

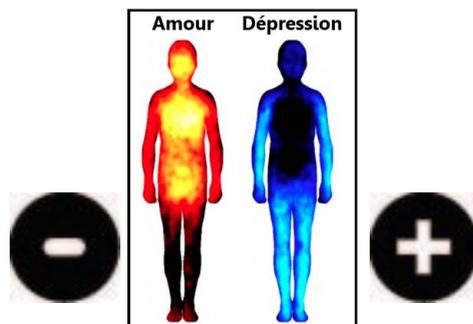
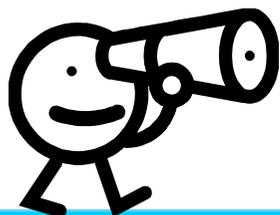


Définition et
exemples

Typologie
et
dimensions

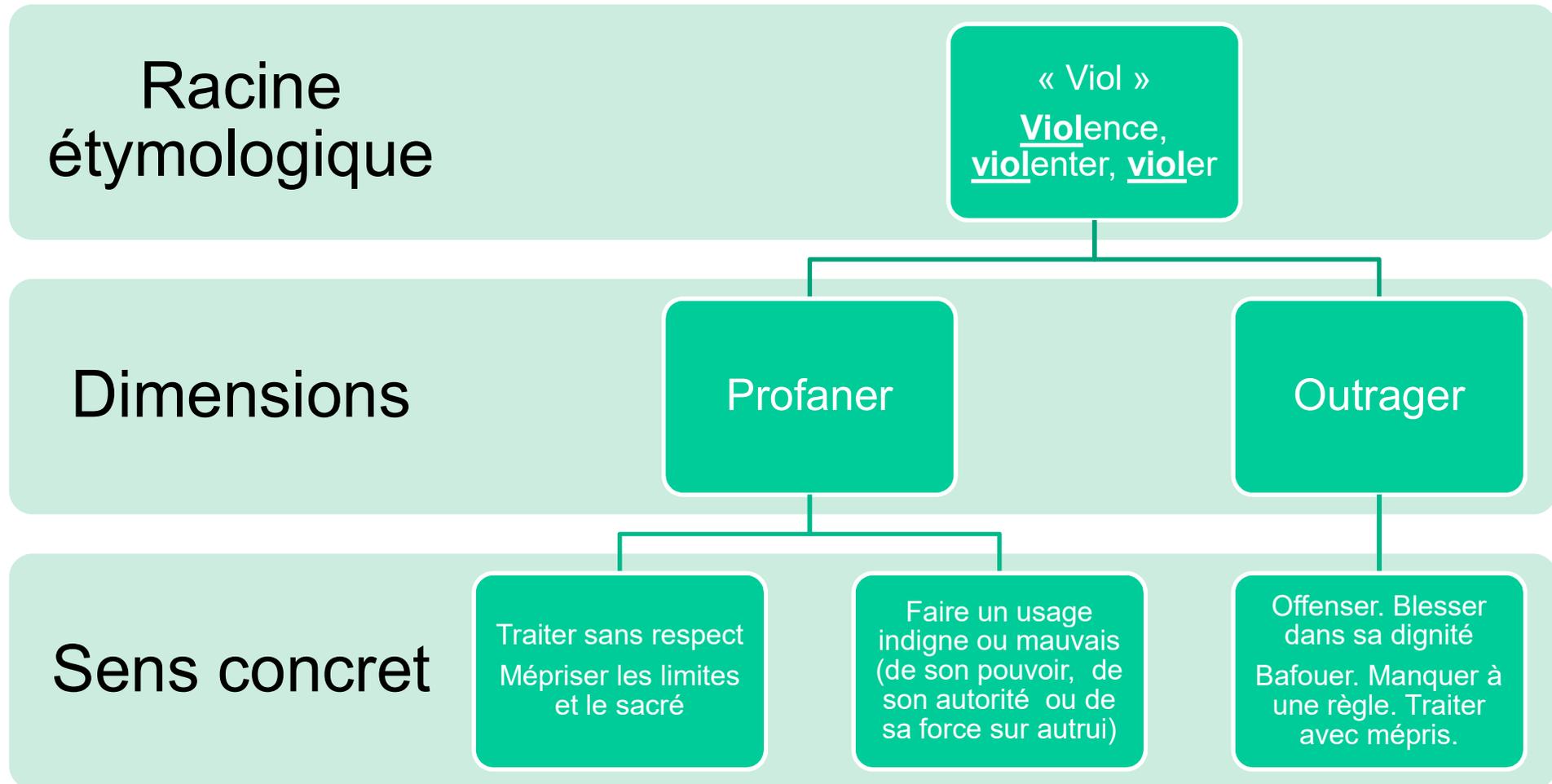
Mécanique
et
dynamique

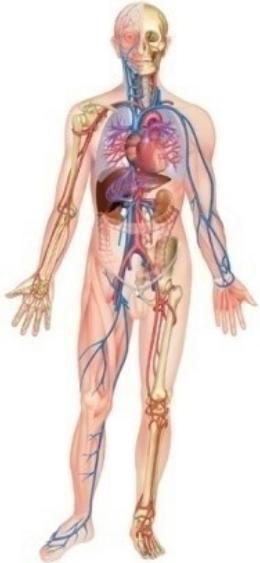
Clefs et
solutions



Power et Connexion







Imprévisibilité

Choc ou trauma difficile à imaginer ou à prévoir
Obligé d'être dans un certain oubli (déli souvent avant)

Se souvenir

Incompréhension

Abus de pouvoir ou de contrôle difficile à penser
Obligé de penser à autre chose (illusion ou fausse croyance souvent avant)

Réfléchir

Intensité

Brutalité, stress intense ou émotions fortes difficiles à gérer (inclus séduction malsaine et plaisir addictif toxique)
Obligé de déconnecter (dissociation obligatoire)

Sentir

Impuissance

Usage de la force ou manipulation où il est difficile de réagir
Obligé de subir (inhibition de l'action obligatoire)

Agir



**Les 4 « I »
de la violence en
victimologie**

(Dr Gisela PERREN-KLINGLER)

Happy
Power
To You



Impuissance extérieure Manque de Ressources externes

Conditions familiales, sociales et
environnementales

Facteurs socio-économiques

Difficultés de la vie matérielle

Qualité de la gestion des ressources



Croissance
économique !



Impuissance intérieure Manque de Capacités internes

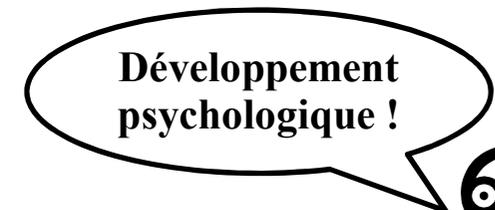
Education et communication (CNV)

Développement de la personne

Connaissance des émotions

Gestion du stress et de son énergie

Qualité de la satisfaction des besoins



Développement
psychologique !



« Une force intense, brutale et souvent destructrice »
Dictionnaire Larousse

« Un abus de pouvoir sur autrui et une malveillance sur soi-même en utilisant la douleur destructrice ou le plaisir toxique »



« Faire mal à autrui et à soi-même par action, par omission ou par mystification (le lavage de cerveau) »

« Un usage abusif de la force ou une prise de contrôle toxique de façon impulsive, compulsive ou sournoise »



« Une impuissance à trouver une solution positive, responsable, saine et durable à un moment dans sa vie »

« Un déni de son mal-être et de sa douleur qui va détruire ou empoisonner la vie des autres »

Il n'y a pas de mauvais, il n'y a que des stressés ! C'est ça, le nœud du problème (Dr Hans SELYE, Dr Henri LABORIT).



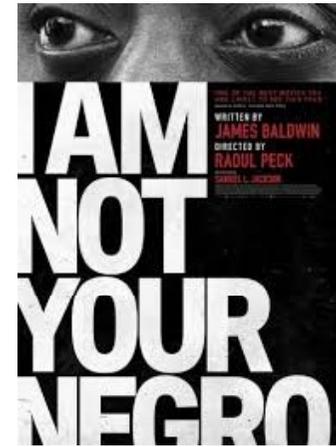
Il n'y a pas de méchants, que des souffrants ! Mais que de souffrance. Ne laissez personne vous détruire (Isabelle NAZARE-AGA).





