



**NEUROPTIMAL® 3.0**

by **Zengar®**

**CERTIFICATION AVANCÉE**



Présenté par l'équipe d'éducation de Zengar®

# Guide du Facilitateur

## Notes du cours avancé:

Introduction:

### Diapositive #1

Merci de nous rejoindre aujourd'hui, commençons par quelques points importants

1. Le nouveau Cours Avancé est complété et construit avec, à l'esprit, notre nouveau NO3

Il y aura un quizz que nous vous enverrons à la fin du deuxième jour, il s'agit de 20 questions et d'un "sondage". Complétez-le sous une semaine afin que votre certification électronique puisse être faite

### Diapositive #2

Nous souhaitons vous présenter votre propre Système de Transformation Personnelle – et vous souhaiter la bienvenue au sein de la communauté NeurOptimal®!

Laissez nous vous parler un peu de nous...

Nous voulons prendre quelques minutes pour non seulement nous présenter mais aussi vous demander de partager quelques détails à propos de vous.

Pour les formations en ligne: Nous souhaitons que vous vous sentiez comme si nous étions tous assis ensemble dans une seule pièce afin de former une seule et même communauté, celle de NeurOptimal®!

De ce fait, ce serait bien si vous pouviez vous présenter

Quand avez-vous commencé à utiliser NO3

Avez-vous déjà un entreprise autour du NO3 et

Quels sont vos buts en utilisant le système

Si vous venez à ce cours avec des question spécifiques, quelles sont-elles? Nous voulons être sûr d'y répondre pendant que vous êtes ici.

### Diapositive #3

Notre cours avancé requière votre participation aux deux jours afin d'obtenir la certification avancée.

### Diapositive #4

Vous avez tous rencontré les docteurs Valdeane & Susan Brown, nos co-créateurs et co-fondateurs....

Ecoutons leur message sur ce qui a conduit à la genèse de l'Institut Zengar® et au Système de **Dynamical Neurofeedback®**, NeurOptimal®

Aussi quand on demande à Valdeane & Susan d'expliquer comment ils en sont arrivés là, voilà comment ils répondent

### Diapositive #5

Dr. Susan Brown en pleine discussion avec sa fille, Samantha, autour de leur parcours

## Module 1- Aperçu

### Diapositive #1

La marque - Philosophie - Théorie

Certaines des questions que nous aborderons au début du cours avancé viendront renforcer les nouvelles connaissances que nous avons présentées dans le cours de base.

Les informations qui sont répétitives sont les plus précieuses et figureront probablement sur le questionnaire à la fin du cours.

### Diapositive #2

Certaines des informations basiques de notre cerveau nous a permis de créer un logiciel efficace dont le fonctionnement est au plus près de la façon naturelle dont notre cerveau se ré-oriente.

\*La conscience est auto-régulée, ce qui signifie que les processus qui ne nécessitent pas notre attention immédiate se déroulent de façon inconsciente.

\* Le cerveau est un système dynamique non Linear qui perçoit l'information et s'adapte aux stimuli entrants dans une dynamique de processus incessants et perpétuels.

(<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16115797>)

### Diapositive #3

La méthode de communication "inter- cellulaire" que notre corps utilise est dynamique. Lorsque nous sommes victimes d'une infection, le système "détecte le changement" immédiatement et ainsi dit au corps de s'occuper de celle-ci, par exemple, en augmentant l'oxygénation du sang dans un endroit particulier, en augmentant ou diminuant le poids, la pression artérielle, en créant plus de globules blancs, en arrêtant le flux sanguin avec une « croûte » sur la peau, ou en ressoudant un os brisé.

L'abilité du cerveau à créer de nouvelles voies et à s'adapter aux changements est essentielle pour apprendre et survivre. Ceci est appelé un "système dynamique auto-organisé".

Le cerveau ne montre aucune valeur absolue du montant de son activité corticale requis pour une fonction cognitive spécifique ( en d'autres termes, nous ne pouvons pas dire: vous devriez atteindre ce niveau pour un fonctionnement optimal)

### Diapositive #4

Le Système Nerveux Central ou SNC englobe l'encéphale, cerveau, cervelet, tronc cérébral et moelle épinière, (colonne vertébrale)...

### Diapositive #5

L'élément important est que le corps n'a de valeur absolue en rien; la pression artérielle ne reste pas à 120/80, elle bouge dynamiquement autour de ce nombre, la température du corps ne reste pas à 37,5 et nous n'avons pas de position (démarche) fixe de nos jambes à exactement 28 cm. Par conséquent, nous cherchons toujours une « position confortable» qui se réoriente TOUJOURS vers la re-normalisation (l'équilibre) ... pour accueillir notre environnement interne et externe.

### Diapositive #5

Chacun trouve son propre équilibre

### Diapositive #6

Nous sommes toujours dans un cycle d'auto-régulation, en train de nous déplacer dynamiquement pour créer une valeur qui est intrinsèquement la meilleure pour ce que nous sommes ... et ce que nous faisons

### Diapositive #7

Si nous avons des symptômes chroniques alors nous tombons malade, ou nous sommes "désordonnés" "désorganisés" ou "déséquilibrés".

Et comment pouvons-nous savoir si notre cerveau ne fonctionne pas en termes d'ordre et de désordre?

### Diapositive #8

Le Désordre ou Désorganisation, pourrait ressembler à cela

### Diapositive #9

Cependant, avec flexibilité et résilience, nous créons un système sain, qui est capable de passer d'une opération à une autre de façon fluide.

Un système sain détecte le moindre changement ainsi il peut continuer à se re-orienter et rester résilient et flexible.

### Diapositive #10

Un cerveau résilient et flexible est aussi appelé un cerveau organisé et il ressemble à ça:

### Diapositive #11

Le corps réagit à tout changement du SNC, du contrôle de la température à l'équilibre, aux problèmes de vitesse et de synchronisation, puis tente de se «réorienter», de compenser pour la création d'une «re-normalisation» dans le corps.

Donc, nous pouvons penser au Cerveau comme un **Système Dynamique** de traitement non-Linear en 4-D

### Diapositive #12

Reprenons cette **analogie orchestrale** en utilisant le processus **NeurOptimal®** plutôt que le système de communication que le SNC utilise ...

\*\* **Analogie** - Le SNC est comme un orchestre où tous les instruments jouent ensemble et se souviennent que lorsqu'ils sont équilibrés, cela produit un son harmonieux incroyable.

Cependant, quand un instrument est:

- Dans une «signature rythmique » différente, joue des notes trop longues ou trop courtes par rapport au reste de l'orchestre, (**Durée**)

- trop fort, (**Intensité**)

- faux (trop haut ou trop bas) (**Fréquence**)

- Ou juste **décalé** (le seul composant totalement dépendant du temps) c'est ce sentiment d'être tout simplement désynchronisé

\*\*Ensuite, le système **NeurOptimal®** **comme un chef d'orchestre**, détecte constamment les changements dans l'activité corticale, dans chacun de ces quatre composants et reflète à l'individu qu'un changement se produit dans le **SNC**. –

Les **DIFC** intégrés dans le système logiciel sont calculés mathématiquement par le biais du **processus JTFA détectant la variation de l'activité corticale** milliseconde par milliseconde. Le **miroir** indique que l'information de changement est sur le point de se produire et l'**interruption** est la **rétroaction** qui vous avertit. Cette **«information»** donnée au cerveau en «temps réel» avertit le SNC (de la même manière qu'il communique avec lui-même) qu'un changement est sur le point de se produire. Le SNC (comme il le fait avec son propre équilibre intrinsèque), apporte les changements qu'il juge nécessaire pour la **transformation personnelle**.

