



# 3<sup>es</sup> Assises Françaises de Sexologie et de Santé Sexuelle



REIMS  
2010

## INTÉRÊT DE LA THÉRAPIE NEURO-ÉMOTIONNELLE EMDR DANS LES THÉRAPIES DE COUPLE

**Steven REICHENBACH**

Psychiatre, Pédopsychiatre, Sexologue, Praticien EMDR depuis 2001.  
Installé en libéral à Cannes.

Président de l'Association des Sexologues de la Côte d'Azur.

Intervenant dans le DIU de Sexologie de la Faculté de Médecine de Reims.

Mail : reichenbach.steven@wanadoo.fr

### JUSTIFICATION ET INTENTION GÉNÉRALE

La thérapie neuro-émotionnelle EMDR est un traitement intégré au carrefour des thérapies comportementales, d'hypnose ericksonienne et de soutien. Elle a été développée au départ à la fin des années 1987 pour agir sur les traumatismes psychiques (Syndrome de Stress Post Traumatique). Les vétérans du Vietnam ont profités de cette thérapie. Dans la vie civile, ce sont surtout les victimes de violences physiques, sexuelles et émotionnelles qui trouvent le plus grand bénéfice dans cette thérapie.

L'atelier se propose de relater l'expérience d'un psychiatre-sexologue libéral dans le maniement de cette thérapie. Cette psychothérapie est la seule à avoir été validée avec les thérapies cognitivo-comportementales dans le traitement des traumatismes psychiques (Haute Autorité de la Santé, 2007).

Son mérite principal est sa nature brève, son efficacité, sa capacité à agir sur un des partenaires ou sur le couple dans son ensemble et sa nature intégrative dans les autres formes de sexothérapies (psychothérapies comportementales, traitement médicamenteux).

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Elle repose sur des vidéos et sur des discussions de cas cliniques.

### RÉSUMÉ

Le Docteur Steven Reichenbach est Psychiatre, Pédopsychiatre et Sexologue à Cannes. Il organise depuis 5 ans, dans le cadre de l'Association des Sexologues de la Côte d'Azur (ASCA), des journées sur le couple sous l'égide de l'AIHUS. Au sein de son association « Aimer, c'est facile ! » il anime des séances de thérapie de couple de groupe pour promouvoir la communication et gérer les conflits.

Il est formé à la thérapie neuro-émotionnelle (EMDR) depuis 2001. Il intervient régulièrement sur ce thème de l'application de l'EMDR en sexologie : C'est ainsi qu'il a animé un atelier au Congrès de l'AIHUS à Marseille en 2006 et est intervenu au 10<sup>e</sup> Congrès EMDRIA Europe à Amsterdam en juin 2009.

Il se propose à partir de son expérience de psychiatre-sexologue libéral de montrer comment l'EMDR peut être utile par une intervention sur le ou la partenaire séparément ou par sur son utilisation conjointe sur le couple.

La thérapie neuro-émotionnelle EMDR (Eye Movement Desensibilization Reprocessing) est un traitement intégré situé au carrefour des thérapies comportementales, d'hypnose ericksonienne et de soutien. Développée en 1987 par la psychologue américaine Francine Shapiro pour agir sur les Syndromes de Stress Post Traumatique (SSPT) des Vétérans de la guerre du Vietnam, elle est actuellement utilisée dans la population civile dans les traumatismes simples ou complexes trouvant leurs racines dans l'enfance et réactivées par les conflits de couple (violences ou carences physiques, sexuelles et émotionnelles) L'EMDR est une thérapie neuro-émotionnelle consistant en des stimulations bilatérales alternées (visuelles, auditives ou autres) afin de permettre un traitement adapté de l'information bloqué dans le cerveau par un traumatisme. La mobilisation de ressources psychiques et la restauration d'une estime de soi déficiente expliquent également son efficacité. Cette technique fait partie des thérapies brèves. Elle permet parfois de dynamiser une psychothérapie qui parfois tourne en rond.

L'EMDR est une méthode thérapeutique reconnue efficace, avec les thérapies comportementales et cognitives par la Haute Autorité de la Santé depuis juin 2007, dans le traitement des traumatismes psychiques. Depuis sa création, de nombreuses méta-analyses ainsi que des études randomisées ont montré son efficacité.