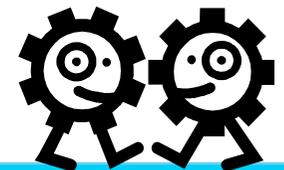
1 évènement 1 fois

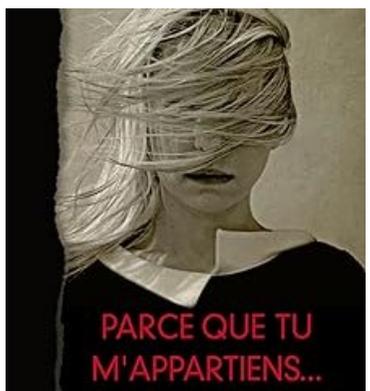
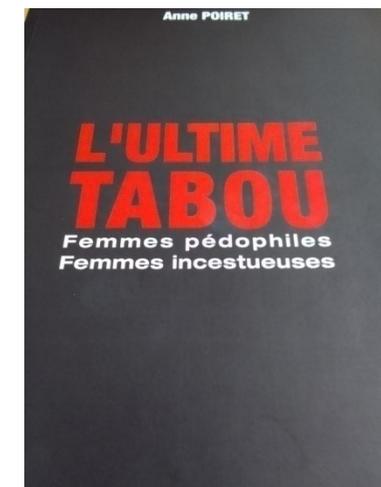
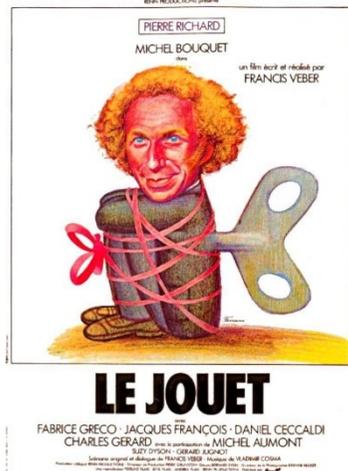
Passage à l'acte brutal et choquant (ESPT)
Usage abusif de la force, du pouvoir ou de la confiance
Explosion de rage, de dégoût et de colère parasite
Choc, trauma, pulsion et attaque
Agression, accident, trahison et arnaque
Viol, atteinte à la personne et abus sexuel
Meurtre, suicide et automutilation



Plusieurs petites choses Plusieurs fois

Abus de pouvoir répété sous diverses formes
Humiliations, moqueries, exhibition ou nudité forcée
Harcèlement, pression psychologique et emprise
Manipulation, fusion affective et séduction abusive
Lavage de cerveau, maternage intempestif
Menaces, incitations et chantage affectif







Le mal aimé



Qui aime mal



Le maltraité



Qui maltraite



L'abusée



Qui abuse



Fin du 20^{ème} siècle
Loi en 2019 en France

L'humiliée



Qui humilie



**Taper
à grand bruit**

**Destructivité
dans la
douleur**

(besoin d'un
cadre pour éviter
la confusion
relationnelle)



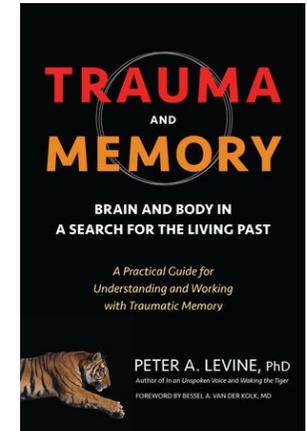
**Manipuler
avec amour**

**Toxicité dans
le plaisir**

(besoin de
limites pour
éviter la fusion
relationnelle)



« Un abus de pouvoir
où le patriarcat tue
dans la douleur et où
le matriarcat
empoisonne avec
plaisir. Je vous laisse
deviner où se cache
le plus malin. »



Le schéma de fonctionnement normal
de la satisfaction de nos besoins et de la
prise de décision saine dans nos relations



Les dysfonctionnements symptomatiques
de la violence et de l'impuissance émotionnelle
(la dissociation, la fausse interprétation, la compulsion, le déni)



5 sens universels pour Bien Sentir: bonne perception de nos besoins, ressources et capacités.
7 émotions normales pour Bien Réfléchir: bonne orientation de nos choix, solutions et décisions.
3 stress naturels pour Bien Agir: bonne direction de nos comportements, réactions et actions.
2 motivations morales pour Bien se Souvenir: bonne intégration du sens, de la valeur et de l'expérience.



Un effet rebond ou pervers de la répression des émotions

La honte et la peur qui n'existent plus

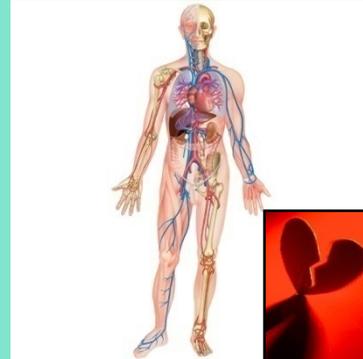
2 enfants sur 3 victimes de violence physique à la maison en France.

10 % des français victimes d'inceste.

4 femmes sur 10 abusées sexuellement (OMS).

8 bébés sur 10 victimes de séparation précoce, de stress de l'attachement (carence ocytocine).

La tristesse interdite qui se transforme en désespoir



Le figement des tensions sensorimotrices du stress encaissé

La colère qui devient rage folle et destructrice



L'impact du gel des sentiments et de la mémoire traumatique

Le dégoût qui écœure avec haine et mépris

Les conséquences du déni de la douleur





REFLECHIR
Le sentiment
d'incompréhension



SENTIR
Le sentiment de
froideur et de
détachement



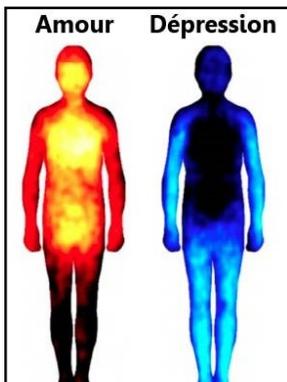
**L'analphabétisme
émotionnel**
Le manque
d'éducation
émotionnelle
pour pouvoir
bien sentir,
réfléchir et agir



AGIR
Le sentiment
d'impuissance
et d'impasse



SE SOUVENIR
Le sentiment de
mépris et
d'abandon

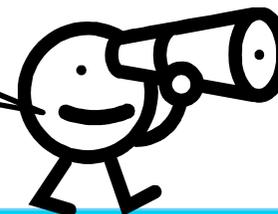


Power et Connexion



7 émotions normales	+ Impuissance 
Amour responsable	Impression / Sentiment d'abandon, de trahison et de détachement
Colère saine	Impression / Sentiment de rage, d'injustice et de rumination
Dégoût naturel	Impression / Sentiment d'écœurement, de saturation et de mépris
Honte normale	Impression / Sentiment d'humiliation, de rejet et d'indignation
Joie ressource	Impression / Sentiment d'isolement, d'impasse et d'échec
Peur aidante	Impression / Sentiment d'angoisse, de panique et de terreur
Tristesse du cœur	Impression / Sentiment de désespoir; de désolation et de résignation

Je suis chargé d'électricité
 Si par malheur, au cœur de l'accélérateur
 J'rencontre une particule qui m'mette de sale humeur



Power et Connexion

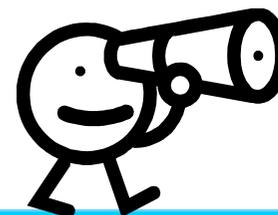


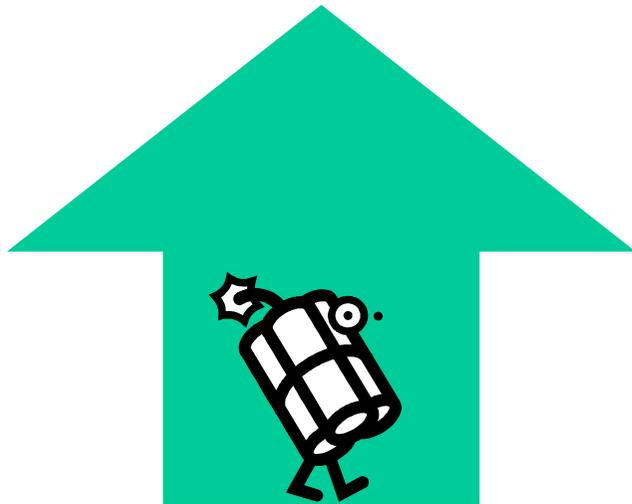
Définition et
exemples

Typologie
et
dimensions

Mécanique
et
dynamique

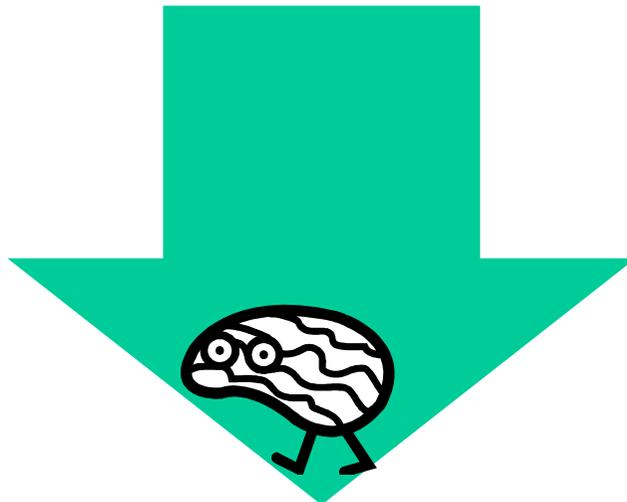
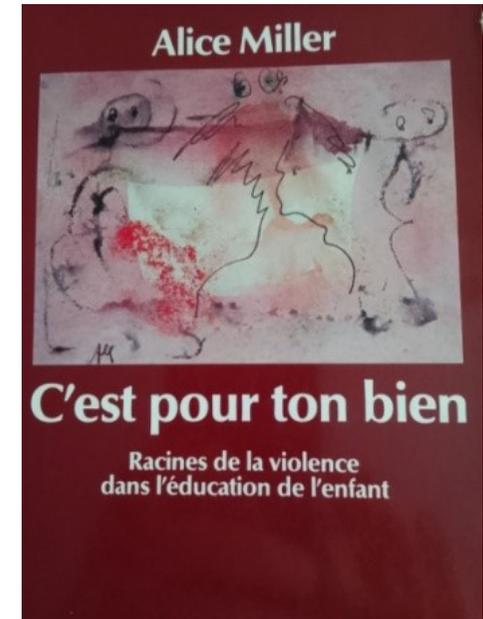
Clefs et
solutions