### **Diapositive #13**

#### ***Deux différentes approches de travail avec le SNC...***

Système **Linear et Non-Linear** travaille de la même façon:

Ils mesurent tous deux l'activité corticale

Ils utilisent tous deux des feedbacks auditifs et/ou visuels (interruptions) pour alerter le SNC sur ce qu'ils ont remarqué

Ils utilisent tous les deux des capteurs et de la pâte

Ils passent tous les deux par une "boucle de feedback"

**Mais ce qu'ils font de cette information est fondamentalement différent**

#### **4-D (Dynamical Neurofeedback®)**

Durée

Intensité

Fréquence

Changements (Décalage)

Une **approche Linear** recherche une «normalité à atteindre» dans le SNC = aucun désordre

Par conséquent, ils manipulent des fréquences spécifiques. Ainsi « l'amplitude » (ou force) dans un signal doit être à peu près la même que celle du reste de l'activité corticale, elle est donc soit réduite soit augmentée vers une amplitude «arbitraire»

**Le processus NF Linear Non-Dynamique** pense l'entraînement seulement en **2-D- Fréquence et Amplitude**.

(La philosophie **NeurOptimal**® est un "équilibre naturel" qui s'opère quand le SNC est flexible et résilient, pas quand **NOUS** créons nous-même un équilibre du SNC)

L'approche de **NeurOptimal**® adhère à la pensée qu'un «équilibre naturel se produira» quand l'individu sera capable d'évoluer librement entre les événements corticaux en créant ainsi un cerveau flexible et résilient. Nous notons cela quand un individu entraîné est capable de «permettre à de simples agitations de se produire sans en faire grand cas» ou quand «un événement déclencheur typique ne crée plus la même réponse émotionnelle».

Considérant que le processus **NeurOptimal**® utilise un logiciel et est un processus **dynamique non-Linear en 4-D...**

Cela vous rappelle quelque chose?

Ce système communique et traite l'information de la même manière que le cerveau - **Durée, Intensité, Fréquence et Décalage**

**Diapositive #14**

Systeme Linear vs Systeme Dynamique

## Module #2- The Branding- Philosophy – Theory

### Diapositive #1

Passons du Cerveau et du SNC à l'image de Marque et au Langage, le grand coup de NeurOptimal® ...

### Diapositive #2

Comprendre la philosophie et la marque Zengar® est important pour tous les Trainers et afin de pouvoir la transmettre aux futurs Trainers.

### Diapositive #3

(R) = ®

Les deux sigles doivent accompagner la "marque" et le "systeme"

Suivre également la politique des bons logos.

### Diapositive #4

#### NeurOptimal®

Une première différence cruciale est que l'utilisation de **NeurOptimal®** ne nécessite pas de diagnostic. Pourquoi cela? **NeurOptimal®** est conçu pour informer le cerveau « *de ce qu'il vient de faire et est sur le point de faire* ».

Le cerveau utilise alors cette information (ou détection de changement) pour s'organiser.

### Diapositive #5

Écoutons le Dr Susan Brown parler avec Samantha Diavatis de la différence entre Entraînement et Traitement

### Diapositive #7

Parce que le processus donne des **informations mathématiques** sur un événement cortical ("It's all about the Math"), les changements sont naturels, semblent «subtils» et paraissent communiquer avec la même méthode que celle utilisée par le SNC pour communiquer avec le corps.

**\*\* Métaphore \*\*** Debout devant un miroir - vous vous tenez naturellement plus droit parce que vous voyez (recevez l'information) que vous êtes en train de vous affaler

### Diapositive #8

Nous en avons donc parlé, et c'est ce qui rend le système NeurOptimal® si unique ... **les mathématiques dans ce processus permettent de voir et de mesurer le changement** de plusieurs façons

### Diapositive #9

Parler de NO en ces termes, c'est lui donner une définition pour toujours.

### Diapositive #10

**\*\* Instructeurs / Facilitateurs:** Cela ne veut PAS dire qu'il n'y a qu'une **seule issue** pour chaque problème ou que le système est une sorte de « **taille unique** » pour chacun... car il ne rend **PAS** les mêmes interruptions pour chaque client. Au lieu de cela, il s'adapte à chaque SNC, quel qu'il soit (et quelque soient les médicaments, les drogues, ou que ce soit un nouveau-né, une personnes âgée ou un chien)

**\*\*** Il est également important que nous **ne parlions pas ou n'insistions pas** sur le fait qu'il s'agit d'un système «**plug and play**» qui indiquerait qu'il est le même pour tout le monde. C'est un système complexe hautement sophistiqué capable de détecter les changements les plus subtils de l'activité corticale.

Nous pouvons dire que le système est exceptionnellement simple afin d'être subtil et hautement sophistiqué.

### **Diapositive #11**

Alors, que fait le système?

- Cycle mathématique (256 fois par seconde) échantillonnant les données corticales électriques qui sont captées sur le cuir chevelu.
- Cela déclenche mathématiquement une légère interruption dans la musique et les médias visuels

Lorsque l'individu remarque (même inconsciemment) les interruptions, le cerveau utilise cette information pour se réorienter et s'autoréguler

### **Diapositive #12**

(Bien faire la différence entre l'**entraînement** que représente NeurOptimal® et un entraînement conscient comme sur un système Linear)

### **Diapositive #13**

NOWP NeurOptimal® Wellness Provider = Trainer

Langage direct et cohérent pour tous

### **Diapositive #14**

La turbulence n'est pas un « mauvaise » signe, c'est un mouvement ... et tout mouvement est une information. Le processus ne « diminue pas le mouvement » mais le facilite... Un océan agité n'est pas mauvais pour un surfeur, mais le surfeur doit apprendre à mieux se déplacer à l'intérieur des mouvements de celui-ci pour mieux « Roulez dans les vagues » en douceur.

Peu importe si le surfeur a un maillot de bain rouge ou bleu, nous n'avons donc pas besoin de cela (de le diagnostiquer) pour lui apprendre à surfer de façon fluide

Chaque surfeur a un poids, une approche et un équilibre unique pour rouler efficacement sur chaque vague. Et chaque vague réagira différemment avec sa hauteur, son volume et sa pulvérisation uniques



qui changent également avec chaque vague. Cette danse entre le cavalier et les vagues est unique à tous les surfeurs.

### **Diapositive #15**

Parler de '**re-normalisation**' - n'a jamais signifié de revenir à une NORME ... mais serait plutôt l'idée que notre SNC cherche un changement interne qui tend vers là où vous êtes le plus « particulier/singulier », pour ainsi créer une flexibilité vers un véritable confort intérieur personnel.

## Module 3- Les Mathématiques

La révision est maintenant terminée, entrons dans le vif du sujet : comment fonctionne NeurOptimal®, ce qu'il détecte et comment cela fait-il une différence

### Diapositive #2

Ce modèle de signal électrique cohérent et persistant est interrompu par une interruption de la source du média. Cela permet au cerveau de chacun de se réorienter et de prendre conscience du moment présent.

### Diapositive #3

Le cerveau s'autorégule au fur et à mesure qu'il reçoit des informations... la capacité à s'autoréguler est la flexibilité et la résilience qui lui ont été données de manière innée pour détecter, surveiller et faciliter le changement.

### Diapositive #4

Les 'Math' dans le programme s'appelle Transformations Mathématiques:

**JTFA = Joint Time-Frequency Analysis- Analyse jointe Temps-Fréquence**

**NDS = Nonlinear Dynamical Neurofeedback®– Neurofeedback nonLinear dynamique**

**TFE = Time-Frequency Envelopes (TFE) Enveloppe Temps-Fréquences**

### Diapositive #5

**A LIRE:**

**NeurOptimal®** travaille avec des **instabilités cérébrales fonctionnelles**, non les amplitudes (quantités) ou autres mesures Linears utilisées dans d'autres systèmes. Lorsque le cerveau commence à **dévier dans une instabilité fonctionnelle** que nous ciblons dans des «**enveloppes temps-fréquence**», **le son que vous entendez se coupe très brièvement. Le cerveau se retire immédiatement de ces instabilités fonctionnelles, et se réoriente.** Au fil du temps, le cerveau apprend à s'organiser autour de telles instabilités au lieu de tomber systématiquement dedans, ce qui entraîne moins de problèmes et améliore son fonctionnement - ce que nous appelons une **flexibilité et une résilience accrues.**

### Diapositive #6

L'un des avantages de travailler avec des instabilités est que les **mouvements musculaires et les autres sources de signaux indésirables** sont beaucoup moins problématiques pour **NeurOptimal®** que pour les systèmes Linears. **NeurOptimal® élimine en permanence ce bruit de ligne** (au niveau du signal), rendant l'entraînement **BEAUCOUP plus efficace, facile et fiable.** Cet **algorithme adaptatif unique de débruitage en ligne** le rend obsolète et réduit au néant l'inquiétude autour de celui-ci: Pas besoin de passer du temps à vérifier les branchements ou les connexions !!

