



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

**Info de contact du Formateur  
Yves Wauthier-Freyman**

- site web  
[www.yves-wauthier.com](http://www.yves-wauthier.com)  
[www.iipeca.com](http://www.iipeca.com)  
[www.iipeaca -elearning.com](http://www.iipeaca-elearning.com)  
[www.remap.be](http://www.remap.be)
- email [info@yves-wauthier.com](mailto:info@yves-wauthier.com)

4

---

---

---

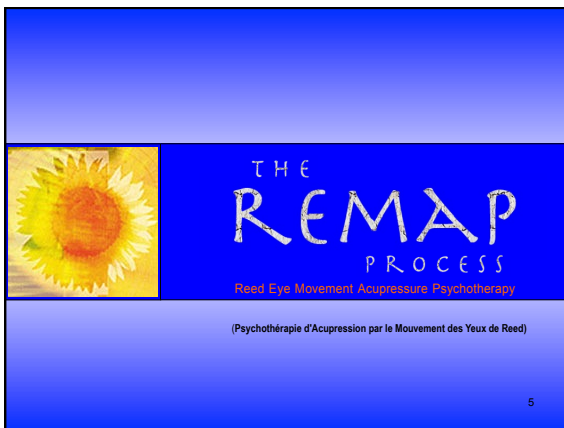
---

---

---

---

---



**THE  
REMAP  
PROCESS**  
Reed Eye Movement Acupressure Psychotherapy

(Psychothérapie d'Acupression par le Mouvement des Yeux de Reed)

5

---

---

---

---

---

---

---

---

**le processus REMAP**

Quick REMAP	Protocole complet de REMAP
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fonctionne bien avec un petit nombre de point d'acupression qui ont fait leurs preuves</li><li>• Donne les moyens d'atteindre rapidement et simplement des résultats très efficaces</li><li>• Peut être utilisé professionnellement ou sur soi-même</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Travaille avec le système complet d'acupression</li><li>• Donne un traitement le plus individualisé et précis possible</li><li>• C'est le niveau suivant de traitement au-delà de Quick REMAP</li><li>• Principalement pour les professionnels</li></ul>

6

---

---

---

---

---

---

---

---

### Avec quels problèmes est-ce efficace ?

- SSPT (Syndrome de stress post-traumatique) / Trauma
  - Phobies
  - Crises de panique
  - Chagrin accablant
  - Stress aigu
  - Colère
  - Une large gamme d'émotions désagréables
- } Les problèmes liés à l'amygdale

---

---

---

---

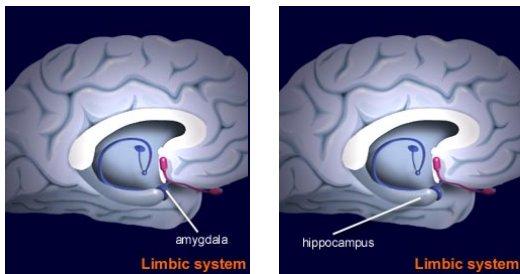
---

---

---

---

### L'Amygdale et l'Hippocampe



Source: www.brainexplorer.org

---

---

---

---

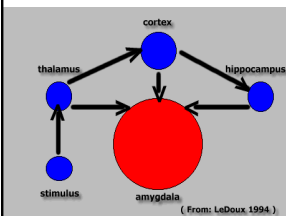
---

---

---

---

### Trajectoires vers l'Amygdale



- Le thalamus et le cortex transmettent des informations venant de l'environnement
- La trajectoire du thalamus vers l'amygdale transporte rapidement l'information à l'amygdale
- La trajectoire du thalamus à l'amygdale via le cortex est plus lente mais permet une évaluation cognitive des stimuli externes
- L'hippocampe est impliqué dans la mémoire et peut stocker de l'information sur la signification émotionnelle de stimuli externes. Les souvenirs peuvent provoquer de la peur