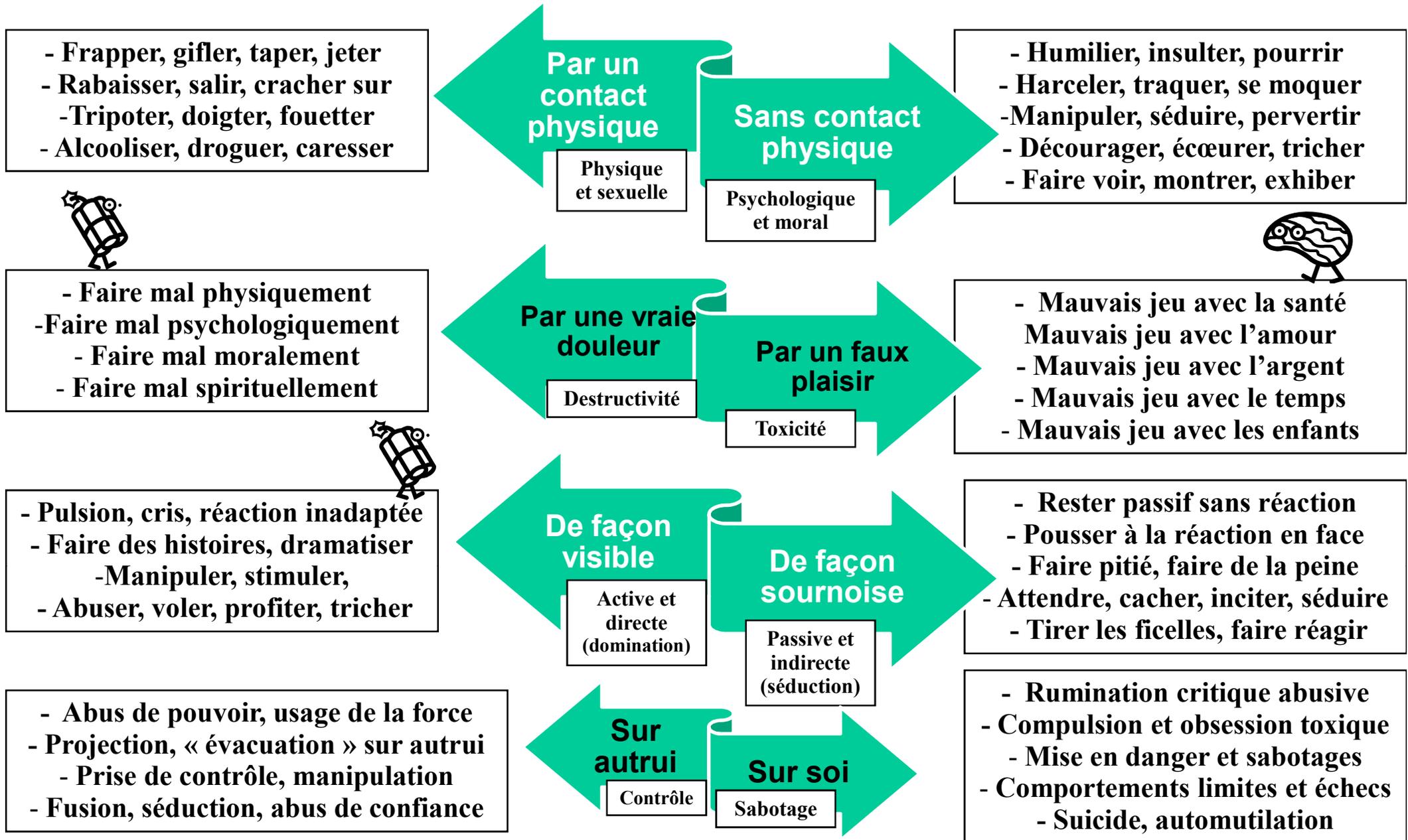
Active et destructrice

Physique, verbale, corporelle
Directement dans l'humiliation
Directement dans la domination
Violence bruyante et visible



Passive et toxique

Psychologique, affective, mentale
Indirectement dans l'humiliation et la culpabilisation
Manipulation des besoins affectifs normaux
Abus avec la fidélité et le manque affectif de l'enfant
Jeu de pouvoir abusif avec la peur de l'abandon et la dépendance affective (le besoin de fusion en amour)
Violence sournoise et invisible

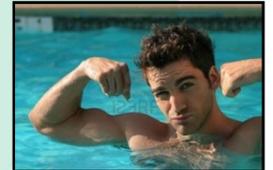


La destructivité qui casse le lien

Violence de type
« Animus » chez Jung

Cliché ou stéréotype du patriarcat
dans la force et la testostérone

- Problème de cadre et d'abus dans l'explosion de la douleur. Relation Persécuteur - Victime visible.
- Rapport de force, abus de faiblesse et usage de la force. Destruction de la filiation directe et brutale.
- Domination abusive et relation de pouvoir d'avantage visible.
- Pratique de la terreur. Manque de cadre, de protection et de sécurité.



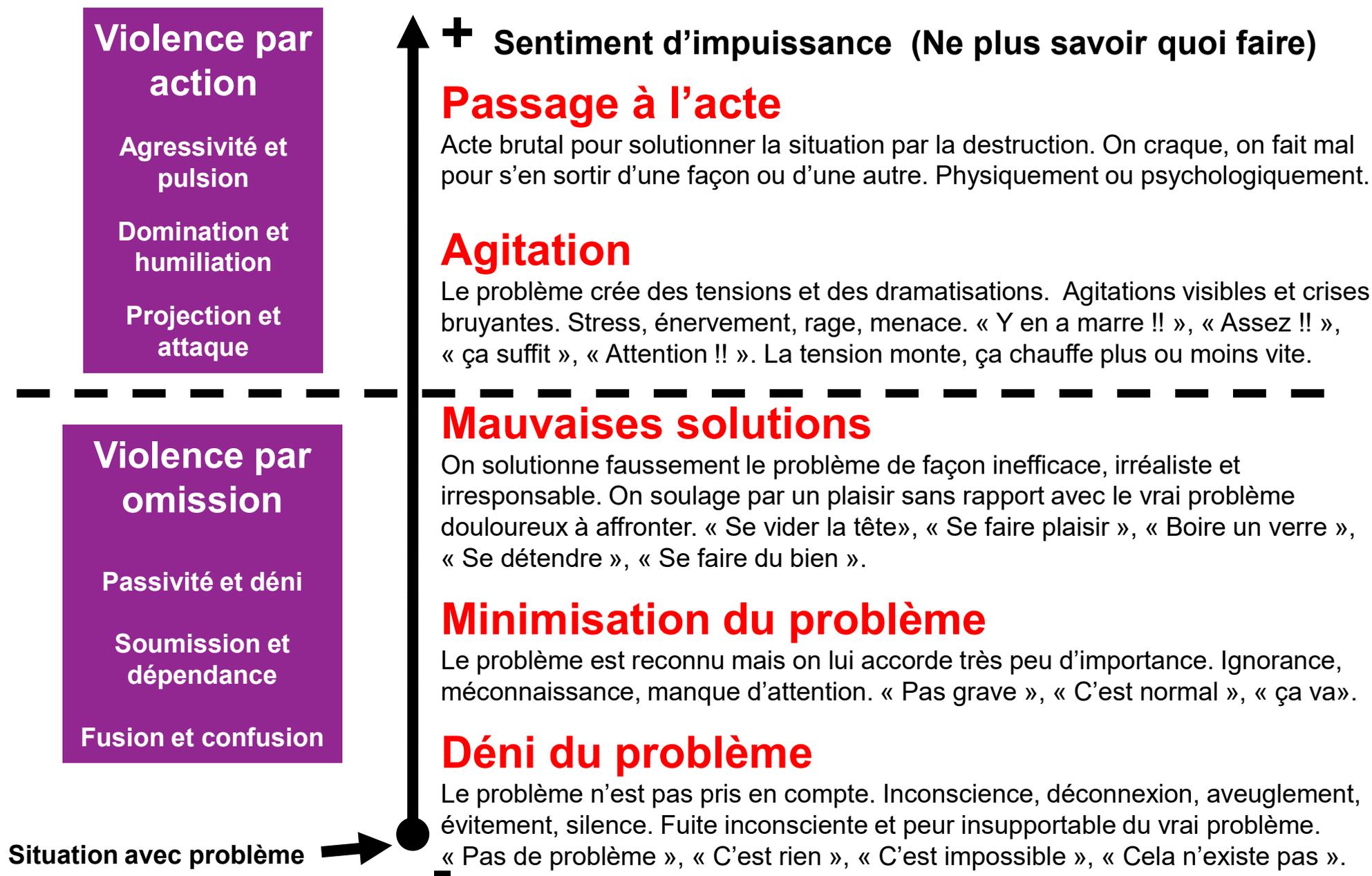
La toxicité qui abuse du lien

Violence de type
« Anima » chez Jung

Cliché ou stéréotype du matriarcat
dans la fusion et la séduction

- Problème de lien et d'abus dans la manipulation du plaisir ou de l'amour. Persécuteur « séduisant ».
- Confusion et lavage de cerveau. Parentage toxique.
- Fusion abusive, maternage intempestif, séduction affective et manque d'autonomie / de différenciation.
- Problème de dosage et de limites saines.
- Perversion jouant sur le manque affectif. Manipulation. Désaffiliation sournoise et dépendance fusionnelle.





