

PROGRAMME FORMATION LUCIDE COMPLÈTE

MODULE 1 : LA LOGIQUE DES ÉMOTIONS

PARTIE 1

- Vous saurez pourquoi les humains sont malheureux ou n'arrivent pas à être pleinement heureux.
- Quels sont les effets sur nos vies des blessures du passé ?
- Pourquoi parfois on n'arrive pas à mettre notre passé derrière nous ?
- Pourquoi certaines femmes battues retournent avec leur mari violent ?
- Est-ce que c'est dans la nature de certains de souffrir ? Est-ce que l'on naît anxieux ? Est-ce que c'est dans ma nature d'être colérique ou hypersensible ? On verra que NON et que l'on peut y remédier.
- Pourquoi on a des réactions disproportionnées ? Pourquoi certains s'énervent pour un rien ? Pourquoi certains sont jaloux maladifs ?
- Pourquoi vous tombez toujours sur le même style de personnes en couple ?

A la fin de la partie 1 vous aurez compris la logique des émotions douloureuses.

PARTIE 2

- Nous faisons l'inverse de ce qu'il faut faire pour nous libérer de nos émotions douloureuses.
- Comment une émotion douloureuse nous laisse tranquille pour toujours.
- Vouloir masquer ses blessures, enfouir sa souffrance, est-ce que ça marche ?
- Les avantages et les inconvénients de regarder vers le positif sans avoir évacué ce qui fait mal.
- Pourquoi on n'ose pas être soi-même ?
- Pourquoi vous n'arrivez pas à être heureux en amour ?
- Comment devient-on fou ?

A la fin de la partie 2 vous aurez compris que souvent les gens font l'inverse de ce qui les aiderait à se libérer de leur souffrance. Quand vous aurez compris ça, vous aurez compris l'essentiel pour être un bon thérapeute.

PARTIE 3

- Vous aurez les réponses aux questions :

Pourquoi les gens sont en dépression ? Développent des phobies ? Font des cauchemars ? Mangent à s'en rendre malades ? Ne savent pas dire NON ? Font des crises d'angoisse ? Se droguent ? S'autodétruisent ? Sont mal alors qu'ils ont tout pour être heureux ? N'ont pas confiance en eux ? Se sentent coupables de tout ? Etc.....

A la fin de la partie 3 vous serez en mesure d'expliquer aux gens pourquoi ils ont tel ou tel problème ; cela va déjà beaucoup les soulager.

PARTIE 4

- Que doit-on faire en tant que thérapeute pour que la personne ne souffre plus ? Je vous présenterai ma manière de travailler : la méthode LUCIDE.
- Comment et pourquoi définir un objectif clair ?
- Comment on trouve où est le blocage à la source de tous les maux ?
- La théorie de comment soigner les blessures émotionnelles.
- Pourquoi j'ai développé cette méthode et pas une autre ?
- « Est-ce nécessaire d'aller dans le passé pour être libre au présent » ?
- Pourquoi certaines thérapies ne fonctionnent pas ?

A la fin de la partie 4 vous saurez comment faire pour que les gens se sentent profondément compris.

PARTIE 5

- Ce qui est à retenir de cette formation.
- Outils pratiques offrant des résultats magiques dès la première séance, surtout pour des gens qui courent de psy en psy depuis 40 ans.

A la fin de la partie 5 vous pourrez déjà soulager des gens avec vos nouvelles connaissances.

MODULE 2 : LA PREMIÈRE SÉANCE

PARTIE 1 : QUALITÉS DU THÉRAPEUTE

- Vous saurez quelle attitude adopter en tant que thérapeute.
- Pourquoi le thérapeute ne doit pas donner son avis ?
- Quels sont les dangers du jugement ou du conseil ?
- Comment faire pour que le jugement ne vous traverse même pas l'esprit ?
- Que faire quand la personne insiste pour avoir un conseil ?
- Pourquoi faut-il choisir entre être "gentil" et être "efficace" ?
- Pourquoi un thérapeute doit-il éviter de recevoir ses proches ?
- Peut-on recevoir 2 personnes de la même famille ? Et pourquoi ?
- Quels sont les pièges à éviter ?
- Pourquoi est-ce si important de faire un travail sur soi en tant que thérapeute ?
Comment savoir si on en a fait suffisamment ?
- Astuces pour progresser en permanence.

