

**Bernard Mayer  
Françoise Pasqualin**

**PASSÉ  
TRAUMATIQUE,  
PRÉSENT  
CHAOTIQUE,  
FUTUR GUÉRI**



**COMPRENDRE ET TRAITER LE TRAUMA PAR  
LE BRAINSPOTTING, L'EMDR,  
LES THÉRAPIES INTÉGRATIVES NON VERBALES...**

Bernard MAYER  
Françoise PASQUALIN

Passé traumatique,  
présent chaotique,  
futur guéri

*Comprendre et traiter le trauma par le BRAINSPOTTING, L'EMDR,  
LES THÉRAPIES INTÉGRATIVES NON VERBALES...*

© Bernard MAYER, Françoise PASQUALIN, 2020

ISBN numérique : 979-10-262-4732-6

# Librinova”

Courriel : [contact@librinova.com](mailto:contact@librinova.com)

Internet : [www.librinova.com](http://www.librinova.com)

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l’auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Cet ouvrage est co-écrits par deux cliniciens ayant exercé en milieu hospitalier et aujourd'hui en libéral, Bernard Mayer et Françoise Pasqualin.

Ils sont aussi co-fondateurs de :



**L'IETSP : Institut Européen de Thérapies Somato - Psychiques –  
[www.ietsp.com](http://www.ietsp.com)**



**L'AFPJ : Association Française Pierre Janet – [www.pierre-janet.org](http://www.pierre-janet.org)**



**BRAINSPOTTING France – [www.ietsp.com](http://www.ietsp.com)**

**L'IETSP** [[www.ietsp.com](http://www.ietsp.com)] est un organisme de formation spécialisé dans la diffusion, auprès des professionnels français de la santé et des pays francophones des psychothérapies les plus avancées au niveau international dans le champ clinique du psychotraumatisme et des troubles dissociatifs associés.

# Remerciements

Nous remercions nos collègues, professionnels de la santé, qui nous ont fait confiance par leur présence fidèle aux formations organisées par l'IETSP [Institut Européen de Thérapies Somato-Psychiques] et relever les défis thérapeutiques posés par les patients.

Nous remercions en particulier le Professeur Onno van der Hart (Pays-Bas), de notoriété internationale, qui a permis la réhabilitation fondamentale de l'œuvre de Pierre Janet pour la compréhension et le traitement du psychotraumatisme complexe.

Nous remercions également notre ami David Grand P.h.D. (USA) pour cette nouvelle thérapie BRAINSPOTTING qui permet des résultats significatifs dans les traitements psychothérapeutiques et en particulier le traitement de la dissociation simple et complexe.

Nous remercions les concepteurs cliniciens qui ont présenté pour la première fois, en France, à l'IETSP de nouvelles psychothérapies, telles que la thérapie d'Intégration des Cycles de Vie [ICV] de Peggy Pace, la Psychothérapie Sensorimotrice [SPI] de Pat Ogden, la Dissociation Structurale de la Personnalité [DSP] d'Onno van der Hart & ses collaborateurs internationaux, le BRAINSPOTTING [BSP] de David Grand ainsi que Janina Fisher, Philip Manfield et Roger Solomon pour les formations spécialisées EMDR [Eye Movement Desensitization and Reprocessing].

Bernard Mayer - Françoise Pasqualin

[www.ietsp.com](http://www.ietsp.com)

## Liste des acronymes

ACTH – Adrénocorticotrophine

APA – Association Psychiatrique Américaine

BSP – Brainspotting

CUMP – Cellules d’Urgence Médico-Psychologique

CFHTB – Confédération Francophone d’Hypnose et de Thérapies Brèves

CIM – Classification Internationale des Maladies

DSM – Manuel Diagnostique et Statistique des troubles mentaux

DSP – Dissociation Structurale de la Personnalité

EMDR – Eye Movement Desensitization and Reprocessing

ESTD – European Society for Trauma and Dissociation

ESPT – Etat de Stress Post-Traumatique

ICV – Intégration des Cycles de Vie

IETSP – Institut Européen de Thérapies Somato-Psychiques

INSERM – Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale

ISSTD – International Society for the Study of Trauma and Dissociation

OMS – Organisation Mondiale de la Santé

PAN – Partie Apparemment Normale de la personnalité

PE – Partie Emotionnelle de la personnalité

PTSD – Post Traumatic Stress Disorder

SBL – Stimulations Bilatérales Alternées

SE – Somatic Experiencing

SPI – Sensorimotor Psychotherapy Institute

TDI – Trouble Dissociatif de l’Identité ou DID (Dissociative Identity Disorder)

