

Les Ateliers du Rêve

CONFÉRENCE par **Christiane Laurent**

REHABILITER NOS EMOTIONS

I - HISTOIRE DE NOS RAPPORTS AVEC LES EMOTIONS

a) une perception culturelle b) antiquité ou l'apparition de la philosophie c) moyen-âge: l'église diabolise le monde émotionnel d) cartésianisme: la raison triomphante e) le temps de la science (méfiance) f) le retour des émotions

II - LES PROTO EMOTIONS ou les émotions de la paramécie au serpent.

a) définir la vie (un système ouvert, autorégulé et en équilibre) b) être unicellulaire (dilatation, rétractation:les prémices) c) reptiles (système nerveux , intégration de l'information, protoémotions) d) latéralisation (début de spécialisation)

III - LES EMOTIONS PRIMAIRES ou le développement du cerveau des mammifères

a) du nouveau chez les mammifères (le nourrissage prolonge la période d'apprentissage) b) le cerveau émotionnel (mise en mémoire et intégration perfectionnée) c) le circuit des émotions (signaux, centres intégrateurs, réponses) d) les émotions primaires (plaisir, peur, colère, tristesse) e) l'inhibition de l'action (les expérience de Laborit)

IV - LES EMOTIONS HUMAINES

a) les spécificités humaines (lobe frontal, projeter le futur, symboliser) b) émotions secondaires, émotions d'arrière plan (homéostasie, état du corps) c) l'expression des émotions (visage, posture) d) émotions et sentiments : la conscience e) la régulation des émotion (volontaire et involontaire). f) émotions et inconscient

V - LA COMMUNICATION EMOTIONNELLE

a) naissance et maturation du système émotionnel (de la naissance à l'âge adulte) b) la communication émotionnelle

VI - QUE FAIRE AVEC TOUT CA ?

a) l'intelligence émotionnelle (identifier, nommer....) b) soigner les émotions pathologiques: reprogrammer en atteignant l'inconscient profond

Christiane Laurent, médecin , praticienne en psychothérapie relationnelle , superviseure agréée par le SNPPsy.

21 rue du petit pont 89520 TREIGNY 06 07 73 13 18

Les ateliers du rêve : laurent_christiane@yahoo.fr <http://lesateliersdureve.org/>