



SAMEDI 13 MAI 2017 – 8h00-9h00

ATELIER PRATIQUE



✓ **Claude MICHEL**

Psychothérapeute

Flers

E-mail : claumi61@gmail.com

TOC et pensée magique

OBJECTIFS : présenter deux techniques:

- "le rituel solennel" pour contourner ou élaborer la pensée magique

- "l'exercice des trois respirations" pour créer le silence intérieur et déposer une intention thérapeutique

CONTENU : Atelier (1h30) : LE TOC ET LA PENSEE MAGIQUE

Dans le TOC, la pensée magique est omniprésente. La hantise de l'obsessionnel-compulsif est de commettre le mal par inadvertance, négligence ou inconscience, et d'être à l'origine de malheurs pour ses proches. Le rituel a pour fonction d'exorciser ce risque de malheur.

Dans un premier temps, je présenterai la technique du « RITUEL SOLENNEL » qui permet soit de limiter les rituels en tout genre sans toucher à la croyance magique, soit de désactiver cette croyance, soit d'y substituer un sain recours à la causalité symbolique.

Elargissant le propos, je proposerai ensuite l'expérience hypnotique des « TROIS RESPIRATIONS » permettant de créer le silence intérieur, puis de poser une intention de changement thérapeutique portée par la causalité symbolique universelle.

Cet atelier explore la puissance de la suggestion.

ATELIER : les deux techniques donneront lieu à démonstration avec les participants

MOTS CLES : Toc, pensée magique, rituel, respiration, silence intérieur, intention