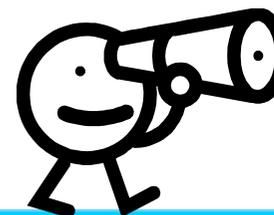


Définition et
exemples

Typologie
et
dimensions

Mécanique
et
dynamique

Clefs et
solutions





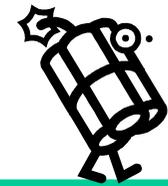
Manque
émotionnel



Abus
relationnel



Mépris
social



Abandon
moral





**Ça me fait mal
(mon histoire)**



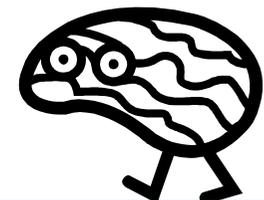
**Je ne sais pas gérer Ça
(ma douleur)**

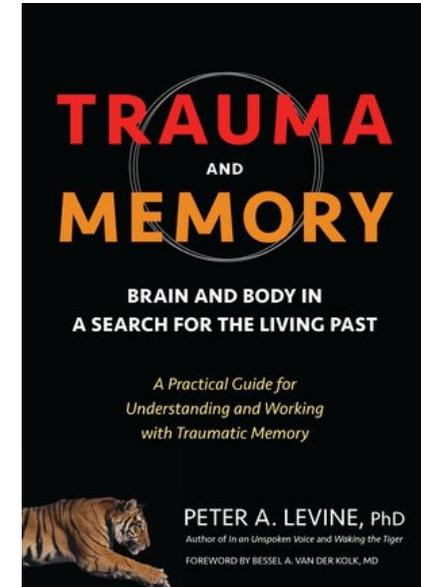
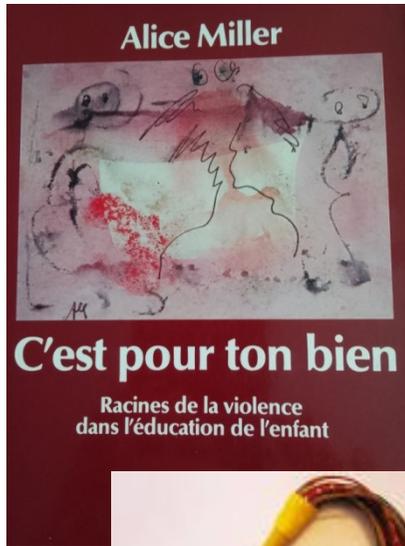
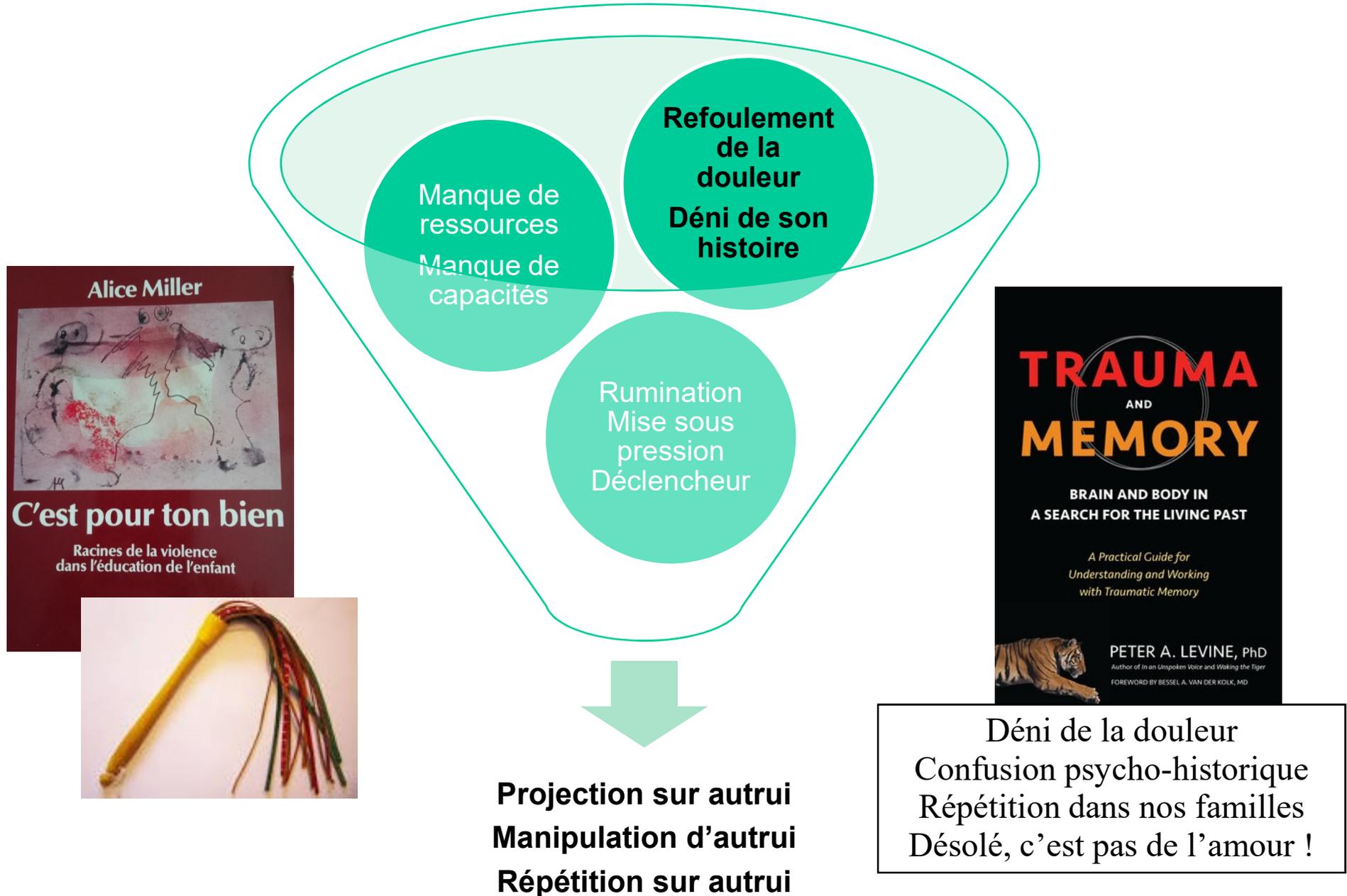
Je fais mal à Autrui

