

# Renseignements & Inscriptions

à adresser au Service de Thérapies Familiales

33 rue de Nantes - 53000 Laval

☎ 0810 00 93 66\*

\*prix d'un appel local, hors surcoût éventuel selon l'opérateur

[therapiefamiliale.laval@chlaval.fr](mailto:therapiefamiliale.laval@chlaval.fr)

## Accès au lycée agricole :

1. Sur la rocade extérieure (Bd du 8 mai ou Bd des Trappistines), prendre la sortie de Laval, direction Saint-Nazaire, N171.
2. Au rond point de la croix des Landes, prendre la direction de l'Huisserie.
3. Au rond-point suivant, tourner à droite.

## Bulletin d'inscription :

Nom Prénom : -----

Fonction : -----

Etablissement : -----

Adresse : -----

-----

☎ : -----

Service : -----

-----

Adresse mail : -----

-----

Prise en charge organisme : *OUI*  *NON*

Réserve un repas au Lycée Agricole (tarif en 2017 de 13,00€): *OUI*  *NON*

Attention : aucune réservation, ni annulation de repas ne se fera après le 7 octobre 2017.

Signature :

⇒ Joint un chèque ou un bdc de 66€  (*inscription seule*) ou 79,00€   
(*inscription + repas jusqu'au 7/10/2017*)

⇒ Joint un chèque ou un bdc de 56€  (*inscription par personne pour les groupes de 5 personnes et +*) ou 69,00€  (*inscription groupe + repas jusqu'au 7/10/2017 par personne*)

⇒ Tarif étudiants 25€00  (*inscription seule*) ou 38,00€  (*inscription + repas jusqu'au 7/10/2017*)

Cochez votre choix.

Les inscriptions et les repas seront pris en compte dès réception des chèques ou BDC.

Chèque à l'ordre du TRESOR PUBLIC.

## Le Service de Thérapies Familiales

Du Centre Hospitalier de Laval  
(Agréé formation continue)

Invite pour sa 16<sup>ème</sup> journée d'étude systémique

# Nicole RUYSSCHAERT

sur le thème

« Face à l'épuisement :  
quelles  
compétences ? »

Le *Jeudi 19 octobre 2017*

# Nicole RUYSSCHAERT

## FACE À L'ÉPUISEMENT : QUELLES COMPÉTENCES ?

**E**n tant que professionnels de santé, on est formé à se focaliser sur la pathologie, les problèmes, les limites, le diagnostic. Une nouvelle vague venant de la psychologie positive élargit le champ d'intérêt, par non seulement se focaliser sur la pathologie, les limitations et les symptômes, mais aussi sur la résilience et les ressources pour mieux faire face aux défis de la vie et les menaces qui pèsent sur le monde.

Après une description du concept « résilience », je vais passer en revue les éléments qui contribuent à la résilience, la favorisent : les aspects psychologiques, neurobiologiques, sociaux et génétiques, qui déterminent la résilience.

La résilience, facteur important dans la gestion du stress, la prévention du burnout, des états de stress posttraumatiques, nous prépare à mieux faire face aux événements stressants. La résilience est aussi importante dans le rétablissement après avoir vécu des expériences traumatisantes comme viol, harcèlement, abus sexuel, guerre, accidents, maladies sérieuses....

Même une vie « normale », avec les exigences au travail, les deadlines, les défis dans un environnement en évolution perpétuelle, en compétition, demande de la flexibilité, des ressources et de la résilience pour faire face.

Je vous donne des idées par lesquelles vous pouvez améliorer ou développer la résilience, quelques chemins pour améliorer la résilience basée sur les guidelines de l'association psychologique américaine (APA). La méthode pour y parvenir est enrichie par des expériences en autohypnose, de l'imagination, des métaphores, des modèles et des symboles.

Durant cette journée, vous pouvez découvrir vos propres pétales de satisfaction au travail. La créativité, l'imagination, l'autohypnose et le coaching seront vos compagnons de voyage. La prévention du burnout demande des efforts au niveau individuel mais aussi au niveau de l'organisation. Il y a plusieurs facteurs qui favorisent le bonheur en équipe, et d'autres qui sont néfastes pour le fonctionnement des employés.

Vous pouvez revenir de cette journée avec une valise pleine d'idées et d'énergie positive et continuer à fleurir en harmonie, sur le plan individuel et au niveau de l'équipe.

## Nicole RUYSSCHAERT

Nicole Ruysschaert M.D. est psychiatre- psychothérapeute.

Elle est membre du bureau de l'ESH – European Society of Hypnosis – depuis 2002, en fonction de président 2011-2014. Depuis Août 2015 elle est aussi membre du bureau de l'ISH. Elle fait les « Public Relations » pour la société flamande d'hypnose en Belgique, société dans laquelle elle joue un rôle actif depuis 1983.

Après sa formation en médecine, et spécialisation en psychiatrie elle a eu une formation en thérapie cognitivo-comportementale, hypnose, EMDR et coaching.

Elle travaille en cabinet privé avec des clients individuels et en groupe. Elle s'intéresse particulièrement au stress, troubles liés au stress, épuisement professionnel, états de stress post-traumatiques, dissociation, la psychosomatique, l'anxiété, la résilience, le développement personnel.

Elle est formatrice et superviseur en hypnose, communication hypnotique et en psycho-traumatologie. Elle a animé plusieurs ateliers et conférences aux congrès Européens et internationaux d'hypnose. Elle donne des formations en hypnose dans plusieurs sociétés d'hypnose en Europe et pendant plusieurs années, des formations en institutions européennes sur la gestion du stress, gestion du temps et le développement de l'efficacité personnelle.

Dans son travail elle fait l'intégration des méthodes de l'hypnose, de l'EMDR et de la thérapie cognitivo-comportementale.

### Parmi ces publications :

Ruysschaert, N. (2003). L'Hypnose et les Phénomènes Hypnotiques. Assistance préliminaire en cas de stress pour le patient et le dentiste. Belgische Tijdschrift voor Tandheelkunde.Jrg 58/2

Ruysschaert, N. (2007). Le "Burn Out". L'hypnose pour prévenir et guérir. Hypnose et Thérapies Brèves. N°6- Août-Septembre- Octobre 2007. [http://www.ressourcesmentales.com/direct link](http://www.ressourcesmentales.com/direct-link) <http://www.medecines-douces.com/hypnose-therapies-brevs/congres-2007-hypnose-therapie-breve/hypnose-burn-out.htm>

Ruysschaert, N. (2007). Self-Hypnosis in the prevention of burnout and compassion fatigue for caregivers. Contemporary Hypnosis. 26,3,159-172. DOI 10:1002/ch.382

Ruysschaert, N. (2014). The Use of Hypnosis in Therapy to Increase Happiness. American Journal of Clinical Hypnosis. 56,3,269-284. DOI: 10.1080/00029157.2013.846845

Ruysschaert, N. (2016). Developmental Hypnosis. Shaping the Future. In Ideas of Excellence. Multiple Perspectives. Publication Bureau Panjab University. Chandigarh. India.

*Jeudi 19 octobre 2017*

**Amphithéâtre du lycée agricole  
321 route de St Nazaire  
53000- LAVAL**

8 heures 30 : Accueil

9 heures : Introduction

9 heures 15 – 17 heures : Exposé théorico-clinique.

Pause – Repas éventuel au Self du Lycée Agricole