



Mémoires post-traumatiques

Public : ouvert aux personnes ayant suivi un stage phase 4, un stage phase 6 ou ayant une pratique dans le domaine de l'énergie ; aux personnes concernées par la relation d'aide : personnel intervenant en centre de rééducation, personnel en intervention d'urgence...

Pré-requis : entretien préalable

Objet : Approche et résolution des syndrômes post-traumatiques.

La rééducation post-traumatique nous amène souvent à rencontrer des patients qui, bien que commençant à récupérer physiquement, ont des difficultés à retrouver leurs repères « d'avant l'accident ».

Des symptômes allant de l'angoisse à des douleurs inexplicables en passant par des états dépressifs s'installent et perdurent quelquefois des années après le traumatisme. C'est au moment du choc que le système nerveux végétatif, bloqué dans son cycle de charge/décharge, reste en état d'hyper-vigilance et donne, ensuite, des réponses inappropriées aux stimuli de l'environnement.

Cette confusion engendre les syndromes post-traumatiques souvent classés trop hâtivement dans la rubrique « psychosomatique » qui reste un domaine comportant peu de réponses thérapeutiques efficaces. Aujourd'hui, grâce aux recherches de Peter A. Levine, les syndromes post-traumatiques peuvent être traités avec d'excellents résultats.

S'appuyant sur les sensations corporelles mémorisées au moment du choc, le traitement favorise :

- la restauration du cycle de charge/décharge du système nerveux végétatif, dans le but de libérer douleurs, tensions et mal-être,*
- la réapparition des mécanismes de protection, notamment lors des chutes (supprimer des récurrences),*
- la réintégration du repérage dans l'espace.*

L'approche proposée est fondée sur la capacité instinctive du corps à s'autoréguler.