Tant qu'il y a contact avec le cuir chevelu, **NeurOptimal®** supprime activement le bruit électrique et électromagnétique du signal, offrant ainsi une rétroaction de qualité supérieure. Cela signifie également que **NeurOptimal®** peut fonctionner dans des conditions de pollution électromagnétique élevées

(comme dans de nombreuses chambres d'hôtel ou dans des bâtiments anciens) ce qui serait impossible pour les systèmes Linears.

### **Diapositive #7**

Vidéo de Dr. Valdeane Brown

### **Diapositive #8**

Les changements dans l'EEG sont mieux compris en termes de «**flottement**» ou battement d'ailes. Alors que le cerveau danse à **la pointe des changements**, l'EEG « évolue » tout comme les ailes des colibris

\*\*\* Répétez cette très courte vidéo une seconde fois pour que tout le monde puisse entendre le 'battement'

### **Diapositive #9**

Donc encore une fois, maintenant que vous comprenez ce que vous écoutez ... répétons comment le battement joue un rôle dans ce processus.

### **Diapositive #12**

Les mathématiques utilisées dans ce processus ne sont pas nouvelles ... L'analyse jointe temps-fréquence est utilisée d'une autre manière, notamment avec les transformations de Gabor.

Cependant, nous sommes le seul système de neurofeedback à les utiliser et c'est ainsi que nous mesurons un système dynamique.

### **Diapositive #13**

En raison du processus mathématique dans le débruitage, vous n'avez pas à «améliorer» un branchement pour améliorer une Session d'entraînement.

### **Diapositive #14**

ADD NOTES

### **Diapositive #15**

Voici nos enveloppes Temps Frequence TFE

20 cibles dans NO3 au lieu de 16.

### **Diapositive #16**

Dans NO3, nous pouvons soit séparer ces deux visualisations ou les regarder se chevaucher

## Module #4- Ce qui fait un NLD

### Diapositive #3

Attracteur de Lorenz

### Diapositive #4

Si nous sommes équilibrés, nous devrions obtenir des résultats prévisibles, la vérité est peu différente, mais peut être très différente - en faisant exactement la même chose, les résultats peuvent être très différents... En raison d'une dépendance sensible aux conditions initiales -histoire de l'aéroport (sur le cours audio de Marc).

Tous au même endroit pour commencer, puis plus personne en commun... Les portes ne sont distantes que de 100 pieds ...

« **Bounded** », **délimité-contenu -pas infini** chaque chose dans le monde réel est naturellement non-Linear mais peut être délimité d'une certaine manière. Lorsque vous approchez de la vitesse de la lumière, les choses changent ... Ou de grandes sources de gravité ...

**Apériodique- Prévisiblement imprévisible** - animation à suivre sur la dépendance sensible

**Réactif aux stimuli extérieurs** - répondre aux choses qui n'ont pas de sens, apprendre des choses nouvelles ... faire quelque chose de différent - pourquoi nous apprenons de nouvelles choses!

**Points d'équilibre multi-isolés** – comme revenir à de nombreux lieux sûrs et viables, les enfants qui reviennent chez leurs parents ... les lieux où les choses s'installent, puis changer à nouveau ...

**Bifurcations et comportement de période 3** - Période 3 approche Zengar®, chaotique et non Linear: constater l'impact du changement et changer à nouveau.

**Sinusoïdes- / harmoniques/sous-harmoniques** – une action sur une fondamentale aura des répercussions sur ses harmoniques et vis et versa (travail concentré uniquement sur certaines fréquences) ... Avec NO3, nous pouvons voir les harmoniques générées et mieux comprendre que l'activité corticale est un jeu de résonances... augmentées ici / diminuées là ...

**Temps d'échappement défini** – les NDS peuvent s'échapper à l'infini mais finissent la plupart du temps par revenir à des points de stabilité s'ils sont équilibrés. Si un NDS n'est pas équilibré ou instable, il peut tout simplement « exploser » rapidement et échapper à toute possibilité de retour à l'équilibre.

**Enceintes / ampli** ... boucle de retour

### Diapositive #5

**CE QUI PEUT INFLUENCER un système, dans un sens ou dans l'autre...**

**Comme les pédales de frein et d'accélération dans une voiture:**

**Contraintes extrinsèques** – tout d'abord, elles ne sont pas toujours négatives: nous avons besoin de contraintes pour nous équilibrer: ex du Hors-Bord qui peut aller très vite mais qui, la nuit, sera obligé d'avancer lentement afin de lui permettre de ne pas avoir d'accident. Les contraintes extrinsèques peuvent freiner toute la gamme des possibilités du système - contraint l'éventail des possibilités – ex:

attacher ce hors-bord à quai – ou certains médicaments (en particulier pour les bipolaires) au bon et/ou mauvais moment ? Le NO3 favorise l'entraînement du système afin de se réguler, si ce n'est pas le cas il doit y avoir quelque chose d'autre qui le contraint.

**Perturbation chaotique** – comme constater l'impact du changement et changer à nouveau en fonction. On ne sait jamais ce qui va arriver ou à quoi s'attendre, comme par exemple pouvoir réparer un objet en lui donnant un grand coup de marteau! Une solution approximative à un problème.

**Entraînement et migration** - battements ou sons binauraux, stimuli lumineux, méthode Tomatis, EMDR... Des stimuli particuliers pour faire migrer l'état du cerveau - la plupart des systèmes ne «prend pas en compte» le changement en réponse (et encore moins sa réintégration) - la plupart des systèmes suppose que toutes les personnes sont donc les mêmes

**Synchroniser à travers le chaos** – INVITATION A CHERCHER DANS TOUTES LES DIRECTIONS POSSIBLES - C'EST CE QUE NOUS UTILISONS AVEC NO3- les systèmes autonomes s'auto-synchronisent, les clients s'auto-synchroniseront, NO3 est une transformation basée sur la synchronisation par le chaos, donnant des informations au SNC afin que celui-ci puisse faire le choix du traitement de cette information! Ne pas essayer d'obtenir un résultat particulier, ne pas pousser / tirer ou forcer dans n'importe quelle direction, simplement refléter l'information et le miroir ne cesse de se corriger, de s'équilibrer.

**Récapitulatif:**

**Contraintes extrinsèques** - Tout ce qui limite la plage de variabilité dans les systèmes non Linears

**Perturbation chaotique** - Changement arbitraire des contrôles individuels (comme LENS, Microcourant)

**Entraînement et migration** - Systèmes sonores - «Système d'écoute», battements de sons binauraux, Neurofeedback Linear, marche mais à sens unique.

**Synchronisation par Chaos** - Le processus NeurOptimal® - concept plus large (comme cela se produit dans toutes les psychothérapies, on commence à se synchroniser à travers le chaos)

## Module #5 -Retour aux Mathematiques

### Diapositive #1

Rappelez-vous, « tout est dans les maths! »

Remarquez le tiret! **Temps- Fréquence** ne fait qu'un seul mot. Le tiret permet d'en créer un nouveau afin de signifier quelque chose qui n'a pas son propre mot

**Aucun autre système n'a d'Autonav**, ils ne peuvent pas dans leurs architectures.

L'Approche Linear, c'est le Trainer.

**Chaos vs. sinusoïde simple.**

Nous regardons la signature temps-fréquence de ce qui se passe, pas seulement les fréquences. Nous voyons l'EEG comme le chaos qu'il est, ça n'a pas vraiment d'importance de savoir quelle est la valeur d'une certaine fréquence.

La capacité des sonars de différencier les baleines et les sous-marins, même s'ils génèrent à peu près les mêmes fréquences, est due aux différentes fréquences-temporelles de ces sources ... la reconnaissance vocale fonctionne de la même manière.

### Diapositive #6

Fréquence = Nombre de formes d'ondes complètes en une seconde

Amplitude = hauteur de la forme d'ondes à partir de la ligne du zéro (quantité d'énergie)

### Diapositive #7

Spectra: ici, sont représentées les fréquences individuelles de 1 hz jusqu'à 64 hz. Chacun d'eux représente une forme d'onde comme ci-dessus ...

