



InCorporer. Present 1

*« Solutions Simples pour Patients Complexes : Le Tissage Des Parts »
Conférence EMDR Europe 2018 - Strasbourg - France*



Julien Baillet - InCorporer - 2024

Solutions Simples pour Patients Complexes : Le Tissage Des Parts

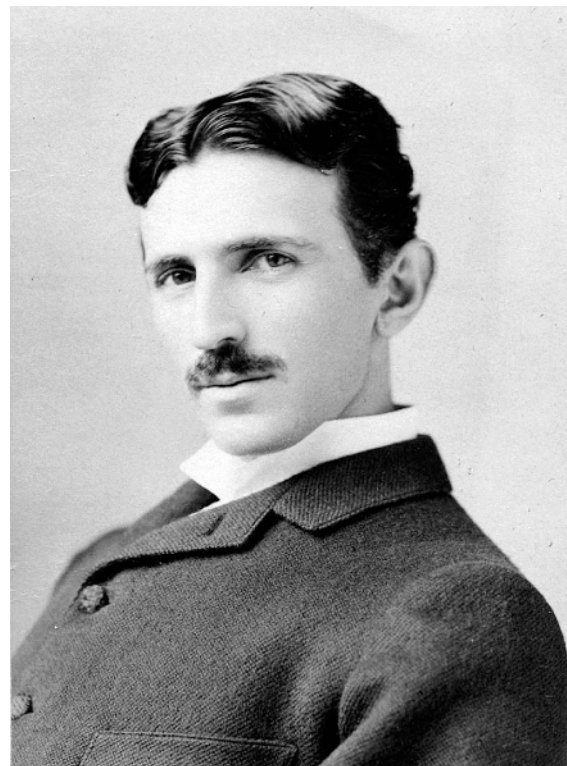


Julien Baillet - InCorporer - 2018
Conférence EMDR Europe - Strasbourg

« L'histoire des sciences montre que les théories sont périssables.

Avec chaque nouvelle vérité qui est révélée, nous avons une meilleure compréhension de la Nature et nos conceptions et points de vue sont modifiés. »

Nikola Tesla



Solutions Simples pour Patients Complexes : Le Tissage Des Parts

- 0/ Définition de l'Intégration
- 1/ EMDR, TAI & Mémoire de l'Expérience : La Micro-Intégration
- 2/ La Fenêtre de Tolérance 2.0
- 3/ La Dissociation Structurale Et Les Systèmes De Défense: La Macro-Intégration
- 4/ Micro & Macro Intégration
- 5/ « Le Protocole Des Parts »

0/ Intégration

Integration

- Définition :
- D'après Dan J.Siegel, l'intégration est le **lien** d'éléments **différenciés** au sein d'un système.
- « **La façon dont l'esprit relie différentes parts** (différents modes de traitement de l'information) **en un tout fonctionnel est le mécanisme fondamental de la santé.** Sans intégration, le chaos, la rigidité ou les deux apparaissent. L'intégration est à la fois un process et une dimension structurelle. » (Dan J.Siegel, The developing Mind, p.394)
- Dan J.Siegel a proposé 9 dimensions d'intégration...

Integration

- « Dans le monde du traumatisme, le terme d'intégration (...) signifie que les patients doivent **assimiler leurs expériences traumatisantes (et les parties dissociatives de leur personnalité)** pour pouvoir avancer dans leur vie. »
- « **Les actions d'intégration requièrent les degrés les plus élevés d'énergie et d'efficacité mentales.** »
- « L'intégration est un **processus adaptatif** (...) qui aide à la fois à **différencier** et à **lier** les expériences, au fil du temps, **au sein d'une personnalité qui est simultanément flexible et stable.** »
- The haunted self, 2006, Van der Hart et al.

1/ EMDR, TAI & Mémoire de l'Expérience : La Micro-Intégration

EMDR, TAI & Mémoire de l'Expérience : La Micro-Intégration

- L'efficacité de l'EMDR repose sur le TAI.
- Le TAI est un modèle de digestion naturelle de l'information.
- L'information, ce sont les (réseaux de) mémoires des **expériences** vécues.
- J'appelle le travail mémoire par mémoire « micro-intégration. »

EMDR, TAI & Mémoire de l'Expérience : La Micro-Intégration

« Le Trauma doit être re-conceptualisé,
non pas comme un évènement,
mais comme une réponse corporelle
à un évènement »

Stephen Porges, PHD.

EMDR, TAI & Mémoire de l'Expérience : La Micro-Intégration

- « Si le **TAI est empêché** la mémoire sera stockée de façon brute, non traitée et mal adaptée. »
- « Du point de vue TAI, les **mémoires stockées de façon dysfonctionnelles** sont à la base de **réponses futures inadaptées**, car les perceptions des situations présentes sont automatiquement reliées à des souvenirs non traités. »
- D'après l'article « The AIP Model of EMDR Therapy and Pathogenic Memories Michael Hase, Ute M. Balmaceda, Luca Ostacoli, Peter Liebermann and Arne Hofmann (2017) »
- **Mais qu'est-ce que le TAI ?**

