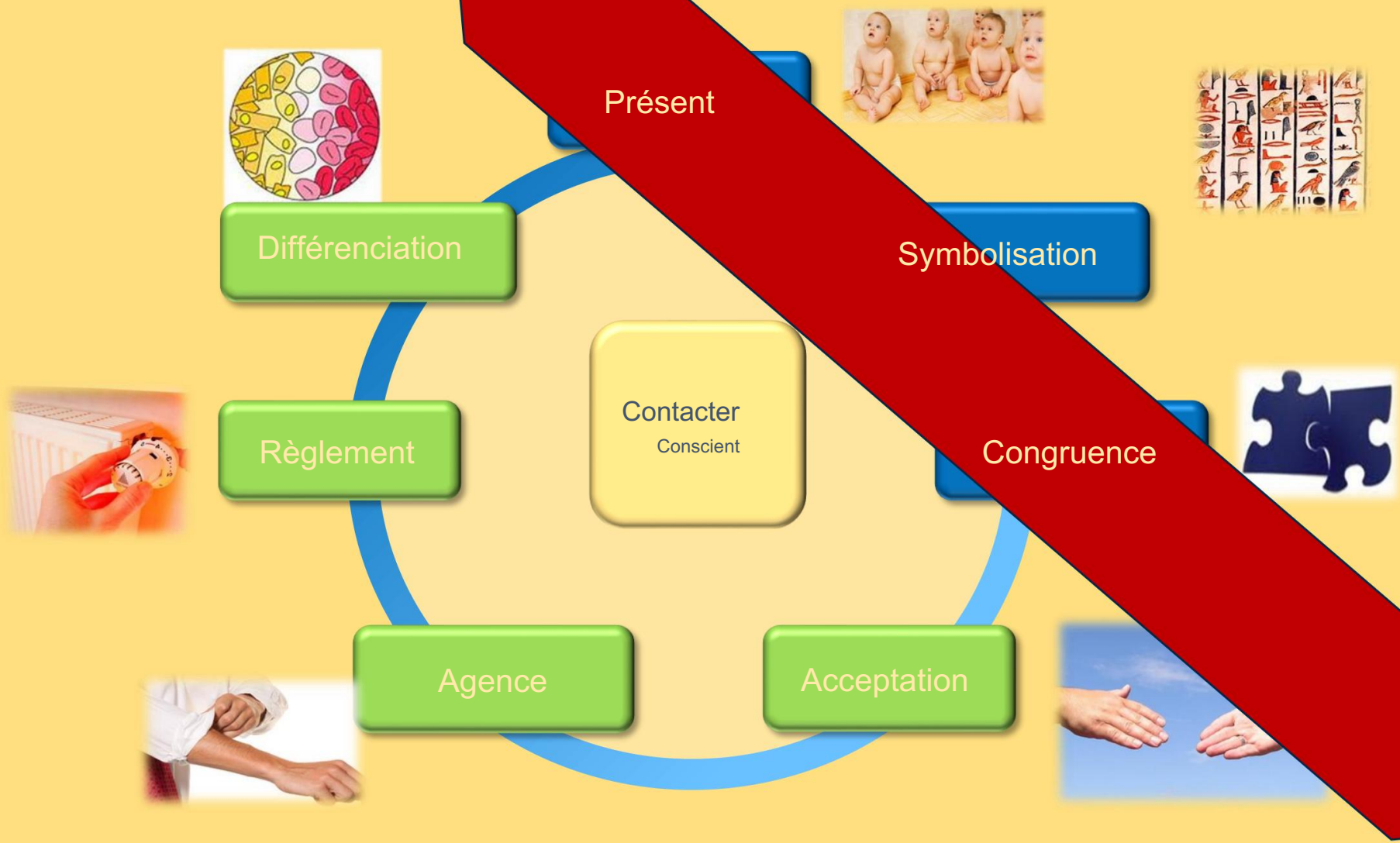
Symbolisation adéquate

Hébergement

Soulagement émotionnel

Traitement des émotions

(Auszra, Greenberg et Hermann 2013)



Modèle théorique



Gendlin

Gendlin (1962) a décrit l'activité essentielle impliquée dans la création de sens comme :

