

# Compte-rendu séance 4 Touch for health

Prénom: Anne      Age: 38 ans

Date de la séance: 10/12/2019

Situation familiale: veuve depuis janvier 2018, 2 enfants

**Douleurs/maladies/opérations/ traitements médicaux:** maux de tête très importants depuis plusieurs années qui se sont amplifiés après le décès de son conjoint il y a un peu plus d'un an (crise cardiaque le lendemain de ses 40 ans).

<b>1. Discussion</b> <b>Thème+ douleur(s) physique(s)</b> <b>+ ressentis</b>	<p>Discussion: maux de tête toujours présents, toujours prise d'anti-inflammatoires quotidiennement, augmentation du traitement depuis fin octobre (dose x3), plus de douleurs pdt 15 jours puis maux de tête ont repris. Ce qui a changé par rapport à la dernière séance: profite mieux du moment présent avec ses enfants.</p> <p>A déjà éliminé beaucoup de stress lié au moment de la nuit du décès et ne souhaite pas le travailler aujourd'hui en séance. Pour Anne, les maux de tête sont liés à cette pression énorme qu'elle subissait à cette période-là où elle était très fatiguée, à la limite du burn out, ce que son mari n'entendait pas, ne comprenait pas. Elle voudrait donc travailler aujourd'hui sur le stress de cette soirée du 31 décembre qui a précédé le décès, qui lui a laissé un très mauvais souvenir.</p> <p>Ressenti physique: fatigue intense 8/10</p> <p>Ressenti mental : fatigue mentale 5/10</p> <p>Ressenti émotionnel: anxiété 6/10</p>
<b>2. Pré-tests</b>	<p>3 switching +VC+eau: ↘ VG , correction coccyx ⇨ok</p> <p>E auriculaire: ↘G , déroulement oreilles ⇨ok</p> <p>Inhibition visuelle: ↘en haut, correction stimulation VC/VG regard en haut ⇨ok</p>
<b>3. Définition de l'objectif</b>	<p>Objectif: Libération du stress de cette soirée d'anniversaire 31 décembre 2017</p>
<b>4. Test de l'objectif</b> <b>+ Permission</b> <b>+ Emotions</b>	<p>Objectif: Ok    Permission: Ok</p> <p>Emotion: TERRE, empathie, sympathie</p> <p>Parlant pour Anne, car n'était pas « présente » dans cette fête et n'avait pas été sympathique, notamment envers son mari, regrette ça.</p>
<b>5. Evaluations subjectives (PEPSE)</b> <b>+ VA</b>	<p>Posture statique : douleur cervicales 6/10</p> <p>Posture dynamique: ras</p> <p>Energie disponible: 7/10</p> <p>Pensées/croyances: 6/10</p> <p>Sensations physiques: au dessus des yeux, naissance sourcils 3/10, cervicales 6/10</p> <p>Emotion: anxiété 6/10</p> <p>VA estimée:650    VA réelle: 776</p>

**6. Equilibration des 14 méridiens**

**Equilibration 42 muscles dans le passé**

**1) LSE passé :**

-test MI faible en pensant à la soirée

-visualisation de la soirée avec le plus d'éléments et de détails possibles, Anne se remémore bien l'ambiance, les discussions, les couleurs (orange, jaune, marron), la musique avec la playlist qu'avait préparée son mari mais qui ne semblait pas convenir à tout le monde, ce qui « agaçait » le mari, disant aux invités qu'ils manquaient d'ouverture en musique... et sa gestion des enfants et de l'organisation de la soirée qui ne lui permettait pas d'en profiter pleinement. Son mari lui disant de « laisser » couler, que ce n'était pas grave si leur fils n'allait pas se coucher maintenant, et elle qui se mettait la pression avec ça... moment de conflit et d'incompréhensions. Anne revisualise la soirée en changeant la couleur (noir et blanc) et en accéléré.