A la fin de la partie 1 vous saurez comment vous comporter en tant que thérapeute, comment ÊTRE pour apprendre ensuite comme FAIRE.

PARTIE 2 : Importance cachée du 1er coup de fil

- Comment le 1er coup de fil nous aide à recevoir des gens motivés ?
- Comment faire quand la personne est poussée par quelqu'un d'autre à venir ?
- Quelles règles de fonctionnement doit-on poser en thérapie ? A quoi servent-elles ?
- Comment détermine-t-on le prix, la durée ? Les conditions d'annulation ?
- Quelles informations du 1er coup de téléphone peuvent nous servir pour la suite de la thérapie ?
- Comment savoir avec le 1er coup de fil si la personne est prête au changement ou pas, si elle est motivée ou pas, si elle veut faire un travail en surface ou profond ?

A la fin de la partie 2, vous saurez lire les messages cachés dans le 1er coup de téléphone et comment s'en servir en thérapie.

PARTIE 3 : Comment mener la 1ère séance ?

- Par quoi commence-t-on une thérapie ? Quelles sont les 1ères choses à faire ? Les 1ères questions à poser ?
- Que faire quand la personne est submergée par l'émotion avant d'avoir parlé ?

- Comment mettre les gens en confiance ?
- Comment aider à la formulation d'une demande ?
- Comment être sûr que la personne veut vraiment ce qu'elle vous demande ?
- Comment faire si la personne n'est pas en demande ? Si elle vient sur la demande de quelqu'un d'autre ? Etc...
- Quels sont les signes de résistance ou que quelque chose bloque ? Comment vérifier les obstacles au changement ?
- Que faire quand une partie veut changer et une autre ne veut pas ?
- Parfois la formulation de la demande suffit à la résoudre.

A la fin de la partie 3 vous serez en mesure de mener une 1ère séance de thérapie de façon optimale.

MODULE 3 : SOIGNER LES TRAUMATISMES

PARTIE 1 : Comment soigner les blessures émotionnelles ?

- Quelles sont les étapes pour être libéré ?
- Comment aider à accepter une réalité "inacceptable" ou difficile ?
- Qu'est-ce qui peut bloquer l'acceptation ?
- Comment faire disparaître la culpabilité ?
- Comment aider les émotions douloureuses à partir ?
- Comment aider les victimes de violences sexuelles à se libérer totalement ?
- Comment sait-on qu'une blessure est soignée ?
- Doit-on forcément pardonner pour guérir ?
- Quoi dire à quelqu'un qui est mal d'aller mal ?

A la fin de la partie 1, vous serez en capacité d'aider les gens à ne plus souffrir de leurs blessures émotionnelles "conscientes" du présent ou du passé.

PARTIE 2 : Accompagner un deuil

- Comment pousser quelqu'un en extrême souffrance à formuler une demande ?
- Pourquoi ne faut-il pas partir du principe que la personne veut arrêter d'être triste ?
- Qu'est-ce qui peut bloquer l'acceptation de ce qui arrive ?
- Peut-on ne plus souffrir du tout de la mort d'un proche ?
- Quels sont les points clés pour faire disparaître ou diminuer la souffrance émotionnelle ?
- Exercices de visualisation pour accompagner le deuil.

A la fin de la partie 2 vous pourrez accompagner les gens à transcender les différentes étapes du deuil.

PARTIE 3 : Comment soigner les blessures d'enfance les plus courantes

- Quelles sont les blessures d'enfance les plus courantes ?
- Les points clés pour en être libéré.
- Comment un enfant peut-il se couper de sa joie ?
- Les impacts de la banalisation de la souffrance émotionnelle des enfants.
- Comment la honte de soi prend son origine dans l'enfance et comment s'en libérer ?

A la fin de la partie 3 vous serez en mesure d'aider vos consultants à se libérer de leurs blessures d'enfance (les plus courantes) pour pouvoir vivre sereinement leur présent.