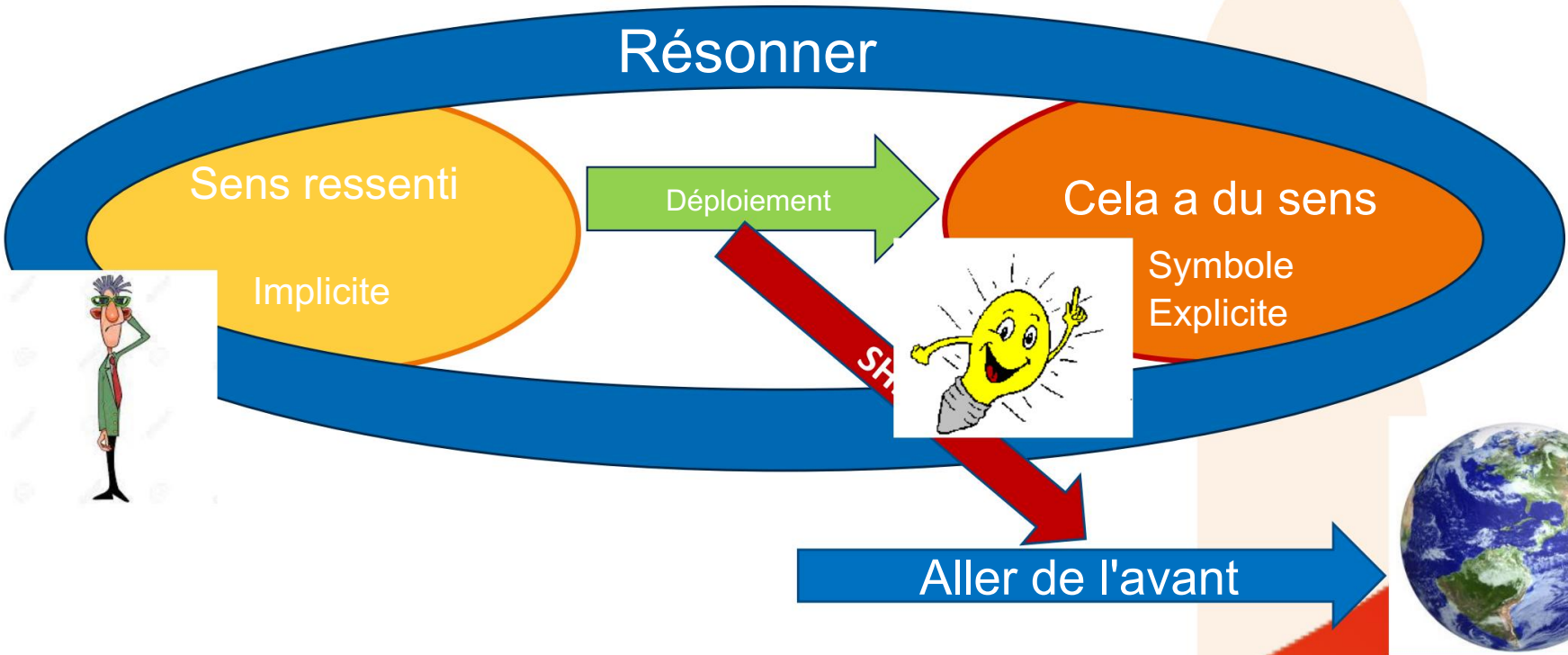
L'individu prête attention à un « sens ressenti » — un flux d'expériences — et tente de symboliser sa signification.

De cette façon, la connaissance tacite inhérente à l'expérience devient explicite.

Ce qui est ressenti devient connu

Noyau de la concentration

Symboliser le ressenti implicite conduit au déploiement et au changement : « avancer »



