

LE PROCESSUS HOFFMAN

MANUEL POUR PROFESSIONNELS DE LA SANTE



Le Processus Hoffman est recommandé par des psychothérapeutes, des médecins et des médecins pratiquant la médecine douce qui le considèrent comme un soutien ou un complément à la psychothérapie et au chemin de guérison.

Ce manuel contient les informations qu'il vous faut pour que vous puissiez accompagner vos clients qui souhaitent participer au Processus Hoffman, et pour que vous puissiez intégrer les résultats de cette démarche à une éventuelle thérapie en cours. Si vous désirez recommander le Processus Hoffman, ce manuel vous donnera les éléments nécessaires pour pouvoir évaluer cette méthode. Bien entendu, nous restons à votre entière disposition pour toutes questions complémentaires.

Vous trouverez dans ce manuel la réponse aux questions suivantes :

- Sur quoi la Méthode Hoffman se base-t-elle ?
- Quel en est son effet particulier?
- A quels bénéfices thérapeutiques peut-on s'attendre ?
- Comment s'intègre la participation au Processus Hoffman à une thérapie en cours ?
- Quel est le déroulement du Processus Hoffman ?
- A quel client/patient s'adresse-t-il ?
- Que se passe-t-il après le stage du Processus Hoffman ?



Sommaire

1. Contenu
2. Base
3. Déroulement
4. Recherches scientifiques
5. Historique
6. Questions et réponses
7. Pour en savoir plus
8. Bibliographie
9. Annexes

Table des matières



1. CONTENU

Le Processus Hoffman est un programme de développement personnel structuré dont le but est d'obtenir une image positive de soi-même et de se procurer les capacités émotionnelles nécessaires pour pouvoir traiter d'une façon adéquate les changements personnels et ceux que la vie se charge d'apporter.

L'axe thématique essentiel de la Méthode Hoffman est le travail biographique qui se fait sur une période de 8 jours. Le but explicite du séminaire est avant tout de travailler sur les relations de l'enfant avec ses parents qui ont servi de modèle de base et formé son mode de relation fondamentale à soi et aux autres. Par la même occasion on y apprend et développe la compassion, l'acceptation de soi-même et la sollicitude envers soi-même et envers les autres.

La structure claire de la Méthode Hoffman permet aux participants de comprendre l'histoire de leur propre développement et la structure psychique qui en découle. En travaillant sur la biographie personnelle et sur les images parentales internalisées, les participants reconnaissent leur propre structure de personnalité.

En même temps une guérison des ancienne blessures devient possible, les formes de rejet de soi qui bloquent les émotions peuvent être désactivées et des aspects de la personnalité jusqu'à maintenant refoulés peuvent être acceptés.

2. BASE

- Le Processus Hoffman est un **programme intensif** de huit jours (plus 1 journée d'intégration), qui se déroule dans un cadre structuré et protégé. Le travail durant le Processus Hoffman comprend l'accompagnement individuel des participants, l'accompagnement en petits groupes (maximum 6 personnes) et le suivi en grands groupes (maximum 18 personnes).
- La structure suit la logique intérieure qui est nécessaire à un **développement psychique** et conduit vers la connaissance de soi. Comme travail de base, un **modèle d'explication simple** et évident est utilisé pour que chaque participant puisse comprendre facilement les processus psychologiques complexes et ainsi les appliquer à leur propre vie.
- La méthode Hoffman est une **approche intégrative** fondée sur la psychologie des profondeurs, englobant plusieurs méthodes. Elle fait le lien entre les principes élémentaires des thérapies familiales, de la thérapie cognitivo-comportementale et de la thérapie personnelle centrée sur le client avec des méthodes précises et pratiques de la psychologie humaniste : on y trouve à la fois des techniques de la TCC, de la Gestalt, de la Bioénergie et de la Systémique.
- On ne peut pas classer le Processus Hoffman ni dans un concept thérapeutique classique, ni dans l'un des différents programmes de développement personnel. Il s'agit d'une méthode spécifique visant à **résoudre des problèmes actuels dans les différents domaines de la vie**, dont les racines proviennent du système familial, pour remodeler et changer le plan de vie. Cette méthode est totalement issue du travail pratique et emprunte aux différentes thérapies les éléments les plus efficaces, comme la visualisation, l'analyse des schémas, les jeux de rôles, l'expression cathartique, l'écriture biographique, les présentations didactiques et le travail avec la dynamique du groupe.