PARTIE 4 : Comment aller chercher la blessure cachée derrière la problématique au présent

- Comment savoir qu'il y a une blessure si elle est cachée ?
- Pourquoi aller chercher la blessure si elle est cachée ?
- Comment retrouver la blessure si elle est cachée ?
- Comment faire disparaître une culpabilité si elle est cachée ?
- Comment libérer les émotions douloureuses d'une blessure cachée ?
- Qu'est-ce qui peut empêcher quelqu'un de voir sa propre blessure ?
- Comment retrouver la blessure cachée derrière le manque de confiance en soi ? La peur du jugement des autres ? Une addiction ? La peur d'être seul(e) ? La peur de dire "non" ? L'envie de ne rien faire ?

A la fin de la partie 4 vous saurez comment aller chercher une blessure cachée derrière un symptôme et comment la soigner.

PRÉ-REQUIS : MODULES 1 ET 2

Avec cette formation vous allez entrer dans le vif du sujet, vous allez acquérir des compétences pour aider les gens à se libérer de leur passé. Vous saurez comment accompagner les gens dans des moments de vie difficiles pour que les épreuves de la vie ne se transforment pas en traumatismes. La logique des émotions vue dans le module 1 sera nécessaire pour cette étape. Aussi vous pourrez vous tromper de piste si vous ne savez pas aider à la formulation d'une demande, ce que nous aurons vu dans le Module 2. Donc les modules 1 et 2 sont pré-requis pour le module 3.

MODULE 4 : COMPETENCES APPROFONDIES

PARTIE 1 : Comment évacuer les émotions douloureuses ?

- De quoi a besoin une émotion douloureuse pour partir ?
- Que doit-on faire pour que les émotions douloureuses de notre passé ne plombent plus notre présent ?
- Est-ce que toutes les émotions douloureuses doivent-être évacuées ?
- Quelles sont les particularités de chaque émotion ? Qu'est-ce qui se cache derrière la tristesse ? Derrière la colère ? Derrière le dégoût ? Derrière la honte ?
- Comment trouver l'émotion qui se cache derrière le problème du consultant ? Derrière le manque d'amour de soi, derrière l'autodestruction ? ...
- Comment faire partir définitivement une tristesse profonde ? Une colère latente ? Une peur ancienne ? Etc...

A la fin de la partie 1 vous saurez ce qui se cache derrière chaque émotion, ce qui vous donnera la clé pour les faire partir, si telle est la demande de la personne.

PARTIE 2 : Comment faire avec les gens qui sont coupés de leurs émotions ?

- Est-ce nécessaire d'écouter ses émotions pour aller bien ?
- Différents niveaux de blocage à l'accueil des émotions.
- Comment reconnaît-on les gens qui sont coupés de leurs émotions ? Dans leur vocabulaire ? Dans leur attitude ?
- Comment aider les gens à choisir s'ils veulent se reconnecter ou pas à leurs émotions ?
- Que faire si quelqu'un ne souhaite pas entendre ses émotions ?
- Quelles questions poser pour trouver ce qui empêche de se connecter à ses émotions ?
- Comment aider à la reconnexion ?

A la fin de la partie 2 vous pourrez accompagner les gens à se questionner sur leur souhait de se reconnecter à leurs émotions ou pas et vous aurez des clés pour aider à cette reconnexion si tel est leur choix.

PARTIE 3 : Comment contourner les mécanismes de défense ?

- Comment aller à l'essentiel ? Comment ne pas perdre de temps ?
- Comment savoir si un consultant vous balade ?
- Comment faire quand ça part dans tous les sens ?
- Comment pousser les gens à aller là où ils n'iront jamais seuls ?

- Comment ne pas vous laisser emmener sur une mauvaise piste ?
- Comment les empêcher de "noyer le poisson" ?

A la fin de la partie 3 vous maîtriserez des techniques pour éviter de vous faire balader par les mécanismes de défense de l'inconscient pour aller à l'essentiel et ne pas perdre de temps.

PARTIE 4 : Que faire quand la thérapie ne fonctionne pas ?

- Comment savoir s'il y a un blocage ? Si la thérapie ne fonctionne pas ?
- Qu'est-ce qui peut faire que la thérapie n'avance pas ?
- Comment trouver le blocage et comment le lever ?
- Comment savoir si vous avez atteint vos limites de thérapeute ?

A la fin de la partie 4 vous saurez quelles questions vous poser quand la thérapie ne fonctionne pas et quoi faire concrètement.

