

Institut Européen de Thérapies Somato-psychiques

IEISP

TRAITEMENT DES MAUX DE TÊTE PAR EMDR INTÉGRÉ

« Un atelier de deux jours en spécialité EMDR »

=> FORMATION EN ANGLAIS TRADUITE EN FRANÇAIS <=

Présenté par
Dr Steven MARCUS, Ph.D

12 MAI & 13 MAI 2012 A PARIS

Cette formation donne droit à des crédits formation continue EMDR : **11h = 11 crédits théoriques et pratiques EMDR**

Cette formation est exclusivement réservée aux praticiens EMDR-France et Europe

LIEU : MAISON D'ACCUEIL ADÈLE PICOT 39 rue Notre-Dame des Champs 75006 Paris



Notre Dame des Champs - ligne 12 / Vavin - ligne 4



<= Plan d'accès



le Plan Interactif RATP

RÉSUMÉ DU PROGRAMME

Le traitement des maux de tête par EMDR - Intervenant : Docteur Steven MARCUS

90% des américains ont occasionnellement des maux de tête et environ 45 millions souffrent de maux de tête sévères chroniques. Jusqu'à aujourd'hui le traitement était pharmaceutique. Cet atelier vise à vous familiariser avec un traitement alternatif des maux de tête, sûr et non médical, grâce à l'EMDR.

Cet atelier fera appel à des conférences, des démonstrations et de la pratique autour de l'approche EMDR intégré, dans le but de vous préparer à l'exercice clinique. Les objectifs sont de comprendre le Traitement Adaptatif de l'Information de cette approche, la physiopathologie des maux de tête, et de savoir réaliser une évaluation de la douleur et des déclencheurs, ainsi que la théorie du seuil, les recherches du Docteur Marcus, le protocole EMDR intégré, les 4 stades de la migraine, les 10 traitements naturels pour les maux de tête d'origine tensionnels, le consentement éclairé, et pour finir, la compréhension du rôle du soignant utilisant cette méthode en contexte clinique.

Cet atelier est destiné aux praticiens EMDR confirmés mais il n'est pas indispensable d'avoir une expérience du traitement des maux de tête.

Steven Marcus Ph.D.

LE TRAITEMENT DES MAUX DE TÊTE PAR L'EMDR INTÉGRÉ

LES TROIS OBJECTIFS PRINCIPAUX

But

Le but de ce programme est d'exercer les praticiens à la pratique de l'EMDR intégré pour traiter les maux de tête migraineux et tensionnels.

Le programme commencera par une introduction à la théorie et aux pratiques cliniques actuelles concernant les maux de tête en psychologie et en médecine. Ensuite les participants aborderont la Phase 1 : traitement des maux de tête aigus et la Phase 2 : sessions de traitement multiples par le protocole EMDR standard.

1er objectif : Les participants seront familiarisés à une introduction professionnelle de la théorie et de la pratique actuelles concernant les maux de tête

Buts : introduction – l'étendue du problème des maux de tête aux États-unis – démographie – description des types de maux de tête – évaluation – physiopathologie – les traitements médicaux – le rebond – la théorie vasculaire des maux de tête – la théorie d'extension de la dépression corticale – les déclencheurs – le seuil – approches psychologiques et comportementales.

2ème objectif : Les participants apprendront et pratiqueront la Phase 1 : traitement des maux de tête aigus

Buts : les participants pratiqueront les 3 éléments constitutifs de la Phase 1 d'EMDR intégrée. La Phase 1 est un traitement des maux de tête aigus pour stopper l'envahissement par la douleur. Cette approche d'amélioration de la migraine aiguë a été présentée pour la première fois comme une recherche du Dr Marcus publiée dans le « EMDR Journal of Research & Practice » en 2008.

3ème objectif : Les participants apprendront et pratiqueront la Phase 2

Buts : les participants seront exercés à la Phase 2 : sessions de traitement multiples. Cette phase utilise le protocole EMDR standard et des projets de traitements à venir en ce qui concerne les migraines chroniques. La Phase 2 réduit la fréquence, la durée et la sévérité des maux de têtes à venir et amène le patient à une guérison durable.

CONTENU DE LA FORMATION : TRAITEMENT DES MAUX DE TÊTE PAR EMDR INTÉGRÉ

DESCRIPTION

Contenu du 1^{er} objectif : introduction au problème des maux de tête

90% des américains ont des maux de tête. Les maux de tête sont plus répandus que le rhume ordinaire. Plus de 45 millions d'américains souffrent de maux de tête chroniques. Nous distinguerons 16 types de maux de tête, dont : Migraine, tension et mal de tête en cluster. La démographie et la prévalence sera abordées.

Contenu du 2^{ème} objectif : étude des recherches actuelles du Dr Marcus

L'étude randomisée contrôlée comparant l'EMDR intégrée aux traitement médical pour la migraine. N = 43. Approfondissement des méthodes et résultats de recherche. Cette étude suggère l'efficacité de l'EMDR intégré (traitement non médical) pour désamorcer la migraine. D'autres études pertinentes sur le traitement de la migraine seront également présentées.