Écoutons le Dr. Susan Brown parler de la façon dont l'approche Linear les a utilisés pour «les augmenter et les inhiber»

### Diapositive #9

En physique et en ingénierie, un phaseur est un nombre complexe représentant une fonction sinusoïdale dont l'amplitude ( $A$ ), la fréquence angulaire ( $\omega$ ) et la phase initiale ( $\theta$ ) ne dépendent pas du temps.

### Diapositive #10

**Les systèmes de fonctions itératives (IFS)** sont une méthode de construction de fractales; les fractales résultantes sont souvent auto-similaires. Les fractales IFS, comme on les appelle normalement, peuvent avoir un nombre quelconque de dimensions, mais sont généralement calculées et dessinées en 2D. Rappelez-vous que nous sommes en train de regarder cela en 4 dimensions!

### Diapositive #11

Notre unité de mesure de base devient (**l'atome**) **temps-fréquence** ... et nous pouvons faire **l'analyse temps-fréquence**

### Diapositive #12

- Les deux impliquent le **temps et la fréquence**
- Les deux utilisent des instruments sophistiqués
- Les deux sont basés sur des mouvements simples ou 8 notes
- Résultent d'expériences complexes, métamorphosantes et sont ludiques

### Diapositive #13

Chaque note a une hauteur et une durée (**fréquence et temps**)

### Diapositive #14

Chaque mouvement est composé d'un geste et d'un rythme.

### Diapositive #15

- La notation musicale ou portée, implique des notes de différentes **durées**, alignées **verticalement ou horizontalement pour en indiquer la hauteur**
- La chorégraphie utilise des figures dans une **séquence** pour indiquer la **posture, l'alignement, l'intensité**, etc.

### Diapositive #16

Dans un "Storyboard" que nous appelons EEG

### Diapositive #17

Rappelez vous notre discussion précédente:

**Fréquence** = une forme d'onde complète en une seconde

**Amplitude** = hauteur de la forme d'ondes à partir de la ligne du zéro

### Diapositive #18

Donc, nous ne mesurons **pas le niveau de chaque fréquence de l'activité corticale de l'EEG**, nous mesurons un **phaseur de toutes les fréquences de l'EEG combinées**.

### Diapositive #19

**Bonne question**, parce que, effectivement c'est ainsi que toutes les autres approches le font.

Voyons pourquoi cela ne fonctionne pas aussi simplement:

Alors ... considérons le chemin d'une voiture pour commencer à répondre à cette question centrale

### Diapositive #21

Avec autant de données fournies, je peux vous dire où cette voiture se trouve à tout moment, non?

### Diapositive #22

Le temps interpénètre tous les autres paramètres mutuellement.

### Diapositive #23

Reprenons nos données de position pour des points séquentiels dans le temps ....

### Diapositive #24

Donc maintenant, nous pouvons tracer chaque emplacement de la voiture à travers le temps

### Diapositive #25

“Retour vers le future” merci Lise

### Diapositive #26

Après avoir rassemblé assez de points de données, nous pouvons les relier comme des enchainements de positions... Avec suffisamment de points de données, nous pouvons donc tracer le parcours de la voiture ...

ci-dessus il y a visiblement plus de points de données que pour une forme d'ondes, mais on peut imaginer où ces points nous auraient conduits. Plus nous échantillons les données, plus notre graphique sera précis.

### Diapositive #28

Lire : les mathématiciens utilisent Delta- $\Delta$  pour représenter le changement

- Donc on peut dire qu'un CHANGEMENT DE POSITION ( $\Delta X$ ) sur un CHANGEMENT DANS LE TEMPS ( $\delta t$ ) représente le CHANGEMENT DE POSITION AU FIL DU TEMPS soit  $\Delta X / \delta t$

Comme le temps change, 't' va de 0 à n: « t1, t2, t3.....tn »

- Nous appelons habituellement le CHANGEMENT DE POSITION pendant un CHANGEMENT DANS LE TEMPS, la VITESSE

et nous écrivons VITESSE ( $V$ ) = Changement de position sur changement de temps temps, soit  $V = \Delta X / \delta t$

### Diapositive #29

Epsilon ou KSI ( $\xi$ ) pour représenter l'énergie,

- On peut donc dire que le changement d'énergie sur le changement de temps signifie le CHANGEMENT D'ÉNERGIE AU FIL DU TEMPS

- Nous appelons habituellement le changement d'énergie au fil du temps la « quantité de mouvement » et on l'écrit ( $\Omega$ ) Omega = soit  $\Omega = \Delta \xi / \delta t$

### Diapositive #30

Regardons maintenant notre forme d'onde avec nos nouvelles connaissances de Vitesse et de Quantité de mouvement.

### Diapositive #31



Dr. Valdeane Brown peut devenir extrêmement technique à ce sujet si vous avez besoin de plus d'informations ... mais Faites moi confiance:

### **Diapositive #33**

Notez la dynamique de feedback de base:

Une unité de contrôle pilote le processus, le processus génère un résultat.

Le retour d'information est fourni à l'unité d'entrée et les cycles de processus recommencent de manière « répétitives » ...

### **Diapositive #34**

3 points exactement au même endroit!

Le système de Lorenz est un système d'équations différentielles ordinaires étudié pour la première fois par Edward Lorenz.

Il est remarquable d'avoir des solutions chaotiques pour certaines valeurs de paramètres et de conditions initiales communes.

## Module 6- Mesurer les changements

### Diapositive #1

Nous avons mentionné cela avant, NO n'est que mathématiques ...

### Diapositive #3

Video de Dr. Valdeane Brown

### Diapositive# 5

Regarder en arrière les « chiffres ou les couleurs » ou les motifs des nos analyses ne serait que tenter de «justifier» une réponse (bonne ou mauvaise)

Changer n'importe quel composant d'une session ne serait qu'essayer de «prédire» un résultat (bon ou mauvais)

### Diapositive #6

**Instructeurs/Facilitateurs:** en guise de préface à la présentation de la version 3.0, nous n'encourageons personne à faire des **mesures de divergence**. Si elle est évoquée en classe, nous aimerions que tout le monde explique qu'il s'agissait d'une mesure que Docteure Susan Brown avait demandée il y a des années pour surveiller certains de ses clients. **Ils ne nous sont pas utiles** maintenant et ne sont plus présents dans NO3

### Diapositive #7

Nous parlerons plus de cela demain...

## Module 7- S.O.R.T.

### Diapositive 1

Bienvenue

J'espère que vous avez bien profité de votre soirée. Je voudrais commencer par prendre quelques minutes pour répondre aux éventuelles questions que vous pourriez avoir.

- Quelques informations personnelles:
- \*\*\* Jour 1- Travail à la maison- quelqu'un veut il lire ce qu'il a écrit hier soir? " Ecrivez quelques phrases sur le fonctionnement du Neurofeedback (NO)"
- \*\*\* Jour 2- Travail à la maison- Détaillez vos intentions quant à votre plan de carrière avec NO- soyez aussi précis que possible- images, mots....

### Diapositive 2

Ce second jour du cours avancé cherche à vérifier que vous avez " votre propre masque à oxygène sur vous" et à s'assurer que vos "anciens acquis" n'entrave pas votre succès.

Dans ce cours, vous comprendrez que l'utilisation de la "bonne terminologie" est importante

"Déliver les NŒUDS" en supprimant les « ne pas » de votre langage.

\*\*\* L'Intention du jour «Déliver les nœuds pour aller de l'avant dans votre entreprise, ou pour aider vos clients à mieux comprendre ce processus afin qu'ils puissent aller de l'avant».

Voyons cela aujourd'hui

### Diapositive 4-

Au début de toute activité professionnelle, trouver un équilibre entre beaucoup de clients et ne pas avoir de clients en attente est tout à fait normal. Mais si vous avez du mal à trouver des clients, nous voudrions étudier avec vous les éventuelles raisons de cela au sein de votre organisation de travail!

