



Le Brainspotting

Selon David Grand

Stages d'éveil et Consultations

Le Brainspotting (BSP) est une méthode liée à la neuroscience avec des résultats psychologiques. Il met en relation le corps, l'esprit et la conscience.

Le Brainspotting a été découvert par **David Grand, Ph.D. (USA)** en 2003. Il est fondé sur le lien étroit entre les yeux et le cerveau. La devise du **BSP** est « **la direction de votre regard influence la façon dont vous vous sentez** ». Le **BSP** permet, grâce à des positions oculaires précises, de localiser dans le corps la source d'un traumatisme et de stimuler les facultés d'auto-guérison du cerveau. En quelques séances, le Brainspotting peut donner des résultats incroyables.



D'une manière générale dans le fonctionnement de l'être humain, les signaux envoyés par les yeux sont traités en profondeur dans le cerveau. Lequel les digère, les organise et traite toutes les expériences pour trouver l'équilibre.

Cependant, il peut arriver qu'un traumatisme n'ait pas pu être traité par le cerveau, dû aux mauvaises expériences ou à la gravité du problème. Certains éléments peuvent alors rester figés sans avoir été traités par le cerveau. Cela peut avoir comme conséquence un mal être dans plusieurs aspects de la vie de la personne.

Le **BSP** permet, grâce à des positions oculaires précises, de localiser la source du traumatisme. Cette technique utilise le champ visuel pour détecter à quels endroits du cerveau sont stockés ces traumatismes.

En maintenant le regard centré sur un point particulier à l'extérieur (brainspot = point dans le cerveau), on permet au cerveau de rester focalisé sur l'endroit interne spécifique dans lequel le traumatisme a été stocké, afin de favoriser le traitement profond permettant d'évacuer et de résoudre ce traumatisme. Le **BSP** utilise à la fois l'activation et la pleine conscience centrée sur le cerveau et le corps comme mécanisme d'intervention.

Le **BSP** est indiqué comme traitement pour les personnes ayant vécu des **traumatismes légers ou profonds** ; lors de **troubles émotionnels** suites aux : **deuils** (personne ou animal), **agressions**, **accidents**, **maltraitements**, **burn-out**, **dépression**, **phobies** ; pour des **troubles anxieux**, **attaques de paniques**, différentes **peurs**, des **troubles du comportement**, **troubles psychosomatiques**, état de **stress post-traumatique**, **troubles liés à l'attachement**, **libération des schémas répétitifs**. Egalement pour divers problèmes physiques comme **douleurs chroniques**, **problèmes de peau**, **migraines**, etc.

Une autre utilisation du **BSP** est de traiter les blocages de performance ou de créativité dans **les domaines sportifs ou artistiques**.

Consultations privées, présentiel ou par internet

Les consultations se déroulent en face à face présentiel ou par internet. La personne amène le problème actuel qu'elle vit. On fait une mise en place des difficultés. On mesure l'état d'activation de la personne (niveau des sensations et des émotions). En utilisant la pleine conscience focalisée et en maintenant le regard centré sur un point particulier, le cerveau de la personne reste centré sur l'endroit interne spécifique dans lequel la

problématique ou le traumatisme a été stocké. Durant la séance la personne peut parler ou pas. Si la personne ne souhaite pas parler de ses problèmes, son cerveau va aussi trouver des solutions. Après la première séance la personne peut déjà ressentir une amélioration face au problème qu'elle vit. La guérison prend généralement deux ou trois séances, ou plus suivant la problématique de la personne.

Prix : Séance d'une heure et demie : 150Fr.

Lieu : A Ollon (VD), du mardi à vendredi et à Genève, les lundis

Stage « Eveil au Brainspotting »

Le stage a pour but de connaître les bases théoriques du Brainspotting, le fonctionnement du cerveau, de comment trouver le Brainspot et surtout d'expérimenter les effets de cette méthode sur soi-même. Le stage n'est pas une formation professionnelle.

Le stage est donné en week-end, de 9hr à 17 :30hr, avec pause à midi

Dates : 6 et 7 février 2021, 29 et 30 mai 2021

Lieu : Ollon (VD)

Prix: 360 Fr./week-end, dossier compris

Stages près de chez vous

Si vous êtes intéressés à organiser des stages ou des conférences près de chez vous en Suisse romande, je me déplace volontiers.

Lieu des stages et des consultations:

Genève : Joyah, Centre des thérapies naturelles.

Ch. De la Caroline 26, 1213 Petit- Lancy.

Ollon : Ch. En fin de Soréclos 7, 1867 Ollon (VD).

Animatrice : Martha Gränicher-Márquez

- Ingénieure Chimiste de formation
- Consultante en Brainspotting, selon David Grand.
- Consultante et enseignante en Psychokinésiologie, selon Réal Choinière.
- Consultante et enseignante de la Méthode Bates, pour retrouver la vue.
- Consultante en Hypnose, selon Lee Pascoe (aller à la cause, la vie entre les vies, les vies antérieures).
- Mouvement Oculaire Bilatéral
- Diplômée Silva.
- EFT (Emotional Freedom Technique ou Technique de la Libération Emotionnelle).

Inscriptions et renseignements

L'inscription est obligatoire. Les stages auront lieu s'il y a un nombre minimum de personnes

margrama50@hotmail.com

martha.granicher@gmail.com

+41.78.766.48.73

www.methodebates.ch