3. DEROULEMENT

Le stage est structuré en 4 étapes. Il commence par la rétrospective de sa propre vie et conduit vers une nouvelle orientation grâce à la compréhension de sa propre origine. Pour cela, chaque participant reçoit 3 à 4 semaines avant le début du stage un dossier préparatoire. Ce dossier contient des explications, des directives et des exercices (voir en annexe à titre d'exemple). Un a deux entretiens individuels avec la Directrice de l'Institut, psychologue clinicienne et psychothérapeute, ont lieu au cours des semaines qui précèdent le stage. Un questionnaire médical accompagne le Dossier sur lequel les informations transmises indiquent s'il y a nécessité de prendre contact avec le médecin traitant.

Le déroulement du stage lui-même est simple à comprendre et il est pour les participants à la fois un appui et une orientation. En raison du passage d'une étape à l'autre effectué d'une façon prudente et continue, ainsi que de l'accompagnement individuel fourni par l'équipe de thérapeutes, les expériences et les connaissances acquises peuvent très bien être intériorisées.

1. Phase préparatoire – prise de conscience

Journée d'arrivée et 1^{ière} journée

Séances	Biographie émotionnelle et exercices préparatoires, arrivée, Entretiens individuels, théorie et base, retour à la propre enfance
Buts d'apprentissage	créer une base de confiance, créer une ambiance de sincérité et d'authenticité

2. Phase active – l'expression

2^{ème} et 3^{ème} journées

Séances	Relation triangulaire entre parents et enfant, lettre d'accusation, voyage vers l'être essentiel, expression de la colère, détachement des aspects négatifs envers les parents
Buts d'apprentissage	Contact avec son propre être et ses racines spirituelles, manière saine de traiter colère et agressivité, trouver l'accès à sa propre vitalité et à sa propre force

3. Phase de compréhension – le pardon

4^{ème} et 5^{ème} journées

Séances	Système familial, l'enfance des parents, rencontre avec les parents intérieurs, adieu aux parents, chemin de guérison personnel, dialogue entre émotion et intellect, erreurs du passé
Buts d'apprentissage	rôles dans le système familial, clarification des relations, compréhension envers les parents, intuition et perception émotionnelle, compassion, adieux et lâcher prise, se pardonner, création de buts dans la vie, la prise de responsabilités, prendre soin de soi-même



4. Phase d'intégration – la maturité

6^{ème}, 7^{ème} et 8^{ème} journées

Séances	vengeance, modification des comportements contraignants et des schémas cognitifs et émotionnels limitants, l'enfant heureux et la clé du bonheur, les transferts, clôture, le retour à la maison et le chef d'œuvre, entretiens de conclusion
Buts d'apprentissage	découvrir les mécanismes d'autosabotage, transformation des comportements négatifs, vivacité et joie de vivre, estime de soi, donner et recevoir, intégration des émotions, de l'intellect, de l'Être et du Corps, régler des transferts, engagement pour un nouveau départ, exercices et tâches pour le quotidien, développement de moyens pour s'aider soi-même

A la fin du séminaire, une journée supplémentaire (9^{ème} journée) est consacrée à l'intégration des expériences vécues, à la préparation à la vie quotidienne, à l'utilisation des outils acquis et à la prise de congé du groupe.

4. RECHERCHES SCIENTIFIQUES

Les recherches scientifiques qui ont été effectuées sur le Processus Hoffman prouvent son efficacité dans les domaines les plus divers.

Les résultats obtenus démontrent des changements continuels et à long terme, en particulier au niveau de la compétence émotionnelle et sociale.

