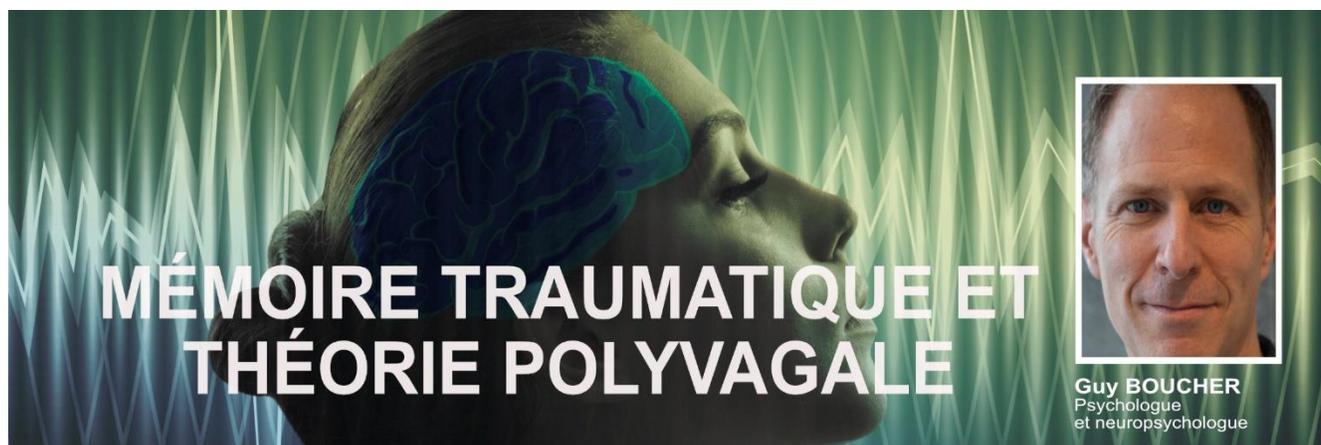




perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE



Guy BOUCHER  
Psychologue  
et neuropsychologue

## **MÉMOIRE TRAUMATIQUE ET THÉORIE POLYVAGALE : MIEUX STABILISER LA VICTIME AVANT ET APRÈS L'EXPOSITION AUX SOUVENIRS TRAUMATIQUES.**

**Guy BOUCHER**  
Psychologue  
Neuropsychologue

### **PROBLÉMATIQUE**

Certains de nos clients ont vécu de la maltraitance, de l'abus, de la négligence ainsi que multiples traumatismes psychiques au cours de leur vie. Lors d'un stress extrême, une véritable tempête émotionnelle envahit l'organisme et parce qu'il y a souvent un risque vital, le cerveau déclenche une série de mécanismes neurochimiques qui ont pour effet de disjoncter le circuit émotionnel et d'entraîner une anesthésie émotionnelle. C'est la naissance d'un état de stress post-traumatique. Le traitement de première ligne pour traiter l'état de stress post-traumatique est de revisiter les souvenirs traumatiques à l'aide de différents protocoles d'interventions dont l'exposition prolongée ou l'EMDR, etc. Comme vous l'avez fort possiblement expérimenté, ces traitements ne sont pas toujours efficaces ou prodigué trop tôt pour les capacités de régulation émotionnelle de la victime. Des symptômes liés à la suractivation et à l'hyperréactivité du système nerveux dont de l'agitation, de l'hypervigilance, difficultés de sommeil, des problèmes cognitifs, des sursauts, etc. peuvent persister au-delà d'un tel traitement. Dans d'autres cas, le client peut être retraumatisé par une telle intervention et abandonne prématurément le traitement si nous abordons trop tôt les souvenirs traumatiques.

Les victimes de traumatismes psychologiques vont souvent passer leur vie sans avoir l'opportunité de comprendre et faire du sens avec leurs réactions post-



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

traumatiques. Compte tenu de l'impact des symptômes résiduels sur le système nerveux autonome, la théorie polyvagale et ses applications deviennent une alternative de traitements très intéressante aux thérapies dites traditionnelles. C'est donc dans ce contexte que nous vous proposons de mieux comprendre la mémoire traumatique et de vous initier à la théorie polyvagale, car l'application de certaines stratégies soutirées de cette théorie peut aider vos clients à mieux atténuer une symptomatologie trop souvent insoutenable et à mieux composer avec les symptômes résiduels. Pour ce faire, nous élaborerons une cartographie du système nerveux et celle-ci va permettre à la victime de mieux comprendre ses réactions face au stress et l'aider à surmonter sa souffrance psychologique. Vos clients pourront parfaire leurs capacités à réguler leur état physiologique et leur comportements associés. C'est Deb Dena en collaboration avec Stephen Porges, le développeur de la théorie, qui ont développés des interventions pratiques et un modèle largement applicable à l'ensemble des grands courants thérapeutiques.

