

# PROGRAMME

## Formation en psychotraumatologie et troubles du comportement

1/3

### **TITRE : Traitement des épisodes traumatiques dans le cadre des troubles du comportement :**

- **détecter les épisodes traumatogènes, les prévenir, les traiter,**
- **intégrer le soin des traumas dans le traitement des troubles du comportement (alimentaire notamment, dans les troubles addictifs, anxieux et dissociatifs plus largement).**

Professionnelle de la psychothérapie et de la psychotraumatologie, je me suis spécialisée dans le traitement des troubles du comportement alimentaire (TCA) et des troubles comportementaux/ dissociatifs plus largement. Membre de l'association AUTREMENT (spécialisée dans les TCA), je participe au développement d'un réseau de professionnels du soin et c'est dans ce cadre que s'inscrit la présente formation. Formatrice depuis 20 ans et enseignante certifiée en PNL Humaniste et psychotraumatologie, je mets au service du soin de ces pathologies mes compétences pédagogiques.

Derrière les troubles du comportement, dont la définition est assez vaste, nous trouvons régulièrement des mots et des maux tels que « le stress, l'anxiété, l'angoisse, l'agitation, l'hyperémotivité » etc... Une partie de ces comportements inhabituels mais qui peuvent devenir de vrais TOC ou TCA ou autres troubles « tenaces » peut être liée à la non-absorption, non-intégration de certains épisodes de vie, des épisodes « difficiles à digérer », traumatogènes. Les résidus de tels épisodes vont générer une forme de stress particulier, le stress post-traumatique qui présente des signaux spécifiques, qu'il convient de repérer pour faire la part des « différents agents stressseurs » et prendre les angoisses, les anxiétés et autres troubles qui peuvent s'installer (co-morbidités) à la racine ! A l'inverse, je constate que beaucoup de gens utilisent le mot « traumatisme » à mauvais escient et créent ainsi des ancrages négatifs ; leur façon de s'exprimer et de « dramatiser » le vécu d'une autre personne est préjudiciable. Il est donc très important de savoir repérer le stress post-traumatique, les zones potentiellement traumatiques mais aussi de ne pas susciter une forme « de traumatisme » à trop vouloir chercher des causes « graves » là où la personne a eu les ressources pour faire face ! Dit autrement, évitons les effets iatrogènes et pensons selon un mode « salutogène ».

Enfin, nous sommes à une époque où nous progressons sur beaucoup de méthodes thérapeutiques et certaines apparaissent comme spécifiques pour traiter les traumatismes et/ou certains troubles. Il est essentiel de déterminer comment elles fonctionnent pour savoir faire les bons choix aux bons moments (et diriger ses patients par exemple ou se former soi-même). Aucune technique n'est magique et chacune demande que le patient ait certaines ressources. Je tiens à donner un aperçu des différentes approches et certains protocoles de base pour pouvoir aider nos patients et surtout, à faire prendre conscience « du bon moment », quand le patient a de « bonnes ressources », pour pouvoir aller traiter tel ou tel « élément complexe » de sa pathologie. L'art du soin est d'aller au maximum dans le « sens du courant » et de fonctionner avec une stratégie d'économie. Plus nous fonctionnons ainsi, plus le patient a de ressources pour dépasser ces épisodes potentiellement traumatiques et pour résorber une part de stress qui amplifie parfois, crée d'autre fois des troubles comportementaux divers et variés (labiles et polymorphes).

# PROGRAMME

## OBJECTIFS :

Je vous propose donc une formation qui vous permettra d'acquérir des connaissances et des compétences à plusieurs niveaux.

- Découvrir la psychotraumatologie et les méthodes de soin possibles ; savoir dire les premiers mots qui tranquilisent.
- Savoir reconnaître le stress post-traumatique et les perturbations associées –éduquer au stress management
- Savoir repérer à travers le langage et la posture de votre patient les « zones à retraiter » et comment créer un apaisement
- Savoir « défuser » / « débriefer » (décharger, dirons-nous usuellement) autour d'un épisode délicat et /ou vers qui orienter la personne si besoin
- Eduquer, recadrer avec le patient pour qu'il puisse développer des ressources, calmer ses zones traumatiques et décoller les « comportements » gênants de son quotidien.

