



## Techniques de Havening Formation de psychopraticien

Apprendre cette étonnante méthode psychosensorielle issue des neurosciences et devenir psychopraticien certifié\*

Dr Ronald Ruden a développé des protocoles simples qui produisent un apaisement des angoisses par la dépotentialisation de récepteurs de l'amygdale, il s'agit des Techniques de Havening qui sont en développement constant. Les études cliniques montrent que les réactions de détresse à la suite du Havening sont réduites à des niveaux insignifiants.

**Jour 1** : Vous découvrez les techniques de Havening par les démonstrations, les mises en main et les lectures passionnantes. Issue des neurosciences, cette méthode soulage les traumatismes, les angoisses, les peurs ainsi que d'autres émotions bloquantes. Le Havening transmet à l'esprit la perception qu'il est en sécurité dans un havre (*haven*) de paix et le prépare pour de meilleures expériences de la vie.

**Jour 2** : Vous apprendrez à appliquer les Techniques de Havening. Vous comprendrez comment le Havening facilite un travail thérapeutique et de développement personnel. Vous verrez des démonstrations des différentes Techniques de Havening et les mettrez en pratique. Vous allez expérimenter cet outil afin de vous l'appropriier immédiatement.

Les Techniques de Havening® s'utilisent harmonieusement avec d'autres méthodes thérapeutiques et de développement personnel, ce qui augmente leur efficacité. C'est notamment recommandé pour aider les personnes à surmonter leurs difficultés émotionnelles et développer leur résilience.

Havening est aujourd'hui pratiqué par des professionnels de la santé et de la relation d'aide à travers le monde. Cette formation vous est destinée si vous êtes : des psychologues, des professionnels de santé, médecins, urgentistes, praticiens EMDR, paramédicaux, thérapeutes et professionnels dans le développement personnel tels que hypnothérapeutes, sophrologues, coachs et praticiens EFT, TFT et PNL....

Les Acquis :

- Des méthodologies, outils et protocoles concrets et prouvés de havening ;
  - Des apports théoriques basés sur les recherches et les œuvres des Docteurs Ruden et autres praticiens et formateurs des Techniques de Havening,
  - L'appropriation des techniques grâce aux mises en situation.
- Participez à la formation officielle de deux jours  
POUR EN SAVOIR PLUS : [techniquesdehavening.com](http://techniquesdehavening.com)



## C'est quoi les techniques de Havening ?

Les techniques de Havening représentent une percée dans le traitement rapide et efficace des conditions physiques et psychologiques liées au stress. Le Havening utilise le toucher, l'attention et l'imagination pour déclencher des changements électrochimiques dans le cerveau qui modifient la façon dont les souvenirs sont traités. Le résultat de cette simple procédure ? Une réduction du stress, une plus grande résilience, des niveaux de réussite plus élevés et une guérison émotionnelle, psychologique et physique.

*"Lorsqu'un événement ou une expérience est perçu comme traumatisant ou très stressant, il devient immuablement encodé, ce qui a souvent pour conséquence d'altérer notre façon d'appréhender la vie. Cependant, des recherches récentes dans le domaine des neurosciences nous ont montré comment il est possible de modifier cet encodage. Les techniques de Havening sont des méthodes conçues pour modifier le cerveau afin de détraumatiser la mémoire et d'éliminer définitivement ses effets négatifs à la fois sur notre psyché et sur notre corps"*

Ronald A Ruden, Ph.D



## Comment fonctionne le Havening ?

Dr. Ronald Ruden a consacré plus de dix ans à la recherche sur le processus d'encodage des traumatismes : comment l'amygdale "marque" électro chimiquement des souvenirs spécifiques de sorte que l'entrée sensorielle du moment présent déclenche la réaction de combat, de fuite et de sidération.

Sa recherche a permis de comprendre le processus de dépotentialisation - comment le traitement de ces souvenirs peut être modifié au niveau synaptique afin que les émotions discordantes précédemment activées n'envahissent plus le moment présent. Les techniques de Havening représentent le fruit pratique des recherches du Dr Ruden. Son livre de 2011, *When The Past Is Always Present*, expose de manière exhaustive ses découvertes.

## Pourquoi Havening est-il important ?

Selon le modèle du Dr Ruden, le Havening facilite un changement électrochimique et physique rapide, doux et permanent dans les cellules de l'amygdale. Comme ce processus de dépotentialisation se produit au niveau du neurone individuel, la transformation correspondante peut être presque instantanée. L'application habile des techniques de Havening peut donc produire des résultats nettement plus rapides et efficaces que les approches purement cognitives de la guérison des traumatismes. Le Havening ne nécessite ni la prise de médicaments ni l'utilisation d'un équipement spécial. La transformation résultant de l'application réussie des techniques de Havening représente un nouveau paradigme dans l'application pratique des neurosciences pour faciliter la réadaptation émotionnelle et psychologique.