PRÉ-REQUIS : MODULES 1, 2 et 3

Avec les formations précédentes vous saurez mener une thérapie sans encombre. Mais les blocages, les résistances au changement sont courantes. Cette formation vous permettra d'acquérir des compétences approfondies qui vous permettront de ne pas laisser les gens vous emmener sur de mauvaises pistes et de libérer les blocages après les avoir repérés. Mais avant d'apprendre à dépasser les obstacles qui se mettront sur le chemin, il est nécessaire de connaître le chemin (dans les formations pré-requises).

MODULE 5 : THÉRAPIE D'ENFANT

PARTIE 1 : 1er coup de téléphone

- Quelles informations sont précieuses à retenir lors du 1er appel téléphonique ?
- Comment lire entre les lignes du discours de la personne qui appelle pour prendre rendez-vous pour l'enfant ou la famille ?
- Quelle est la posture du thérapeute d'enfant vis-à-vis des parents ?
- Quelle est la posture du thérapeute familial ?
- Qui inviter au premier rendez-vous ? L'enfant seul ? Toute la famille ? La personne qui appelle et l'enfant ?

A la fin de la partie 1 vous saurez comment vous servir du 1er coup de téléphone pour commencer la thérapie de la famille ou de l'enfant et vous aurez des indications sur la posture du thérapeute familial.

PARTIE 2 : Par quoi commence une thérapie d'enfant ?

- Comment établir un lien de confiance avec l'enfant ?
- Comment amener un enfant à dire ce qu'il veut changer (à formuler sa demande) ?
- Comment faire si l'enfant n'a pas de demande ?
- Comment faire pour les tout-petits ?
- Que faire si l'enfant affiche clairement son opposition à venir chez le psy ?
- Comment se servir de la demande des parents pour aider l'enfant à formuler sa demande ?

A la fin de la partie 2 vous pourrez amener un enfant à formuler une demande thérapeutique même si à la base il était opposé à sa venue.

PARTIE 3 : Par quoi commence-t-on une thérapie familiale ?

- Qu'est-ce que le non-verbal nous apprend ?
- Comment aider une famille à définir un objectif ?
- Que faire si les objectifs de chacun sont différents ?

A la fin de la partie 3 vous saurez concrètement quoi faire en premier quand vous recevez une famille dans votre cabinet.

PARTIE 4 : Comment résoudre les problématiques familiales ?

- Quels sont les premiers pas vers la résolution de la demande ?

- Comment enquêter sur les caractéristiques du problème (Où ? Avec qui ? Depuis quand ?) donne des clés pour résoudre l'énigme ?
- Comment mettre le fonctionnement non verbal au grand jour permet des prises de conscience ?
- Techniques pour résoudre des problématiques relationnelles.

A la fin de la partie 4 vous serez imprégnés de méthodes qui vous permettront d'accompagner les familles au changement.

PARTIE 5 : Comment aider un enfant à se libérer d'une souffrance ?

- Les étapes pour libérer une émotion ? Soigner une blessure ?
- Comment enlever la culpabilité du cœur d'un enfant ?
- Quoi faire si l'enfant souffre de voir l'un de ses parents malheureux ?
- Comment aider un enfant victime de violence physique ?
- Comment aider un enfant qui est témoin de violence ?
- Comment aider un enfant dont l'entourage le critique ? Le rabaisse ? L'humilie ?
- Comment aider un enfant qui manque d'amour ? Ou de la présence d'un parent ?
- Comment aider un enfant qui vient de perdre un proche ?

A la fin de la partie 5 vous pourrez aider beaucoup d'enfants à se libérer : pour que ce qu'ils vivent de difficile dans leur enfance ne devienne pas des traumatismes qui les poursuivent dans leur vie d'adulte.

PARTIE 6 : Comment aider les parents à se remettre en question ?

- Comment faire le lien avec leur demande vis-à-vis de l'enfant et eux ?
- Comment mettre les parents face à certaines contradictions ?
- Comment les pousser à certaines prises de conscience ?
- Comment soigner la blessure émotionnelle d'un parent peut débloquer la problématique de l'enfant ?
- Comment s'aider du discours des parents pour provoquer le changement ?
- Comment ancrer et augmenter les changements déjà réalisés ?