- \*\*\* Personne ne sera désigné aujourd'hui! Ce que vous faites avec cette information est entièrement confidentielle!
- Mais prenez des notes ... et essayez de comprendre aujourd'hui ce qui peut ou pas vous bloquer.

### Diapositive 5-

#### Tout d'abord

A quelles fréquences vous entraîner? C'est différent selon les personnes. Cherchez votre propre rythme de croisière.

Mais puis je vous suggérer que faire vous même un nombre important de sessions, vous permettra de mieux parler de votre expérience, et ainsi de ne pas proposer à quelqu'un de faire quelque chose que vous ne feriez pas vous même. Vous souhaitez "constater le changement" en vous.

Approximativement combien de sessions avez vous faites? Plus de 25? Plus de 50? Plus de 100?....

\*\*\*\* Avez vous des peurs quant à votre décision de créer votre propre business?

**Diapositive 6-**

Lorsque nous travaillons avec des gens en condition de troubles, nous commençons nous même souvent à «ressentir leur douleur», ce cours nous aidera également à rester à l'écart de la situation!

## Module 8 -- Relation avec le Client

### Diapositive 2-

Notre travail en tant que Trainer est d'aider à rendre le client autonome.

Leur permettre de prendre des décisions en fonction de leurs propres attentes, et s'ils ne peuvent pas prendre ces décisions, ils doivent comprendre que, en surveillant les changements subtils en eux, ils commenceront à comprendre intuitivement comment ils progressent.

Mais c'est un travail FACILE si vous avez fait vos propres sessions et comprenez que vous savez intuitivement ce dont vous avez besoin ...

### Diapositive 3 -

Notre travail en tant que Trainer est fondamentalement différent de celui d'un thérapeute. (Même si vous avez une formation de thérapeute)

\*\*\* Certains clients peuvent ne pas vouloir la responsabilité de se surveiller eux-mêmes ou de «s'observer introspectivement» -- quand les gens sont trop stressés, ils préfèrent qu'on leur dise «quoi» faire ... cependant, si nous faisons bien notre travail, NOUS sommes là pour les aider à s'aider eux-mêmes

Ex: Ma mère est récemment tombée - elle est revenue très déprimée et ne voulait 'ouvrir la bouche que pour être nourrie, sans même se nourrir elle-même' –

il nous a fallu (à nous, ses enfants) dire « Prend la cuillère, maman, met-la dans ta bouche" et l'encourager (fortement) à aussi se soutenir elle-même.

(INSTRUCTEURS: Si vous avez une histoire similaire proche de vous, n'hésitez pas à la personnaliser)

Il y a plusieurs livres qui parlent de cette confiance interne, mais par exemple:

#### Les 4 accords (The 4 Agreements) - Miguel Ruiz

1. **Soyez impeccable dans votre expression orale.** - dites ce que vous voulez dire, prenez votre temps
2. **Ne prenez rien personnellement.** - bien et mal ... tirez vos propres conclusions, n'attendez pas que quelqu'un d'autre juge votre travail et y trouve de la valeur
3. **Ne faites pas d'hypothèse.** - quand nous sommes 'régis par la peur', nous supposons que les autres ont une meilleure façon de penser, une meilleure façon de faire ... aller de l'avant avec votre meilleur intérêt en tête, le reste se mettra en place
4. **Faites toujours de votre mieux.** - Toujours ... demandez-vous, est-ce le meilleur que je puisse faire? Si ce n'est pas assez, faites plus, POUR VOUS-MÊME!

### Diapositive 4-

Beaucoup d'entre vous sont peut-être thérapeutes, coach ou psychologues. Le rôle du Trainer en NeurOptimal® ne nécessite pas le même ensemble de compétences. Nous discuterons aujourd'hui des compétences de «détective» que vous devrez acquérir pour devenir un Trainer NeurOptimal®.

Ce serait «envahir» le client de supposer que nous (en tant que Trainer) pouvons ou devrions interposer l'une de nos «expériences», «jugements» ou «suggestions» et ainsi aller à l'encontre de ce processus.

\*\*\* Beaucoup d'entre vous sont des thérapeutes et pratiquez peut-être la «thérapie orale». Il n'est PAS nécessaire de le faire lorsque vous travaillez avec NO. Je ne dis pas que vous ne pouvez pas. Combiner cela avec les **4 processus de contrôle d'un système dynamique** évoqués hier et vous pourrez obtenir des résultats 'intéressants'.

Comme:

**1. Contraintes extrinsèques**

**2. Perturbation chaotique** variables aléatoires, recueillir des morceaux de souvenirs et les ajouter au mélange

**3. Entraînement et migration – EMDR**

**4. Synchronisation par le chaos-** NeurOptimal®, permet au système de se re-normaliser

**Diapositive 5-**

Encore une fois, nous voulons souligner que c'est l'expérience du client pas la nôtre qui compte. L'élément le plus important que nous pouvons donner au client est de leur donner le pouvoir introspectif de «regarder à l'intérieur» et cela ne nécessite pas de détail sur VOTRE expérience personnelle.

'Entraînement & Migration' - nous percevons la peur, l'anxiété, nous commençons à nous laisser entraîner dans cette histoire. Aussi quand vous racontez VOTRE histoire, ils font la même chose.

Ma théorie: "Ma tante qui souffre de démence" parlait de choses comme si elles lui étaient arrivées, alors que je sais que cette histoire est tirée d'un film ...

Ce que nous insinuons dans l'esprit, nous ne pouvons plus le faire sortir.

Films d'horreur, histoires tristes ... ils sont là ...

Alors que nous commençons à perdre notre capacité à nous rappeler ces souvenirs qui ont été embellis par la musique, les images visuelles... Ceux-ci deviennent plus marqués et nous commençons à nous en souvenir comme s'ils étaient les nôtres.

**Diapositive 6-**

Quand nous sommes en plein dysfonctionnement et/ou désorganisation, nous pouvons appeler ces schémas qui nous entraînent des «attracteurs» ... souvent, ce sont des circonstances familiales, environnementales, éventuellement des substances qui ont créés ces dépendances. Plusieurs de ces «attracteurs» sont des rappels qui nous maintiennent «coincés» dans nos « dysfonctionnements »

Au sein de notre activité électrique corticale, nous avons également des fréquences spécifiques qui nous entraînent comme un rappel ou un «attracteur» là où nous sommes «coincés», comme les fréquences jaunes qui représentent souvent l'anxiété. En regardant les Spectra, nous pouvons les remarquer (les fréquences jaunes sont nos « trompettes qui hurlent »)

Quand nous restons dans le présent, il est impossible de «recréer ces attracteurs» du passé, ni ceux basés sur la peur de l'avenir. Alors que nous restons présents, notre SNC s'auto-régule naturellement, créant ainsi une transformation personnelle.

### **Diapositive 7-**

Nous avons tous pu expérimenter une situation où une personne nous «dérange». Une autre fois, nous la rencontrons, elle est adorable!

LA Dre. Susan Brown a raison: s'ils vous embêtent alors c'est VOTRE problème pas le leur! Il est alors temps de faire une session ...

## **Module 9- – l'approche dynamique non Linear**

### **Diapositive 1-**

L'Approche Dynamique Non-Linear est non seulement l'approche que nous utilisons dans le logiciel NeurOptimal®, mais aussi une approche que nous devons comprendre en tant que Trainer dans notre rapport au client et à ses « problèmes ».

- Comme nous l'avons mentionné hier, nous permettons au SNC de choisir lui-même: de se réorienter, de se réorganiser afin qu'il trouve son équilibre interne.

Nous permettons juste d'intensifier le processus...

### **Diapositive 2-**

L'approche globale vidéo

### **Diapositive 3-**

Le différentiel QEEG ( brain mapping) et les traitements distincts peuvent et même nuisent habituellement à l'entraînement. Nous ne suggérons pas qu'un autre processus soit fait en même temps que le processus de NO.

Un diagnostic devient un «bruit» pour notre processus ...



## **Module 10- Les Noeuds**

### **Diapositive 1-**

Les nœuds que nous créons peuvent faire ou défaire notre succès

Aucun de nous ne connaissait ce processus avant de commencer ce voyage ...

Qu'est ce qui rend une personne pleine de succès et une autre non.... Les circonstances (peut-être pas de diplôme, pas de pratique de départ....)