## Quelles conditions spécifiques peuvent être traitées avec succès avec les techniques de Havening ?

Entre les mains d'un praticien qualifié, l'expérience clinique indique que les "techniques de Havening" peuvent aider à :

- Renforcer la résilience en temps réel.
- Réduire l'impact du stress négatif chronique.
- Supprimer les blocages internes à la réalisation des objectifs.
- Améliorer les performances dans les domaines du sport, des affaires, de la création et des arts du spectacle.
- Réduire la réactivité émotionnelle tout en élargissant et en renforçant la capacité à répondre et à s'adapter aux défis et aux changements.
- Soulager l'inconfort émotionnel du moment présent.
- Réduire et éliminer les racines émotionnelles de la douleur chronique.
- Guérir les troubles situés dans l'amygdale, notamment les crises de panique, les phobies et le syndrome de stress post-traumatique.
- Arrêter et inverser l'impact psychologique et physiologique à long terme des expériences négatives de l'enfance.
- Guérir les résidus émotionnels et psychologiques laissés par les expériences traumatisantes.

## Qu'est-ce que la base neuroscientifique du Havening?

Les techniques de Havening sont issues des recherches approfondies du Dr Ruden, qui s'est appuyé sur la juxtaposition et la synthèse de son expérience en tant que médecin, de son doctorat en biochimie et de sa curiosité quant aux mécanismes neurobiologiques qui sous-tendent l'efficacité des protocoles de psychologie énergétique. Ces recherches et les conclusions du Dr Ruden sont résumées dans « *Quand le passé est toujours présent* »

L'expérimentation et le perfectionnement constants, forgés par l'expérience clinique avec plus de mille patients et clients avant l'introduction des protocoles de Havening au grand public en 2013, ont finalement conduit à l'élaboration d'un ensemble d'outils d'une simplicité exquise, faciles à appliquer et infiniment flexibles qui peuvent être adaptés et intégrés dans toute philosophie thérapeutique, profession de guérison et champ d'application.

## Quelles sont les expériences de Havening rapportées par les praticiens ?

- Des résultats plus doux et plus rapides par rapport aux méthodologies existantes de traitement des traumatismes et des troubles émotionnels associés ;
- Une capacité accrue à responsabiliser davantage leurs clients grâce à la disponibilité de protocoles d'autogestion simples que les clients peuvent utiliser eux-mêmes ;
- Une réduction marquée de l'épuisement du personnel soignant, en raison de l'activation neurochimique qui se produit à la fois pour le clinicien et le client au cours du processus de Havening



# Formation Techniques de Havening

## Programme

Les Techniques de Havening sont une nouvelle méthode thérapeutique et sensorielle qui aide les personnes à surmonter les problèmes émotionnels et à développer la résilience. Développées par Dr. Ronald Ruden, MD PhD, les Techniques de Havening sont utilisées par des praticiens certifiés depuis 2013.

<b>1<sup>e</sup> Session 3 ½ heures</b>	<b>3<sup>e</sup> Session 3 ½ heures</b>
Accueil, Introduction, Présentation Pourquoi apprendre les Techniques de Havening ?	Réflexions et révisions : comment soulager les traumatismes, les angoisses, les peurs et d'autres émotions bloquantes
Préparation du praticien	Compréhension approfondie des fonctions de l'Amygdale
Comprendre le Système Limbique et l'Amygdale ; Neuro-anatomie du système limbique	Transpirational Havening et Affirmational Havening
L'origine des Techniques de Havening, un troisième pilier et les liens avec d'autres méthodes.	Mises en pratique et débriefings. Aperçu des variantes
Comment les souvenirs activés deviennent dépotentialisés avec le Havening.	Préparer l'esprit pour de meilleures expériences de la vie.
<b>2<sup>e</sup> Session 3 ½ heures</b>	<b>4<sup>e</sup> Session 3 ½ heures</b>
Un moment d'encodage, un paysage vulnérable ou résilient	Outcome Havening
Comment pratiquer Event Havening	Mise en pratique et partage des expériences ...
Le Toucher, doux et rassurant associé aux activités mentales, crée des changements biologiques dans le cerveau qui le libère des réponses de peur acquises.	Aperçu du Role Havening. Comment utiliser harmonieusement avec d'autres méthodes thérapeutiques et de développement personnel.
Pratiquer le Toucher Havening	Exercices pratiques
Exercices pratiques Event Havening	Hopeful Havening
Les troubles basés sur Amygdale : Phobies, Crises de panique, Syndrome du stress post-traumatique, Compulsions répétitives, Douleurs chroniques...	Révision des éléments de la neuroscience et supports pédagogiques
Intégration à votre pratique	Clôture



## Inscription

### Formation des Techniques de Havening

Intitulé :	Techniques de Havening pour praticien
Participant :	
Intervenants :	Susan Cortese, Praticienne et Formatrice des Techniques de Havening.
Descriptif de la formation :	Selon programme page précédente
Nombre de jour :	4 demi-journées (14 heures)
Lieu :	En visioconférence
Dates :	

\*La deuxième étape nécessaire à **la certification praticien n'est pas incluse.**

**4 demi-journées de formation Techniques de Havening** 490,00 € HT

Les manuels pour praticien par le Dr. Ron Ruden inclus