



## La prise en charge du psychotraumatisme

### **Module 1 : Outils de compréhension et de Stabilisation**

Grâce aux découvertes des neurosciences, nous avons aujourd'hui de plus en plus de connaissances concernant l'impact du stress sur le cerveau. Aussi, en tant que professionnels de la relation d'aide, nous sommes amenés à accompagner des personnes souffrant de symptômes qui sont des conséquences directes de stress intenses vécus et/ou traumatismes du passé. En effet, pour faire face à ces événements adverses, le cerveau a parfois du mettre en place des mécanismes de sauvegarde extrêmes, engendrant des troubles psychotraumatiques.

Il est donc primordial que les professionnels comprennent l'impact du stress sur le cerveau et sur le corps et la clinique si spécifique du trauma, afin de pouvoir accompagner les personnes impliquées de manière respectueuse, bienveillante et sécurisante.

Comment faire émerger les ressources de survie en amont de tout travail sur le contenu du vécu ? Comment stabiliser toutes les personnes que nous accompagnons afin qu'elles restent dans sa fenêtre de tolérance, et donc en lien sûr avec nous ? Comment leur expliquer ce qu'elles vivent afin de les rendre plus conscientes et autonomes pour prendre soin d'elle ? ...

**Professionnels concernés :** Psychologues, Psychiatres, Médecins, Coachs, Cadres, Éducateurs, Infirmiers, Assistants Sociaux, Étudiants ...

#### **Objectifs des 3 jours :**

Connaitre et s'approprier les mécanismes des troubles psychotraumatiques afin d'être en mesure de mettre en oeuvre des protocoles de stabilisation immédiats et efficaces auprès de n'importe quel patient.

- Comprendre la neurobiologie du psychotrauma
- Expliquer aux patients les mécanismes du psychotrauma et le sens de leurs symptômes (psychopédagogie)
- Connaitre et savoir appliquer des protocoles de stabilisation adaptés
- Expérimenter sur soi même en tant que praticien les protocoles

- **Contenus :**

### **Jour 1 : Les outils de compréhension**

- Accueil et recueil des attentes des participants
- Définir et/ou mettre à jour les concepts théoriques
  - Les différents types de traumas : simple, complexe, multiple, transgénérationnel, vicariant
  - Etat de stress Aigu – Trouble de Stress post traumatique
  - Les réactions au stress
  - Neurobiologie du trauma
  - Les mécanismes de sidération et de dissociation péri traumatique
  - La mémoire traumatique
- Mieux comprendre les réactions physiologiques : La fenêtre de tolérance
- L'importance de la psychoéducation au service de la stabilisation et de l'alliance thérapeutique
- Troubles psychotraumatiques et temporalité
- L'importance des neurones miroirs dans la phase de stabilisation

### **Jour 2 : L'approche centrée sur les ressources**

- Alliance et sécurité dans la relation thérapeutique : des prérequis indispensables
- De l'importance de se centrer sur les ressources et les compétences
- Questionnements spécifiques pour faire émerger les ressources et susciter l'espoir
- Les échelles de sécurité : évaluer la sécurité à tout instant
- Comment recueillir l'histoire de vie en toute sécurité ? L'anamnèse centrée ressources
- La sécurisation du lien :
  - La carte des personnes ressources
  - Le collage de la Famille Symbolique
- Apaiser les peurs ou les appréhensions avec la "technique de l'éponge"

### **Jour 3 : Les outils de stabilisation immédiats**

- Déceler les sorties de la fenêtre de tolérance et intervenir efficacement : les outils de stabilisation immédiats :
  - Exercices d'ancrage
  - Exercices d'orientation
  - Exercices de respiration spécifiques
  - Exercices cognitifs
  - ...
- Le protocole du Lieu de sécurité : la visualisation au service de l'apaisement
- Le protocole du Contenant : Mettre de côté ce qui ne peut être abordé pour le moment

*Programme sous réserve de modifications*

### Moyens pédagogiques :

- Pédagogie interactionnelle et participative : le participant est au cœur de sa formation
- Démonstrations,
- Expérimentations en sous groupes
- Vignettes cliniques,
- Vidéos

### Sera remis aux participants :

- Un manuel de stabilisation PDF, de plus de 30 pages
- L'ensemble des documents de formation (présentation power point, articles, vidéos ...)
- Une attestation de suivi de formation

### Avantages du Format Classe Virtuelle via ZOOM

- Confort d'assister à la formation depuis chez soi
- Possibilité de travailler au calme, en grand groupe mais aussi de faire des pratiques en sous groupe
- Apprendre à travailler à distance
- Possibilité d'accéder aux liens de réécoute de la formation durant 15 jours
- Économies de temps de déplacement et d'argent (frais de repas, d'hébergement en moins)

### Moyens pédagogiques :

Classe virtuelle avec supports Power Point, vidéos, sessions interactives de questions/réponses, exemples cliniques, quizz de connaissances, travail en sous groupe

### 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 des Schémas, la Thérapie Systémique Brève Orientée Solutions, l'EFT et Matrix Réimprinting.

### Prochaines Dates :

Consulter le site : [www.oyaformations.com](http://www.oyaformations.com)

### **Format :**

Présentiel ou Classe Virtuelle via application ZOOM

### **Tarif :**

- Inscription individuelle et FIFPL : 540 €
- Tarif réduit (sans activité rémunérée) : 360 €
- Formation continue et DPC : 750 €

### **Renseignements et inscriptions :**

[www.oyaformations.com](http://www.oyaformations.com)

[contact@oyaformations.com](mailto:contact@oyaformations.com)