## **BESOIN**

La période de stabilisation ou celle suivant la phase active qui cible les souvenirs traumatiques sont trop souvent négligés. Cette nouvelle manière de faire est un excellent adjuvant thérapeutique qui se marie bien à n'importe quelles approches thérapeutiques. Cette formation aidera tous thérapeutes à mieux structurer sa démarche thérapeutique tout en permettant une progression des interventions et ainsi éviter une retraumatisation. Pour ce faire, nous ferons une introduction à différents cadres conceptuels et enseignerons différentes stratégies d'interventions afin d'aider nos clients vers un rétablissement optimum.

## **CLIENTÈLE**

Cette activité de formation continue est destinée aux psychologues, psychothérapeutes, médecins travailleurs sociaux, ergothérapeutes, psychoéducateurs et étudiants désireux de parfaire leur compréhension du traitement. Il s'agit d'une formation de niveau débutant / intermédiaire pour tout thérapeute ayant à intervenir auprès des victimes.

**DURÉE** : 11 heures.

**DATES** : Du Vendredi 24 novembre 17h00 au dimanche 26 novembre 12h00

**LIEU** : Abbaye St-Benoît-du-Lac, Canton de l'est.

**HÉBERGEMENT** : Voir Document « Informations » dans Plan de la formation



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

## FORMATEUR



Guy Boucher est détenteur d'une maîtrise en neuropsychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières et est membre de l'Ordre des Psychologues du Québec depuis 1999. Il a été neuropsychologue/psychologue clinicien au centre Montérégien de réadaptation pendant 10 ans. Il a contribué au développement de divers programmes de réadaptation dans le domaine de la neurotraumatologie en tant que professionnel ainsi qu'en tant que coordonnateur clinique et gestionnaire. Depuis 2009, il occupe un poste de psychologue à la clinique TSO du CHUQ et offre des services auprès d'une clientèle d'anciens combattants ainsi que des membres de la Gendarmerie royale du Canada. Par ailleurs, il est conférencier pour des étudiants de divers niveaux scolaires ainsi que pour diverses entreprises. Il est aussi professeur de clinique pour l'Université Laval et supervise des doctorants en psychologie. Il est superviseur approuvé par EMDRIA et a fondé EMDR Conseil qui offre des services de supervision et de formation individualisées concernant l'intervention auprès des victimes de stress post-traumatique. En terminant, il a participé à la prestigieuse Conférence du Gouverneur Général du Canada sur le leadership.



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

## OBJECTIFS

1. Mieux comprendre les principaux fondements du processus d'encodage de la mémoire traumatique. Des vidéos vous seront présentés afin de rendre plus concret des concepts parfois bien abstraits.
2. Présenter l'état actuel des connaissances en neurosciences pour atténuer les signes anxiodépressifs et le stress post-traumatique.
3. Comment structurer les étapes de traitements qui mèneront vers un rétablissement optimum :
  - a. En développant une carte à partir du système nerveux d'un client;
  - b. En utilisant son propre système nerveux pour aider les clients à rester ancrés et ainsi mieux réguler les affects envahissants;
  - c. Parfaire sa psychoéducation avec nos clients afin qu'ils comprennent mieux comment fonctionne leurs systèmes nerveux.
  - d. En aidant vos clients à apprendre rapidement à réguler leur propre système nerveux en mettant en place davantage de pratiques expérientielles "bottom-up"

## PRÉALABLES

Aucun prérequis. Cette formation peut être également prise en complémentarité avec les autres formations que j'offre sur la plateforme Perfectionnement.com

## CONTENU

- 1) Le processus d'encodage de la mémoire traumatique (McFarlane, 2010).
- 2) Les séquelles cérébrales visibles suite à des traumatismes (Heim et al., 2013)
- 3) Conduites dissociantes (Salmona 2012).
- 4) Comment structurer les étapes de traitements qui mèneront vers un rétablissement (Van Der Hart, 2006) :
  - a. La tulipe.
  - b. Selon le degré de la dissociation.
- 5) Stabilisation (Tarquinio, 2017):
  - a. La sécurité :
    - i. Être en sécurité.
      1. Dangerosité suicidaire et homicide.
    - ii. Sentiment de sécurité.
    - iii. Construire un lien d'attachement sécuritaire avec le thérapeute.