### **Diapositive 2-**

Quelques choses à retenir ...

La conscience ne fonctionne qu' "en temps réel" MAINTENANT !

Pour savoir que quelque chose n'est pas "juste", vous devez avoir déjà expérimenté le « Juste ». Ainsi nous ne pouvons « normaliser » que vers ce que nous connaissons déjà.

Le terme (« NOT ») « ne pas » est éliminé par le cerveau: ainsi "Attention, ne renversez pas l'eau" ressemble un peu à « Renversez l'eau » - NE PAS être ici (dans le présent) signifie que vous êtes ailleurs ... Si je vous demande de NE surtout PAS imaginer un éléphant rouge, votre cerveau est en train d'imaginer un éléphant rouge.

L'utilisation de «Mots» spécifiques est très important pour faire attention à ... dans votre propre dialogue et dans celui avec d'autres ...

### **Diapositive 3-**

Écoutez les mots exacts de votre client, écrivez-les: Toujours, Jamais, Mais...

Plus encore que cela, écoutez ce que VOUS dites, à vous-même, à votre client.

Katie, Byron- « Aimer Qu'est-ce que c'est? » : Quatre questions qui peuvent changer votre vie

Question 1: Est-ce vrai? ...

Question 2: Pouvez-vous absolument savoir que c'est vrai? ...

Question 3: Comment réagissez-vous - que se passe-t-il lorsque vous croyez cette pensée? ...

Question 4: Qui seriez-vous sans cette pensée?

### **Diapositive 4-**

Chaque fois que nous utilisons le mot «MAIS», nous sommes immédiatement en train d'amenuiser tout ce que nous avons dit avant ce «Mais» ...

Exemple:

Pour le moment, je n'arrive plus à réfléchir, **mais** je veux toujours entendre ce que vous dites -> Pour le moment, je n'arrive plus à réfléchir **et** je veux entendre ce que vous dites ...

Parent à l'enfant: Je sais que vous voulez aller à cette fête, **mais** je suis inquiet qu'aucun parent ne soit là  
-> Je sais que vous voulez aller à cette fête **et** je suis inquiet qu'aucun parent ne soit là

« Je ne veux pas être impoli, **mais** vous êtes mal élevé »

## **Module 11 - La vie change et se transforme**

### **Diapositive 1-**

Les objectifs que nous mettrons en évidence dans les prochains jours ...

Le changement est un processus ... ce n'est pas une pilule, ce n'est pas un événement

"Combien de temps cela me prendra-t-il pour apprendre à lire?"

### **Diapositive 2-**

Le changement est inévitable

Nous ne pouvons pas NE PAS changer

### **Diapositive 3-**

Il n'est pas «facile de rester» anxieux, déprimé ou stressé ... quand n'êtes-vous PAS ce genre de choses? Peut-être pendant que vous dormez? Lorsque vous tenez votre bébé? Pendant que vous chantez?

### **Diapositive 4-**

Un parent peut dire: «Mon fils est si têtu que je ne peux pas l'obliger à faire quoi que ce soit» Ce n'est pas le problème du fils, c'est le problème des parents ... ce sont eux qui sont dérangés par le fait que le fils ne fasse pas ce qu'ils lui demandent de faire.

Val raconte l'histoire d'un client qui, lorsque la famille est venue pour la première fois, a dit que le garçon «ne les écoutait pas»

Val a répondu: «Alors, c'était ton idée de venir aujourd'hui?»

Le garçon a répondu: «Arrgghhh , NON »

et ainsi Val a répondu aux parents: « Alors, comment avez-vous fait pour qu'il vous écoute cette fois et accepte de venir? »

Et les parents: " Nous avons menacé de le broyer jusqu'à ce qu'il ait 30 ans, mais nous sentons que nous devrions pas avoir à faire ça! »

et Val a répondu" Oh, d'accord, alors vous savez comment l'amener à écouter, vous êtes juste en train de marchander sur la solution à VOTRE problème ".

### **Diapositive 5-**

Nous passons notre temps à faire l'aller retour entre des fonctions très différentes; des fonctions cognitives vers des fonctions émotionnelles ou psychologiques ou physiologiques et de retour vers une tâche cognitive, en tant que cerveau élastique et flexible.

Il n'y a pas d'«état» (parce que nous ne «restons» pas figés) Nous nous déplaçons sans cesse vers et hors de chacun.

Tout cela forme un seul cerveau avec des variations dynamiques et fluides, sollicitées suivant les besoins.

#### Diapositive 6-

L'idée n'est pas d'aller **vers une résolution de problème**, un état de paix émotionnel, ou une capacité cognitive à penser plus vite ...

mais plutôt une «re-normalisation» de notre capacité innée à **passer sans heurts et de façon fluide** à n'importe quelle tâche que nous essayons de mener à bien.

Activer ou désactiver si nécessaire ...

« Pourquoi les zèbres n'ont pas d'ulcères », troisième édition - 26 août 2004 par Robert M. Sapolsky

Parle de la façon dont un animal est censé «détecter» le changement (tel que le craquement d'une brindille) qui détermine s'il est en danger (ce qui crée une réponse de combat, d'envol ou de fuite) puis de revenir immédiatement à un moment de détente en mangeant de l'herbe ... Sans vivre avec le stress de « l'apparition possible d'un autre prédateur"

#### Diapositive 7-

La Luftwaffe allemande a construit la première « aile volante » pendant la deuxième guerre mondiale, propulsée par des moteurs à réaction: la Horten 229

Celle-ci avait un design similaire pour un bombardier transatlantique

Voler au bord du chaos nécessite des surfaces de contrôle sophistiquées ainsi que des ordinateurs, ou alors l'avion risque de s'écraser facilement

Au sein de notre SNC, lorsque nous nous entourons de «perturbations» (dialogue interne, dépendances externes ou personnes qui ne supportent pas nos capacités), nous devenons intrinsèquement instables ...

Dans le système sophistiqué de NO, le genre de mathématiques qui est utilisé remarque la différence ou la turbulence. Ce flottement de l'EEG a des surfaces de contrôle complexes qui se chevauchent: les TFE sont capables de "voler à la limite du chaos"

#### Diapositive 9-

Le désordre n'est PAS-voulu c'est la partie intrinsèquement instable de l'EEG ... « Ne pas » 'déliier le noeud'

Nous avons parlé hier d'un trouble, de ce que nous appelons un cerveau désordonné et nous avons énuméré des choses que nous pourrions voir quand quelqu'un dit que son cerveau a été diagnostiqué avec un « problème » - ces signes d'un désordre ou d'un cerveau non organisé sont souvent issu d'un

examen médical comme un QEEG( bien que cela ne nous soit pas nécessaire), **ils sont une répétition d'une séquence d'événements NON souhaités ...**

**Diapositive 10-**

Mais à quoi une transformation de ce cerveau désordonné ressemble?

**Diapositive 11 –**

Nous regardons donc les DIFc pour surveiller ces changements!

## Module 12 - S.O.R.T. the DIFS

### Diapositive 1-

**Xinxin Ming** est le nom chinois d'un court poème du [bouddhisme zen](#) attribué au patriarche chinois [Sengcan](#) au VI<sup>e</sup> siècle.

Tous les changements majeurs prennent du temps à se normaliser - le fait que vous «voulez être ainsi» commencent par de petits changements (parfois et le plus souvent des changements très subtils) avant que vous ne soyez soudainement là où vous voulez être

Je ne dors jamais...

Beaucoup de petites étapes se produiront pour créer la déclaration "J'ai bien dormi!"  
Peut-être qu'il s'endort un peu plus vite (maintenant dans les 20 minutes contre 1 heure avant)  
Peut-être reste-t-il plus longtemps endormi (ne se réveillant pas aussi souvent)  
Ou rêver plus, moins de cauchemars, ou sans faire pipi au lit comme souvent pour les jeunes enfants...

### Diapositive 2-

La transformation est le changement, si ce n'est pas un changement profond, alors nous revenons au processus encore et encore jusqu'à ce que le changement soit apparent

### Diapositive 3 –

Lorsque nous parlons de «**Présenter le problème**», nous «**re-présentons**» le problème.  
Rien n'est bon ou mauvais mais la façon dont on y pense peut l'être...