## PUBLIC et PRE-REQUIS :

Soignants et professionnels de la relation d'aide intervenants dans le soin des patients atteints de troubles du comportement (alimentaires notamment et/ou fonctionnels autour des besoins classiques –boire, manger, dormir, sentir, gérer ses états émotionnels et d'humeur), et ayant des patients en cours d'accompagnement, ou personnes désireuses de se reconvertir dans un métier de relation d'aide.

## PROGRAMME:

Cette formation comprend 6 journées de 7 heures soit un total de 42 heures de formation, rythmée en 3 modules de 2 jours sur 6 à 12 mois (avec une pause en juillet et août), permettant ainsi une intégration progressive et durable des compétences. Elle pourra être complétée d'un second niveau (journées supplémentaires d'analyse des pratiques et supervision des cas cliniques).

Elle est composée d'apports théoriques, de démonstrations et d'exercices d'application pratiques à partir d'exemples issues de l'expérience de la formatrice et des exemples des stagiaires (supervision de cas cliniques). Elle permet un échange de pratiques et d'expérience entre praticiens pour aider chacun à mieux orienter les patients dans leur parcours thérapeutiques (quel soin à quel moment ?).

### **Journées 1 et 2: Définissons, découvrons : psychotraumatologie et troubles du comportements et installons une posture de « self-control » (auto-préservation du débriefer)**

**La psychotraumatologie :** Définir les mots, et savoir repérer le stress post-traumatique, les aspects comorbides.

**Les troubles du comportement :** aspects théoriques de base, les axes communs et ceux spécifiques aux différents TCA.

### **Se positionner face aux « mots » d'autrui et rester dans ses ressources pour mieux ressourcer l'autre :**

Aspects pratiques: exemples de cas cliniques et s'entraîner à bien se positionner (respiration, choix des mots, posture du débriefer).

# PROGRAMME

## Journées 3 et 4: psychotraumatologie appliquée

**Psychotraumatologie appliquée :** Savoir dire et savoir-faire : les protocoles adaptés pour « décharger », défusing et débriefing. Les ancrages verbaux, gestion du temps, identifier les émotions « non digérées » et restaurer les valeurs atteintes. Remettre en route vers un futur et des comportements bien maîtrisés.

**Aspects pratiques :** le stagiaire apprend comment faire concrètement avec application en petits groupes.

## Journées 5 et 6 : Les interventions complémentaires en psychotraumatologie et l'éducation thérapeutique du patient pour gérer ses ressources et transformer ses comportements au long cours.

Les diverses approches en psychotraumatologie et les éléments-simples qui peuvent être appliqués (en vue de se former par ailleurs plus largement si besoin). Savoir comment le cerveau humain s'y prend pour transformer les comportements et transmettre aux patients « son propre mode opératoire » pour mieux vivre les épisodes difficiles et les stress associés (savoir manager son stress et adapter ses comportements).

**Aspects pratiques :** retour sur les cas cliniques des stagiaires et exercices d'application sur les « outils » de self-control à transmettre aux patients.

Durant cette formation, les stagiaires seront évalués par la formatrice, avec la rédaction de 3 protocoles de repérage et d'intervention sur les aspects psychotraumatologiques (entre les jours 3 et 4 puis 5 et 6). Ces protocoles seront supervisés et restitués avec correction à la dernière session de formation. Ils recevront une attestation de suivi de formation et un avis sur le savoir-faire en fonction des protocoles réalisés. Ils pourront continuer à progresser via des journées de formation/supervision supplémentaires.

### Informations pratiques sur la formation:

#### Dates et lieux :

**LYON : les 4 et 5 décembre 2017, les 5 et 6 février 2018 et les 13 et 14 mars 2018.**

**Horaires :** de 9h15 à 12h45 et de 14h à 18h00 (avec 2 pauses de 15 minutes en journée)

**Tarifs :** Particuliers, prise en charge personnelle : 690 euros les 6 jours soit 115 euros TTC par jour.

Organismes, libéraux : prise en charge professionnelle : 830 euros les 6 jours soit 138,30 euros TTC par jour (115 euros HT/jour).

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).

Pour les membres de l'association AUTREMENT s'étant bien acquittés de leur cotisation annuelle de 2017 (sur présentation du document en attestant), une réduction de 10 % est appliquée aux particuliers et aux professionnels libéraux.

**Inscriptions et renseignements:** par téléphone au 06.83.85.87.09 ou par mail: [contact@anvisage.fr](mailto:contact@anvisage.fr)