

PROGRAMME DE FORMATION

DÉPOTENTIALISATION
HUMANISTE DU PSYCHO-
TRAUMA

Devenir
défaiseur de trauma



L'institut de
l'esprit libre

Informations pratiques



Objectif :

Maîtriser les bases de la dépotentialisation du trauma psychique, de la réparation de l'attachement et du soutien à l'autonomie de gestion émotionnelle.

Savoir les intégrer avec créativité à sa pratique dans une position humaniste.

Comment :

Une alternance permanente entre des enseignements, des exercices pratiques, et des temps d'échange clinique.

Les en + :

Des apports en psychopathologie de l'autorité pour éclairer la condition traumatique humaine.

Prendre soin de soi tout en apprenant.

Lieu : Nîmes (Gard)

Durée : 5 jours - 33 heures

Pré-requis : Professionnels ayant affaire au trauma dans leur pratique

Prix : 990 euros (1200 euros avec prise en charge QUALIOPI - en partenariat avec Adène formation)

Inscriptions : <https://www.institutespritlibre.com/>

S'inscrire

1 Jour 1 : Les connaissances et les ressources



Accueil

Introduction à la position humaniste

Définition du traumatisme psychique

- en psychopathologie clinique
- en neurosciences (circuit de l'information, potentialisation et dépression à long terme)
- l'échelle PCL-5 (Weathers et al., 2013)

Dépotentialiser le trauma

- La dépotentialisation et la réorganisation du réseau neuronal
- Les 4 Piliers du Traitement du Psychotraumatisme (aux fondements de l'efficacité de toutes les méthodes actuelles : EMDR, MOSAIC, ICV, EFT,... et de celles à venir?)
- La reconsolidation de la mémoire

Les modèles neuro-cliniques utiles pour accompagner la dépotentialisation du trauma :

- La théorie de la dissociation structurelle de la personnalité
- La théorie polyvagale de Stephen W. Porges

Maîtriser des ressources de stabilisation émotionnelle et leur principe :

- L'"ici et maintenant" de l'histoire au secours du passé
- L'"ici et maintenant" du corps au secours du passé
- Le "lieu de sûr" en hypnose (exercice de groupe)

Questions/réponses au fil de l'eau.

2 Jour 2 : Dépotentialiser un trauma simple avec l'EMDR



Accueil

La méthode utilisée en EMDR:

- ses principes
- le protocole standard en 8 phases
- Quid de la fenêtre de tolérance
- Quid du "pont d'affect"

"Trauma simple" VS "Trauma complexe"

L'après-séance de traitement du trauma

La psycho-éducation

Les "points de sortie" en cas de résurgence traumatique plus complexe (abus, négligences et maltraitements au long cours).

Démonstration

Des expérimentations pratiques par groupe de 2 ou 3, supervisées.

Lorsque la remémoration est trop douloureuse: les points de sortie pour traiter en douceur avec SBA:

- Au niveau cognitif : Le point de sortie libertaire de la focale traumatique pour dépotentialiser le trauma.
- Au niveau sensoriel et émotionnel : Créer une "Sensation Interne Désirée" pour dépotentialiser le trauma (Quid des découvertes de Stéphanie KHALFA et Guillaume POUPARD, créateurs de la thérapie MOSAIC).

Des temps de débriefing, de questions et d'échanges cliniques.

3 Jour 3 : Dépotentialiser avec l'expérience du temps autobiographique



Accueil

La "ligne du temps" en PNL (James, Woodsmall et Bandler) et la position de méta-observation.

Quid sur les découvertes de Pegguy Pace qui fonde la méthode de l'Intégration du Cycle de la Vie (ICV)

La revue de vie avec la ligne du temps et les SBA.

Démonstration

Des expérimentations pratiques par groupes de 2, supervisées.

La dépotentialisation d'un trauma simple avec la ligne du temps et les SBA

Démonstration

Des expérimentations pratiques par groupes de 2 ou 3, supervisées.

Des temps de débriefing, de questions et d'échanges cliniques.

4 Jour 4 : Réparer l'attachement, intégrer des expériences correctrices



Accueil

L'attachement

La réparation de l'attachement en hypnose clinique (Pierre Janet).

Les styles d'attachement

Les besoins de l'enfant : nouveau né, jeune, adolescent.

La rencontre des parties de soi, le reparentage et les expériences correctives.

Le lieu de sécurité et de jeu

Le protocole de réparation de l'attachement.

Des expérimentations pratiques de réparation de l'attachement par groupes de 2 ou 3, supervisées.

Le mindset pour intégrer de la souplesse et de la créativité dans sa propre pratique avec les 4 piliers.

Des temps de débriefing, de questions et d'échanges cliniques.

5 Jour 5 : Initiation à la pleine conscience et aux outils autonomisants



Accueil

L'importance de sa propre capacité de régulation émotionnelle
Quid du traumatisme vicariant.

Des ressources pour soi et ses patients

Les principes de la médiation de pleine conscience

Faire l'expérience d'une séance standard de méditation de pleine conscience pour la reproduire.

- la séance de base
- 1 séance de méditation de groupe

La pleine conscience au quotidien

Les outils de régulation émotionnelle autonomisants

- La cohérence cardiaque (David O'HARE)
- La méthode TIPI (Luc NICON)
- Les SBA : le papillon et les sons bilatéraux alternés.
- L'EFT rapide

Prévenir le Syndrome de Stress Post Traumatique en situation potentiellement traumatique : Quid du protocole 6C de Moshé FARCHI.

Évaluation des compétences

Bilan de la formation et perspectives intégratives pour sa pratique dès le retour de formation.

Clôture.

Bonus : Faire l'expérience libre de la pleine conscience induite avec la dream machine avant de retourner à sa vie.

Le mot des formatrices

Cette formation est celle que nous aurions voulu recevoir dès le début de nos activités de psychologues. Elle est le fruit mûr d'années de formations et de recherches dans les champs de la clinique et du psycho-trauma, de nos pratiques avec nos patients petits et grands et des défis libertaires que nous accompagnons au quotidien, en cabinet comme en institution. Elle propose d'apprendre facilement les connaissances les plus actuelles sur le traitement des traumatismes et d'en faire l'expérience chaleureuse "en immersion" en petites cohortes.

Elle s'adresse à tous les professionnels qui ont affaire au trauma dans leur champ de compétence, qu'ils travaillent avec des adultes ou des enfants, dans le domaine de la psychologie, du soin, du social ou institutionnel médico-social.

Elle porte notre souhait d'un monde où l'emprise des traumatismes sur les vies humaines recule, et où les humains libres s'écoulent pour créer des réalités plus justes, harmonieuses et joyeuses pour eux-mêmes.

Céline et Jessy

S'inscrire



L'institut de
l'esprit libre

L'institut de l'Esprit Libre soutient la diffusion de pratiques de traitement humaniste du trauma qui respectent et s'appuient sur les capacités d'auto-direction humaines.

*« Avec nos formations, vous devenez de plus en plus vous-même.
Humainement et comme thérapeute. »*