**Tout est un problème dans certaines circonstances et une solution dans d'autres ...**

Par exemple, vous fermez les yeux la nuit pour bien dormir, mais fermez les yeux lorsque vous conduisez est une mauvaise chose!

C'est seulement quand vous pensez que c'est un problème que cela devient un problème ...

Quand nous voyons cette perspective, nous comprenons que "quand je parle comme Val pense (de cette manière) il n'y a pas de problème"

"Pourquoi ne voyons-nous pas les 'mêmes' résultats que nous avons vus la semaine dernière?"

"Quand cela commencera-t-il à fonctionner? "

"On dirait qu'ils arrivent à maturité"

Chaque moment est dans le présent. Les autres sessions seront un autre moment.

Le passé est un présent fini: pas la peine de s'en préoccuper encore. Le futur est un présent qui n'est pas encore là et dont on ne sait rien: pourquoi s'en faire alors?

#### **Diapositive 4-**

**Les connaissances de Val sur les systèmes familiaux et la neuropsychologie de HK Pribram ont permis d'élaborer ce modèle à 5 phases**

**S.O.R.T (Transformation rapide orientée vers la solution) (Guérir par empathie)**

**Chaque moment de chaque session est séparé <<<<** de sorte que chaque session recommence ce processus. Ceci est une croyance fondamentale du système NeurOptimal®

**1. Rencontrer** - Écouter leur histoire - comment ils la racontent

**2. Rejoindre – S'associer - Adhérer** à leur histoire pour que le client se sente compris

**3. Développer**- Rester avec l'histoire des clients, mais en les aidant à voir les trous de l'histoire «Je suis toujours déprimé. Vraiment? Il n'y a JAMAIS un moment où vous n'êtes pas déprimé? Êtes-vous déprimé lorsque vous dormez? (Une fois que vous avez compris où ils sont, vous les avez rejoints)

**4. Transformer** -Changer leur histoire pour devenir plus précis, « oh ok, donc il y a des moments dans votre vie où vous vous sentez déprimé, pouvons-nous regarder tous ces autres moments où vous n'êtes pas déprimés, mariages, fêtes, naissance de bébé ... " si vous pensiez à ces moments à la place? Pouvez-vous imaginer que cela se produise? » Le travail actuel est en fait de changer leur histoire

**5. Résoudre** - Résoudre le problème original en développant un contexte de hauts et de bas émotionnels de la vie et en mettant en place des stratégies

\*\*\* C'est le même type de traitement dans une méthode mathématique/ informatisée qui se déroule en coulisses avec NO et a été démarré avec le modèle 5 Phases

"Qu'est-ce qui doit se passer aujourd'hui qui vous fera sentir que ça valait la peine d'être ici?"

"Ce qui fait que quelque chose est un problème, c'est que vous ne le voulez pas"

#### **Diapositive 5-**

**Leur histoire**, la façon dont ils la racontent ...

\*\*\* Rappelez-vous que ceci est un travail personnel, racontez votre histoire et écoutez-vous ... écoutez les mots que vous utilisez ...

Exemple: "Je n'arrive pas à attirer les clients à venir à mon cabinet"

#### **Diapositive 6-**

Approches traditionnelles – le thérapeute essaie de comprendre le problème -

Quand le problème n'est pas là (parce que il n'arrive pas à ce moment présent), alors à ce moment-là - il n'existe pas –

Donc quand nous en parlons, nous le « re-présentons » au client et renforçons le problème à se reproduire au le moment présent.

#### **Diapositive 7-**

\*\*\*\*\* VAL- Si quelque chose ne pose pas de problème, nous ne le remarquons même pas. C'est seulement un problème parce que nous connaissons d'autres situations similaires déjà vécues par le passé. Il y a cinquante ans, personne ne pensait à l'humiliation sur les médias sociaux, car on ne l'avait jamais expérimentée. Cela n'est pas un problème jusqu'au moment où vous vivez une expérience différente qui vous apparaîtra comme étant une solution (potentielle).

Allers/retours jusqu'à ce que vous atteigniez le point du laisser-aller

\*\*\* Toujours déprimé, alors comment savez-vous que vous ne devriez pas l'être, si vous ne l'avez jamais expérimenté ... pouvez-vous imaginer ce que ce serait si vous n'étiez pas déprimé ... imiter ne pas être déprimé- **synchronisation par le chaos.**

C'est ainsi que Val a créé le processus ... il n'est PAS nécessaire pour nous de le faire actuellement, car il est «intégré dans l'intuitivité» du système actuel.

#### **Diapositive 8-**

Juste en rassemblant toute l'histoire ...

Les moments où vous vous sentez déprimé et les moments où vous ne le sentez pas  
Et quand vous n'allez pas au bowling avec vos amis  
Que se passerait-il si vous alliez juste au bowling  
Seriez-vous prêt à essayer de voir ce qui se passe

Le «moment de discernement» et le changement d'Emily Litella se produiront

#### **Diapositive 9 & 10-**

Surprise surprise - Affect négatif/ Affect positif: le truc est la transition entre le négatif et le positif - mais vous devez passer par le neutre pour y arriver ... calme - neutralité- fondamentale, plutôt que de ressentir toute la « merde » - vous passez par le calme ...

Réalité virtuelle

La fureur puis le rire et l'énergie se dissipe

La première épouse de Bandler, Leslie, une superbe blonde NorCal, «Et ils vivent heureux pour toujours», nous l'avons fait, mais seulement avec d'autres partenaires ».

#### **Diapositive 11-**

Juste assembler toute l'histoire-

Des moments où vous vous sentez déprimé et des moments non

#### **Diapositive 12-**



S'utilise comme concept de base de l'approche de l'hypnose de Milton Erickson qui fut une inspiration fondamentale pour la PNL avec le Regard Inconditionnel de Carl Rogers:

Réunion - Se Rejoindre - Développer - Transformer - Résoudre

Et ensuite demander s'il y a un autre problème? Sinon, nous avons terminé. Merci d'être venu et de revenir quand et si cela a du sens pour vous

Vous utilisez tout ce que le client vous a dit - rien n'est bon ou mauvais, ni juste ou faux... juste laissez dire, laissez faire

<https://dailstrug.wordpress.com/2017/08/04/more-on-role-reversal-the-patient-as-therapist-to-his-analyst-by-harold-searles/>

## Module 13 – Problèmes et Solutions

### Diapositive 2-

« Rien de tel qu'un besoin, à moins d'un désir préalable »

Rien de tel qu'un besoin de solution, à moins d'en avoir le désir au préalable

Interrompez les et proposez leur la stratégie suivante... "que se passerait-il si vous ne parliez pas de leur problème?"

"Et si ce système faisait la différence sans parler de leurs « problèmes »?"

### Diapositive 3-

Joshua Chamberlain à Little Round Top à Gettysburg.

Ses ordres étaient de tenir à tout prix sa position: il ne devait pas se retirer quoi qu'il arrive.

Après de nombreux assauts, ses troupes étaient inférieures à 1/3 du nombre de ses adversaires. Il a appelé ses officiers à une réunion et a déclaré: «Nous ne pouvons pas nous retirer et nous ne pouvons pas rester ici. Fixez les baïonnettes, nous chargeons! »

Ce fut le tournant de toute la bataille et de la guerre civile: pas de problèmes, seulement des choix

### Diapositive 4-

Coulisse = background de notre cerveau

Le processus de NO inclut maintenant la théorie du SORT, à travers les mathématiques de l'analyse conjointe de la fréquence et du temps. Le concept de ramener l'individu au présent en affichant / reflétant le DIFc dans son EEG lui permet de voir la solution à nouveau. Ils prennent la décision de réagir de manière confortable et familière, en se renormalisant à un endroit où ils étaient auparavant (la solution)

## Module 14 – NO Wellness Provider/TRAINER

### Diapositive 1-

Nous ne sommes pas des médecins

Nous ne faisons rien de différent avec un diagnostic spécifique

Nous ne traitons pas

Nous n'utilisons pas non plus de méthode Linear de «suivi des progrès» pour donner l'impression que nous en savons plus sur le cerveau du client que le client ne le sait intuitivement...

