



Crise sanitaire Covid 19 et Psychotrauma :

Outils de compréhension et de Stabilisation

La crise COVID 19 que nous traversons est éprouvante pour tous, tant physiquement que psychologiquement. Les personnes que nous accompagnons sont susceptibles d'être en proie à du stress intense, des angoisses, un épuisement professionnel, des réactivations de traumatismes antérieurs....générant des réactions de survie massives.

En tant que professionnels, il est primordial de bien comprendre ce qui se joue au niveau du système nerveux, de l'impact du stress chronique sur le corps afin de pouvoir expliquer ces mécanismes à nos patients / clients (psychopédagogie) et les aider à mettre du sens sur ce qui est vécu pour la grande majorité comme un non sens. Les outils de stabilisation enseignés vous seront utiles pour prendre soin de vous dans un premier temps, afin d'éviter l'épuisement professionnel ou traumatisme vicariant. Aussi, vous serez à même d'évaluer l'état de votre patient et lui proposer des exercices de stabilisation efficaces et immédiats.

Au cours de cette formation, seront abordés :

- Des apports théoriques concernant l'impact de la COVID 19 sur la santé psychique et le lien avec le psychotrauma
- Des éléments de psychoéducation indispensables pour vos patients
- Des grilles d'évaluation de l'épuisement professionnel et les troubles psychotraumatiques
- De nombreux outils de stabilisation, simples et efficaces, afin de prendre soin de vous, et apprendre à vos patients à s'apaiser et gérer leur stress.

Professionnels concernés : Cette formation est destinée à tous les professionnels de santé et de la relation d'aide, médecins, urgentistes, psychologues, infirmières, sage-femme, psychothérapeutes, travailleurs sociaux... et tout professionnel et bénévole accueillant du public susceptible de présenter des troubles psycho traumatiques.

Contenu :

- Crise sanitaire COVID 19 et impacts sur la santé mentale
- L'épuisement professionnel, ou Burn Out : Comment le repérer ?
- L'Etat de Stress Aigu et Trouble de Stress Post Traumatique : quelles différences ? Échelles d'évaluation
- Trauma simple, complexe, vicariant : définitions et exemples cliniques
- Temporalité du psychotrauma
- Neurobiologie du psychotrauma : impact du stress sur le système nerveux (réaction au stress, dissociation, mémoire traumatique...)

- La fenêtre de tolérance
- L'importance de la psychoéducation
- Les outils de stabilisation immédiats : prendre soin de soi pour prendre soin des autres :
 - exercices d'ancrage
 - exercices d'orientation,
 - exercices respiratoires
 - exercice de pleine conscience
 - points d'acupression d'urgence
- Le protocole du contenant (démonstration avec comédienne)Le protocole du lieu de sécurité (démonstration avec comédienne)
- 2 exercices efficaces pour stabiliser et sécuriser le lien
- Synthèse de la journée

L'ensemble de ses concepts seront illustrés et mis en perspective avec la crise sanitaire Covid19

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.

Modalités pratiques :

Votre inscription vous permettra de recevoir un code d'accès privé (valable 1 mois) vers une plateforme de formation où vous trouverez :

- Les vidéos de l'ensemble de la formation (+ de 6h d'écoute)
- La présentation Power Point
- 2 vidéos de démonstration avec une comédienne (2x30 min)
- Un manuel de stabilisation, version PDF de 30 pages
- Des questionnaires d'autoévaluation
- Quizz et évaluation de fin de formation

Tarif :

- Inscription individuelle : 180 €
- Tarif réduit (sans activité rémunérée) : 120 €
- Prise en charge institutionnelle (avec signature d'une convention) : 250 €

Renseignements et inscriptions :

www.oyaformations.com

contact@oyaformations.com