Source: LeDoux \*(Scientific American, 270(6), 50-57, 1994)  
 \* Joseph LeDoux est professeur et chercheur au Centre des Neurosciences à l'Université de NY (NYU)

---

---

---

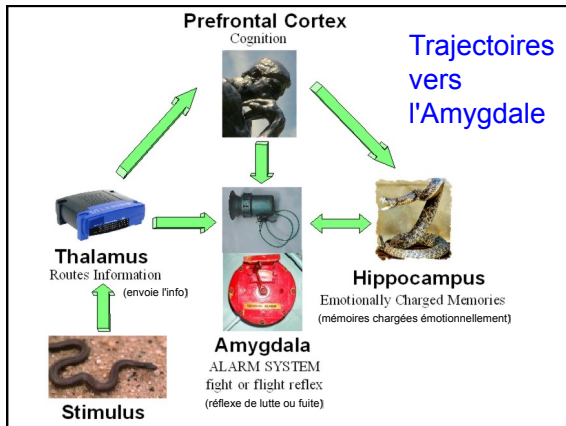
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### L' Acupression

**pour réduire la détresse émotionnelle - contexte**

Recherches :

- University of California Irvine
- [Harvard](#)
- Yale
- [Hôpital Universitaire des Enfants de Zurich](#)
- [Hôpital Aghios Savas à Athènes](#)
- [Brigham and Women's Hospital—Boston](#)
- Découvertes REMAP-HRV
- [Florida State-Charles Figley](#)

11

---

---

---

---

---

---

---

---

### Acuponcture : Effets Spécifiques

- A l'UC Irvine, des chercheurs ont démontré que lorsqu'une aiguille est placée en un point sur le côté du pied que les théoriciens chinois associent avec la vision (Vessie 67), le cortex visuel dans le cerveau s'éclaire sur les scans d'image de résonance magnétique fonctionn

---

---

---

---

---

---

---

---

### Acupuncture : Effets Spécifiques

- Le neuroscientifique Seung-Schik Yoo à l'Hôpital Brigham and Women's a montré que lorsqu'une aiguille est placée sur un point appelé Pericarde 6 (MC 6) sur le poignet, connu en médecine chinoise comme point sensible pour les nausées, la partie du cerveau qui contrôle le système vestibulaire (affectant l'équilibre et les nausées) s'éclaire au scanner




---

---

---

---

---

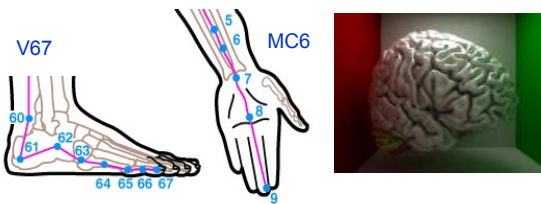
---

---

---

### Acupuncture : Effets Spécifiques

- Ces découvertes suggèreraient que des points spécifiques d'acupuncture produisent des résultats particuliers dans certains endroits du cerveau




---

---

---

---

---

---

---

---

### Le Secret de l'Acupuncture : Circulation du sang vers le cerveau

- Recherche des Dr. Kathleen Hui & Dr. Bruce Rosen de la Harvard Medical School
- Présenté à la réunion 2004 de la Société Américaine de Psychosomatique
- Suggère que l'acupuncture des points de soulagement Intestin 4 et Estomac 36) la circulation du sang vers endroits majeurs du cerveau quelques secondes




---

---

---

---

---

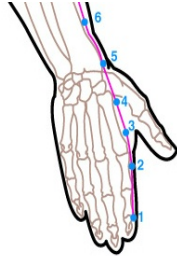
---

---

---

### Gros Intestin 4 (GI 4)

Deux études de recherche utilisant l'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (fMRI) à la Harvard Medical School montre l'effet calmant du point GI 4 et ...