2/ La Fenêtre de Tolérance 2.0



2/ La Fenêtre De Tolerance 1.0

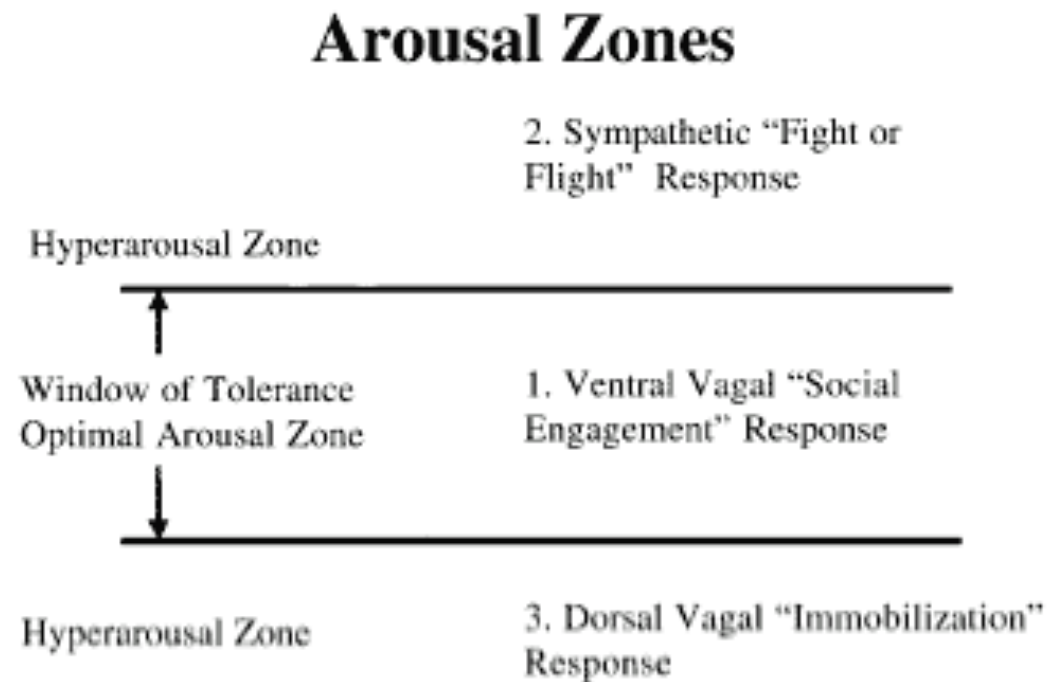
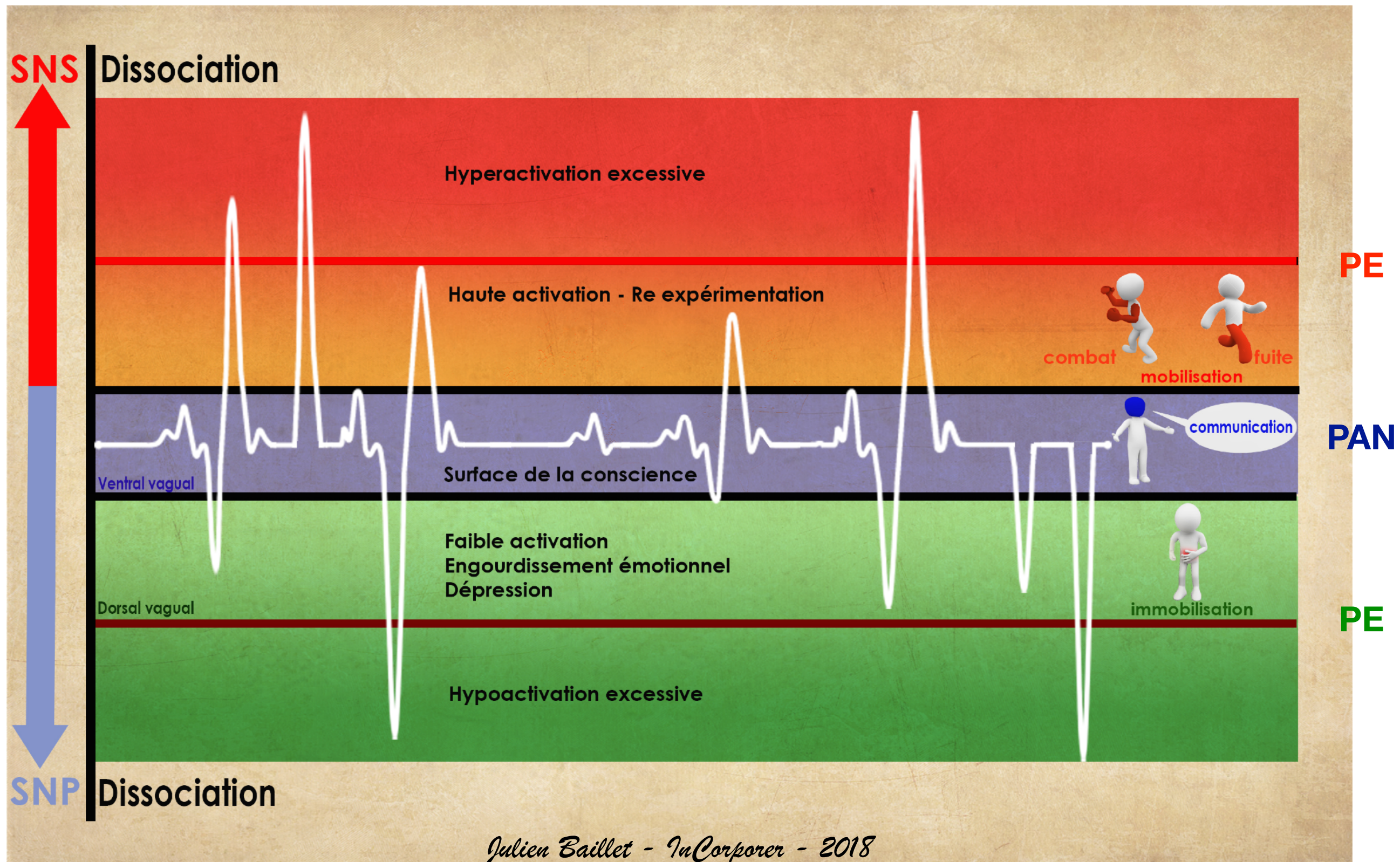


Figure 2.2. The correlation of the three arousal zones and the polyvagal hierarchy.

D'après Trauma & The Body, Pat Ogden & al.

