

RITMO

Le RITMO (Retraitement de l'Information Traumatique par les Mouvements Oculaires), est un outil de gestion des traumatismes parent de l'EMDR (Eye Movement Désensitization and Reprocessing). Mis au point par Lili Ruggieri il aide de manière efficace, rapide et durable les personnes atteintes du syndrome de stress post traumatique.

Les personnes traumatisées ont des angoisses, revivent le trauma (flashes, cauchemars, images intrusives...), évitent certaines situations, activités, pensées ou sentiments en lien avec le trauma, rencontrent des difficultés de concentration, un sommeil perturbé, ont du mal à contrôler leurs émotions... tout cela bien après l'évènement traumatisant ou le choc émotionnel éprouvé dans le passé.

RITMO® est un outil de thérapie brève. Une à quelques séances s'avèrent suffisantes dans la majorité des cas.

Utilisé avec succès pour un évènement traumatique unique : accident, agression, deuil..., **RITMO®** donne également d'excellents résultats sur les blocages émotionnels, les comportements compulsifs, les peurs, le manque de confiance en soi...