(et slide suivant)

16

---

---

---

---

---

---

---

---

### Estomac 36 (S 36)

... et Estomac 36 sur l'activité du cerveau, en particulier le système limbique (cerveau du milieu)



17

---

---

---

---

---

---

---

---

**“Où il y a moins de sang, le cerveau ne travaille pas aussi fort”**



- Circulation du sang diminuée = moins de douleur
- Circulation du sang augmentée = plus de douleur
- L'Acupuncture apaise des endroits majeurs du cerveau

---

---

---

---

---

---

---

---

L'intensité du signal a diminué pendant la stimulation en acuponcture

- Cortex cingulaire ventral antérieur (Aire 24 de Brodmann)
- Gyri orbital et ventral (basal)
- Formation de l'Amygdale et
- dans le complexe de l'hippocampe

Selon une autre étude d' Harvard des Dr. M.T. Wu et Rosen.

---

---

---

---

---

---

---

---

“Les parties spécifiques du cerveau affectées sont impliquées dans l'humeur, la douleur et les envies”

- “La circulation réduite du sang pourrait conduire à des changements du taux de dopamine qui déclencherait un effet en cascade, relâchant des endorphines, les produits chimiques relaxant et soulageant naturels du cerveau.”
- Cela pourrait expliquer l'efficacité de l'acupression sur l'anxiété et les traumatismes

---

---

---

---

---

---

---

---

L'Acuponcture diminue l'anxiété avec les patients pré-opératoires

- Une étude de Paraskeva (et al.) de l'Hôpital Aghios Savas à Athènes a découvert que la pose d'une aiguille sur le Point Extra 1 (connu pour soulager l'anxiété) diminuait effectivement l'anxiété de patients en phase pré-opératoire
- Les niveaux d'Index Bispectral (BIS) à l'électroencéphalogramme (EEG) ont montré un état de conscience associé à une profonde relaxation similaire à l'anesthésie

---

---

---

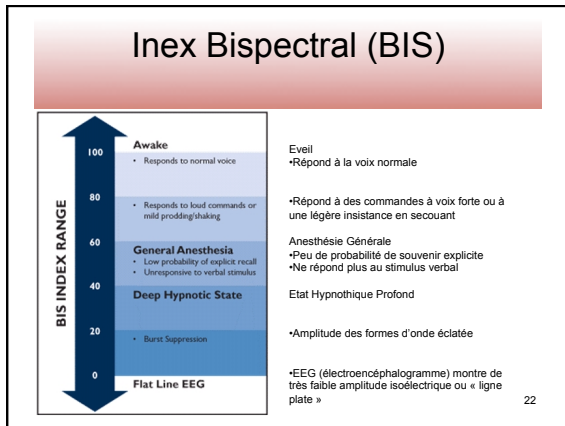
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### Point Extra 1

- Calme les activités de l'onde du cerveau à l'électro-encéphalogramme (EEG) tel que mesuré par l'Index Bispectral (BIS)
- Calme l'activité sur l'EEG tel que mesuré par l'index AAI (A-line Autoregressive index)
- Réduit le stress

23

---

---

---

---

---

---

---

---

### L'acupression a produit des effets comparables

- Une étude de *Gerhard Litscher, MD* a trouvé que des patients tapoté par acupression au Point Extra 1 (connu pour le soulagement de l'anxiété) peuvent aussi avoir des valeurs BIS similaires à celles de patients anesthésiés
- Et que les réductions de valeurs BIS n'étaient pas due à un effet placebo

---

---

---

---

---

---

---

---



### Effets de l' Acupression par rapport à des points placebo

- Une étude d' *Alexander Dullenkopf, MD* a découvert que les patients recevant de l' acupression au Point Extra 1 montraient des valeurs sur l' EEG très similaires à celles de patients anesthésiés et mesurés selon l' index AAI (A-line Autoregressive Index)
- L' activité sur l' EEG était 3 fois plus calme avec le Point Extra 1 que sur un point placebo
- Un stress subjectif était 5 fois plus calme avec le Point Extra 1 que sur un point placebo