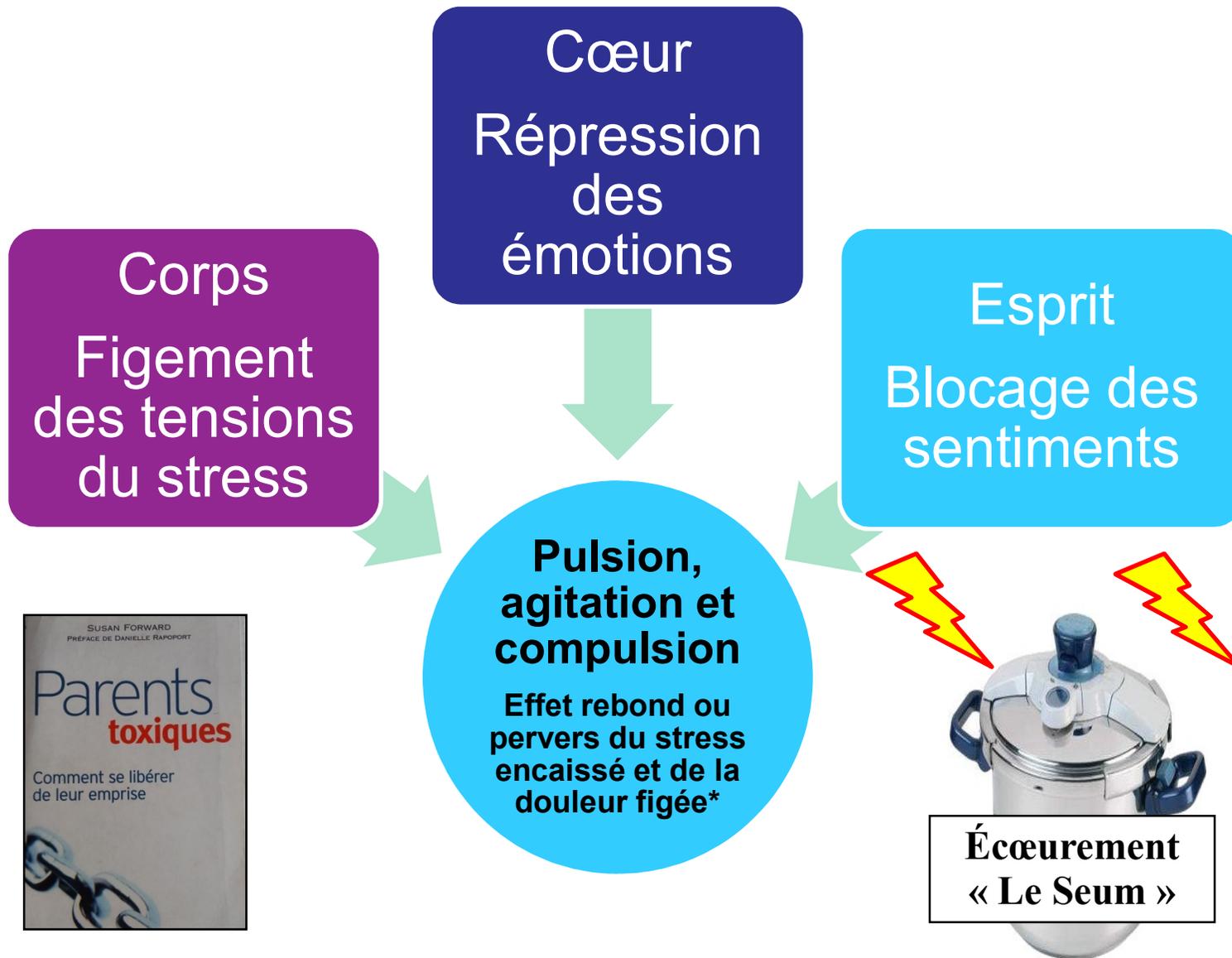
(la destructivité relationnelle / je projette ma douleur sur Autrui)

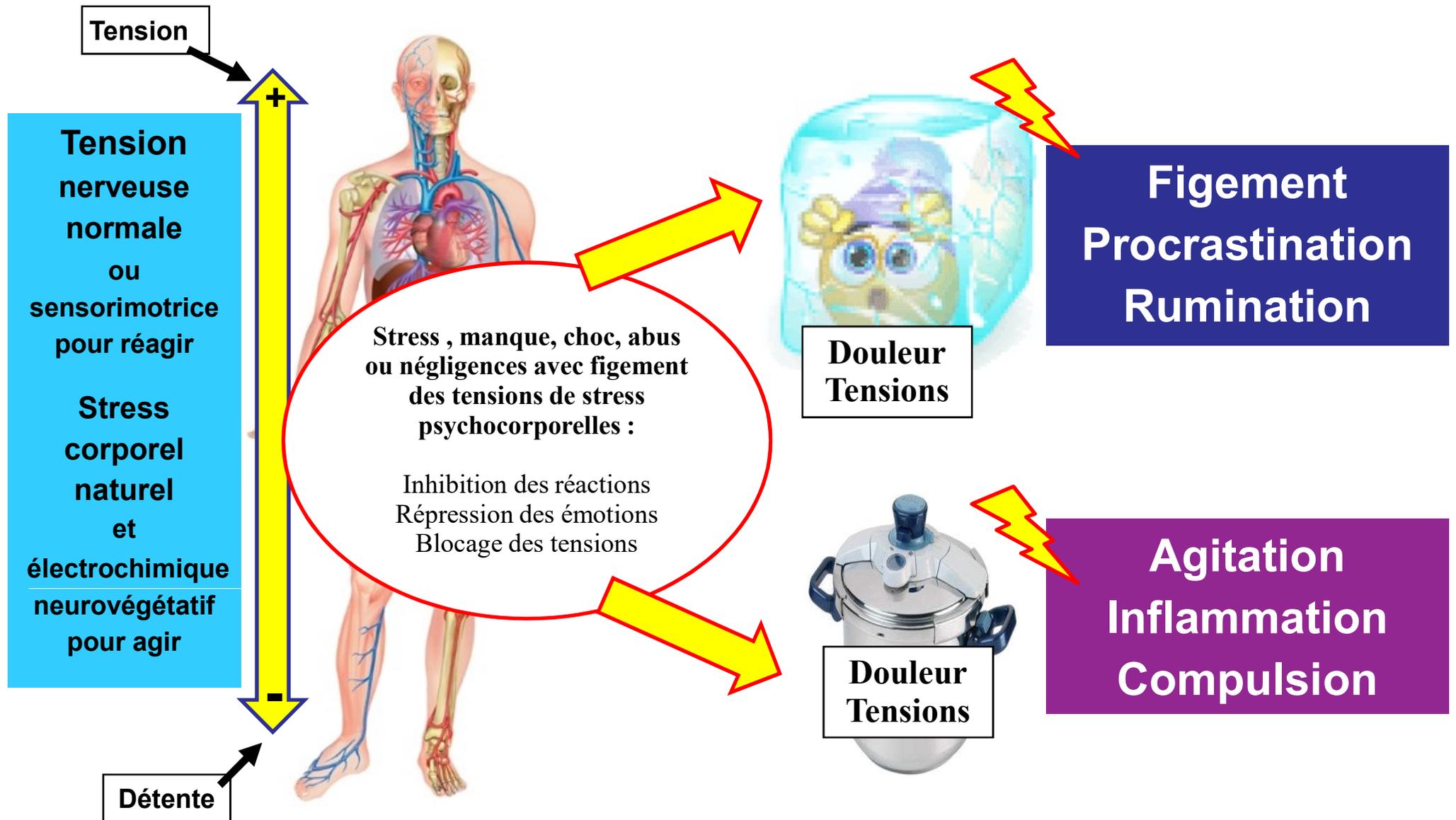
Je contrôle Autrui

(la toxicité fusionnelle ; j'empoisonne la vie d'Autrui)











Amygdale

Problème de
réaction
comportementale

Hippocampe

Problème de
mémoire
traumatique

Insula

Problème
d'orientation
émotionnelle

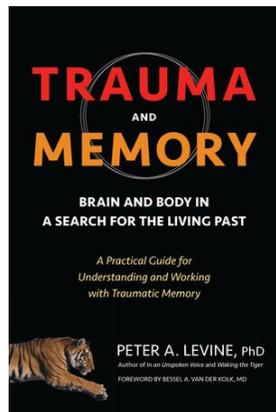
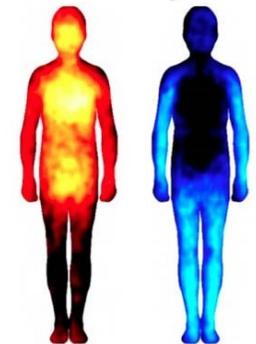
Système Neurovégétatif

Problème de vitalité
et d'instabilité

Cortex Orbito- Frontal

Problème de
patience et de
concentration

Amour Dépression



Les principales pièces du circuit
mnémo-réactionnel de notre
stress vital électrochimique
sensorimoteur



Un problème de limites, d'impuissance et de distanciation impossible

Une mauvaise gestion relationnelle des réalités, des limites et des responsabilités

Un problème de maturité émotionnelle et de recadrage relationnel

Une certaine distanciation impossible par peur en réalité

Le lien à tout prix et le mépris du cadre dans une certaine confusion / fusion / violence



Dépendance affective

Peur de l'abandon

Fusion avec autrui

« Ne me quitte pas ! »



Emprise relationnelle

Peur de l'abandon

Contrôle d'autrui

« Je vais pas te lâcher ! »



Le Sauveur
« Il fait bien, elle fait plaisir »