N°8

ATELIER  
Formation Continue



# 3<sup>es</sup> Assises Françaises de Sexologie et de Santé Sexuelle



REIMS  
2010

N°8

ATELIER  
Formation Continue

## RÉSUMÉ (suite)

En sexologie, des progrès importants ont été faits ces dernières années pour comprendre la physio-pathologie des dysfonctionnements sexuels notamment érectiles. Quant à la thérapie, après une tendance psychothérapeutiques dans les années 70-80, une tendance organique est réapparue dans les années 90 avec la découverte du Sildenafil. Nous voudrions montrer que l'EMDR peut représenter une troisième voie en sexothérapie de par son action sur l'impact émotionnel et donc physique des dysfonctions sexuelles. En sexothérapie, son utilisation est particulièrement adaptée, car elle s'adresse à d'autres canaux que ceux du cerveau cortical. La thérapie neuro-émotionnelle agit sur les émotions, les sensations physiques qui restent bloquées et participent, comme l'ont montré Masters et Johnson, aux symptômes anxieux responsables d'un nombre élevé de symptômes sexuels. Les émotions, les sensations physiques permettent de remonter au cerveau cortical. Certaines émotions permettent de retrouver des scènes traumatiques anciennes disparues de la conscience.

Son utilisation sur le couple est particulièrement pertinente de par son action sur les émotions. Et l'on sait depuis les travaux de Gottman (1994) que l'expression physiologique de fortes émotions négatives lors de conflits dans le couple est un facteur prédictif important de souffrance et de séparation du couple.

L'EMDR peut être utilisée en première intention sur le couple après une information préalable. Depuis les travaux de Protinsky et col (2001), l'EMDR permet la création d'un sentiment de sécurité, un changement émotionnel, l'intervention sur des traumatismes affectifs ou physico-sexuels anciens réactivés par les conflits de couple, la création d'une meilleure intimité.

Elle peut s'adresser à l'individu présentant un traumatisme dans son enfance réactivé par les problèmes de couple (antécédents d'abus sexuels, émotionnels, affectifs). En sexologie, les différentes dysfonctions sexuelles peuvent représenter eux même de véritables traumatismes pour l'individu et pour le couple avec la constitution notamment de l'anxiété d'échec et de performance qui va entretenir la dysfonction.

L'EMDR peut également s'adresser au couple de façon conjointe. L'intérêt est de permettre au partenaire d'augmenter son sentiment d'empathie donc l'intimité vis-à-vis de son conjoint(e).

Cet atelier après un rappel théorique de la thérapie EMDR, à partir de cas cliniques, de vidéos, et d'exercices pratiques a pour ambition de montrer la pertinence de cette approche émotionnelle dans une prise en charge ambulatoire dans un cabinet de psychiatrie et de sexologie libéral. Les indications, les résultats, les limites seront abordés.

## MOTS CLÉS

Couple - Sexologie -Thérapie - Dysfonction sexuelle - Syndrome de Stress Post Traumatique.

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- Edmond T., Sloan L., McCarty D. 2004 "Sexual abuse survivors' perception of the effectiveness of EMDR and eclectic therapy: A mixed-methods study", *Research on Social Work Practice*,14:259-272.
- Inserm (2004). *Psychothérapie : Trois approches évaluées*. Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale, Paris France.
- Marcus S., Marquis P., Sakai C. 1997 « *Controlled study of treatment of PTSD using EMDR in an HMO setting* », *Psychotherapy*, 34 :307-315.
- Protinsky H., Sparks J., Flemke K. 2001 "Using EMDR to enhance treatment of couples", *Journal of marital and family therapy*, 27(2),157-164.
- Roques Jacques, 2004. « *L'EMDR, une révolution thérapeutique* », la Méridienne-Desclée de Brouwer, Paris
- Servan-Schreiber David,2003 « *Guérir* », Collection Réponses, Robert Laffont, Paris
- Shapiro F 1989 « *Efficacy of the eye movement desensitization procedure in the treatment of traumatic memories* ». *Journal of Traumatic Stress Studies*,2:199-223.