-test MI fort en pensant à la soirée

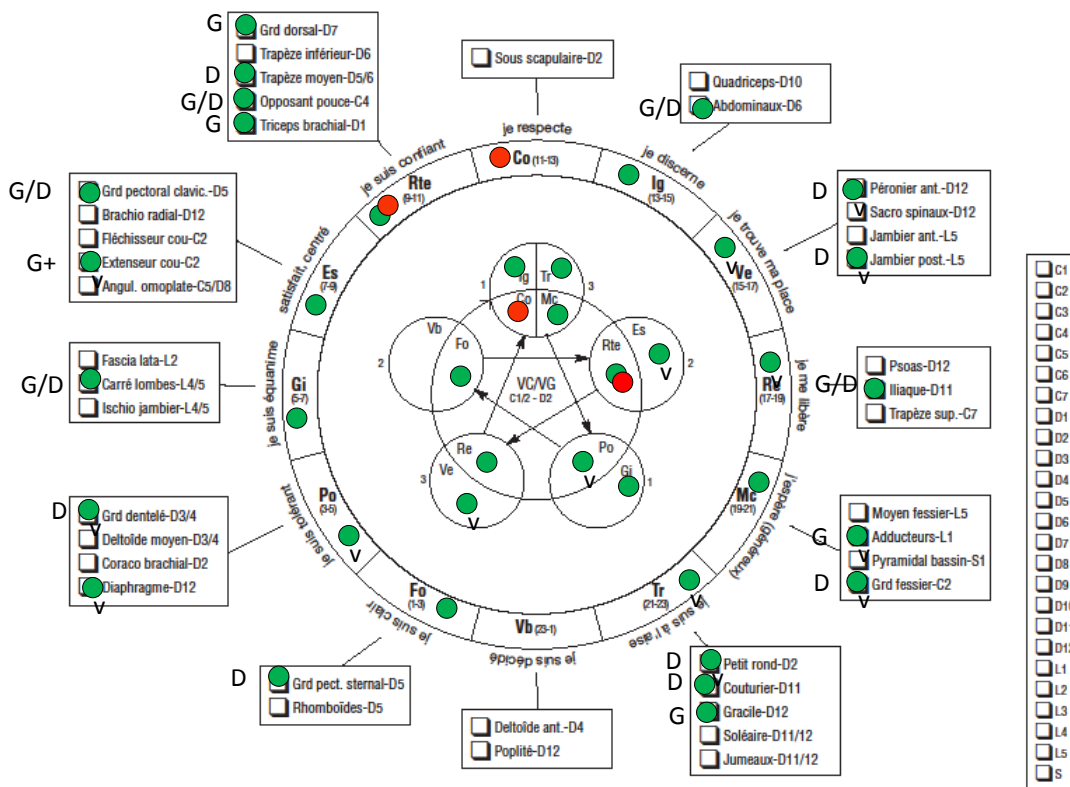
**2) Test des 42 dans le passé**

**VC:** à gauche NL par LC ⇔ ok

« Quelle petite chose subtile (une pensée, une émotion) peux-tu lâcher pour que cette soirée se passe mieux pour toi? » Le fait de vouloir absolument gérer mon fils, pour qu'il aille se coucher, parce qu'il était tard et de me mettre la pression avec ça. Donc lâcher ce stress-là, qui n'était pas utile...