**Réalité du
passé**

Sur-adaptation
et abnégation

/ Douleur et déni

Illusion, obsession et
automystification

**Réponse et
solution**

/ Digestion de la douleur
et éducation

Dramatisation

Réalité des faits

Diabolisation

Prise en charge et
dépendance fusionnelle

Rôle de chacun

Emprise et
jeu avec la peur



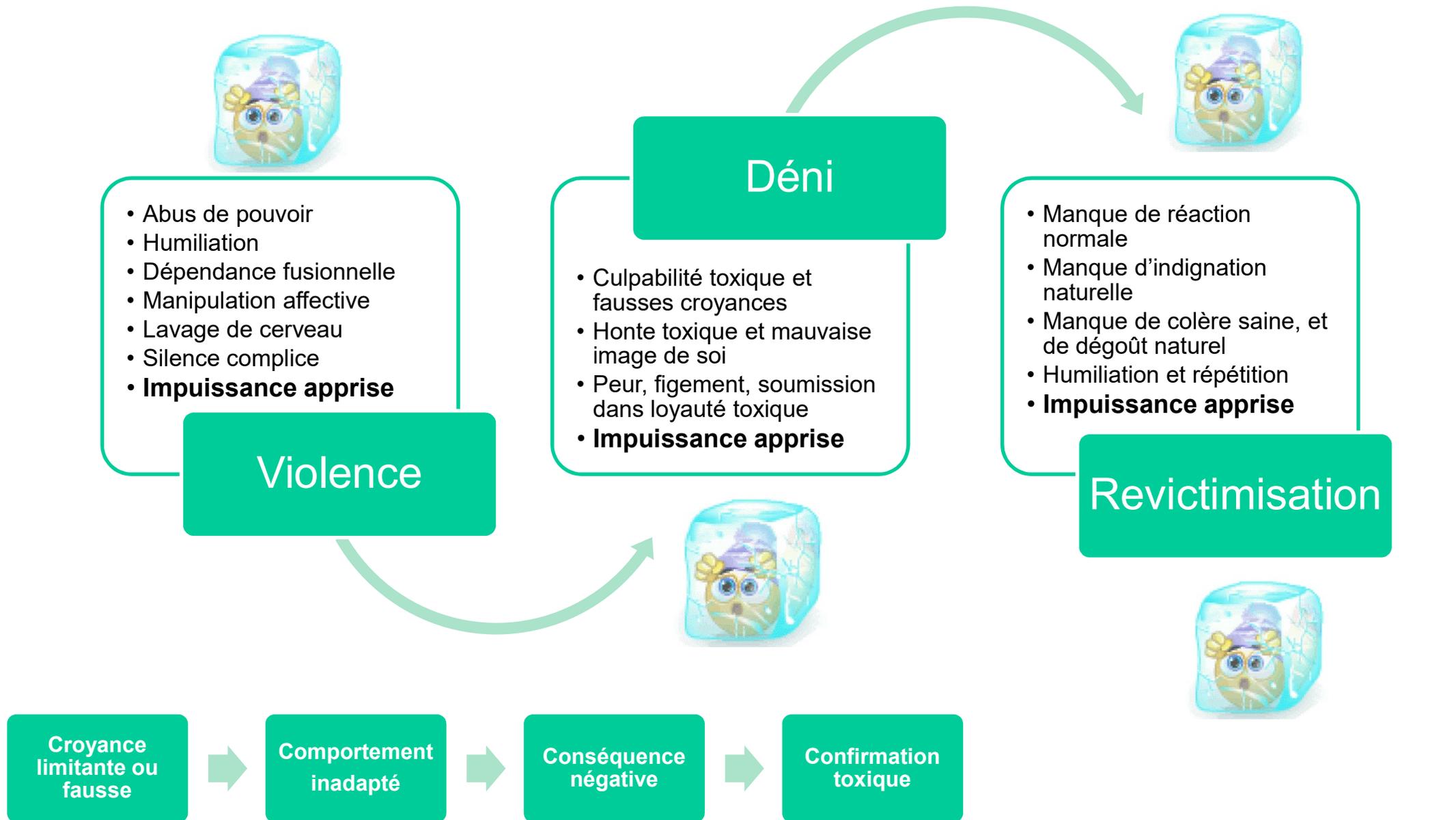
La Victime
« Il fait peine, elle
joue avec la pitié »

Responsabilité des personnes



Le Persécuteur
« Il domine, elle
contrôle »

Revictimisation Addiction Pulsion Répétition





Besoin naturel et normal

- **Besoin** de soutien, de lien, de loyauté, de fidélité et de fraternité.
- Besoin de contact, de présence, de partage, de parole et de tendresse*.
- Besoins familiaux et sociaux normaux. Besoins humains naturels. Douleur du manque. Stress de la solitude. Peur de l'abandon. Angoisse de la trahison.



Abus relationnel

- **Abuser** de son pouvoir, de la faiblesse d'autrui et du rapport de force.
- Abuser de la confiance d'autrui et profiter de la gentillesse naturelle.
- Abuser de son pouvoir de séduction et maquiller ses sentiments (hypocrisie).
- Abuser de son statut dans la famille ou le groupe pour tirer les ficelles.



Manque affectif

- **Profiter** du manque d'amour et jouer avec les besoins humains en amour.
- Profiter de la loyauté naturelle de l'enfant au sein de sa famille.
- Profiter de la fidélité normale dans le couple et dans la famille.
- Profiter de la peur de l'abandon et de la dépendance affective des personnes.





Définition et
exemples

Typologie
et
dimensions

Mécanique
et
dynamique

Clefs et
solutions

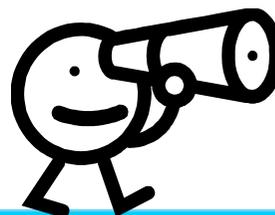
Le Pouvoir
de Bien
Se Souvenir

Le Pouvoir
de Bien
Réfléchir

Happy
Power
To You

Le Pouvoir
de Bien
Sentir

Le Pouvoir
de Bien
Agir



Dépression



Mieux recharger
ses batteries



**Savoir
recevoir et
nourrir**

Besoins,
ressources et
capacités

Sentir

**Savoir
choisir**

Produits sains,
personnes
ressources et
solutions
responsables

Réfléchir

Orientation et direction

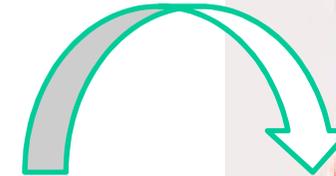
*Aller au contact
des Choses saines
Gagner en liberté de
s'abstenir ou de fuir les
Choses toxiques
Savoir se mettre
au repos ou se reposer pour
mieux se ressourcer*

**Savoir limiter
et doser**

Plaisirs abusifs,
douleurs du
manque et
mensonges
destructeurs

Se Souvenir

Mieux donner
du sens à sa vie



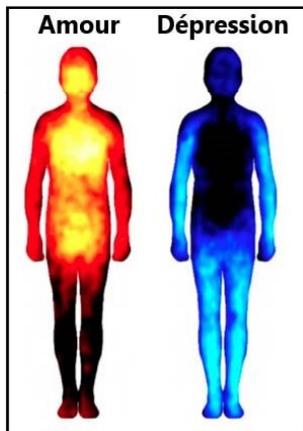
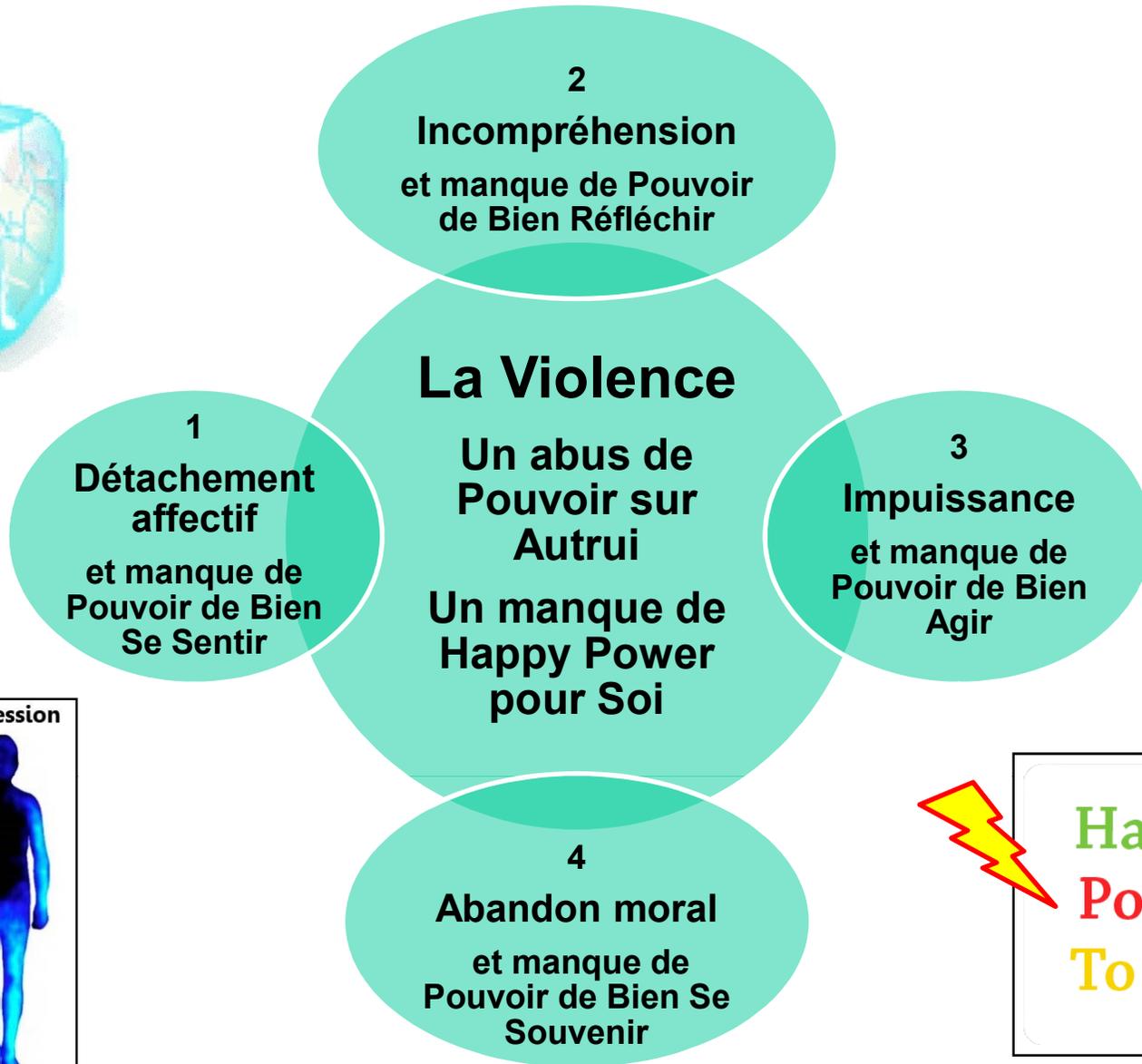
**Savoir
donner et
transmettre**