25

---

---

---

---

---

---

---

---

### L' Acupression sur l' oreille a des effets sur les scores STAI

- Les Drs. S.M. Wang et Z. Kain de la Yale University School of Medicine ont trouvé que le traitement du Point de Relaxation sur l' Oreille produisait des changements importants dans les scores STAI -- State-Trait Anxiety Inventory (mesure de l'anxiété).
- Les points étaient "significativement moins anxieux" à 30 min. et 24 h d' intervalles et restaient "moins anxieux" 48 h plus tard après le traitement.

26

---

---

---

---

---

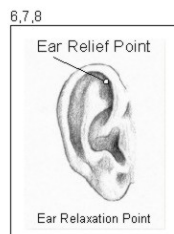
---

---

---

### Point de Soulagement de l' Oreille

- Diminue l' anxiété aiguë, la dépression et le stress sur les indicateurs psychologiques
- Diminue le rythme cardiaque
- Améliore la perception de la douleur



27

---

---

---

---

---

---

---

---

### L'Acupression sur l'oreille dans la période d'urgence pré-hospitalière

- Des recherches à l'Hôpital Universitaire de Vienne en conjonction avec la Croix-Rouge Viennoise et la Yale University School of Medicine ont trouvé que le Point de Relaxation sur l'Oreille réduisait le stress et l'anxiété pendant le transfert d'urgence en ambulance.

- Point de Relaxation de l'Oreille ↔ point placebo

Moins d'anxiété et douleur

Plus d'anxiété et douleur

A l'arrivée à l'hôpital

28

---

---

---

---

---

---

---

---

### L'Acupression sur l'oreille dans la période d'urgence pré-hospitalière

- Dans une autre étude sur le transport d'urgence en ambulance, des patients plus âgés atteints de fractures de la hanche qui ont reçus le traitement sur le Point de Relaxation de l'Oreille sont arrivés à l'hôpital avec moins de douleur, moins d'anxiété, un rythme cardiaque plus lent et une plus grande satisfaction des soins qu'ils avaient reçus que pour les patients d'un groupe de contrôle.

29

---

---

---

---

---

---

---

---

### Une explication occidentale

- Désensibilisation systématique (Wolpe)
- Avec un mécanisme plus efficace (Acupression) pour provoquer une réponse de relaxation -- dans le cerveau et pas seulement le corps

30

---

---

---

---

---

---

---

---

**Points d' Acupression  
Prouvés**

Incluant des Résultats Fondés  
sur des Preuves

31

---

---

---

---

---

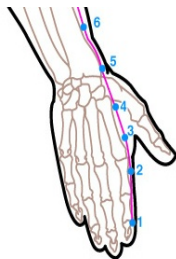
---

---

**Gros Intestin 4 (GI 4)**

Deux études de recherche utilisant l'imagerie par résonance magnétique fonctionnelle (fMRI) à la Harvard Medical School montre l'effet calmant du point GI 4 et ...

(et slide suivant)



32

---

---

---

---

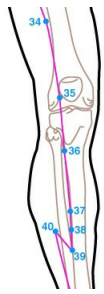
---

---

---

**Estomac 36 (S 36)**

... et Estomac 36 sur l'activité du cerveau, en particulier le système limbique (cerveau du milieu)



33

---

---

---

---

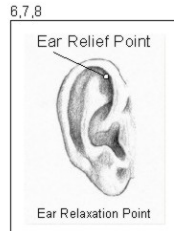
---

---

---

## Point de Soulagement de l' Oreille

- Diminue l' anxiété aigüe, la dépression et le stress sur les indicateurs psychologiques
- Diminue le rythme cardiaque
- Améliore la perception de la douleur