Voici un résumé de la recherche la plus récente :

Michael Levenson et Carolyn Aldwin
L'étude de l'Université of California at Davis

Changement émotionnel positif : effets de médiation du pardon et de la spiritualité
(EXPLORE, The Journal of Science and Healing novembre/décembre 2006)

Au cours de l'année 2003, Michael R. Levenson et Carolyn M. Aldwin, professeurs en sciences sociales à l'université de Californie à Davis, ont présenté leur projet sur lequel ils ont travaillé pendant 3 ans.

En résumé, les chercheurs ont constaté que les participants au Processus Hoffman montraient une réduction significative et durable d'émotions négatives (dépression, anxiété, hostilité, et de symptômes obsessionnels-compulsifs) tandis que parallèlement ils profitaient d'une augmentation significative et durable d'aspects positifs (satisfaction dans la vie, expérience spirituelle, maîtrise de soi, empathie, et pardon). On a également constaté chez les participants au Processus Hoffman une augmentation significative d'énergie physique et de vitalité.

Dans tous les cas, il s'agit de modifications qui sont restées stables pendant la phase de recherche d'un an. L'étude confirme fortement notre travail et apporte une contribution importante aux publications dans le domaine de la recherche.

Vous trouverez toutes les recherches scientifiques sur notre site Internet :

www.institut-hoffman.com

en cliquant sur « Information et Littérature », ==> « Recherches scientifiques »



5. HISTORIQUE

La Méthode Hoffman possède une longue histoire riche en expériences dans le domaine du développement personnel. Le Processus Hoffman a été créé au milieu des années '60 par Bob Hoffman (05.09.1922 – 07.08.1997) aux Etats-Unis. Il s'agissait tout d'abord d'un travail individuel réparti sur trois mois au cours duquel les participants venaient à des séances régulières (entre trois et cinq séances par semaine). En collaboration avec des psychothérapeutes de grand renom, comme Virginia Satir, et surtout le docteur Claudio Naranjo, le Processus se transforma au cours des années '70 en séminaires de groupe intensifs de huit jours.

Jusqu'en 1987, le Processus Hoffman n'existait qu'aux Etats-Unis et au Brésil. Au cours de cette année, Bob Hoffman présenta son travail pour la première fois en Europe lors d'une Conférence sur la Psychologie transpersonnelle. Grâce à son grand succès, le Processus Hoffman s'établit rapidement dans plusieurs pays européens. Aujourd'hui il existe dans 14 pays. Il est dirigé par des instituts indépendants regroupés qui se regroupent sous le toit d'une association internationale. Le but est de promouvoir le perfectionnement et d'assurer un travail de qualité grâce à des échanges réguliers. Plus de 70.000 personnes dans le monde ont jusqu'à maintenant participé au Processus Hoffman.

En France, l'Institut Hoffman fut fondé en 1993 par Karin Reuter et des collaborateurs. Il est dirigé par Karin Reuter et sa fille le docteur Katrin Reuter. Depuis 15 ans, des personnes venant de France, de Belgique, de Suisse et du Canada participent aux stages en langue française. En tant que psychothérapeutes, nous sommes inscrites au Registre National des Psychothérapeutes de la FF2P. Notre approche individualisée et un concept intégratif de la préparation au stage et de l'accompagnement après le stage soutiennent l'intégration personnelle et encouragent la mise en pratique de l'expérience du Processus dans la vie de tous les jours.