**VG:** OK

**Test points d'alarme:** Cœur et Rate



<b>7. Raisonnement en 1 point</b>	<p><u>Méridien prioritaire à renforcer</u>: intestin grêle, 1er méridien suivant l'excès du cœur (et de la rate) dans la roue = barrage +++</p> <p>2ème possibilité, dans les 5 éléments : MC avec le cœur en excès.</p> <p>3ème possibilité, dans les 5 éléments: Poumon qui suit l'excès de la rate</p> <p>Test en LC : NV des Abdominaux IG renforce les autres muscles principaux déséquilibrés.</p> <p>⇒ <b>Correction prioritaire IG</b></p>
<b>8. Technique de correction</b>	<p>Correction avec les points NV des abdominaux</p> <p>Métaphore de IG: Est-ce qu'il y a des choses, des pensées, des émotions qui sont difficiles pour toi à assimiler, à absorber quant au déroulement de cette soirée?</p> <p>Oui, j'aurais voulu être plus détendue, plus sympathique et profiter de cette soirée. Je me mettais trop de pression.</p> <p>Métaphore des abdos: comment te sens-tu dans ta posture, ton attitude? Centrée, équilibrée? Non, je suis hyper tendue, je le sens dans les jambes, et dans le ventre, c'est noué.</p> <p>Métaphore de la correction NV: est-ce qu'il y a une pensée, une émotion qui reste bloquée et qui aurait besoin de circuler? Oui, sympathie bloquée...</p> <p>Vérifications des muscles déséquilibrés: tous ok sauf</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• iliaque toujours faible: correction NL des abdominaux par LC ⇒ ok</li> <li>• l'opposant du pouce D n'a pas été renforcé non plus : correction NV des abdominaux par LC, (de nouveau demandés par le corps! ) ⇒ ok</li> </ul>
<b>9. Pouls chinois</b>	<p>ras</p>
<b>10. Ancrage de l'objectif et l'émotion</b>	<p>Objectif : repenser à la soirée : MI ↗ Emotion: sympathie : MI ↗</p> <p>Retour au présent: MI ↗</p>
<b>11. Techniques complémentaires</b>	<p>1) Tapotement de la douleur pour douleurs aux cervicales</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• réactivation de la douleur avec quelques mouvements du cou: 6/10</li> <li>• Test pouls chinois: VB ↘ ; tapotement du point VB43 à G: 3/10 puis à D: 2/10</li> </ul> <p>Métaphore de VB: Est-ce qu'il y a une autre émotion plus profonde par rapport à cette soirée passée? est-ce que tu as du ressentiment? Oui, j'aurai aimé être dans une attitude différente à ce moment-là.</p> <p>2) Huit tibétains pour douleur restante naissance des sourcils au dessus des yeux: 4/10 ⇒ 2/10</p> <p>Est-ce que cette douleur se répète infiniment? Oui, elle est présente de manière quasi-permanente, elle part mais revient régulièrement.</p>
<b>12. Evaluations subjectives (PEPSE)</b>	<p>Posture statique : moins de douleur cervicales + dessus yeux</p> <p>Posture dynamique: ras</p> <p>Fatigue intense: 8/10 ⇒ 5/10 Fatigue mentale: 5/10 ⇒ 5/10 Anxiété: 6/10 ⇒ 4/10</p> <p>Energie disponible: 7/10 ⇒ 5/10</p> <p>Pensées/croyances: 6/10 ⇒ 6/10</p> <p>Sensations physiques: au dessus des yeux, naissance sourcils 3/10 puis 4/10 ⇒ 2/10, cervicales 6/10 ⇒ 2/10</p> <p>Emotion: anxiété: 6/10 ⇒ 4/10</p> <p>VA estimée: 650 VA réelle: 776 ⇒ VA estimée: 700 VA réelle: 980</p>

<b>13. Clôture de séance</b>	<p><u>Ce qu'Anne a pensé de la séance:</u></p> <p>Satisfaite de la séance, n'avait pas pensé au préalable au stress qu'elle avait gardé de cette soirée et est contente d'avoir pu le travailler aujourd'hui. Souhaite refaire chez elle le point de tapotement VB qui a bien diminué les douleurs cervicales.</p> <p><u>Ce que j'ai pensé de la séance:</u></p> <p>Très intéressant de travailler sur cet évènement passé, sur lequel un nombre très important de méridiens étaient en déséquilibres, il y avait donc beaucoup de stress à libérer.</p> <p>J'ai trouvé trop « lourd » de faire noter les différentes échelles , je souhaiterais pouvoir rendre cela plus léger, plus facile... J'aimerais réussir à passer moins de temps également sur l'anamnèse, arriver à faire définir plus rapidement un objectif de séance.</p> <p>En séance classique, je n'aurais pas eu le temps de faire les techniques supplémentaires de tapotement et des 8 tibétains. La séance a duré 2 heures mais Anne était d'accord pour faire ces techniques en plus.</p> <p>Autre remarque : je n'ai pas pensé au lieu « sécurisant » avant de faire la LSE passée mais Anne ne semblait pas en avoir besoin... c'est peut-être la raison pour laquelle je n'y ai pas pensé?!</p>
------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------