A la fin de la partie 5 vous pourrez amener les parents à se remettre en question pour aider leur enfant.

PARTIE 7 : Comment aider un enfant dont les parents se séparent ?

- Comment savoir si un enfant souffre de la séparation de ses parents ?

- Quels sont les points qui font communément souffrir les enfants lors d'une séparation et qui seront à vérifier ?
- Que faire quand l'enfant souffre de ne plus voir ses parents ensemble ? De ne plus jamais reformer une famille ?
- Comment l'aider s'il souffre de voir l'un de ses parents malheureux de la séparation ?
- Comment l'aider s'il souffre des conflits entre ses parents ?
- Comment aider les parents à la prise de conscience des effets sur l'enfant de l'impliquer dans leurs conflits ?
- Comment aider l'enfant qui est mis dans le conflit entre ses parents ?

A la fin de la partie 7, vous saurez éviter à l'enfant que la séparation de ses parents soit un traumatisme.

PARTIE 8 : "Psychoéducation"

- Former les parents à l'accueil des émotions ?
- Former les parents aux conséquences de certaines de leurs réactions face aux émotions de leurs enfants.
- Informer les parents sur les effets possibles de règles trop strictes, de l'absence de règles, d'un désaccord affiché entre eux devant les enfants, etc...

A la fin de la partie 8, vous aurez acquis des connaissances que vous pourrez transmettre aux parents pour qu'ils puissent faire leurs choix éducatifs en toute conscience.

PRÉ-REQUIS : MODULES 1, 2, 3 et 4

Pour profiter de tous les apports de cette formation, vous devrez avoir suivi les modules 1, 2, 3 et 4. En effet, d'avoir compris la logique des émotions, de savoir quelle posture adopter en tant que thérapeute et de savoir comment soigner les blessures émotionnelles vous sera nécessaire pour aider les enfants et leurs familles. Car souvent, aider un parent à soigner ses blessures aide l'enfant.

MODULE 6 : TRAUMATISMES ENFOUIS

PARTIE 1

- Comment sait-on que quelqu'un a enfoui un traumatisme ?
- Doit-on forcément désenfouir le traumatisme pour que la souffrance parte ? Doit-on vraiment emmener les gens sur ce chemin ?
- Quelles sont les étapes pour libérer une souffrance dont l'origine est enfouie ?
- Comment amener la personne à se rendre compte qu'elle a vécu un événement traumatique qu'elle a enfoui ?

A la fin de la partie 1, vous saurez comment amener les consultants vers la prise de conscience que leur inconscient renferme un traumatisme enfoui. Cette étape représente le premier pas vers une libération totale.

PARTIE 2

- Comment apaiser la souffrance avant même d'avoir désenfoui la cause ?
- Comment réconcilier les gens avec une partie d'eux-mêmes qui tente de se faire entendre depuis des années par la souffrance ?
- Comment enlever le sentiment de solitude que certains ressentent souvent au fond d'eux ?
- Comment négocier avec l'émotion ? Comment savoir si elle a besoin que la personne sache la vérité pour partir ? Comment savoir si c'est le bon moment pour savoir ou pas ?
- Comment transformer les résistances en tremplins pour avancer ?

A la fin de la partie 2, vous accompagnerez les consultants à se rendre compte que leur souffrance n'est pas un ennemi là pour les torturer mais plutôt un messager qui est là pour leur bien. A partir de ce moment-là, la guerre cessera dans leur cœur pour faire place à la coopération entre différentes parties d'eux-mêmes. Le bien-être et la paix pourront alors commencer à prendre leur place dans leur vie.

PARTIE 3

- Comment préparer le cerveau à découvrir ce qui est enfoui ?
- Comment commencer à désenfouir ?
- Comment préparer à toutes les conséquences que la découverte peut engendrer dans la vie de la personne ?
- Comment utiliser les peurs de désenfouir pour désenfouir ?
- Comment savoir où est la vérité ? Qu'est-ce que les faux souvenirs ?
- Qu'est-ce que l'amnésie traumatique ?

A la fin de la partie 3, vous pourrez préparer quelqu'un à reconnaître la vérité de ce qu'il a enfoui.