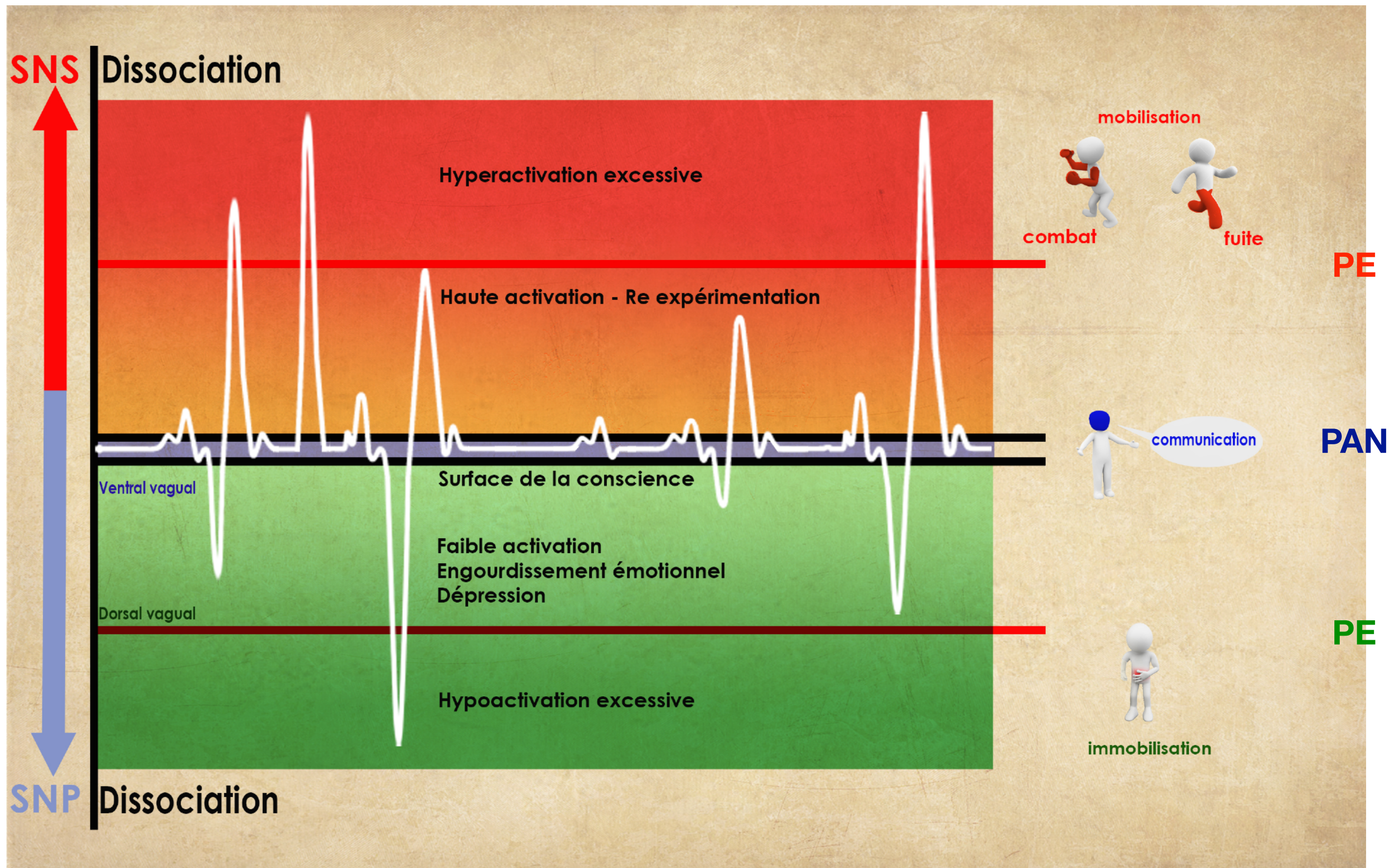
2/ La Fenêtre de Tolérance 2.0



2/ The Window Of Tolerance 2.0

- Les **expériences bouleversantes et un haut niveau de stress traumatique**, selon le DSM 5, **peuvent expliquer l'interruption du TAI**. (American Psychiatric Association [APA], 2013)
- Tout comme beaucoup d'autres expériences (Hase and Balmaceda, 2015) :
- D'intenses **sentiments d'impuissance, de perte de contrôle**,
- Une **mauvaise interprétation des événements** comme étant extrêmement dangereux.
- Pour les enfants et adolescents, l'**absence d'une figure d'attachement secure** (Verlinden et al., 2013)
- Les **comportements violents, abusifs et les négligences d'une figure d'attachement**.
- L'**épuisement et certaines conditions physiques**.

2/ La Fenêtre De Tolerance 2.0

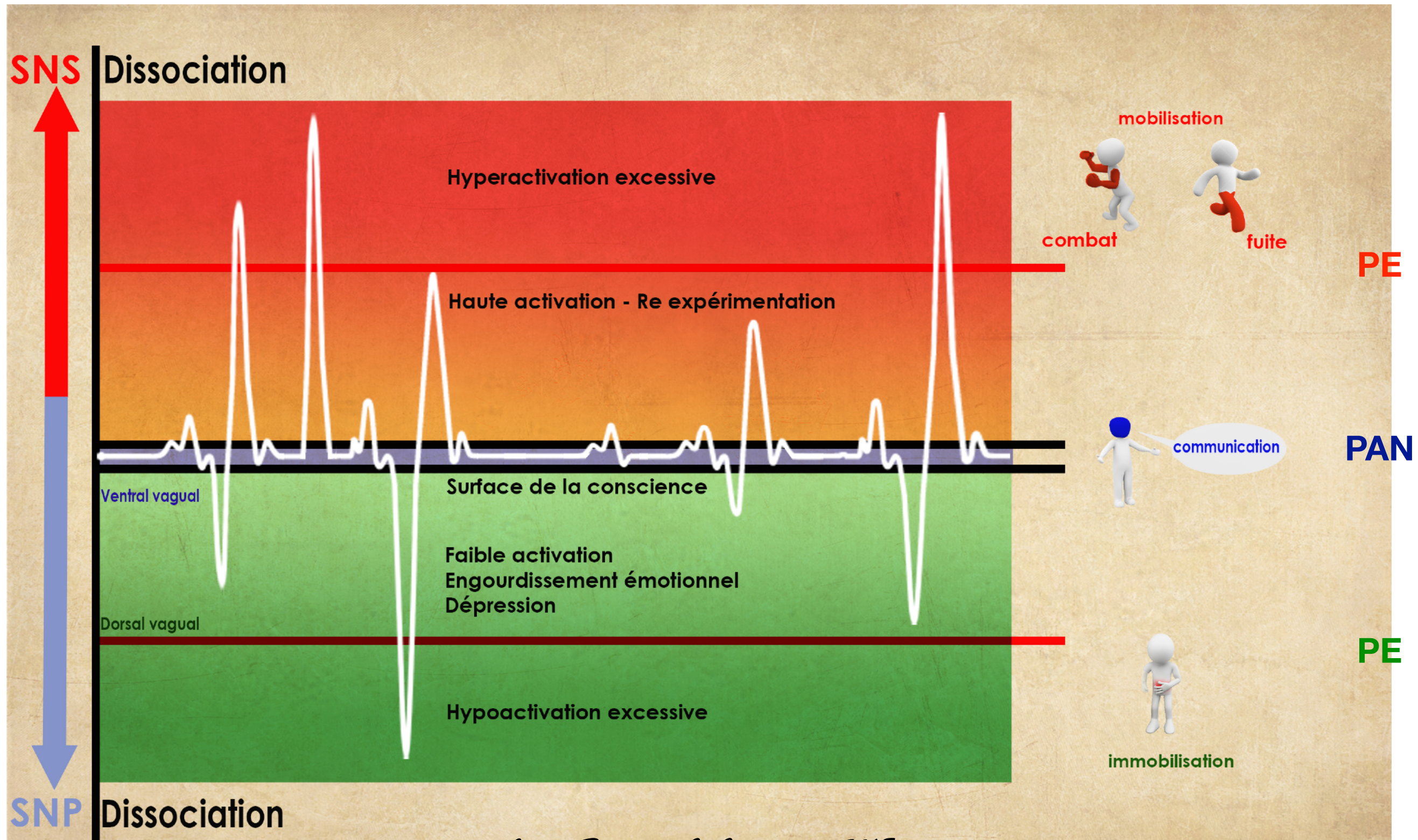


3/ La Dissociation Structurelle Et Les Systèmes De Défense : La Macro- Intégration

La Dissociation Structurale Et Les Systèmes De Défense : La Macro-Intégration

- En tant qu'Homo Sapiens Sapiens, nous sommes des mammifères. **Nous sommes dépendants de l'attachement de nos caregivers.**
- Nous avons **hérité de différents systèmes biologiques de défense** qui nous ont permis de survivre, et de nous développer comme espèce.
- Ces systèmes de survie médiatisent les PAN et les PE lors de la fragmentation de la personnalité (Van der Hart et al., 2006).
- Selon J.Fisher, P.Ogden, A.Schore & S.Porges, **le processus de dissociation vient d'une dérégulation extrême du système nerveux.**
- Quand un individu reste dans une zone d'hyper ou d'hypo activation, **l'expérience traumatique n'est pas intégrée en un tout unifié ou un sens de soi intégré.(...)**
- Les expériences prolongées résultent sur une **augmentation de la fragmentation des perceptions, actions et états du moi. (...)**