6. QUESTIONS ET REPONSES

6.1 A qui puis-je recommander le Processus Hoffman?

L'éventail des participants s'étend des personnes à la recherche d'un développement personnel aux clients ayant un diagnostic clairement clinique, en éliminant toutefois quelques troubles (voir ci-dessous 6.4). Chaque séminaire du Processus rassemble donc des personnalités très diverses. Cette forme de travail en groupe est un choix volontaire, puisqu'elle offre, en tant que reflet de notre société et de notre culture, d'élargir nos connaissances et nos possibilités d'apprentissage dans le domaine de la compétence sociale. En principe, le Processus peut être recommandé aux personnes, qui :

- *...possèdent un diagnostic clinique dans les domaines de troubles de l'estime de soi, de la dépression, des troubles de l'alimentation et de la psychosomatique.*
- *...désirent explorer les résistances qu'ils ont aux changements et à leurs mécanismes d'autosabotage.*
- *...se trouvent dans une thérapie sans issue ou stagnante et qui ont besoin d'une nouvelle motivation pour continuer.*
- *...cherchent un chemin ou une nouvelle façon de vivre avec des maladies ou problèmes de santé chroniques*
- *...sont prêtes à investir dans la croissance et à consacrer pour cela de l'énergie, du temps et de l'attention dans leur développement personnel.*
- *...souhaitent une modification de comportement et qui ont reconnu que seule une compréhension intellectuelle sur les problèmes personnels ne mène pas vers un changement émotionnel durable.*
- *...désirent donner une nouvelle orientation à leur vie privée ou professionnelle et se sortir d'une crise de vie pour se faire une vie plus remplie et mieux organisée.*
- *...voudraient activer et développer leurs potentiels et cherchent le lien avec leur intuition.*

6.2 Quel profit thérapeutique peut apporter le Processus Hoffman ?

- *Par l'introspection, par des séances individuelles avec son thérapeute et des échanges en groupe, le participant comprend la dynamique de la structure de sa personnalité et de son conditionnement, dont la dissolution lui permet de trouver ou de retrouver la liberté de son propre comportement.*
- *Par la clarification de la relation avec ses parents et lui-même, le participant découvre d'où viennent les problèmes, par exemple dans ses relations, dans son intimité ou dans l'éducation de ses enfants. Le participant développe une plus grande capacité de se faire confiance et de faire confiance aux autres, il devient plus sincère et compatissant, et devient capable de gérer les conflits et de maintenir les relations avec les autres.*
- *Un amoindrissement significatif du stress, de la peur, et de la dépression apparaît, tandis qu'augmentent la vivacité, la joie de vivre, la compassion et l'amour. La redécouverte de la vitalité apporte courage et énergie pour continuer son chemin dans la vie et laisse de la place à de nouveaux projets.*



- *La dissolution de thèmes émotionnels longtemps cachés et la stimulation des ressources personnelles offrent la chance de gérer la maladie différemment et aident à l'accélération du processus de guérison.*
- *Après le Processus Hoffman, le participant se sent plus mûr, plus sûr de soi et plus compétent. Le sentiment de plénitude lié à l'estime de soi qui l'accompagnent est la base d'une nouvelle orientation dans la vie.*
- *Le participant en manque d'estime de soi et en soumission constante découvre l'accès à ses propres forces et à ses besoins, ainsi qu'une nouvelle motivation pour sa vie.*
- *Après le Processus Hoffman, le participant est en mesure de reconnaître ses transferts et d'y travailler. C'est la raison pour laquelle il démontre moins de résistance lorsqu'il explore dans l'avenir ses mécanismes psychiques et ses relations, ce qui lui permet de profiter au maximum d'une thérapie à poursuivre.*
- *Beaucoup de collègues recommandent à leurs clients et patients le Processus Hoffman, parce qu'il est un bon complément à leur propre travail. Il agit comme catalyseur dans les processus de guérison et de développement émotionnels et cognitifs et peut raviver ou accélérer des processus thérapeutiques. Les participants rapportent souvent qu'il tirent un plus grand profit de leur thérapie individuelle. Il y a souvent moins de résistances, et une meilleure exploration des conflits intrapsychiques et interspersonnels est possible.*

6.3 Quel est le moment propice pour un patient de participer au Processus Hoffman?

Nous offrons à tous les intéressés la possibilité d'un entretien téléphonique, pour voir ensemble si le Processus Hoffman convient à la personne et arrive au bon moment. Pour prendre rendez-vous, veuillez passer par le Secrétariat

Il nous est important de rester en contact avec le thérapeute qui nous envoie son client pour un échange mutuel, aussi bien lors de la préparation du stage, que pour un suivi thérapeutique après le stage.