Contenu du 3^{ème} objectif : les 4 stades de Migraine

Nous définirons les 4 stades de la migraine.

1. Le stade du prodrome 2. Le stade de l'aura et ses nombreuses variations 3. Le stade de la douleur et des symptômes 4. Le stade du postdrome.

Contenu du 4^{ème} objectif : physiopathologie des maux de tête

Nous étudierons le rôle de l'hypothalamus, du tronc cérébral, du nerf trijumeau, des récepteurs de la douleur, de la dure-mère, des méninges, et des oedèmes dans l'installation de la douleur. Nous examinerons la théorie vasculaire des maux de tête et la théorie d'extension de la dépression corticale.

Contenu du 5^{ème} objectif : respiration diaphragmatique pour maux de tête

La respiration diaphragmatique a fait l'objet d'intenses recherches dans le cadre du traitement des maux de tête. Nous expliquerons 3 méthodes de respiration pour soulager et prévenir la migraine, avec démonstration et pratique.

Contenu du 6^{ème} objectif : les déclencheurs des maux de tête

Nous examinerons plus de 50 déclencheurs des maux de têtes, tels que la caféine, les produits quotidiens, le glutamate monosodique, les troubles du sommeil, le vin rouge. Nous étudierons la relation entre le déclencheur et le seuil, et les traitements qui deviennent des déclencheurs iatrogènes du rebond thérapeutique.

Contenu du 7^{ème} objectif : les traitements et le rebond

Nous présenterons des traitements qui peuvent être efficaces mais peuvent conduire à un rebond ou à une dépendance quand ils sont utilisés à mauvais escient. Nous examinerons les traitements courants comme les triptans, les analgésiques, les fluidifiants, les bêta-bloquants, les traitements de la douleur, les anti-inflammatoires, et les dérivés de l'ergot de seigle. Nous insisterons sur la surmédication.

Contenu du 8^{ème} objectif : les traitements non médicaux

Nous ferons la démonstration et la pratique de 10 « techniques rapides » de traitement des maux de tête. Nous aborderons brièvement des approches alternatives telles que le biofeedback, la relaxation, la thérapie comportementale et cognitive.

Contenu du 9^{ème} objectif : symptômes migraineux post-crâniens

Cette partie a pour but d'informer les participants sur des symptômes migraineux postcrâniens atypiques, tels que des étourdissements, troubles de la marche, vertiges, troubles gastro-intestinaux, fièvres, symptômes vestibulaires, agnosie, paresthésies, aura, photophobie.

Contenu du 10^{ème} objectif : théories étiologiques des maux de tête

Des théories étiologiques alternatives seront examinées, telles que : régimes sans sucres, stress, causes psychologiques, déséquilibre de la flore bactérienne, déficience enzymatique, carence en

magnésium et en cuivre, théorie de la sérotonine et des amines, allergie domestique, éclairage, voyage, théorie du spectre migraineux, migraine d'effort et orgasme.

Contenu du 11^{ème} objectif : réaliser l'évaluation des maux de tête

Les participants apprendront à évaluer des maux de tête en préparation du traitement d'une nouvelle crise. Ceci comprend la présentation des questions professionnelles usuelles à poser aux patients. Nous examinerons 22 questions standardisées et leurs listes de contrôle.

Contenu du 12^{ème} objectif : Phase 1 : protocole de traitement des maux de tête aigus

Formation à la Phase 1 de l'EMDR intégré. Cette session a pour but de décrire le protocole de la Phase 1 de l'EMDR intégré, avec démonstration et pratique, selon l'approche du Dr Marcus en contexte clinique. La démonstration sera suivie de pratique en groupes de 2 ou 3. C'est l'occasion pour les participants d'être supervisés sur le protocole de la Phase 1 de soulagement des maux de tête tensionnels et migraineux.

Contenu du 13^{ème} objectif : Phase 2 : session multiple du traitement de maux de tête

La Phase 2 du traitement des maux de tête par EMDR intégré consiste à apprendre à utiliser le protocole EMDR standard pour réduire la fréquence, la durée et l'intensité des maux de tête à venir. Les participants pratiqueront en groupes de 2 ou 3 après avoir vu une vidéo de démonstration de la Phase 2 du traitement. Les séquences importantes seront indiquées. Nous présenterons également les grandes lignes des modèles et réactivations futurs.

Contenu du 14^{ème} objectif : cognitions positives et négatives pour maux de tête

Nous passerons en revue les cognitions positives et négatives les plus courantes liées aux maux de tête.

Contenu du 15^{ème} objectif : Traitement Adaptatif de l'Information et maux de tête

Nous montrerons ici comment le modèle TAI nous informe sur le traitement EMDR et le rôle des hémisphères cérébraux droit et gauche dans le traitement de la douleur.

