

## **Ateliers EMDR et psychothérapie humaniste proposés par Odile COME-VIALATTE**

Après 15 ans de pratique de l'EMDR, ancrée sur une approche humaniste de la psychothérapie : l'approche Centrée sur la Personne (Carl Rogers), j'ai le désir de transmettre la puissance de cet outil à des psychopraticiens formés à des approches humanistes et souhaitant intégrer l'EMDR pour la résolution de psychotraumas.

Je privilégie un groupe limité à 8 participants pour favoriser les échanges.

Ces ateliers se veulent très opérationnels puisqu'à l'issue de 2 journées les psychopraticiens seront en mesure de mettre en pratique avec leurs clients confrontés à des traumas « simples ».

6 ateliers de partage d'expériences et d'approfondissement vont ensuite permettre une appréhension des spécificités de l'EMDR selon les contextes et la nature des traumas.

### **EMDR - principes et pratique : 2 jours consécutifs**

Sont privilégiés les démonstrations in vivo et les mises en pratique en binôme, pour :

- Comprendre le traitement du psychotrauma et le rôle de l'EMDR
- Connaître les principes et le protocole EMDR standard
- Savoir installer des ressources et connaître les limites : « lieu sur », « fenêtre de tolérance »
- Appliquer le protocole EMDR sur un trauma simple
- Connaître le principe des différents protocoles selon la nature du trauma (précoce, multiple, récent, ...)

### **Approfondissement et entraînement : 6 séances**

Temps d'échanges d'expérience et de supervision, d'approfondissement et d'entraînement, pour approfondir les thèmes suivants :

- approfondissement du protocole standard : le plan de ciblage, les cognitions négatives et positives, le tissage cognitif lorsque le processus bloque
- sortie de la fenêtre de tolérance en séance : crises d'angoisses, de panique ou apathie
- approfondissement des ressources pour les cas complexes
- traitement des traumas récents, des traumas multiples, des traumas complexes
- traitement de la dissociation : la table de conférence, les états du moi
- les phobies, les tocs, les addictions...

**Modalités** de ces ateliers animés par **Odile COME-VIALATTE** (cf bio)

#### **Planning 2024 :**

Vendredi et samedi 12 et 13 janvier de 9h30 à 18h

Les vendredis 9 février, 15 mars, 19 avril, 17 mai, 7 juin, 5 juillet 13h à 19h

**Lieu :** 17 rue Jonquoy, Paris 14, Métro Plaisance (pas de code, rez de chaussée)

**Montant :** 1 module de 2 jours à 180€, 6 ateliers d'approfondissement à 90€, soit 720€ pour l'ensemble.

Il est demandé un engagement pour l'ensemble du cycle

## **Odile COME-VIALATTE**

### **Mon parcours de professionnalisation**

Avant de m'investir dans l'accompagnement des personnes, j'ai tenu des fonctions marketing en entreprise (création et lancement des planches à voile CRIT) puis dirigé le département marketing de l'école supérieure de commerce d'Angers (ESSCA), m'appuyant sur une formation en gestion à Paris-Dauphine. J'ai ensuite conduit des actions de conseil en accompagnement du changement dans de grandes entreprises, évoluant vers l'accompagnement individuel (ou coaching) de cadres dirigeants.

L'intérêt pour les personnes et le désir d'approfondir ma compétence de coach m'ont amenée en 1992 à entreprendre une formation longue en psychothérapie **l'Approche Centrée sur la Personne** de Carl Rogers avec Bérénice Dartevelle (élève de Carl Rogers).

J'ai parallèlement été formée au coaching (C&T de Vincent Lenhardt) en 1995, puis aux méthodes de **thérapie brève** issues de **l'école de Palo Alto** avec Paul Watzlawick, avec John Grinder à la **PNL**, avec Steven Gilligan, élève de Milton Erickson, à **l'hypnose ericksonienne**.

J'ai commencé à exercer la psychothérapie en 2002, mon approche s'ancrant sur l'Approche Centrée sur la Personne. J'ai reçu **l'agrément de l'AFP-ACP** en 2003 puis le **Certificat Européen de Psychothérapie (CEP)**, de la Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse (FF2P). Je suis titulaire d'un DU de **psychopathologie en psychothérapie** de l'université Sigmund Freud de Vienne à Paris.

L'**Emdr** a ensuite fortement influencé ma pratique, du fait de la puissance de cette méthode sur des traumas clairement identifiés. Depuis 2009, je suis validée par **EMDR France** dont Je suis membre et j'intègre régulièrement les évolutions issues des recherches actuelles. J'ai validé mon cursus de **superviseur** en 2019 avec Udi Oren.

J'ai continué à explorer les approches novatrices du psychotrauma : l'ICV avec Peggy Pace, le brainspotting avec David Grand, la somatic experiencing avec Peter Levine, ...

Au-delà de ces formations, un travail sur soi et une supervision continue, les expériences de vie et 20 ans d'exercices structurent ma pratique.

Les enseignements et la pratique continue du Qi Gong avec Kar Fung Wu et de méditation de pleine conscience avec Thich Nhat Hanh nourrissent également mon approche thérapeutique.