- Il arrive que certaines situations dans la vie provoquent l'urgence de changer quelque chose. On est alors vraiment mûr pour un changement. Dans ce cas, les résultats obtenus après la participation au Processus Hoffman sont très positifs.
- Il est indispensable au succès du Processus Hoffman que la décision d'y participer, également dans le cas d'une recommandation personnelle, soit prise par le client lui-même, et non parce qu'il voudrait ainsi répondre aux attentes de quelqu'un (par exemple, son partenaire de vie, son thérapeute).
- Il est important que le client décide lui-même du moment opportun pour sa participation, puisque cette perception agit positivement sur le processus de guérison et de croissance personnelle.

La participation au Processus prend toujours son sens seulement lorsque les expériences acquises peuvent être utilisées et intégrées dans la vie quotidienne. C'est la raison pour laquelle (surtout dans les cas de problématiques cliniques) que les conditions familiales, le soutien des proches et le contexte thérapeutique jouent un rôle très important après le retour à la maison pour la réussite d'une intégration saine à la vie quotidienne.



6.4 Pour quels clients la participation au Processus Hoffman devrait-elle être examinée avec soin ?

Les personnes qui se trouvent en pleine crise sont souvent très instables et ont plutôt besoin de continuité et de stabilisation. Pour les clients ayant les problèmes et les diagnostics suivants (selon la CIM-10), nous demandons à ce qu'il y ait un examen approfondi de leur état avant leur participation, et que les soignants, thérapeutes et/ou psychiatres en discutent avec nous. Dans chacun des cas, la participation d'un patient demande une collaboration étroite entre vous son thérapeute, et un des superviseurs de l'Institut Hoffman, ainsi qu'une préparation particulière:

- Etat suicidaire
- Troubles psychotiques et schizophrénie
- Trouble bipolaire
- Dépression grave
- Troubles graves du sommeil
- Troubles mentaux liés à l'utilisation de substances psycho-active, actuellement en dépendance
- Dérangements sérieux des comportements alimentaires
- Troubles graves de la personnalité (par exemple borderline)
- Criminalité
- Troubles du développement psychologique et retard mental

6.5 Quelles règles sont valables pour la prise de médicaments ?

- *Si un patient indique sur le questionnaire médical, document qui fait partie de la préparation, qu'il prend des médicaments psychotropes (par exemple des antidépresseurs), il est demandé de voir avec son médecin traitant si la prise de ces médicaments est à poursuivre pendant le stage. Dans certains cas, nous recommandons de voir avec son médecin après le stage si la prise peut être réduite.*
- *La prise de tous médicaments indiqués en raison de symptômes corporels, (par exemple la glande thyroïde, la pression artérielle élevée), est bien entendu à poursuivre pendant le stage.*



6.6 Que doit-on prendre en compte avant la participation au Processus Hoffman ?

- *Afin de garantir une approche responsable vis-à-vis des troubles chez un client, il doit être informé que le travail est intensif et très porté sur soi. Le patient doit être prêt à affronter ses propres thèmes et ses limites intérieures.*
- *Une fois que le client s'est inscrit, il reçoit un Dossier Préparatoire composé de plusieurs documents. Ce manuel aide à se centrer et à se concentrer sur sa propre biographie et à faire le lien entre les thèmes problématiques actuels du participant et de son système familial de l'enfance. Certains documents de ce travail sont à renvoyer à un des superviseurs de l'Institut. Cela pourrait éventuellement être une bonne idée d'intégrer cette préparation dans votre travail thérapeutique, bien que un des critères pour voir si le Processus correspond à une personne est de détecter si elle est prête et capable d'effectuer seule une étude approfondie de ce matériel.*
- *La réussite d'une intégration saine à la vie quotidienne après le Processus, justement dans les cas de problématiques cliniques, dépend des conditions familiales, du contexte thérapeutique et du soutien des proches après le retour à la maison du client*

Déjà dans la phase préparatoire, le fait que le client se rende compte de l'impact des émotions réprimées ou incontrôlées sur sa vie peut être d'une grande aide.

