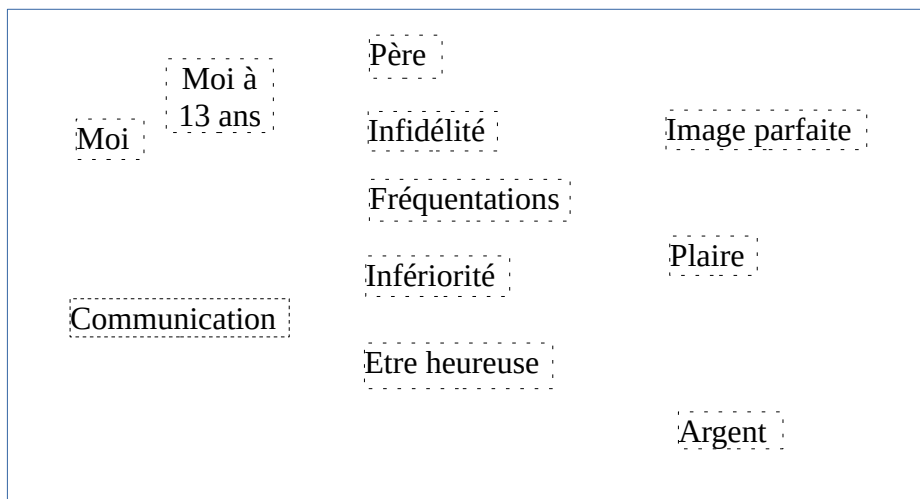


DES CARTES MENTALES EN PSYCHOTHERAPIE (un exemple)

- Organisation de *brainstorming* (avec le thérapeute, puisqu'il initie le transfert)

