PROGRAMME – Distanciel mars 2027

SENSIBILISATION A LA PSYCHOTRAUMATOLOGIE :

NIVEAU DE BASE : 2 jours (pour TOUS !)

les notions -clés pour repérer et aider avec les premiers gestes et les premiers mots

Très sensibilisée au sujet de la psychotraumatologie dans ma vie de tous les jours, pas uniquement dans mon métier de « psy », je vous propose deux jours de sensibilisation sur ce thème et concrètement de développer un regard très attentif à la prévention des traumatismes qui sont dits psychotraumatismes et atteignent souvent le corps et le coeur autant que la tête !
Cette discipline, distincte de la victimologie, est basée sur une notion inhérente à la nature humaine : l'auto-préservation, parfois aussi appelée résilience ou salutogénèse.
Le principe est simple : aller vers la santé, y compris après un épisode traumatique ! Allez vers le « SALUT », et regarder la personne atteinte par un « choc » comme une personne à soutenir pour qu'elle se relève (et même en tire des apprentissages), et non comme une victime au long cours dont la vie pourrait basculer ! **Je vous propose de développer quelques « bons réflexes » pour aller vers la santé et le soutien « comme des secouristes relationnels ».**
Les épisodes de vie difficiles peuvent laisser des marques, tant physiques que psychologiques.
Vous pensez toujours à emmener vos proches aux urgences si jamais leur santé physique est en danger…pensez vous à les faire aider, à les soutenir, à les « PANSER » quand ils sont blessés psychiquement, émotionnellement ?
Vos premiers mots, gestes et regards peuvent tout changer et amortir le choc ! ***Et se rappeler que parler en étant bouleversé est néfaste ! D'abord s'apaiser soi-même pour apaiser et faire dire de façon très encadrée et dans des temps adaptés ! Se former, c'est pour l'autre, et pour SOI !***

OBJECTIF :
L'objectif de cette sensibilisation est de vous donner les moyens de bien agir et faire face aux situations « hors du commun ». C'est un niveau de base pour assoir des notions-clés et éventuellement vous former plus avant.
Eléments-clés abordés : - définir et apprendre à identifier ce qu'est un épisode traumatique,

- comment repérer le stress post-traumatique et le distinguer du stress « au sens large »
- comment aider une personne quand elle a vécu un événement critique ou des épisodes difficiles réguliers ? les premiers regards, gestes et mots qui peuvent tout changer
- vers qui orienter si besoin de traiter un « traumatismes » installés

Ces deux journées peuvent ensuite vous amener à vouloir vous former sur les techniques de soutien d'urgence, de prévention et traitement simple dans l'après-coup (defusing /débriefing) ou plus complexes pour les professionnels. Les jours complémentaires seront proposés pour l'apprentissage du défusing et débriefing (psychotraumatologie niveau 1 : 3 jours de plus en présentiel et 1 distanciel en cloture.)

Les compétences visées sont donc :
Connaitre les réactions de stress traumatique et aspects délétères pour la santé associés
Identifier un épisode traumatogène
Connaitre les éléments favorables à la salutogènèse
Savoir faire en face d'une personne qui vient de vivre un épisode « fort stressant » ou présentant un état de stress post-traumatique et bien agir / orienter

Public et effectif : TOUT PUBLIC :
Il n'y a pas de pré-requis. C'est une sensibilisation tout public.
L'effectif du groupe est de 9 à 18 participants.

PROGRAMME – Distanciel mars 2027

PROGRAMME :

JOURNEE 1 :
Définition du trauma et reconnaissance d'un épisode potentiellement traumatogène
Définition de l'état de stress post-traumatique et des signaux associés.
Description des états pathologiques en cas d'installation durable
Les éléments favorables au maintien de la santé, facteurs de résilience
JOURNEE 2 :
La stimulation des ressources individuelles et collectives
Le regard, les bons mots et bons gestes en « soutien immédiat » (et les écueils à proscrire)
L'intervention in situ et les suites possibles pour une bonne orientation des personnes sujettes à un épisode critique : les mots et les actions bénéfiques !

Votre formatrice: Angélique GIMENEZ, formatrice depuis 33 ans :

Enseignante certifiée en psychotraumatologie (certifiée par le docteur Gisela Perren) et en PNL, agréée NLPNL. Certifiée en hypnose éricksonnienne, en EMDR, formée en ICV, elle est aussi formée au traitement des traumas complexes et troubles de l'attachement. Elle est également formée en ETP (Education Thérapeutique du Patient), en éthologie (DU éthologie et attachement sous l'égide de B Cyrulnik et M. Delage), sur la théorie polyvagale (via Eric Marlien) et en Cohérence Cardiaque (David- O Hare). Elle est membre des associations SPSU et ICV œuvrant pour prévenir les impacts traumatiques.Titulaire du CEP (Certificat Européen de Psychothérapie), elle exercice en tant que psychopraticienne, psychotraumatologue et coach auprès des adultes, enfants et adolescents. Elle est superviseure de thérapeutes sur leur pratique thérapeutique, en psychotraumatologie et dans le cadre de spécifique des pathologies TCA. Spécialisée dans les troubles des conduites alimentaires (TCA), elle est membre de l'association AUTREMENT (présidée par le docteur Daniel RIGAUD).

DUREE et MODALITES DE FORMATION :

Formation de base sur 2 journées avec apports théoriques et quelques exercices pratiques à répéter chez soi. Une attestation de formation vous sera remise en fin de session. Une évaluation aura lieu en fin de formation via un questionnaire à retourner à la formatrice. Il permettra également de voir si vous voulez et pouvez compléter votre cursus en rejoignant le niveau 1, et vérifier vos acquis.
Pour poursuivre vers le niveau 1 (pratique des protocoles simples de psychotraumatologie), le programme vous sera présenté durant cette journée : techniques de prévention immédiate, défusing, débriefing (3 jours de plus en présentiel. Pour la validation de vos acquis, vous aurez **une journée de supervision (6e journée pour clore le niveau 1)** de vos premiers protocoles et validation de vos compétences.
Ensuite, pour vous perfectionner vous pourrez apprendre à traiter les traumas complexes (3*2 jours).

Modalités pratiques : Dates : les 1er et 2 mars 2027.

Horaires : de 9h15 à 12h45 et de 14h00 à 17h45 (7 h de formation/jour)
Tarifs ANVISAGE:
Particuliers, prise en charge personnelle : 115 euros TTC/ jour (230 euros TTC les 2 jours).
Organismes, libéraux : prise en charge professionnelle : 135 euros TTC/ jour soit 112,50 euros HT/jour (270 euros TTC les 2 jours).
Les conditions de règlement sont précisées dans le contrat/ convention de formation (30% à la réservation et solde au premier jour de formation, encaissement en fin de formation).
Inscriptions et renseignements: par téléphone au 06.23.85.87.09 ou par mail: contact@anvisage.fr