3/ La Dissociation Structurelle Et Les Systèmes De Défense : La Macro- Intégration

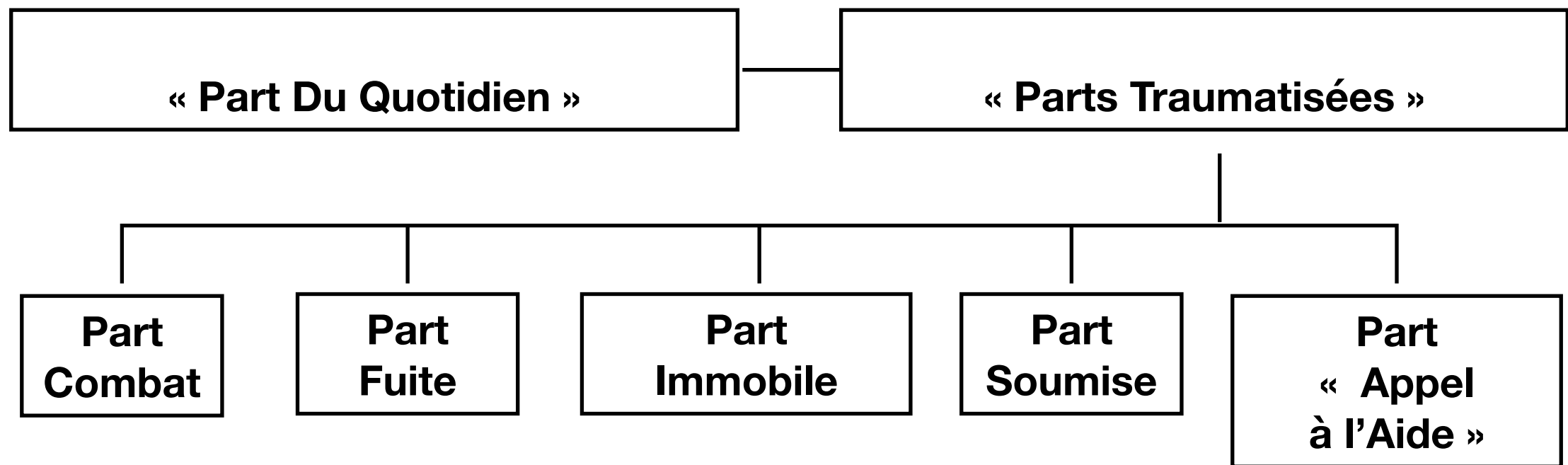


La Dissociation Structurelle Et Les Systèmes De Défense: La Macro- Intégration

« Contrairement aux premiers modèles de fragmentation dissociative, cette théorie (La Dissociation Structurelle de la Personnalité) ne met pas l'accent sur la compartimentation de la mémoire. A la place, son point central est que la dissociation structurelle est une réponse adaptative, orientée vers la survie face aux demandes spécifiques des environnements traumatiques. »

- Janina Fisher, *Healing the fragmented selves of trauma survivors*, 2017

La Dissociation Structurelle Et Les Systèmes De Défense: La Macro- Intégration



- *Janina Fisher, Healing the fragmented selves of trauma survivors, 2017*

La Dissociation Structurelle Et Les Systemes De Défense: La Macro-Intégration

Part « Qui Gère Le Quotidien »