PARTIE 4

- Comment reconnaître les "fausses" causes et comment les réfuter ?
- Comment ne pas se tromper de piste ?
- Comment éviter la fuite induite par les mécanismes de défense ?
- Comment empêcher les gens d'aller ailleurs que là où c'est difficile d'aller ?

A la fin de la partie 4, vous aurez la capacité d'empêcher les mécanismes de défense d'entraver la quête de vérité de la personne.

PARTIE 5

- Comment retrouver les souvenirs enfouis ?
- Quel est l'intérêt de se souvenir ?
- Sous quelles formes les souvenirs remontent ?
- Comment le thérapeute doit-il réagir quand les souvenirs remontent ?
- Comment ne surtout pas réagir quand les souvenirs remontent ?
- Que faire si rien ne vient ?

A la fin de la partie 5, vous saurez comment faire remonter les souvenirs enfouis.

PARTIE 6

- Que faire une fois que c'est remonté ?
- Comment réagir en tant que thérapeute ?
- Comment ne surtout pas réagir en tant que thérapeute ? Les risques catastrophiques d'une mauvaise réaction.
- Comment aider la personne à accepter ce qu'elle découvre ?
- Comment finir de soigner la blessure pour être totalement libéré ?
- Comment sait-on s'il reste des choses enfouies ?
- Comment sait-on que le traumatisme est soigné pour de bon ?

A la fin de la partie 6, vous pourrez accompagner les gens jusqu'à la fin du chemin pour qu'ils accèdent à un bien-être qu'ils n'ont, pour certains d'entre eux, jamais connu.

PRÉ-REQUIS : MODULES 1, 2, 3 et 4

Avant d'apprendre à déterrer les traumatismes enfouis, il faut déjà maîtriser les bases : connaître sur le bout des doigts la logique des émotions, savoir comment soigner les traumatismes conscients, maîtriser l'art de contourner les mécanismes de défense qui seront nombreux sur la route de la découverte des traumatismes enfouis. Pour accéder au module 6, il faudra d'abord avoir suivi les modules 1, 2, 3 et 4. Le module 5 ne sera pas pré-requis.

MODULE 7 : TRAUMATISMES D'ENFANT

TRAUMATISMES GRAVES

PARTIE 1 : Enfant victime de violences sexuelles

- Quelles réactions avoir ?
- Comment permettre aux parents d'aider leur enfant victime ?
- Comment aider l'enfant à se libérer de la souffrance causée par l'abus ?
- Comment le libérer d'une possible culpabilité ?
- Comment l'aider à ne plus avoir peur que cela se reproduise ?

A la fin de la partie 1 vous saurez comment aider un enfant ayant été victime de violences sexuelles.

PARTIE 2 : Traumatisme déjà enfoui

- Quels sont les signes qu'un enfant a subi un traumatisme grave ?
- Comment savoir si ce qui fait souffrir l'enfant est réellement enfoui ou s'il le cache volontairement ?
- Comment soigner un traumatisme qui ne veut pas remonter à la conscience ?

A la fin de la partie 2, vous saurez comment soigner un traumatisme sans le faire remonter à la conscience.

PARTIE 3 : PRÉPARER LA FAMILLE A LA DÉCOUVERTE D'UN TRAUMATISME GRAVE.

- Comment savoir qui est impliqué dans le traumatisme ? Qui recevoir en séance ?
- Comment préparer un membre de la famille pour entendre la parole de l'enfant ?
- Comment amener les parents à soigner leurs propres blessures pour pouvoir aider leur enfant ?

A la fin de la partie 3, vous serez en mesure de voir à quel moment le traumatisme peut être dévoilé, en présence de qui et de quelle manière pour préserver l'intérêt de l'enfant.

PARTIE 4 : FAMILLES TOXIQUES

- Communication en double lien.
- Parents dans le déni de leur fonctionnement.
- Comment aider les enfants ayant des parents refusant de se remettre en question ?

PRÉ-REQUIS : MODULES 1, 2, 3, 4, 5 et 6

Pour aider un enfant à se soigner d'un grave traumatisme, il est utile de savoir au préalable aider les parents à se libérer de leurs propres blessures d'enfance et les amener à être prêts pour aider au mieux l'enfant. Ce module est le module final, le plus avancé. Les contenus de tous les autres modules doivent être acquis.