

CORPS ET ESPRIT SONT INSÉPARABLES

Les cognitions (pensées, images mentales, représentations mentales, rêves, croyances, pensées automatiques) situées juste au dessous du niveau de conscience sont sources d'émotions qui se manifestent par des symptômes. On peut s'amuser et rire et souffrir d'un grand vertige. Qu'Est-ce qui est à l'origine du vertige? Une pensée subconsciente source d'émotions à rechercher.

Par exemple les manifestations normales bien connues de tous:

- * Pleurer de rire , de joie ou de tristesse. Les pleurs sont des symptômes , des manifestations de tristesse, en lien avec la sécrétion des glandes lacrymales, sous le contrôle du système parasympathique. C'est facile à comprendre.
- * Suer quand il fait chaud mais aussi quand on appréhende une situation (peur) , à l'idée de rencontrer une personne dont on est amoureux..... Ceci est banal .
- * Il en est de même au niveau du vestibule. La régulation émotionnelle ne s'opère pas normalement et le déséquilibre crée une augmentation de la pression intra-labyrinthique.

C'est l'hydrops

Mais quand il s'agit de graves traumatismes, il en est de même. ils restent bloqués dans la mémoire traumatique et agissent en sourdine pour leur propre compte. A l'occasion de déclencheurs, les symptômes apparaissent

Exemple rencontré à plusieurs reprises lors d'une prise en charge psychosomatique des vertiges:

Un couple en vacances. Rires avec des copains . Pourtant grand vertige du mari. En cherchant bien dans la mémoire, la femme se rapprochait de son voisin de table et riait très fort . Le mari fait un grand vertige. Crise de jalousie. Intérêt du vertige: la femme se lève pour s'occuper de son mari et ainsi le jaloux est rassuré. sa femme s'est éloignée de son voisin rigolo. Plus de risque!

En plus le symptôme est un ami. Difficile à admettre non?

Le traitement des traumatismes à l'origine des symptômes:

Des patients ayant suivi des séances d'**EMDR** pour guérir de leurs traumatismes (accidents, problèmes relationnels, deuils non résolus, humiliations...) ont vu disparaître leurs vertiges, leurs acouphènes et la sensation d'oreille bouchée. Plusieurs ont dit : " je me demande si je ne pleurais pas dans mes vestibules". Si leur éducation ne les autorisait pas à pleurer, (un homme ça ne pleure pas par exemple) l'émotion liée à la tristesse se manifestait dans les vestibules. Pour d'autres ce sera une envie impérieuse d'uriner ou de vomir. C'est pareil. Il faut bien comprendre que **le symptôme est un langage**. La psychothérapie est là pour aider les sujet à le découvrir.