Modèle théorique

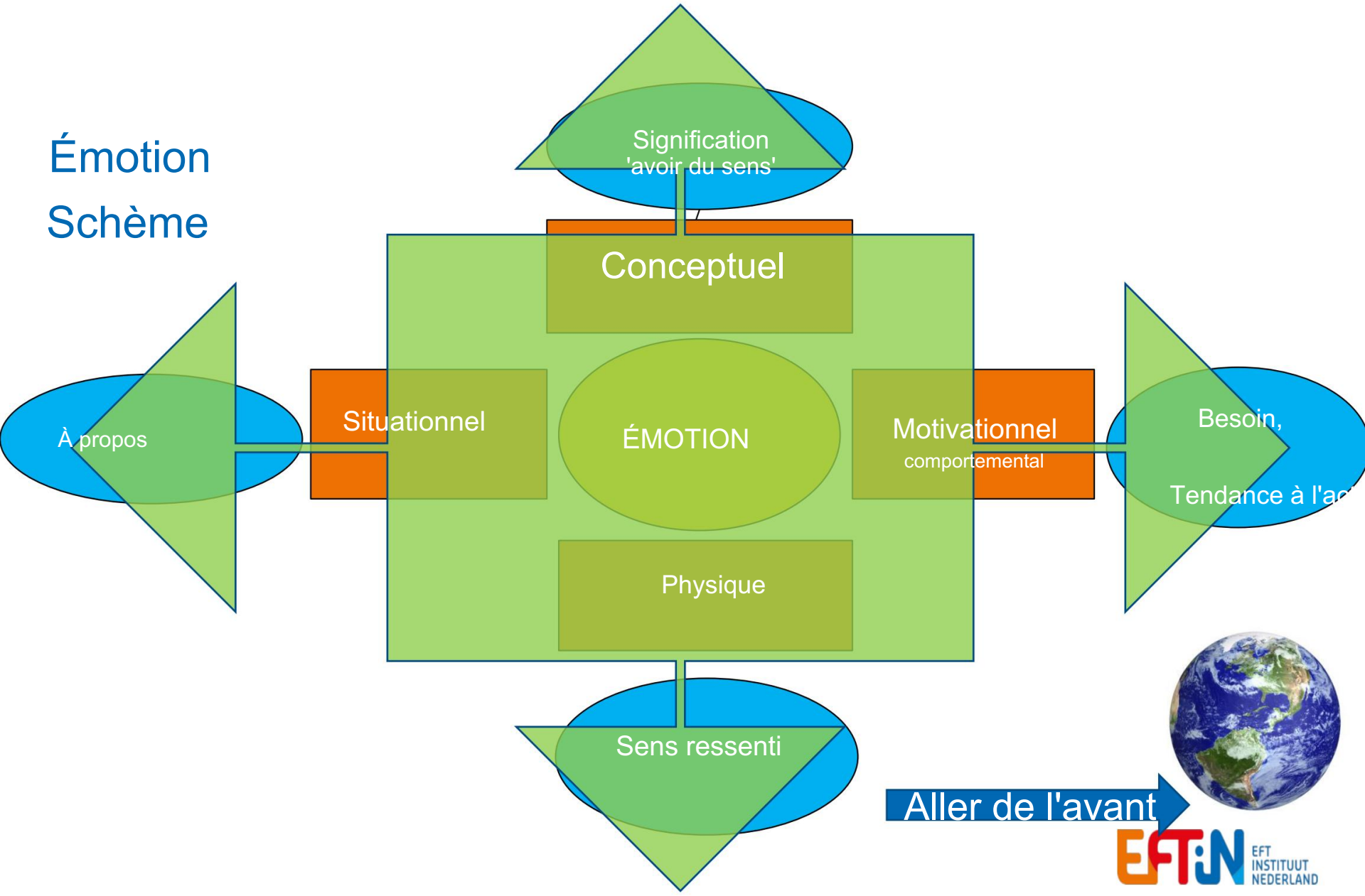
Greenberg



Greenberg et Safran (1987) décrivent cela en termes de traitement de l'information, suggérant que de nouvelles approches affectivement fondées le sens est créé en prêtant attention à ce qui existe déjà schémas émotionnels et les symboliser explicitement.

Le processus de navette entre les deux
Le niveau conceptuel conscient et le niveau automatique du traitement schématique émotionnel facilitent cette explication.

Émotion Schème



Aller de l'avant

Vanhooren



Les préoccupations existentielles sont des facteurs déterminants dans la façon dont nous nous sentons. Le sens de la vie joue un rôle crucial en ce qui concerne notre satisfaction dans la vie. La façon dont nous nous rapportons à nos données existentielles joue également un rôle majeur dans notre souffrance psychologique ainsi que dans notre croissance. Les thérapeutes hésitent lorsque les thèmes existentiels deviennent explicites.