Sens, actions et
valeurs

Agir

Bonheur







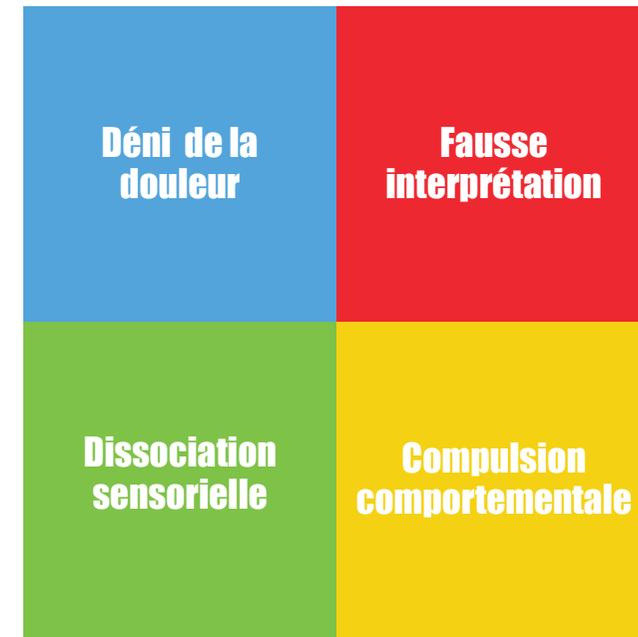
* Impact de l'inhibition de l'action, Dr Henri LABORIT en 1979 ;
Prix Albert LASKER – Médaille de l'O.M.S

Le schéma de fonctionnement normal
de la satisfaction de nos besoins et de la
prise de décision saine



1 2 3 4

Les dysfonctionnements toxiques
causés par les chocs, manques et abus
(mauvaises décisions, répétitions négatives,...)



1 2 3 4

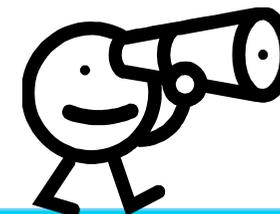
5 sens pour Bien Sentir: bonne perception des choses ou dissociation / déconnexion ?
7 émotions pour Bien Réfléchir: bonne interprétation des choses ou fausse croyance / bug décisionnel ?
3 stress pour Bien Agir: bonne réaction aux choses ou compulsion / procrastination passive-agressive ?
2 circuits mnémo-réactionnels pour Bien se Souvenir: bonne intégration des choses ou déni / mensonge ?



Schéma de fonctionnement et Happy pattern	Structure Biologique Universelle (SBU)	Niveau d'organisation de la satisfaction des besoins	Mieux recharger mes batteries naturellement	Mieux diriger ma vie normalement	Mieux prendre conscience humainement
Pouvoir de Bien Sentir	5 sens universels (le visuel, auditif, kinesthésique, olfactif, gustatif)	Connexion aux Choses Percevoir besoins, ressources et capacités	Discerner le 	Discerner le 	Conscience de mes forces et faiblesses  
Pouvoir de Bien Réfléchir	7 émotions normales (amour, colère, dégoût, honte, joie, peur, tristesse)	Différenciation des Choses Percevoir risques, options et solutions	Trier le 	Trier le 	Conscience des opportunités et menaces  
Pouvoir de Bien Agir	3 stress naturel (aller au contact, éviter le contact, arrêter le contact)	Réaction aux Choses Percevoir réactions saines et comportement positif	Aller au contact du 	Eviter le contact du 	Conscience du mouvement et du repos  
Pouvoir de Bien se Souvenir	2 motivations morales (le plaisir ou récompense, la douleur ou punition)	Répétition des Choses Percevoir vraie satisfaction et schémas responsables	Refaire le 	Arrêter le 	Conscience des expériences et des sentiments  



Organisation Fonctionnelle Schéma ou pattern mnémo-réactionnel	Structure Biologique Universelle (SBU)	Amélioration continue de la prise de décision	Position Perceptuelle 1 Dimension interne	Position Perceptuelle 2 Dimension externe	Position Perceptuelle 3 Dimension stratégique
Pouvoir de Bien Sentir	5 sens universels	Intégration des forces et des faiblesses	Perception des besoins à satisfaire	Observation des ressources à utiliser	Conscience des capacités à développer
Pouvoir de Bien Réfléchir	7 émotions normales	Intégration des opportunités et des menaces	Perception des risques et des options	Orientation des choix et des décisions	Conscience des solutions à suivre
Pouvoir de Bien Agir	3 stress naturels	Intégration des actions et des réactions	Perception du contact et du comportement	Direction des mouvements et des évitements	Conscience des directions à prendre
Pouvoir de Bien se Souvenir	2 motivations morales	Intégration des expériences et de la satisfaction	Perception du plaisir sain et de la douleur toxique	Intégration des bienfaits et des acquis	Conscience des expériences à refaire



7 émotions	Fonction vitale	Normale et naturelle dans situation où
Amour	Gestion de la filiation	Authenticité Complicité
Colère	Gestion des besoins	Manque Injustice
Dégoût	Gestion de la consommation	Abus Saturation Toxicité Poison
Honte	Gestion de l'intégration sociale	Anormalité Inhumanité
Joie	Gestion de la réalisation de soi	Réussite Partage
Peur	Gestion des risques	Danger Inconnu
Tristesse	Gestion des relations	Perte Séparation Fin

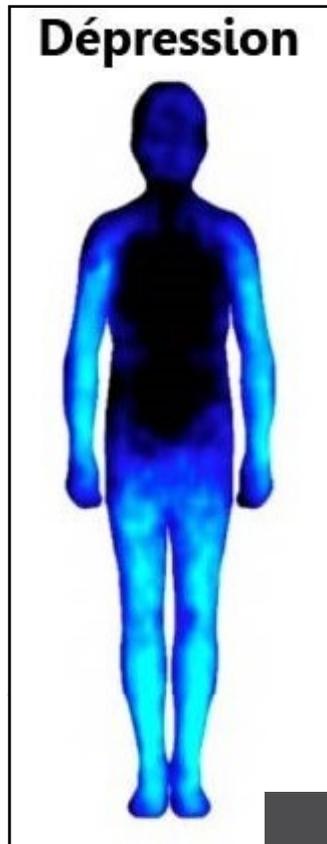
Une émotion normale et naturelle

Compréhensible et adaptée dans la situation du présent

Orientée vers justice, vérité, satisfaction saine et réparation

- Adaptée naturellement à la situation
- Intensité proportionnelle à la situation
- Expression qui fait du bien et procure soulagement
- Courte durée (pas de rumination si juste et sans bug)
 - Suscite empathie et compréhension d'autrui
 - Vrai contact constructif avec vérité et authenticité

8 BUGS	Description des 8 réactions émotionnelles parasites
DISPROPORTION ELASTIQUE	L'émotion correspond à la situation mais son intensité est inadaptée. Elle est trop forte ou pas assez. 1 souvenir fait écho. 1 mémoire fait élastique.
SUBSTITUTION RACKET	L'émotion ne correspond pas à la situation, elle est remplacée par une autre. La personne devrait avoir une autre émotion normalement. Croyance limitante.
COLLECTION ACCUMULATION	Les émotions sont accumulées passivement jusqu'au trop plein. La personne ne dit rien, elle rumine, elle laisse faire, elle laisse passer. Attention explosion.
CONTAGION EPONGE	Les émotions de l'autre envahissent. La personne fait l'éponge, elle absorbe trop, elle est envahie par l'émotion de l'autre. Contamination et absorption.
TRANSFERT PATATE CHAUDE	Le stress passe d'une génération à l'autre dans la famille dans le non-dit. On a des secrets de famille et des porteurs de symptômes. Attention patates chaudes.
IRRATIONALITE CONTROLE	Les émotions tournent à la panique et au délire à cause du contrôle. La personne est emportée par phobie, TOC, peur irrationnelle ou stress de mourir.
PROJECTION FUSION	Les émotions, les besoins et la responsabilité sont données à l'autre. La personne ne se prend pas en charge. Elle se colle à autrui, projette ou fusionne.
INVERSION PERVERSION	Les problèmes, les émotions et les rôles gênants sont attribués à l'autre. La personne attaque, culpabilise et inverse les rôles injustement.