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

- iv. parfaire sa psychoéducation avec nos clients afin qu'ils comprennent mieux comment fonctionne leurs systèmes nerveux (Foa et al., 2009; Porges, S. 2011 et 2017).
- b. Stratégies de base dans la gestion de l'anxiété en:
  - i. en aidant vos clients à apprendre rapidement à réguler leur propre système nerveux en mettant en place davantage de pratiques expérientielles "bottom-up" (Deb Dana 2018, 2020 et 2023).
  - ii. Utiliser son propre système nerveux pour aider les clients à rester ancrés. La co-régulation avant l'autorégulation (Deb Dana 2018, 2020 et 2023).
- 6) Explications de la théorie polyvagale et ses composantes
  - a. La branche ventro-vagale : système d'engagement social
  - b. La branche sympathique : système d'action face à une menace
  - c. La branche dorso-vagale : L'effondrement et la sidération
- 7) Bien comprendre deux nouveaux concepts de la théorie polyvagale soient la neuroception et la hiérarchie du système nerveux autonome.
  - a. Aider vos clients à apprendre rapidement à réguler leurs propres systèmes nerveux avec le concept de **neuroception**: *Comment mon système nerveux autonome répond à mon environnement et aux sources de stress.* (Deb Dana 2018, 2020 et 2023; Porges, S. 2011 et 2017).
  - b. Développer une carte à partir du système nerveux d'un client et mieux comprendre la **hiérarchie du système nerveux autonome** (Deb Dana 2018, 2020 et 2023; Porges, S. 2011 et 2017).

## MÉTHODE OU STRATÉGIE PÉDAGOGIQUE

L'exposé théorique (magistral) sera la méthode pédagogique privilégiée considérant la nature du contenu de cet atelier. Des vidéos vous seront présentées afin de rendre plus concrète l'intervention enseignée. Des exercices en sous-groupes seront également proposés. Nous terminerons la formation avec une plénière afin décharger sur vos propres réalités et ainsi mieux appliquer ces nouveaux apprentissages dans vos milieux de pratiques.

## ATTESTATION

Cette formation est accréditée par l'Ordre des psychologues et reconnue par les autres ordres professionnels. Une attestation de participation de 11 heures sera remise aux personnes ayant assisté à la formation.



perfectionnement.com

FORMATION EN LIGNE

## **BIBLIOGRAPHIE**

Dana, D. (2023). "Cours de maître sur la thérapie informée polyvagale avec invité spécial Stephen Porges, PhD", Cours en ligne présenté par PESI, Mai 2023.

Dana, D. (2020). Polyvagal Exercises for Safety and Connection: 50 Client-Centred Practices, New York, WW Norton & Co.

Dana, D. (2018). The Polyvagal Theory in Therapy: Engaging the Rhythm of Regulation, New York, WW Norton & Co. 146

Dworkin, M., & Errebo, N. (2010). Rupture and repair in the EMDR client/clinician relationship: Now moments and moments of meeting. Journal of EMDR Practice and Research, 4(3), 113-123.

Foa, E.B., Hembree, E.A., Riggs, D., Rauch, S., Franklin, S. (2009). Common Reactions to Trauma. National Center for Posttraumatic Stress Disorder, Retrieved from [www.ncptsd.va.gov/ncmain/ncdocs/fact\\_shts/fs\\_commonreactions.html](http://www.ncptsd.va.gov/ncmain/ncdocs/fact_shts/fs_commonreactions.html).

Geller, S. (2017). A Practical Guide to Cultivating Therapeutic Presence. Washington DC, APA.

Heim, C.M., Mayberg, H.S., Mletzko, Y., Nemeroff, C.B., Pruessner, J.C. (2013). Decreased Cortical Representation of Genital Somatosensory Field After Childhood Sexual Abuse. American Journal of Psychiatry, 170, 6, 616-623.

McFerlane A.C. (2010). The long-term costs of traumatic stress: intertwined physical and psychological consequences. World Psychiatry, 9, 1, 3-10.

Porges, S. (2017). The Pocket Guide to the Polyvagal Theory: The Transformative Power of Feeling Safe. New York, WW Norton & Co.

Porges, S. (2011). The Polyvagal Theory: Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, Self-Regulation. New York, Norton & Co.

Salmona M. (2012). Mémoire traumatique et conduites dissociantes. Traumas et résilience, Paris, Dunod, p. 113 -120.

Tarquinio, C. (2017). Pratique de la psychothérapie EMDR (pp. 317-326). Dunod, Paris.

Van Der Hart o., Nijenhuis E.R., Steel, K. (2006). The haunted self: Structural dissociation and the treatment of chronic traumatization, New York, Norton.