Parts Reliées Au Trauma

**Combat :
Vigilance**

**Colère,
Dans le
Jugement,
Ne peut faire
confiance,
Auto-destructrice
Contrôleuse,
Suicidaire,
Besoin de
contrôler**

**Fuite :
S'échapper**

**A distance,
Ambivalente,
Ne peut pas
s'engager,
Comportements
d'addiction ou
troubles du
comportement
alimentaire**

**Immobilisation :
Peur**

**Gelée,
Terrifiée,
Méfiante,
Phobie d'être vue,
Agoraphobies,
Rapporte des
attaques de
panique**

**Soumise :
Honte**

**Déprimée,
Honteuse,
Remplie de
Haine de soi,
Passive,
« Gentille fille »,
Prend soin des
autres,
Sacrifice de soi**

**Agrippée :
En demande**

**Désespérée,
Brûle d'envie
d'être sauvée et
de se connecter,
Douce,
Innocente,
Veut quelqu'un
dont elle peut
dépendre**

- Janina Fisher, Healing the fragmented selves of trauma survivors, 2017

Julien Baillet - Incorporer - 2018

4/ Micro & Macro-Integration

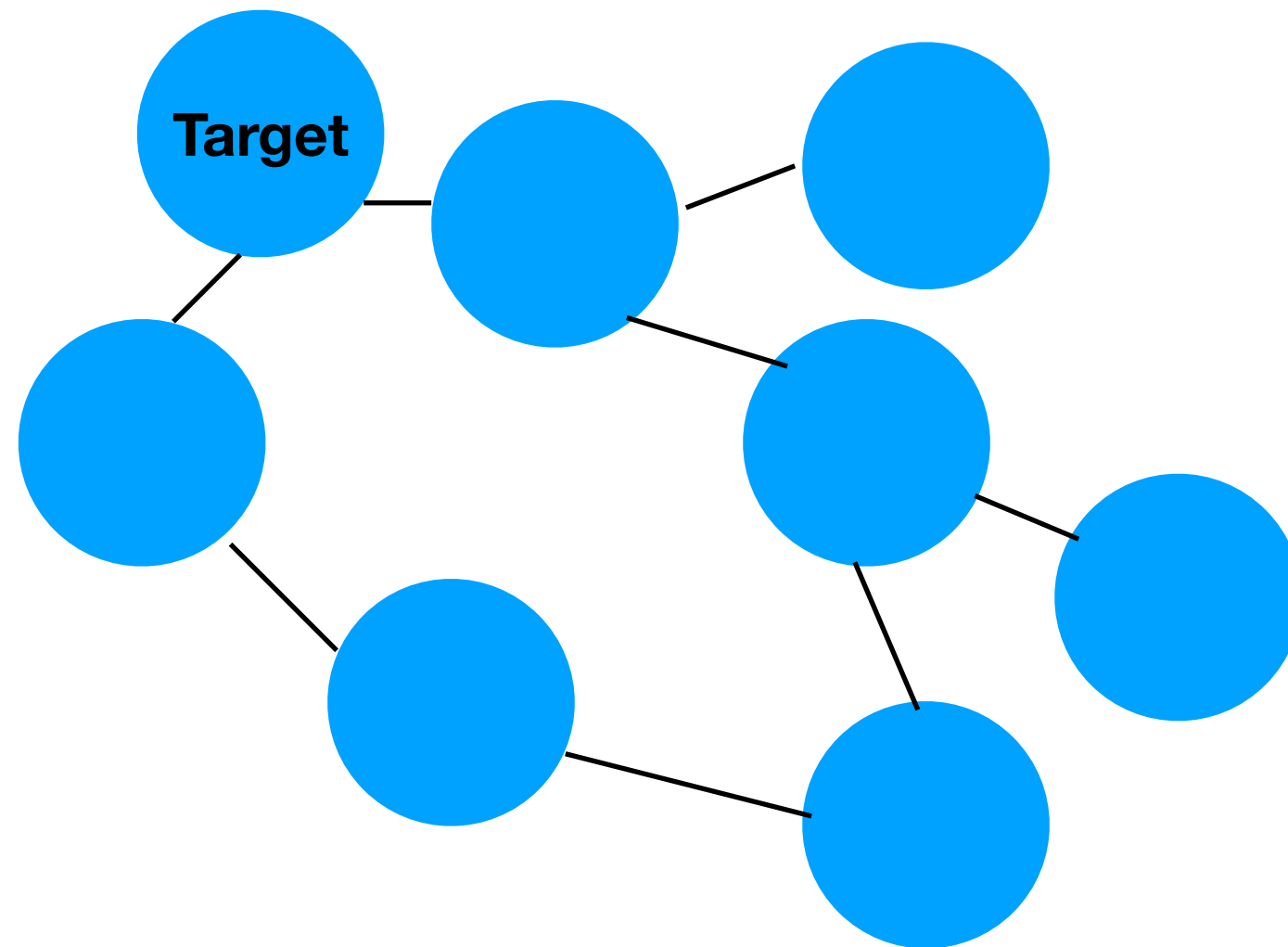
Micro & Macro-Intégration

- « Dans le domaine du trauma complexe et des troubles dissociatifs, les approches traumatiques courantes sont orientées par phase : **1/ Stabilisation and réduction des symptômes ; 2/ Traitement des mémoires traumatiques ; 3/ Integration et ré-éducation de la personnalité** (The haunted self, O.Van der Hart et al.,p.32, 2006). »
- L'EMDR fonctionne, comme une micro-integration, a sa place dans la phase 2 du traitement.
- «Le Travail des Parts », en tant que macro-integration, a sa place dans la phase 3.
- « Les phases sont décrites de façon linéaire, mais le plus souvent, le traitement a besoin de plus de flexibilité. » (The haunted self, O.Van der Hart et al.,p.32, 2006). »

Micro & Macro-Intégration

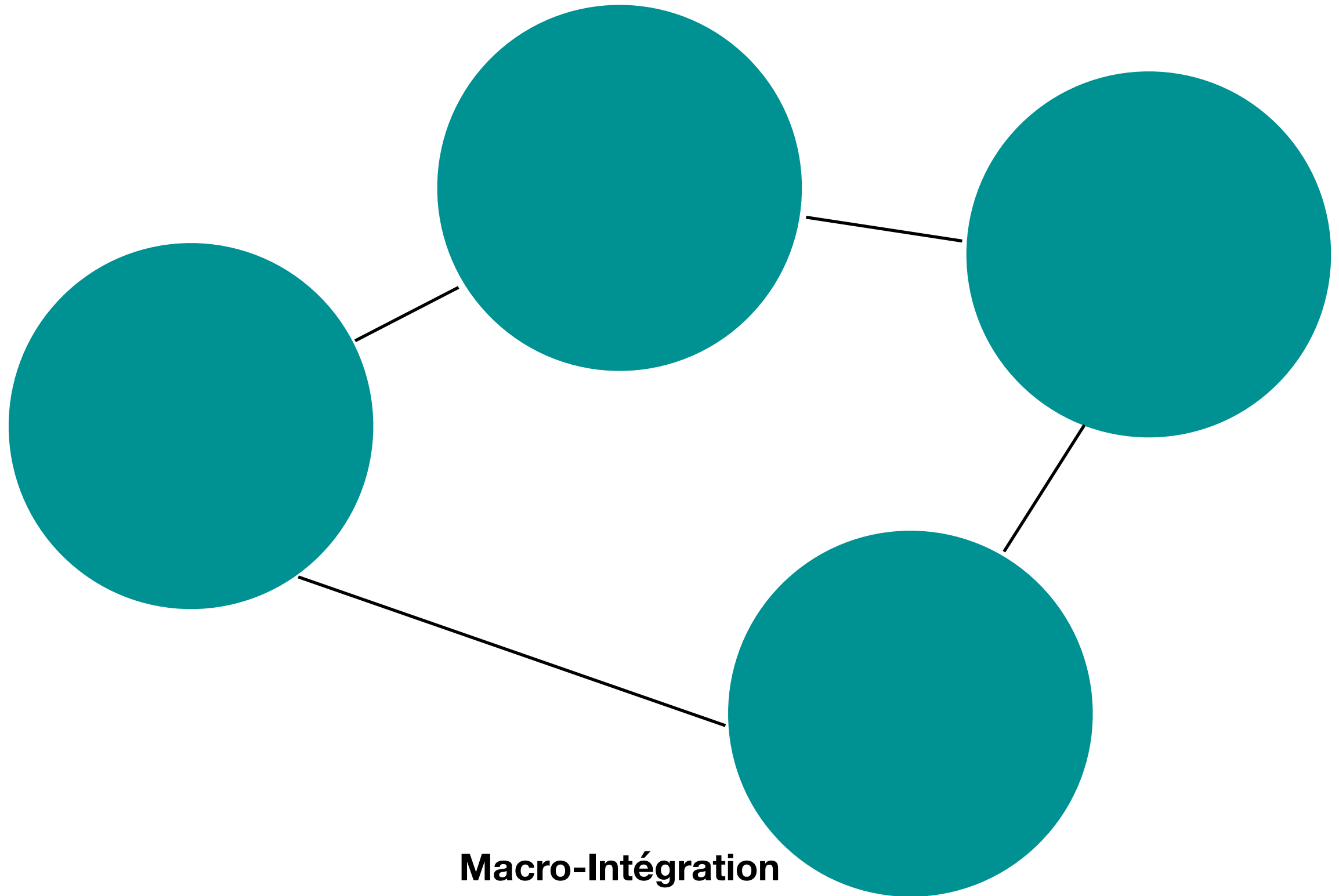
- Plus tôt, nous avons évoqué les conditions d'échecs du TAI (M.Hase et al., 2017).
- **Une autre raison de ces échecs est la conflictualisation des parts, ainsi que l'aliénation de soi.**
- « **L'Aliénation de Soi** (i.e., le désaveu de certaines parts et l'identification exclusive à d'autres parts) **ne contribue pas à un sens de paix ou de bien-être**, même si cela fut absolument nécessaire pour survivre. **L'Aliénation de Soi crée des tensions, monte les parts les unes contre les autres, communique un environnement hostile** (De la même façon que l'environnement traumatique), **et diminue l'estime de soi de chacune des parts.**
- (J.Fisher, Healing the fragmented selves of trauma survivor, 2017). »

