

# 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.