



## LA PRISE EN CHARGE DU PSYCHOTRAUMATISME

### Module 4 : Trauma, corps et mouvements en thérapie

Le travail clinique en thérapie amène inévitablement certaines parts de nos patients à se manifester. Celles-ci s'expriment à travers les mots mais aussi et surtout à travers le corps (via les émotions, sensations, comportements). Aussi, pour faire face au stress chronique, aux épreuves de la vie, aux psychotraumas, les mécanismes dissociatifs ont permis de protéger nos patients en leur permettant de se déconnecter de leur corps. Les sorties de fenêtre de tolérance sont alors fréquentes et entravent souvent le travail thérapeutique.

En tant que thérapeute, comment naviguer en thérapie de manière subtile et délicate avec les informations émanant du corps de notre patient ? Comment mettre en mouvement ce que nos patients nomment et traversent ? Comment (ré)agir quand on ne peut pas dire ? Comment expérimenter l'éprouvé qui sent, plutôt que le mental qui pense (et qui souvent nous enferme) ?

Ce module de spécialisation de trois journées permettra aux participants ayant une expertise dans le champ du psychotrauma, de la dissociation et du travail de reparentage, d'expérimenter des propositions concrètes à proposer ensuite à leurs patients, afin de les aider à se mettre en mouvement et élargir leur fenêtre de tolérance.

**Prérequis** : Avoir suivi les modules 1, 2 et 3 de la formation « La prise en charge du psychotraumatisme »

**Ou** :

Avoir des connaissances approfondies concernant la clinique du psychotrauma (outils de stabilisation, outils de confrontation aux réseaux de mémoires traumatiques, travail autour de la dissociation structurelle et du travail avec les parties) et une expérience clinique auprès de patients traumatisés complexes. SUR ENTRETIEN PREALABLE

**Public concerné** : Professionnels médicaux et paramédicaux : Thérapeutes, Psychologues, Médecins, Psychothérapeutes, Psychopraticiens, Psychiatres, Infirmiers... formés à la clinique du trauma

**Objectifs**

- Savoir repérer les manifestations corporelles et comportementales des différentes parts
- Permettre à nos patients de se reconnecter avec leur corps, en toute sécurité
- Acquérir de nombreux exercices pour (re)mettre nos patients en mouvement

- Travailler à rétablir une meilleure neuroception et un sentiment de sécurité chez tous nos patients
- Apprendre à restaurer des limites saines et protectrices
- Apprendre en tant que thérapeute à ralentir pour favoriser l'intégration et les mises à jour nécessaires

## **PROGRAMME**

**Tout au long de ces 3 jours, de nombreux exercices seront proposés en groupe, en binômes et en individuel**

### **JOUR 1 : Sécurité et pleine conscience dans l'accompagnement thérapeutique**

1. Introduction, recueil des attentes des participants
2. Bref rappels concernant l'impact de la dissociation péri traumatique sur le système nerveux (à la lumière des apports de la Théorie Polyvagale)
3. Mettre nos patients en mouvement : tout un programme !
4. Apprendre à ralentir pour (res)entir et intégrer
5. Élargir la fenêtre de tolérance grâce à la mise en mouvement du corps
6. Trauma, sécurité et neuroception
  - Éléments de psychoéducation
  - Aider nos patients à se laisser sentir leur corps, en sécurité
7. Intégration de la journée

### **JOUR 2 : Accueillir les mémoires du passé et les inviter à expérimenter la sécurité**

1. Rappel des principales missions de protection de nos parts
2. Nos parts : comment les reconnaître grâce à leur style ?
3. Prendre conscience des réactions automatiques du corps et l'aider à (ré)agir autrement : Pourquoi ? Comment concrètement ?
4. Propositions d'expériences corporelles pour travailler chacune des parts (appel à l'aide, combat, fuite, figement, fermeture)
5. La répétition indispensable des expériences de sécurité pour intégrer de nouveaux schémas
6. Traumas et blessures d'attachement : comment prendre soin du lien en thérapie ?
  - Aider notre patient à (res)entir son enveloppe corporelle
  - Expérimenter le soutien par le corps
7. Intégration de la journée

### **JOUR 3 : Restaurer les limites pour se sentir en sécurité dans le lien**

1. La question des limites dans la clinique du trauma
2. (Ré)apprendre à poser des limites pour (re)trouver sa souveraineté : Pour qui ? Pour quoi ?

3. Aider notre patient à se positionner en pleine conscience dans sa Vie et dans ses relations
4. Permettre à notre patient à retrouver sa pleine liberté d'agir et son plein potentiel
5. Travail du reparentage en mouvement
6. Évaluations et conclusion de la formation

### Moyens pédagogiques :

- Pédagogie interactionnelle et participative : le participant est au cœur de sa formation
- Démonstrations,
- Module de formation résolument expérientiel : de très nombreux exercices de mises en mouvements seront proposés
- Vignettes cliniques

### Sera remis aux participants :

- Un manuel de pratiques PDF, de plus de 40 pages
- L'ensemble des documents de formation (présentation power point, articles...)
- Une attestation de suivi de formation

### Evaluation :

Les participants seront évalués tout au long de la formation, observés lors des pratiques en sous groupes et devront répondre à un quizz de fin de formation.

### Formatrice :

Yoanna MICOUD, Psychologue centrée compétences et Formatrice. Elle exerce en cabinet privé à Fontaines sur Saône (Nord de Lyon) et accompagne principalement des personnes victimes de traumatismes.

Elle est également formée à l'EMDR (thérapeute EMDR Europe), la thérapie InCorporer, la thérapie des Schémas, la Thérapie Systémique Brève Orientée Solutions, l'EFT et Matrix Réimprinting.

### Format :

Présentiel

Prochaines dates et Tarifs : Consulter notre site internet : [www.oyaformations.com](http://www.oyaformations.com)

Durée : 9h / 12h30 – 13h30/17h, soit 7 heures de formation par jour

Renseignements et inscriptions : [contact@oyaformations.com](mailto:contact@oyaformations.com)

MAJ : 29/11/24