Brainspotting

Formations en Suisse

A Neuchâtel

Présentation de la formation

« La direction de votre regard détermine comment vous vous sentez »

La thérapie Brainspotting a été découverte en 2003 par David Grand, psychanalyste et psychothérapeute. Il a entre autres été formé à la thérapie EMDR par Francine Shapiro et à la thérapie Somatic Experiencing par Peter Levine. Depuis 2003, il y a déjà plus de 18'000 thérapeutes de Brainspotting formés dans le monde entier.

La devise du Brainspotting est que « la direction de votre regard influence comment vous vous sentez ». C'est une méthode de traitement puissante et ciblée qui fonctionne en identifiant, traitant et libérant des sources neurophysiologiques centrales de la douleur émotionnelle et ou corporelle du traumatisme (au sens large du terme).

Dans la thérapie de Brainspotting, la relation thérapeutique est au coeur et à la base de tout. C'est seulement dans un « cadre de double accordage » avec un thérapeute présent, accordé et empathique que le processus de guérison peut être mis en place à travers la recherche de « Brainspots », c'est à dire dire de positions oculaires qui correspondent avec une activité du cerveau sous-cortical en réponse à une concentration et une position oculaire.

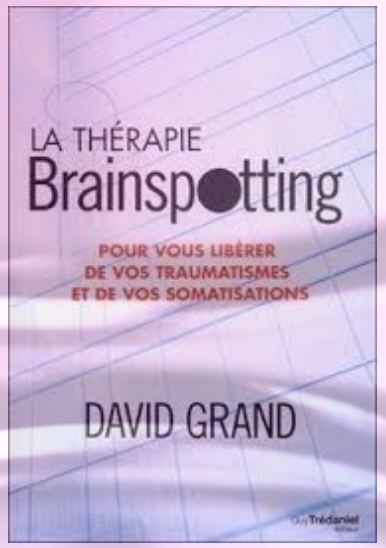
Le Brainspotting vise à engager les zones du cerveau qui interviennent spécifiquement dans la régulation neuro biologique et à contourner celles qui n'y interviennent pas. C'est, en résumé, une thérapie non-verbale qui est considérée comme une approche physiologique engendrant des effets au niveau psychologique.

Objectifs d'apprentissage

- Comprendre le modèle : découverte, dimension clinique et neurobiologique, recherches, principes, cadre de « double accordage », applications et les conditions de mise en œuvre.
- Les participants pourront à l'issue de cette formation de trois jours mettre en place le modèle avec leurs patients grâce à l'apprentissage de trois techniques de base du modèle BSP, c'est à dire : « l' Outside Window BSP » ; « l'Inside Window BSP » ; « Gazespotting ».
- Les participants apprendront également à utiliser à la fois le modèle d'activation et le modèle de ressources spécifiques au BSP. Le modèle de ressources permettra aux formés de travailler avec des patients qui ont des niveaux de dissociation même élevés et souffrant de troubles précoces de l'attachement.

Un peu de lectures

- Brainspotting: une hypothèse neurobiologique, Frank Corrigan et David Grand, Revue Médical Hypothèses, Mai 2013.
- Une étude préliminaire de l'efficacité du Brainspotting - une nouvelle thérapie pour le traitement du stress post-traumatique, Hildebrand, Grand et Stemmler, Journal for Psychotraumatology, Psychotherapy Science and Psychological Medicine, 2015



Durée et coût de la formation

Chaque phase dure **3 jours, de 9h à 17h00.** Et coute **980 CHF.**

Présenté par
Marie-José Boon
Michal Epstein-Lavi

Veuillez svp prendre note que la formation est ouverte uniquement aux psychologues, psychothérapeutes et psychiatres, en cours de formation ou déjà diplômés!

Programme

Phase I

Jour 1

Introduction au BSP

Le cadre du double-accordage : l'harmonisation relationnelle et neurobiologique
- La dimension neurobiologique du BSP - comment permet-elle d'intervenir au niveau sous- cortical, et en particulier au niveau du mésencéphale.

Phénoménologie : la philosophie inhérente au BSP :
« tout observer, ne rien supposer »
- Le modèle ouvert, intégratif BSP

Présentation de la technique « Outside-Window BSP»

Durant cette journée il y aura une/des démonstrations live et aussi des exercices pratiques.

Jour 2

Points théoriques

Présentation de la technique « Inside-Window BSP»

Présentation de la technique « Le Gazespotting»

Durant cette journée il y aura une/des démonstrations live et aussi des exercices pratiques.

Jour 3

Points théoriques

Présentation du modèle des Ressources BSP

Conclusion de la formation

Durant cette journée il y aura une/des démonstrations live et aussi des exercices pratiques.

Programme

Phase II

(PRÉ REQUIS AVOIR SUIVI LA PHASE 1)

Jour 1

Présentation

Révision de la Phase 1

Introduction à la Phase 2

Hypothèses neurophysiologiques

Présentation du One Eye Brainspotting

Durant cette journée il y aura une/ des démonstrations live et aussi des exercices pratiques

Jour 2

Thérapie de l'axe Z (3-D) et de la Convergence Thérapie

Présentation du Outside Window Avancé

Présentation de Outside-Inside Window

Durant cette journée il y aura une/des démonstrations live et aussi des exercices pratiques.

Jour 3

Présentation du Rolling Brainspotting

Présentation de la technique Yeux ouverts - Yeux fermés

Présentation de l'approche Brainspotting Ressource Avancé ainsi que de celui combiné avec le One-Eye et le Z Axis

Cadre de ressource combiné One Eye et Z Axis

Conclusion

Durant cette journée il y aura une/des démonstrations live et aussi des exercices pratiques.

Inscription sur www.brainspotting-swiss.ch

Brainspotting 2026

A Neuchâtel, en Suisse

Phase I

12 au 15 mars 2026

Intensif

10 au 14 juin 2026

Phase II

19 au 21 juin 2026

Phase I

23 au 25 octobre 2026

« Au cœur du Brainspotting »

2 au 5 décembre 2026

Avec Marie-José Boon et Michal Epstein-Lavi

En Français et en Anglais

° ° °

www.brainspotting-swiss.ch