TICE – Thérapie Intégrative Corps-Esprit

TSPT – Trouble de Stress Post-Traumatique

## Les auteurs



Bernard Mayer / Président et co-fondateur de l'IETSP et de l'AFPJ spécialisé en psychothérapies à médiation neuro-corporelle. Concepteur de La Thérapie Intégrative Corps Esprit™, praticien EMDR, Superviseur et Formateur en BRAINSPOTTING. Il exerce en secteur privé à Paris.

Auteur de *La Psychothérapie non verbale des Traumas*, L'Harmattan, 2017



Françoise Pasqualin / Co-fondatrice de l'IETSP, Présidente de l'AFPJ (Association Française Pierre Janet), Psychologue clinicienne et Psychothérapeute, Hypnothérapeute, Praticienne et Superviseuse EMDR-Europe, Superviseuse et Formatrice en BRAINSPOTTING. Elle exerce en secteur privé à Strasbourg.



Co-fondateurs en 2007 de l'IETSP (Institut Européen de Thérapies Somato-Psychiques) qui est un organisme de formations spécialisé ouvert aux professionnels de la santé certifiés.

Il a pour objectif de développer et promouvoir dans les pays francophones, les connaissances et les approches psychothérapeutiques les plus novatrices, au niveau international, dans le champ clinique spécifique du Psychotraumatisme et en particulier les troubles dissociatifs somato-psychiques qui peuvent en découler.

L'IETSP privilégie les approches psychothérapeutiques novatrices qui ont fait leur preuve et qui sont reconnues par la communauté scientifique internationale de la santé psychique (ESTD – ISSTD – EMDRIA). Les psychothérapies sont souvent présentées pour la première fois en France par leurs concepteurs. L'IETSP contribue ainsi à l'harmonisation des compétences des professionnels de la santé au niveau européen et international.

# CHAPITRE 1

## Trauma – Traumatisme – Dissociation : de quoi parle-t-on ?

Les notions de trauma et de traumatisme sont de plus en plus utilisées dans les médias et sont passées dans le langage courant du fait des événements tragiques de l'actualité (terrorisme, catastrophes naturelles, agressions physiques et psychiques, accidents, ...). Chacun peut se sentir concerné en tant que victime ou en tant que témoin « exposé » par le biais de nos écrans.

L'histoire de la psychopathologie montre que c'est dans les périodes de guerre ou d'événements similaires que les modèles psychothérapeutiques progressent le plus, en réponse à la demande de soins spécifiques qui en découlent. Pourtant, la reconnaissance d'un lien entre des événements de guerre ou d'événements aussi violents et le psychotraumatisme n'est pas si lointaine. Un premier lien a été fait chez les combattants de la Première Guerre mondiale (1914-1918), qui ont été reconnus comme victimes du traumatisme des bombardements, ou *shell shock*, appelé encore « syndrome du vent de l'obus » (Myers, 1940). De même, les vétérans de la guerre du Vietnam ont été reconnus « susceptibles d'avoir souffert » de troubles de stress post-traumatique (TSPT) depuis peu. En effet, dans les années 1950-1970, les traumatismes psychologiques liés au combat n'étaient pas encore pris en compte au sens médical par le ministère de la Défense (cité par le journal *Le Monde* avec l'AFP en date du 4 septembre 2014).

En France, par la suite, la relation est reconnue par les politiques car Louis Crocq, psychiatre des armées et professeur associé honoraire à l'université René-Descartes de Paris, est missionné pour la création des Cellules d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP) qui font suite à l'attentat dans la station du RER Saint-Michel, le 25 juillet 1995.

Les professionnels de la santé en charge de la souffrance mentale ont de nouveaux défis à relever : que nous soyons victimes, témoins directs ou témoins indirects à travers nos écrans, nous pouvons tous être affectés par des états de stress post-traumatique (ESPT).

Pourtant beaucoup de personnes ne savent pas ce que c'est ! Qu'est-ce que le