« Vers une approche centrée sur l'être ? » (2023)

Vanhooren



Comme Rogers l'a déjà suggéré, il est grand temps d'explorer plus en profondeur la couche existentielle et de faciliter explicitement les processus existentiels en thérapie.



Il ne fait aucun doute que la recherche et la connaissance des microprocessus sont importantes



Il devient difficile de continuer à voir le cosmos ou « das Ganze » au microscope. Avons-nous, nous qui sommes hautement formés à la microscopie thérapeutique, perdu notre capacité à nous identifier à cet ensemble ?

Peut-être que maintenant que nous avons appris à regarder au microscope, nous aurons également besoin d'un télescope.



????

"La Vie" - Chagall





« Le plus personnel est le plus universel »

La mort

Vie

Absurdité

Signification



Isolement

Connexion

Liberté

Responsabilité

Signification du marqueur de protestation

Clarke 1989

1. Forte excitation émotionnelle

2. Une indication de croyances chères confrontées ou remises en question

3. Une indication de confusion, de surprise ou de manque de compréhension

Être au courant de

Pré-marqueur : Détresse mondiale

- Marqueur rarement présenté de manière nette et claire
déclaration
- Éveil émotionnel avec flou ou confusion → Exploration
empathique →
différenciation en **protestation de sens**

Phase de spécification

Éveil émotionnel



Imprécision ou confusion au sujet des émotions

Déclaration d'expérience divergente



Symbolisation de croyances
chères remises en question

Symbolisation de la réaction émotionnelle
exacte à une expérience différente



Phase d'exploration

Proposition : Pourquoi ce sentiment ?

Hypothèse sur l'origine de la croyance chérie

Évaluation de la viabilité d'une croyance chère ;
comparaison de l'expérience passée et présente

Jugement sur la viabilité d'une croyance chère



Phase de révision

Altération ou élimination d'une croyance chère

Déclaration de changement exact nécessaire

Référence à ou projets pour l'avenir

Interventions de symbolisation de sens

Utilise des métaphores ou des analogies

Condense divers sentiments, mots et symboles

Synthétise la relation entre diverses pensées et sentiments

Symbolise verbalement la différence entre la croyance chérie et l'expérience vécue

Symbolise verbalement la réaction émotionnelle à la divergence

**Une symbolisation adéquate est considérée comme l'ingrédient
essentiel pour accomplir cette tâche**

Nature de l'interaction :

Activité référentielle (Clarke 1996)

Parce que la tâche de création de sens implique la symbolisation verbale de « ressenti »
L'expérience « L'activité référentielle globale » devrait être plus élevée lors d'événements réussis :

Événements réussis :

RA de Thérapeute > Client

Événements infructueux :

Thérapeute RA ≤ Client

La création efficace de sens est facilitée par le fait que le thérapeute fournit des symboles verbaux pour relier le pourcentage au domaine verbal.

EFT : Marqueur de Protestation de Signification

1. Un événement de vie difficile

Le client fait référence à un événement de vie difficile et douloureux qui viole les attentes

Émotion forte et dérégulée, frustration, indignation

2. Protestation émotionnelle, souvent sous la forme de :

- Incrédulité : « Je n'arrive pas à y croire. »
- Sentiment d'irréalité : « Cela n'arrivera pas. »
 « Ce genre de choses n'arrive pas. »
 « Cela ne semble pas réel. »
- Sentiment d'injustice : « Ce n'est pas censé se passer comme ça. »
 « C'est tout simplement tellement mal/injuste. »

3. Confusion, surprise ou manque de compréhension

Croyances chères remises en question : une ou plusieurs croyances chères sont présentes ou émergent

Un niveau élevé d'excitation interfère avec la capacité à donner un sens à l'expérience

Tâche EFT : création de sens

1. Marqueur

Réfléchissez/confirmez le marqueur avec le client. Proposez une tâche. Aidez le client à élaborer le récit d'un événement de sa vie.

2. Spécification de la croyance chérie

Aider le client à faire ressortir sa douleur fondamentale (utiliser la boussole de la douleur) et à approfondir les croyances chères qui y sont associées

Valider et aider à réguler la douleur

Affirmation empathique

Récit narratif :

Commencez à explorer et à expliquer la nature exacte de la croyance chérie et la réaction émotionnelle à un événement difficile de la vie.