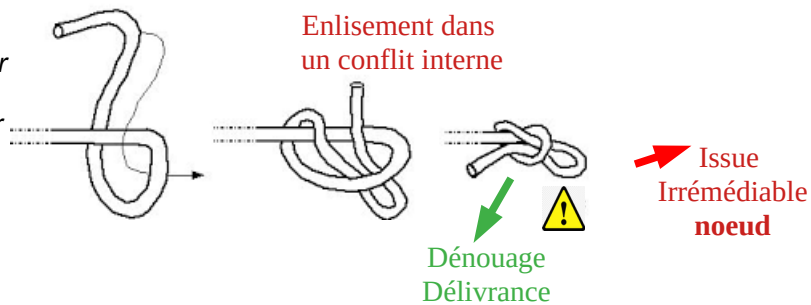
Exposition des idées



Appréhension psychologique nodale

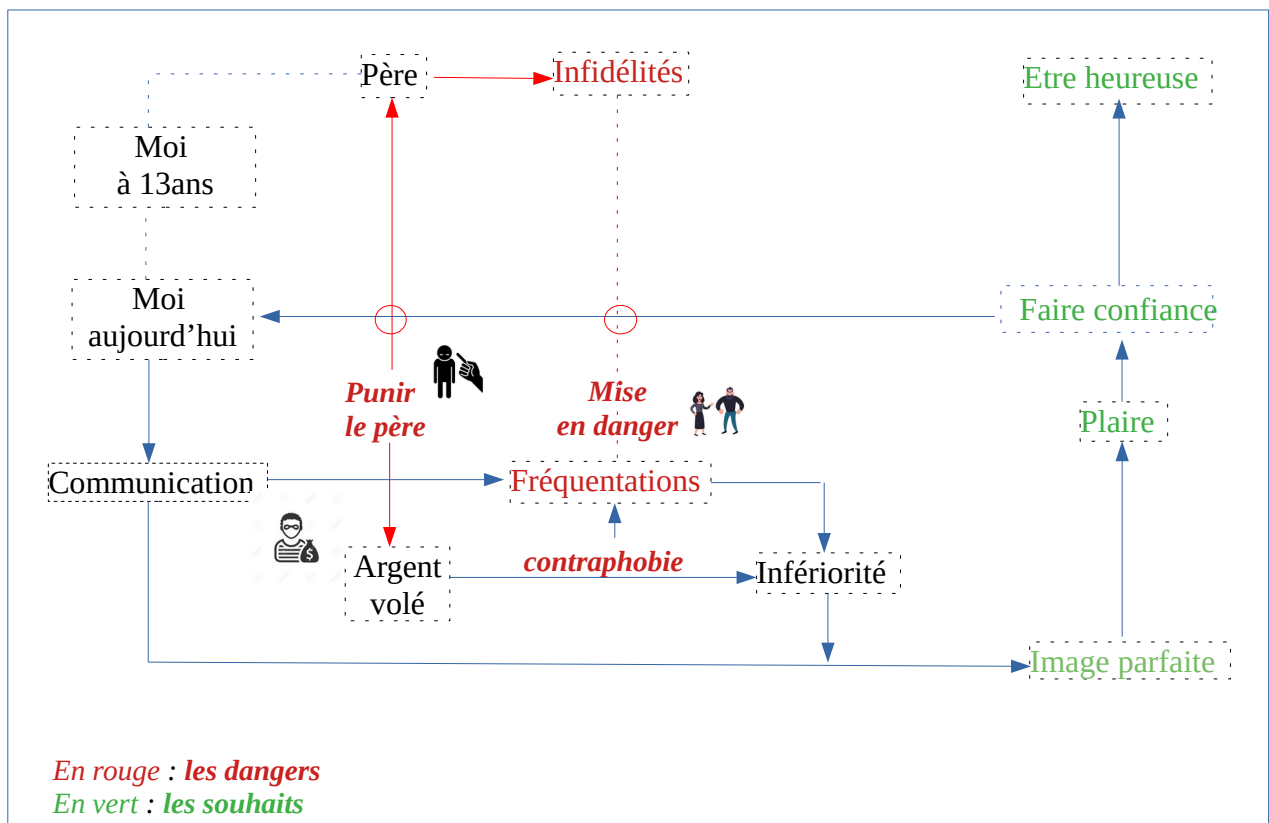
Prolonged psychological stress is the enemy of our mental health, and physical movement is our best weapon to respond.

Leon Taylor



Degré de gravité moyen de la situation :
le brin névrotique engagé est coincé.
Il faut éviter qu'il soit attiré dans la création d'un nœud final

- Mise en place et élucidation des corrélations (associations) possibles



Les dangers

- Cet argent volé au père par sa fille est destiné à punir le père et par ricochet l'homme au contact de qui elle est.
- L'argent mal acquis est corrompu à travers la demande d'amour
- L'argent volé au père est destiné à donner une « bonne image sociétale de soi »
- Une première mise en danger apparaît dans la confrontation passée aux infidélités paternelle (Choc émotionnel) En effet, l'argent volé ne peut racheter la fidélité originelle corrompue par le comportement paternel.
- Mme F. ne peut vouloir (r)acheter l'amour des hommes rencontrés.

Les souhaits actuels

- Ne plus dépenser l'argent soutiré au père
- Investir des relations avec son argent à soi (F. perçoit un salaire)
- Développer une bonne image de soi. S'agit-il de capacité de séduction ? D'honnêteté ?
- Faire confiance à l'autre. Et faire confiance à soi.
- Etre heureuse. Pour ses parents ? Pour soi ?

- Psychothérapie orientée solutions (« solutions focus practice »)

Solutions envisageables et réalisables

- Cesser vol d'argent au père
 - Accepter argent de poche des parents, évaluer ensemble ses besoins
 - Modifier fréquentations déstabilisantes
 - Renforcer confiance envers compagnon + père
 - Obtenir le diplôme
 - Renforcer la confiance dans ses choix
-
- Traiter le traumatisme à 13 ans (Syndrome post traumatique)

Cognitions négatives

Tous les hommes sont des obsédés
Je ne ferai jamais confiance à un homme
Je ne suis pas une bombe
Je ne serai jamais heureuse

Cognitions positives

Mes parents peuvent trouver des solutions pour aller mieux
Je peux choisir un homme en qui je peux faire confiance
Je suis suffisamment belle
Je peux être heureuse

Accompagnement psychothérapeutique complémentaire

- Rêve Eveillé pour une installation dans le présent et un avenir proche
- Intentions Réalisables, et Q/D