34

---

---

---

---

---

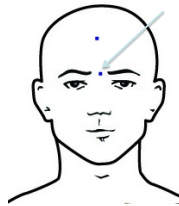
---

---

---

## Point Extra 1

- Calme les activités de l' onde du cerveau à l' électro-encéphalogramme (EEG) tel que mesuré par l' Index Bispectral (BIS)
- Calme l' activité sur l' EEG tel que mesuré par l' index AAI (A-line Autoregressive index)
- Réduit le stress



35

---

---

---

---

---

---

---

---

## Recadrage

1. Même si « phrase + Problème spécifique »
2. Je m'aime et je m'accepte totalement et profondément, plus ou moins
3. Et c'est normal que je ressente + phrase (naturel, logique) « racine » (reconnaître la réalité du problème – de la part activée)
4. Et en réalité, « un élément vrai et vérifiable » (Recadrage >> anamnèse – idéalement vérifié et certain !)  
Et en vérité (une autre réalité), c'est fini  
Je suis en sécurité maintenant  
Ça n'est plus nécessairement vrai que XXX
5. Je m'ouvre à la possibilité de « xxx »  
Doit être « ouvert » (non spécifique et non directif)  
Pouvoir vivre, ressentir les choses plus facilement, simplement  
De vivre les choses différemment  
De prendre de la distance émotionnelle  
De digérer les choses plus simplement  
De trouver un juste milieu

36

---

---

---

---

---

---

---

---

Quick **REMAP**

Exercice pratique  
**Protocole en 4 points**  
sans aucun mots

37

---

---

---

---

---

---

---

Choisissez un **Evénement Spécifique**  
**Bouleversant ou Stressant**

- Qui est terminé (pas en cours) et
- Qui a un début et une fin distincts
  - Pas un thème
  - Pas un groupe d' incidents

38

---

---

---

---

---

---

---

**Devenir plus spécifique**

- "très anxieux" -- Thème émotionnel large
- ↓
- "peur d' être puni" -- Thème (lié à un événement)
- ↓
- "fréquemment battu par leur père" -- Groupement (d' incidents)
- ↓
- "le pire incident où il a été battu" -- Incident spécifique

39

---

---

---

---

---

---

---

## Créer une liste d'Événements Spécifiques

- Faites une liste d'événements spécifiques qui ont été stressant.
- Sur une échelle de 0-----10 (où 10 = le pire), lister les événements que vous évaluez à 6 ou supérieur.
- Vous pouvez faire différentes listes pour refléter des événements parmi un groupe.
- C'est souvent mieux de commencer avec l'événement le plus intense de votre liste.

40

---

---

---

---

---

---

---

---

## Démarrer le processus Quick REMAP

- Accéder à la mémoire
- S'accorder au souvenir
  - Revoir la scène mentalement
  - ou raconter l'histoire
- Cibler l'information par les questions KAVE
  - Kinesthésique : Remarquez les sensations physiques dans le corps
  - Auditive : Qu'entendez vous (mots, sons)
  - Visuelle : Que voyez-vous
  - Emotionnelle : Quelle est l'émotion qui apparaît



41

---

---

---

---

---

---

---

---

## Passer en revue l'événement avec chaque point

- **Expérience sans mot** (obtenir des résultats sans parole -- sauter l'étape du dégagement des blocages)
- **En utilisant uniquement les acupoints** (pas de phrase)
  - rester sur chaque point tant qu'il continue à s'améliorer
  - quand arrivé à un palier avec le point, aller au point suivant



42

---

---

---

---

---

---

---

---



**Formation REMAP**

- **Quick REMAP Seminaire d' Auto-Aide :**  
Pour un Apaisement Emotionnel Rapide
- **Quick REMAP Seminaire Professionnel :**  
Pour un Apaisement Emotionnel Rapide (module 1)
- **Traiter les Problèmes Liés à l' Amygdale :**  
SSPT, Crises de Panique et Phobies (module 2)  
le processus REMAP complet

Pour plus de détails allez sur [www.remap.net](http://www.remap.net)

---

---

---

---

---

---

---