Micro & Macro-Intégration



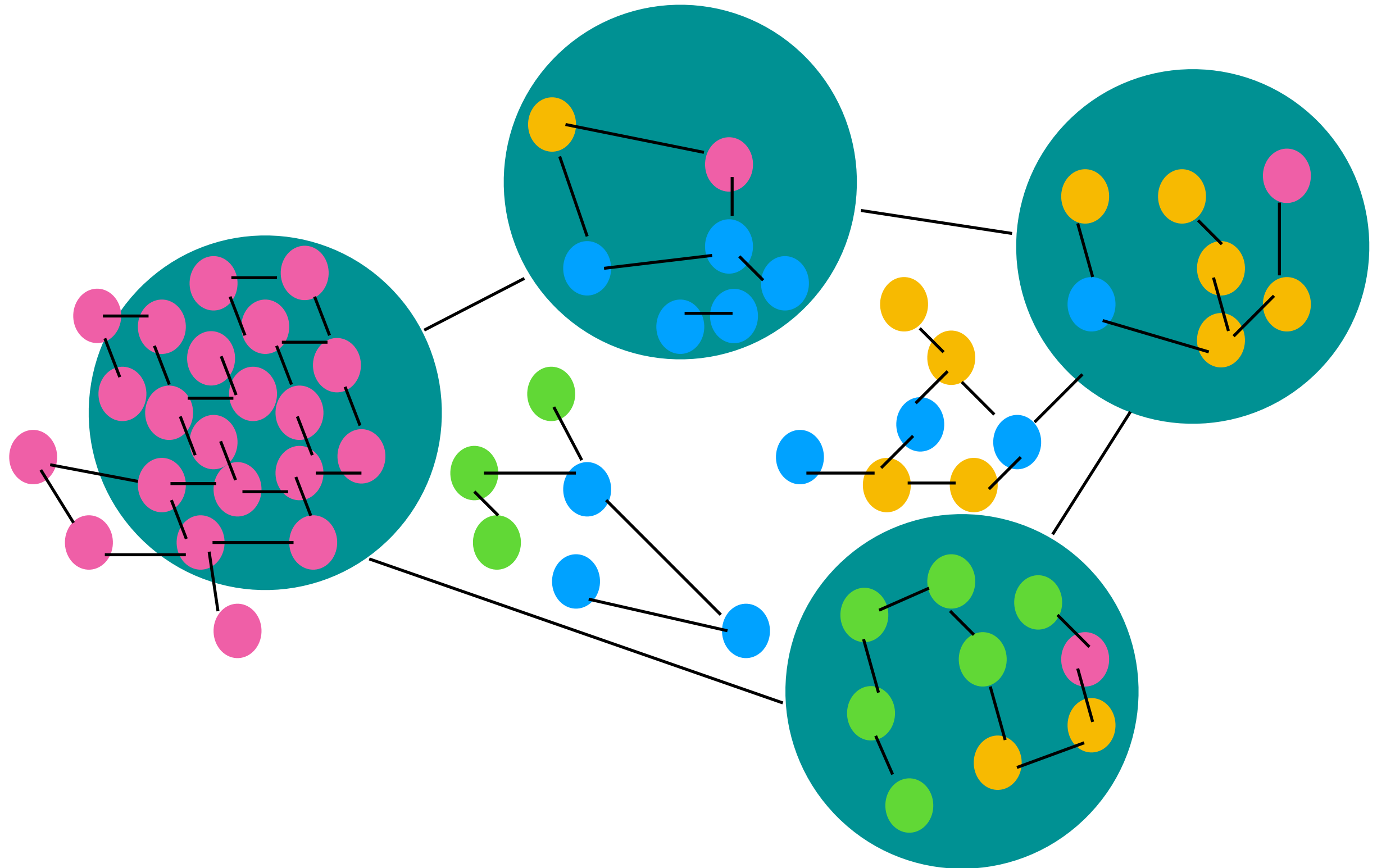
Micro-Intégration

Micro & Macro-Intégration



Macro-Intégration

Micro & Macro-Intégration

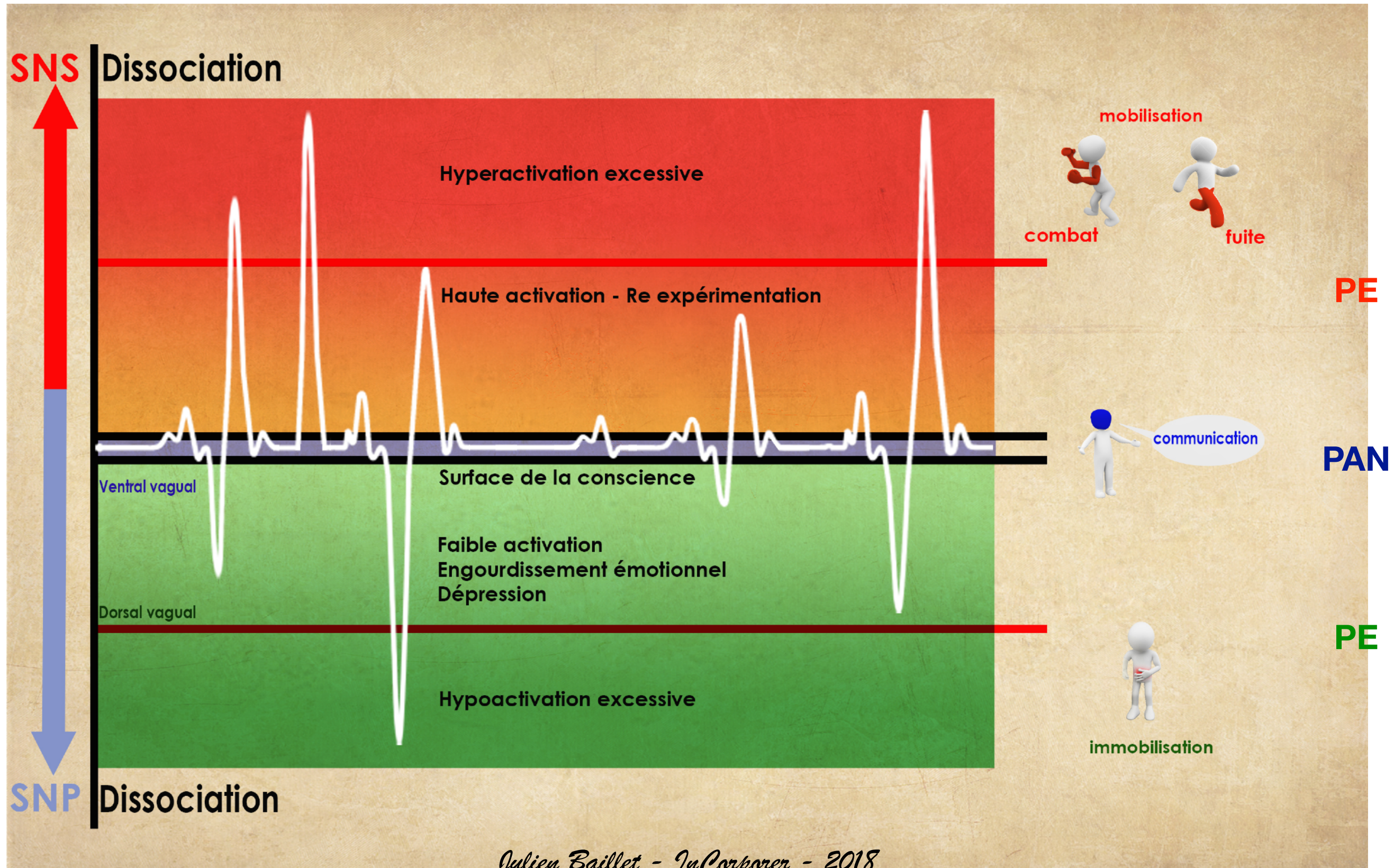


« Loi de Pareto ou principe des 20-80,
20 % des causes produisent
80 % des effets »

- [Vilfredo Pareto](#), Italian economist, 1848-1923

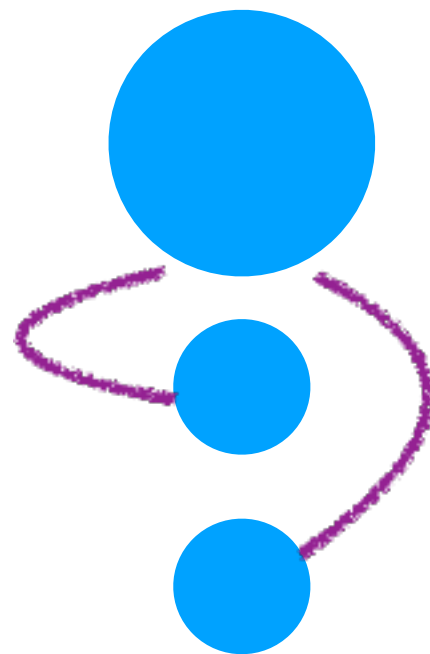
5/ « Le Protocole Des Parts »

« Le Protocole Des Parts »



« Le Protocole Des Parts »

- Utilisation d'une SB « Statique » sur le corps (quand c'est possible) quand la Fenêtre de Tolérance est trop étroite.
- Simplement poser les mains pour convoquer la ou les PAN(S) = l'état de sécurité du présent = l'état de pleine conscience = le cortex pré-frontal médian



« Le Protocole Des Parts »

- « **Le langage des Parts** » (d'après l'IFS de Schwartz) : re-nommer dans le langage des patients les parts pour l'aider à reconnaître les systèmes de défense. Cela aide le patient à identifier ses parts.
- « On dirait qu'une part de vous essaie de vous dire quelque chose... Vous avez remarqué ? » ; « Quelle est cette part de vous qui s'est mise en colère ? »
- **Donner une perspective positive** à propos de la dissociation et de la fragmentation. Cela implique Beaucoup de psycho-éducation.
- « C'est génial ce qu'a fait cette part pour vous, et qu'elle continue de le faire ! » / « Quelle chance de pouvoir dissocier dès qu'on en a besoin ! »