Au lieu de cela, nous offrons à l'individu le soutien qui lui permet de revenir naturellement à sa nature intuitive d'auto regulation

### Diapositive- 3

Calme Assertivité (énoncer son point de vue calmement sans agressivité)

### Diapositive 4-

Ce qu'on appelle l'Esprit du Débutant est en fait mieux compris comme «l'esprit du début»: **qu xin** («choo shin») dans le chinois original. **Qu** est une floraison donc le "début" de la floraison que nous voyons. **Xin** signifie "cœur-esprit" comme dans le "cœur de la question" et "il est une âme réfléchie et attentionnée" Donc, revenez toujours au présent avec **quxin**, "l'esprit du début" de ce moment présent et accueillir ce cadeau , le « moment présent » car c'est TOUT ce qu'il y a, moment après moment

Retournez à... - l'expert sait ce dont il a besoin

### Diapositive 7-

"Il est drôle de regarder comment les rumeurs débutent... Une personne pense avoir compris comment cela fonctionne et dit: "Cela doit fonctionner ainsi", pendant qu'une autre dit: " Non, j'ai entendu que cela doit être comme ça", et encore une autre: " Par mon expérience, cela doit être comme ci"

Avant d'apprendre tout cela, il ne faut pas oublier que la plupart de ces rumeurs, inventions ou même certaines fois superstitions, ont commencé sans le moindre soupçon de vérité.

Je vais donc prendre un moment pour éclaircir certaines d'entre elles. "

### Diapositive 8-

Faites cette expérience avec tout le monde...

Serrez le poing plus fort lorsque vous venez avec des sujets stressants: crevaison en route pour le travail, dispute avec votre conjoint, enfant victime d'intimidation à l'école, factures à payer et paiement des factures médicales

Maintenant, \*\*\* très lentement \*\*\* nous ouvrons le poing en introduisant le système NO

Sentez le froissement des articulations, la sensation de relaxation affecte chacun différemment, pour certains, c'est presque douloureux

### **Diapositive 9-**

Souvenez-vous de l'exercice du poing ... Le changement peut être inconfortable - si et quand l'inconfort revient, il ne s'agit presque jamais de «nouveaux» symptômes, c'est presque toujours de vieux schémas qui se rejouent ... racontant la même histoire interne

### **Diapositive 11-**

Comment nous les utilisons dans notre pratique

Quelqu'un souhaite-t-il partager ?

Si la liste de souhaits est de mieux dormir~

Décomposons cela

1-S'endormir en 20 minutes.

2-S'endormir en plus de 5 min

3-Dormir toute la nuit, longtemps

4-Pas de tournage, de jet de couvertures, de grincement de dents, d'urine dans le lit, de conversation dans le sommeil, de marche dans le sommeil, de cauchemars, etc.

5-Se sentir plus reposé au réveil

Chaque préoccupation, symptôme, "souhait" a ses sous-composantes... il s'agit de découvrir tous les petits changements subtils qui mènent à un grand changement. Il y aura de nombreux petits changements avant que le premier souhait ne soit réalisé et, bien souvent, ce souhait n'est plus le problème. Maintenant, c'est le quelque chose d'entièrement différent

### **Diapositive 12-**

Comment nous les utilisons dans notre pratique.

Par exemple, si la liste de contrôle est "mieux dormir"...

Décomposez-la en incréments de "Comment savez-vous que vous dormez mieux ?"

1. s'endormir dans les 20 minutes.

2. s'endormir en plus de 5 minutes

3. rester endormi toute la nuit, longtemps

4. ne pas se retourner, jeter les couvertures, grincer des dents, uriner dans le lit, parler dans son sommeil, marcher dans son sommeil, faire des cauchemars, etc...

5. Se réveiller en se sentant plus frais et dispos.

- 
- 

Chaque préoccupation, chaque symptôme, a des sous-composantes... il s'agit de découvrir tous les petits changements subtils menant au seul grand changement.

Il y aura toujours BEAUCOUP de petits changements avant que le 1 élément ne semble achevé et bien souvent, cet élément n'est plus le problème lorsque vous y réfléchissez.

## Module 15 – La philosophie sous-jacente de NO3

### Diapositive 3-

\*ignorance =enfouissement de notre probleme

Parfois, lâcher prise sur nos tentatives de nier, de changer, d'ignorer ce qui est ... crée les problèmes que nous cherchons à soulager; la dépression, l'anxiété, la colère etc ...

L'ignorance\* dont vous parlez avec Karma est l'histoire que nous continuons à nous raconter? Donc, se réveiller à «ce qui est», c'est comprendre que vivre dans le présent permettra une libération de la continue re-traumatisation de notre histoire ...

Ignorer activement toutes les preuves de notre vie dans le présent, l'histoire est, essentiellement, un mensonge

Marcher dans le passé vous permet de faire l'expérience que vous n'avez plus 4 ans, ni n'êtes alpagué par des «géants» qui pourraient facilement vous tuer s'ils choisissaient de le faire.

### Diapositive 4-

Pourquoi continuons nous de nous faire ça à nous même?

“Aliénation: faire la même chose encore et encore en espérant de nouveaux résultats” A. Einstein

### Diapositive 5-

Continuité et redéclenchement du maintien à un attachement affectif

Quand nous «parlons» des «problèmes», nous renforçons l'idée de ne pas être dans le moment présent. Nous réactivons également le même processus de pensée que nous avons lorsque nous avons créé le problème en premier lieu ...

« Nous ne pouvons pas résoudre des problèmes en utilisant le même mode de pensée que nous avons utilisé pour les créer » Albert Einstein

### Diapositive 6-

Aller à la 'machine Pepsi pour obtenir un coca, puis être contrarié parce que vous ayez un Pepsi, au lieu du coca souhaité'

\*\* Voyez-vous des modèles de votre propre vie dans cette diapositive?

\*\* Que voyez-vous comme des schémas que vous continuez à vous répéter?

\*\* Y a-t-il un dialogue préférable?

### Diapositive 12-

Cela vous rappelle quelque chose? Perturber le schéma familial avec une interruption - pour en ramener au présent ...

**Diapositive 14-**

Je ne suis pas attaquée dans CE moment présent...

Je n'ai pas peur que le chien m'attaque ...

**Diapositive 17-**

Avec Karma, nous avons aussi Dharma

Perturbation de ce qui est habituel au niveau affectif et redéclenchement d'un maintien de vivacité

**Diapositive 19-**

« Quand vous vous abandonnez à ce qui est, et devenez réellement présent, le passé cesse d'avoir du pouvoir. Vous n'en avez plus besoin. La Présence est la clef. Maintenant est la clef » Eckart Tolle

## **Module 16– Présence d'esprit et transformation**

### **Diapositive 2-**

Comme l'a dit Lao Tzu:

Si vous êtes déprimé, c'est que vous vivez dans le passé ...

Si vous êtes anxieux, c'est que vous vivez dans le futur ...

Mais, si vous êtes en paix ... Vous vivez dans le présent ...

### **Diapositive 5-**

« Avoir de l'emprise sur sa colère, c'est comme saisir un charbon ardent dans l'intention de le jeter à quelqu'un d'autre: c'est vous qui vous brûlez. »

Diapositive 6-

Nous pouvons être entourés d'histoires pesantes et tristes ... En tant que système dynamique, l'une des 4 procédures de contrôles consiste à «entraîner et migrer», si votre clientèle est une population de personnes qui vous épuise, vous déprime ou vous angoisse au quotidien ... peut-être que votre SNC Dynamique migre vers ça ...

Faites votre propre travail ... Écoutez votre voix intérieure, gardez vos convictions et votre propre optimisme

### **Diapositive 7-**

LIRE: "Quand nous nous attaquons aux causes et aux conditions qui créent la souffrance, celle-ci ne resurgit pas et, par conséquent, n'a pas besoin d'être « vaincue » ni « traitée ». Nos capacités naturelles, intrinsèques, d'auto-organisation et d'autorégulation fonctionnent comme prévues, en rétablissant la résilience et la flexibilité, indépendamment de ce qui a causé ou conditionné la souffrance ». Dr Valdeane Brown