Contenu du 16^{ème} objectif : intérêt de la communication non verbale

Mise en avant des éléments non verbaux de la relation thérapeutique : orienter le mouvement des yeux des patients, le ton, la douceur et la vitesse de la voix du clinicien, les expressions faciales, les gestes thérapeutiques, le regard ou le toucher, la respiration avec le patient, le fait d'être « dans le présent » sans parole, lire les expressions faciales du patient pour construire une relation empathique et l'alliance thérapeutique.

Contenu du 17^{ème} objectif : le lien entre maux de tête et mode de vie

Le lien entre les maux de tête et le mode de vie a pour but la prévention. Des interventions comportementales pourront aider vos patients à suivre le chemin du mieux-être, par exemple : régime, exercices, sommeil restaurateur, régularité des biorhythmes, rédiger un journal des maux de tête, arrêter les cognitions négatives, prévenir les émotions destructrices, Yoga, Méditation, comment relever votre seuil de douleur grâce à l'EMDR, modifier ou réduire vos horaires de travail, aborder les problèmes conjugaux, réduire le stress, augmenter l'estime et l'affirmation de soi, réduire ou supprimer les soucis, déclencher l'évitement, se ménager des îlots de sécurité.

Contenu du 18^{ème} objectif : consentement éclairé au traitement des maux de tête par l'EMDR

Nous présentons le formulaire de consentement éclairé, qui comprend : l'information au patient sur la possibilité d'abréactions pendant le traitement EMDR, les contre-indications au traitement, et l'autorisation de commencer le traitement.

Contenu du 19^{ème} objectif : discussions cliniques et pratiques

Nous aborderons en petits groupes des questions concernant la pratique clinique et la déontologie du traitement des maux de tête par EMDR. Les thèmes à aborder sont : transfert, déontologie, compétence, consentement éclairé, frontières, tarifs, étendue de la pratique, intégrer le traitement des maux de tête à votre consultation, administration du temps.

PLANIFICATION HORAIRE du 1er jour [9h – 16h30]

| Description | Durée |
|--|-------|
| 1. Introduction | 10 |
| 2. Le problème des maux de tête : les différents types, démographie et prévalence. Coûts pour le système de santé. Maux de tête et productivité. | 30 |
| 3. Introduction à la recherche sur les maux de tête et aux travaux du Dr Marcus. | 20 |
| 4. Identifier les symptômes – migraine – tension – cluster. Les 4 stades de la migraine. | 60 |
| PAUSE | 15 |
| 5. Maux de tête et mode de vie : le lien et la prévention | 30 |
| 6. 3 types de respiration diaphragmatique pour soulager les maux de tête | 20 |
| 7. Migraine et orgasme | 10 |
| 8. Physiopathologie des maux de tête | 20 |
| 9. Traitements non médicaux | 30 |
| DÉJEUNER | 60 |
| 10. Pratique de l'évaluation | 30 |
| 11. Consentement éclairé pour l'EMDR intégrée | 10 |
| 12. Phase 1 : protocole pour les maux aigus. Pratique et questions. | 90 |
| PAUSE | 15 |
| 13. Vidéo de démonstration de la Phase 1 | 20 |
| 14. Déclencheurs et seuils de la migraine | 30 |
| 15. Préparation au jour 2 – questions | 10 |

PLANIFICATION HORAIRE du 2ème jour [9h – 16h00]

| Description | Durée |
|---|-------|
| 1. Traitements suppressifs et préventifs de la migraine. Phytothérapie pour maux de tête. | 20 |
| 2. Révision de la Phase 1 : traitement suppressif de la migraine | 20 |
| 3. Questions de déontologie et de pratique : les frontières, le consentement éclairé, le transfert, l'administration du temps | 30 |
| 4. Le but de la Phase 2 est la guérison durable. | 10 |
| 5. Introduction Phase 2 : utilisation du protocole EMDR standard traitement des maux de tête | 30 |
| PAUSE | 15 |
| 6. Traitement Adaptatif de l'Information. TAI et les hémisphères droit et gauche. | 30 |
| 7. Modèles futurs – réactivation | 20 |
| 8. Phase 2 : vidéo de démonstration | 20 |
| 9. Phase 2 : vidéo de réactivation | 20 |
| DÉJEUNER | 60 |
| 10. Préparation à la pratique de la Phase 2 (révision) | 15 |
| 11. Pratique de la Phase 2 | 90 |
| 12. Débriefing de la session pratique | 30 |
| 13. Évaluation de la formation, questions. | 15 |

NOTE : Le protocole d'EMDR intégré pour traiter les maux de têtes aigus, et l'utilisation du protocole EMDR standard pour atténuer ou supprimer les futures crises, ont été développés en collaboration avec Francine Shapiro, Ph.D.

=> Une attestation sera délivrée par l'I.E.T.S.P et Steven Marcus
Cette Formation est en anglais, traduite en Français par un traducteur professionnel

Pour plus d'informations sur la formation, contactez : **M.MAYER Bernard**

IETSP 41, rue Boissière 75116 PARIS FRANCE
Tel/Fax : +33 (0)1.44.05.05.90

www.ietsp.fr - mayer@ietsp.fr

SIRET : 498 872 753 00013 RCS PARIS – NAF : 804C - N° Formation : 11754262075