Réveiller son Parent intérieur bienveillant

Muscler son Adulte intérieur responsable

Ecouter son Enfant intérieur joyeux



Ruminer son énergie



Réveiller son corps



Mieux gérer la qualité du cadre dans nos relations

(Développer notre « Animus » ou notre part masculine chez Dr C.G Jung ; notre cerveau rationnel chez Dr Roger Sperry)

Mon « Parent » normatif intérieur
Intégration des règles et des principes
Bug du parent critique ou dictateur

Mon « Adulte » réaliste intérieur
Intégration du contexte et des faits
Bug de l'adulte désorganisé ou rêveur

Mon « Enfant » adapté intérieur
Intégration de l'éducation et de la loyauté
Bug de l'enfant sur-adapté ou rebelle

Mieux gérer la qualité du lien dans nos relations

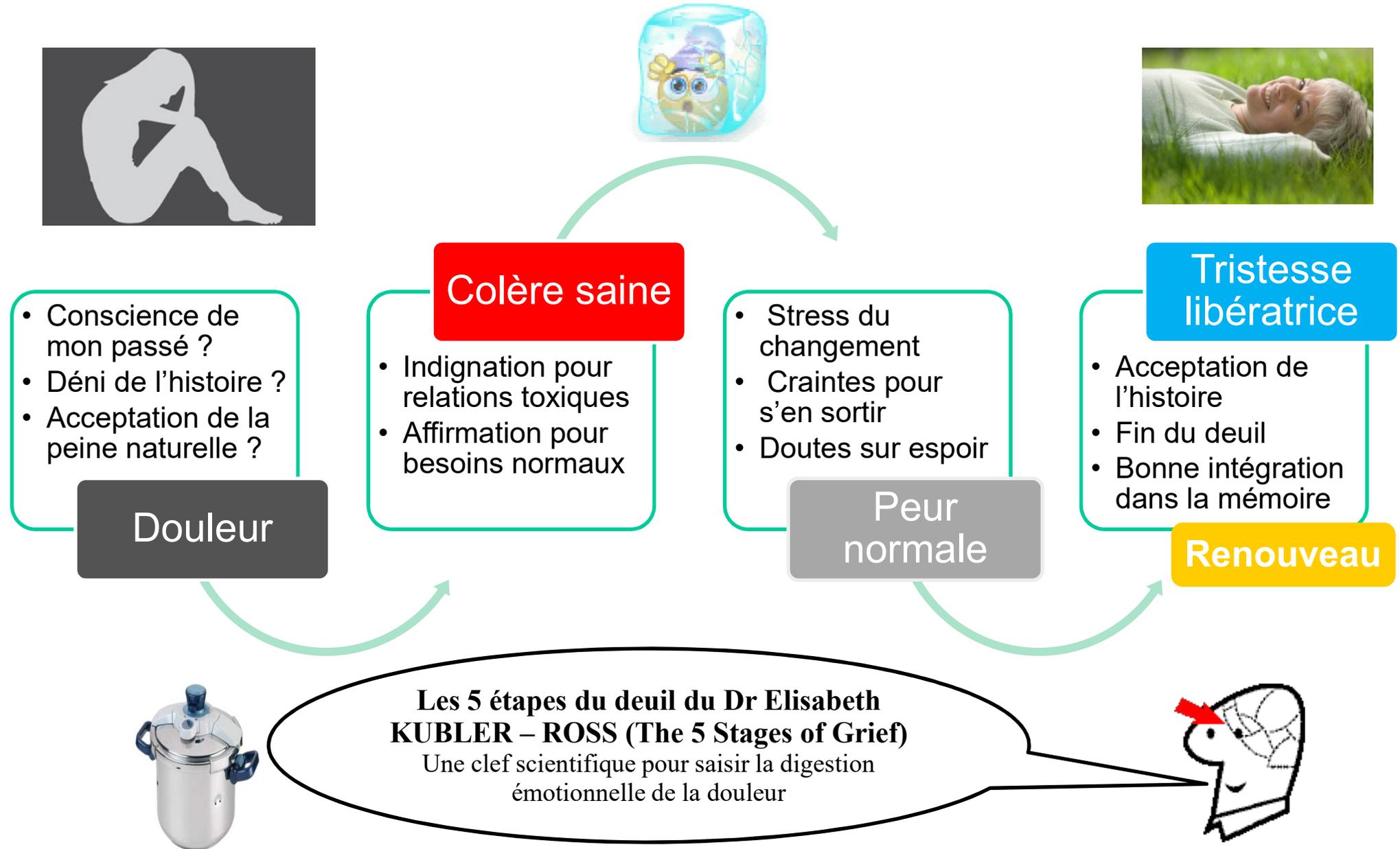
(Développer notre « Anima » ou notre part féminine chez Dr C.G Jung ; notre cerveau émotionnel chez Dr Roger Sperry)

Mon « Parent » nourricier intérieur
Intégration des solutions et des ressources
Bug du parent toxique ou fusionnel

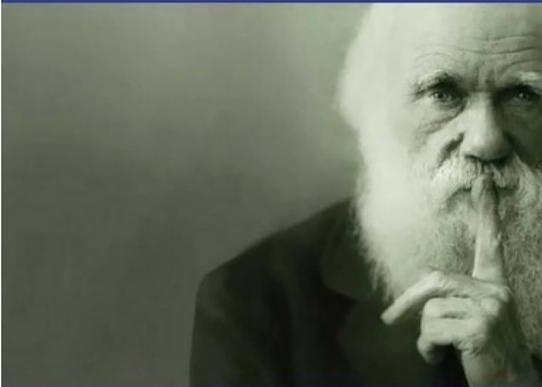
Mon « Adulte » responsable intérieur
Intégration des rôles et de la bienveillance
Bug de l'adulte négligent ou égoïste

Mon « Enfant » libre intérieur
Intégration des émotions et des besoins
Bug de l'enfant borderline ou immature

Les 8 Blessures du Coeur	Définition et description	Des chiffres qui parlent (la data)
Stress in utero et souffrance fœtale	Substances chimiques et consommation Hormones du stress, difficultés et traumatismes Maman avec compulsion, méconnaissance.	18% des femmes enceintes fument toujours au troisième trimestre de leur grossesse.
Stress respiratoire de naissance et complications à l'accouchement	Anoxie du cerveau, manque d'oxygène. Peur de mourir. Difficultés pour sortir. Forceps. Cordon autour du cou et bébé bleu.	23% des accouchements se finissent avec une césarienne en urgence.
Stress de l'attachement	Carences en ocytocine, manque d'allaitement et peur des séparations précoces.	50 % des bébés sans couchage de proximité 50 % des enfants non allaités. 10 % des enfants hospitalisés.
Stress des chocs, agressions et accidents	Trauma affectif. Maltraitance. Blocage des émotions.	Loi qui interdit de frapper les enfants en 2019. 8 enfants sur 10 violentés en France.
Stress des abus, de l'inceste, des perversions et humiliations	Abus sexuels, inceste, nudité imposée, perversion et humiliations.	1 personne sur 5 pour abus sexuel 4 femmes sur 10 abusées (OMS) 10% des français victimes d'inceste
Stress des négligences, carences et abandons	Parents absents, dépressifs, malades et défaillants. Problèmes de sens des réalités et comportements responsables.	10 % des français / Problème alcool 20% des français / Problème dépression 20% des français / Problème addiction
Stress des sur-adaptations et du conditionnement	Développement d'un faux self chez l'enfant. Schéma toxique et conditionnement abusif. Injonctions « sois parfait, sois fort, fais plaisir, fais des efforts et dépêche-toi ».	9 sur 10 victimes de sur-adaptation Déni de la sensibilité du côté masculin Hypocrisie de l'agressivité du côté féminin Problème du patriarcat dans la douleur et du matriarcat dans la toxicité Déni de l'Animus et de l'Anima pour tous
Stress de l'analphabétisme émotionnel et de l'ignorance	Déni de la douleur, ignorance sur les émotions, méconnaissance sur le stress.	95 % des gens ignorent totalement les 7 émotions et les 3 stress qui dirigent leur cerveau et leurs comportements en réalité

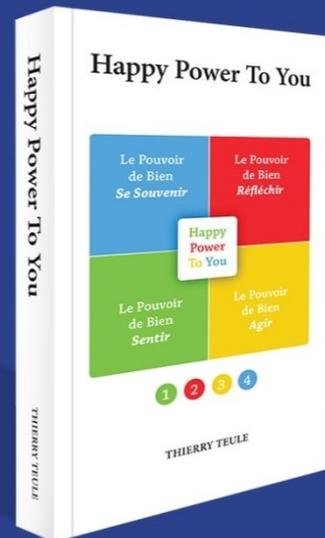


Avoir, Être et Aimer
La Nouvelle Vague Intérieure



42 Questions pour une Satisfaction
Saine, Écologique et Durable
du Corps, du Cœur et de l'Esprit

Thierry Teule



Le Programme en 7 Étapes
www.myhappypower.fr

*Contact pour vous accompagner à Marseille ou en RDV Visio:
Thierry Teule – Portable 07.66.84.57.14*