En outre, il peut s'apercevoir qu'il répète dans sa vie d'adulte, avec ses enfants par exemple, les expériences qu'il n'a pas aimées dans sa propre enfance.

Si nous devons percevoir pendant le Processus que votre client se sent submergé et que nous lui conseillons d'interrompre son stage, nous prendrions naturellement contact avec vous. Il arrive, après une période d'inter intégration, qu'une deuxième participation au Processus soit très bénéfique.

6.7 Qu'est-ce qui est important pour le travail thérapeutique après le Processus Hoffman ?

Pour beaucoup de gens, un temps de transition précieux commence après le Processus. Ils sont devenus plus sensibles et ils voient clairement quelle situation de vie les rend actuellement insatisfaits et quelles sont leurs carences. Souvent, ils ont compris ce qui leur est important dans la vie.

C'est ce qui peut éventuellement favoriser dans un premier temps un sentiment d'insécurité au sein de leur famille et de leur travail, du moins jusqu'à ce qu'ils aient trouvé un nouvel équilibre dans leur monde intérieur et extérieur. Pendant la période de transition (environ trois mois), nous recommandons aux participants de ne prendre aucune grande décision qui pourrait changer leur vie.

*Nous recommandons à chacun des participants de **retrouver son thérapeute** et de se faire accompagner pour l'intégration des nouvelles expériences dans la vie quotidienne. En outre, il se choisit un participant de son groupe qui lui servira de **parrain** pendant un moment (nous recommandons quatre semaines). Naturellement notre équipe est aussi à la disposition par téléphone.*



De la part de l'Institut Hoffman, nous proposons aux participants différentes formes de soutien et de suivi :

- Nous recommandons à tous les participants de s'inscrire à un **week-end d'intégration** après le processus - autant que possible pendant la première année - afin de refaire le plein et de rafraîchir les expériences faites au cours du Processus. En un temps relativement court (le vendredi soir, le samedi, le dimanche), nous travaillons avec succès sur des difficultés rencontrées au quotidien avec l'aide des outils du Processus.
- Cependant il est parfois souhaité ou conseillé de plonger rapidement dans ses souvenirs. C'est la raison pour laquelle chaque participant peut venir à une **soirée de clôture** du Processus Hoffman pour revivre certaines étapes du PH et y retrouver l'état de sérénité.

Nous avons mis sur pied un réseau de **Relais régionaux** qui, d'ailleurs, s'étend de plus en plus. Des soirées et ou des journées sont régulièrement organisées dans différentes villes par des anciens du Processus Hoffman qui se sont qualifiés en tant qu'accompagnant de la Méthode Hoffman. Ces rencontres jouent le rôle d'un suivi régulier et d'un soutien mutuel pour la vie de tous les jours. Un espace de paroles et d'écoute est créé. Une telle rencontre peut aider à rafraîchir l'utilisation des outils du Processus, à renforcer les changements positifs, à retrouver l'essentiel et à clarifier le chemin choisi.

Au cours de certaines soirées, l'équipe de l'Institut présente la Méthode Hoffman. Les personnes intéressées peuvent s'informer et pour les Anciens, ces soirées sont toujours l'occasion de se retrouver et de rencontrer des participants d'autres stages.

Les relais proposent souvent leurs propres stages, lesquels sont dans la continuité d'un travail personnel et/ou thérapeutique en accord avec l'Institut.



7. POUR EN SAVOIR PLUS

www.institut-hoffman.com

Vous trouverez sur notre site Internet des informations complémentaires.

OÙ et QUAND

Notre centre de séminaires, le Clos Ermitage situé en Alsace, offre une ambiance des plus chaleureuse et prépare une cuisine végétarienne. Les dates de nos stages et de nos activités sont indiquées sur notre site.