- **Explorer les Parts ; Trouver la (les) PAN(S) ; Tester la qualité de présence ; La rendre présente ; Transfert de Compétences Entre PANs**

« Le Protocole Des Parts »

- Puis **placer les PANs en contact avec la PE** ; « Ecouter » la PE (avec tous ses niveaux de communication : les images, les émotions, les croyances, les sensations, les mouvements).
- **Aider la PAN à gérer les besoins de la PE. NE PAS INTERPRETER SES BESOINS : LUI DEMANDER.**
- On va **répéter** ça. Jusqu'à ce que la PE revienne à sa forme originelle : une alliée.
- Très important de **prioriser l'accès de la PAN vers la PE** ; de ne pas contacter directement la PE.

Etude De Cas : Emilia

**Patiente « bipolaire & borderline », dans une famille de bipolaires et dépressifs
Mais personne n'est « traumatisé »**

Crises émotionnelles (pleurs, effondrements, douleurs physiques) - Alcool ++ - TS ++

SMS, 2017 ; 00:07 A.M

« Julien, les émotions viennent et s'enchainent sans que je puisse ni les comprendre ni les accepter. Pourquoi ? Car je ne sais pas d'où elles viennent.. Je ne sais pas ce qui ne va pas en ce moment ! Moi qui suis tellement cérébrale, je sais normalement toujours plus ou moins où j'en suis... Là je ne suis qu'une partie de moi même. J'ère dans mon propre corps, je survole. Ah, j'angoisse. J'ai envie de crier de pleurer je sais pas. J'ai la tête qui va exploser ! J'ai envie de m'enfermer. Pire que ça et il faut que je le dise : j'ai envie de me faire du mal. »