« Quel est l'enjeu ? »

« Qu'est-ce qui est le plus douloureux ? »

Exploration empathique, évocation

La douleur fondamentale qui renvoie à une croyance chérie

3. Exploration autoréflexive de la réaction et de la croyance chérie

Faciliter la réflexion sur les origines et la signification des croyances chères dans la vie des clients. :

Base expérientielle : « Pourquoi ce sentiment ? »

Sources historiques – « D'où vient-elle ? » « Quelle est l'origine de cette croyance chérie ? »

Signification d'une croyance chère – « Comment cela a-t-il du sens dans ma vie ? »

Exploration empathique, conjectures et validation

Exprimer et

symboliser la
douleur fondamentale
réaction
émotionnelle



Symbolisant
brisé
Chéri
Croyance

4. Explorer et évaluer la viabilité de la Croyance chérie

Faciliter l'exploration de la valeur continue de la croyance dans la vie du client

Être ouvert pour explorer et modifier le point clé du changement de croyance chérie

Explorer « alors » (origine) par rapport au « maintenant » des croyances chéries ;

« Où cela me mène-t-il à ce stade de ma vie ? » « Comment est-ce maintenant ? »

Partiel
Résolution

5. Révision

Écouter et réfléchir à l'émergence de formulations alternatives de croyances chères.

Le changement dans les croyances chères implique parfois un simple changement ou un adoucissement de la croyance elle-même

- > Passer d'une croyance « est » sur la façon dont le monde est à une croyance « devrait » sur la façon dont les choses devraient être
- > S'y accrocher comme une croyance fondamentale mais en réduire la portée
- > Renforcer la croyance en tant que croyance/valeur fondamentale chérie
- > Changer le sens d'un événement de la vie
- > Renonciation, abandonner la croyance chérie
- > Accepter les conséquences de la croyance chérie

Complet
Résolution

6. Planification d'action – Aller de l'avant....

Explorez les conséquences et les actions potentielles basées sur des croyances conscientes et chéries révisées ou plus honorées

Soi → Soi
Soi → Autre
Soi → Monde

Là et ensuite

Ici et maintenant



Phase de spécification

Éveil émotionnel

Imprécision ou confusion au sujet des émotions

Déclaration d'expérience divergente

Symbolisation de croyances
chères remises en question

Symbolisation de la réaction émotionnelle
exacte à une expérience différente

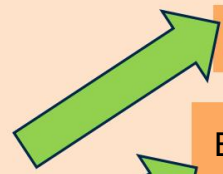
Composants qui
faire la distinction entre
réussi et non réussi

événements
Clarke, 1996

Phase d'exploration

Proposition : Pourquoi ce sentiment ?

Aucune différence
entre les
événements réussis et non



Hypothèse sur l'origine de la croyance chérie

Évaluation de la viabilité d'une croyance chère ;
comparaison de l'expérience passée et présente



Jugement sur la viabilité d'une croyance chère

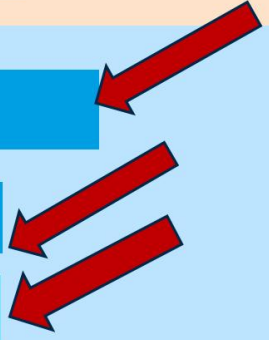


Phase de révision

Altération ou élimination d'une croyance chère

Déclaration de changement exact nécessaire

Référence à ou projets pour l'avenir



Signification Création



Marqueur



Entrez dans le récit

Symbolisant
Exactement émotionnel
Réaction



Symbolisant
Défié
Croyance chérie

Exploration de
Origine



Évaluation Tenabilité

Révision

Planification des actions

Aller de l'avant



Signification Protestation → Affaires inachevées

Étroitement lié

Souvent lié à des abus, à des limites violées ou à la perte d'êtres chers

Différence

- Signification Protestation :
 - client très excité émotionnellement
 - douleur centrale : croyances chères violées
- Affaire inachevée : émotion bloquée ou interrompue
 - douleur centrale : besoin non satisfait

En recherchant l'origine de la croyance chérie, vous pourriez bien trouver des marqueurs d'affaires inachevées

Discussion & Questions