DUREE

La durée du séminaire est de 8 jours plus une journée de repos

POUR TOUTES QUESTIONS, INSCRIPTION ET COORDINATION

Karin Reuter

Dr Katrin Reuter, membre de la FF2P

Psychologues cliniciennes et psychothérapeutes

Institut Hoffman France

Jägerhäusleweg 32

D-79104 Freiburg

Tel. en France : 01 44 90 07 85

Tél. de l'étranger: +49-(0) 761-55 29 66

info@institut-hoffman.com

www.institut-hoffman.com



8. Bibliographie

- Badinter, Elisabeth (1986) « L'un est l'autre », « XY – de l'identité masculine » / Ed. Odile Jacob
- Bradshaw, John (2004) « Retrouver l'enfant en soi », « La famille », « S'affranchir » / Ed. de l'Homme
- Corneau, Guy (1989) « Père manquant, fils manquant » / Ed. de l'Homme
- Gruen, A. (1991) « La trahison du Moi » / Edition Laffont
- Hoffman, B. (2000). The negative love syndrome and the quadrinity model. A path to personal freedom and love”
(http://institut-hoffman.com/articles/the_negative_love_syndrome.pdf)
- Horney, K. (1955) « Nos conflits intérieur » /. Edition l'Arche
- Laurence, T. (2005). « 4 étapes pour commencer à vivre. Les atouts du Processus Hoffman » / Éditions Le souffle d'or.
- Leonard, Linda (1998) « La fille de son père » / Ed. Laffont
- Levenson, M., Aldwin. C. & Yancura, L. (2006) “ Positive emotional change : meditating effects of forgiveness and spirituality » (français : Changement émotionnel positif : effets de médiation du pardon et de la spiritualité). *EXPLORE, The Journal of Science and Healing*, 2:498-508
(<http://institut-hoffman.com/articles/positiveemotionalchange.pdf>)
- Miller, A. (1996) « Le drame de l'enfant doué » / Ed. PUF
- Miller, A. (2008) « Ta vie sauvée enfin » / Ed. Flammarion
- Naranjo, C. (1994). “The Quadrinity Process : a new synthesis”
(français : Le Processus Hoffman : une nouvelle synthèse
http://institut-hoffman.com/articles/naranjo_ph.pdf)
in “The end of patriarchy and the dawn of a tri-une society” / Amber Lotus
- Olivier, Christiane (1980) « Les enfants de Jocaste » / Ed. Denoël - Gonthier
- Salomon, Paule (1999) « Les hommes viennent de mars, les femmes viennent de Vénus / Ed. Albin Michel
- Singer, Ch. (2001) „Du bon usage des crises » / Edition Albin Michel



9. Annexe

A titre d'exemple, veuillez trouver ci-joint :

- Notre hypothèse de travail (le symbole de la Quadrinité)
- le questionnaire médical
- 2 pages du questionnaire préparatoire
- 2 listes de traits négatifs



TABLE DES MATIERES

Introduction – Le processus Hoffman	1
Sommaire	2
1. Contenu	3
2. Base	3
3. Déroulement	4-5
3.1 Phase préparatoire – prise de conscience	
3.2 Phase active – l'expression	
3.3 Phase de compréhension – le pardon	
3.4 Phase d'intégration – la maturité	
4. Recherches scientifiques	5
5. Historique	6
6. Questions et réponses	7-11
6.1 A qui puis-je recommander le Processus Hoffman?	
6.2 Quel profit thérapeutique peut apporter le Processus Hoffman ?	
6.3 Quel est le moment propice pour un patient de participer au Processus Hoffman?	
6.4 Pour quels clients la participation au Processus Hoffman devrait-elle être examinée avec soin ?	
6.5 Quelles règles sont valables pour la prise de médicaments ?	
6.6 Que doit-on prendre en compte avant la participation au Processus Hoffman ?	
6.7 Qu'est-ce qui est important pour le travail thérapeutique après le Processus Hoffman ?	
7. Pour en savoir plus	12
8. Bibliographie	13
9. Annexe	14