Etude De Cas : Emilia

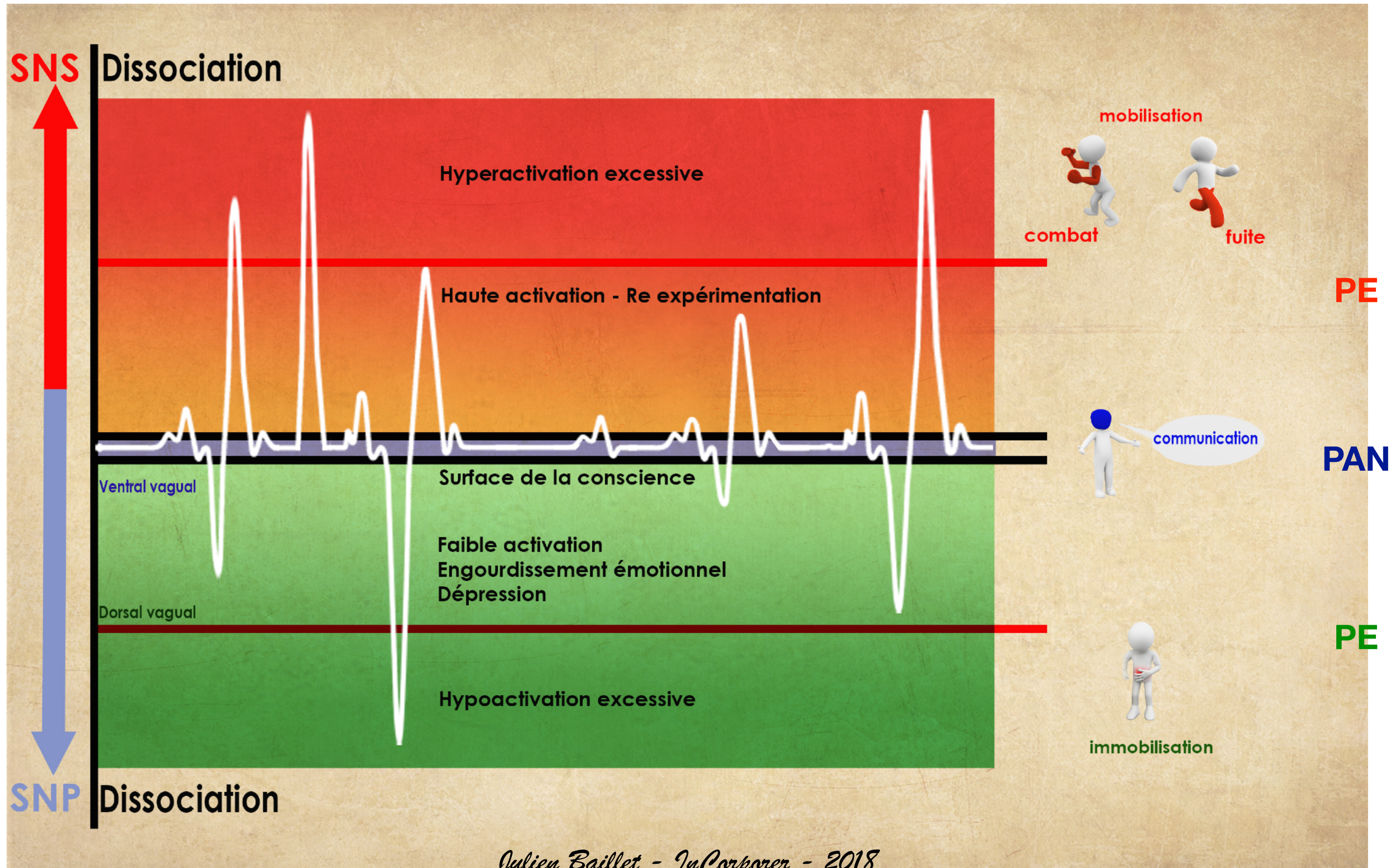
**Patiente « bipolaire & borderline », dans une famille de bipolaires et dépressifs
Mais personne n'est « traumatisé »**

Crises émotionnelles (pleurs, effondrements, douleurs physiques) - Alcool ++ - TS ++

SMS, 2017 ; 00:07 A.M

« Julien, les émotions viennent et s'enchainent sans que je puisse ni les comprendre ni les accepter. Pourquoi ? Car je ne sais pas d'où elles viennent.. Je ne sais pas ce qui ne va pas en ce moment ! Moi qui suis tellement cérébrale, je sais normalement toujours plus ou moins où j'en suis... Là je ne suis qu'une partie de moi même. J'ère dans mon propre corps, je survole. Ah, j'angoisse. J'ai envie de crier de pleurer je sais pas. J'ai la tête qui va exploser ! J'ai envie de m'enfermer. Pire que ça et il faut que je le dise : j'ai envie de me faire du mal. »

« Le Protocole Des Parts »



Etude De Cas : Emilia

Travail avec une Part Alcoolique :

E : « J'ai qu'une envie, c'est de boire »

P : « Je crois que c'est la première fois que vous amenez cette part en séance, et lui résistez. Bravo !
Vous vous en rendez compte ? »

E : « Peut-être... »

P : « Vous voulez bien demander à cette part qu'est-ce qui lui donne envie de boire ?
Prenez votre temps pour vous connecter à elle. »

E : « Elle en a marre. Elle est en colère. Elle crie, elle hurle. »

P : « Est-ce qu'elle sait ce qui la met en colère ? »

E : « ... »

Etude De Cas : Emilia

Emilia bouge sur le fauteuil. Elle s'appuie les coudes sur ses genoux, ferme son visage, et devient pâle.

P : « Essayez de me décrire ce qui se passe Emilia. Vous avez changé de posture. Je crois qu'elle essaie de passer sur le devant de la scène. »

E : « Complètement. »

P : « C'est super ce que vous faites. Votre part du présent arrive à la garder à distance et à ne pas se laisser envahir ».

Etude De Cas : Emilia

E : « Oui. Je le sens. »

P : « Bravo Emilia. Prenez votre temps pour l'apaiser.
Vous voulez de l'aide ? Vous vous en sortez très bien. »

Emilia s'apaise. Elle se redresse.

E : « Elle n'a qu'une envie, c'est tout casser. »

P : « J'imagine. C'est bien normal. »

E : « Comment ça ? Pourquoi c'est normal ? Vous ne voyez pas que je suis folle ? »

P : « Loin de là Emilia. Si vouloir s'apaiser, c'est être fou, alors nous sommes tous fous, et moi le premier. Et cette part n'a que ce moyen pour s'apaiser. C'est comme ça qu'elle a appris à se calmer. En cassant tout. Ce n'est pas la première fois. »

E : « ... »

Etude De Cas : Emilia

P : « Vous voulez bien lui demander ce qu'elle en pense ? »

E : « ... Elle dit plus rien. Elle bouge plus. Elle a l'air triste ... Et au fait, je vous ai pas dit, mon père a quitté la maison, sans rien dire à personne. Ma mère était dans tous ses états. Je l'ai eu une heure au téléphone...Bref. Il avait déjà fait ça il y a trois semaines.»

P : « Hum. Lui aussi, il avait besoin de s'apaiser. »

E : « Oui. C'est ça. »

Le visage d'Emilia s'allume. Sa colonne vertébrale s'étire. Elle repose ses mains sur son corps et ferme les yeux.

E : « Elle est assise en tailleur sur un trottoir, elle pleure. Attendez, je vais l'apaiser. »

...

Etude De Cas : Emilia

Emilia sourit, et rigole.

E : « Elle bouge dans tous les sens maintenant. Elle s’amuse. Elle est contente que je sois là. J’en reviens pas ! »

P : « Wouaw... C’est super Emilia.

Je suis en train de me dire que l’alcool était peut-être le seul moyen qu’elle avait pour être en relation avec vous. Mais là, vous avez réussi à être en lien avec elle sans l’alcool... »

Emilia sourit.

Conclusion

- L'intérêt de ce type de travail n'est **pas tant la stabilisation que de travailler sur un autre niveau d'intégration**, pour en permettre d'autres.
- Rappel : Dan Siegel parle de 9 niveaux d'intégration !!!
- **L'approche des parts** permet surtout de **minimiser les abréactions ; d'élargir la fenêtre de tolérance ; de redonner le contrôle aux patients.**
- Le travail en EMDR après le protocole des parts devient plus simple, les parts interviennent moins, et rend l'intégration plus fluide et continue.

Merci Pour votre Attention :)



**Julien Baillet - InCorporer
Psychologist - Trainer - Consultant**

www.incorporer.org - www.incorporer.world

Tollbugata 13 - 0152 OSLO - Norway

+ 33 660 456 021 / + 47 998 634 35

julienbaillet.incorporer@gmail.com



Julien Baillet - InCorporer - 2024