

## PROGRAMME DETAILLE DE FORMATION

### **GEST® - EMDR** **Gestion des Émotions et du Stress Traumatique**

#### Présentation synthétique

Sur la trame d'un protocole précis, la technique GEST® - EMDR permet de transformer la trace mnésiques laissé par un évènement douloureux. Pendant la phase de désensibilisations du protocole, l'émotion liée au traumatisme se modifie, et une forme d'apaisement, de détachement aboutissant à une reconfiguration de la difficulté ou de l'évènement traumatique s'installe.

Le GEST®-EMDR est tout indiqué pour accompagner :

- Les blocages émotionnels, les angoisses et les troubles anxieux généralisés
- Les troubles de stress post traumatisques et les deuils
- Les comportements compulsifs

#### Durée, horaires, et coût de la formation

La formation s'établie sur 2 journées de 7h00

Elle se déroule de 9h00 à 12H30, et de 14h00 à 17h30 soit 14h00

Le coût pour un financement personnel est de 360€

Le coût pour une formation financée est de 480€

#### Public et prérequis

##### **Public :**

La formation s'adresse aux professionnels de l'accompagnement en activité ou en cours de formation.

- Praticien et praticienne des thérapies brèves.
- Psychologue, Sophrologue, kinésiologue.
- Ainsi qu'à l'ensemble des professionnels de santé (médical et para-médical)

## **Prérequis :**

Avoir les connaissances essentielles du langage hypnotique.

## **Objectif pédagogique global**

1. Acquérir les méthodes et outils relatifs à la gestion des traumatismes et du stress post traumatique par les mouvements oculaires.
2. Intégrer ces outils dans l'arsenal stratégique et thérapeutique des séances.

## **Objectifs pédagogiques partiels**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- De différencier trauma, traumatisme et stress post traumatique
- D'utiliser les mouvements oculaires pour effectuer des ancrages
- De mettre en pratique le protocole GEST® - EMDR et ses diverses applications
- D'appliquer les mouvements oculaires pour accompagner le travail de deuil

## **Méthodes et moyens pédagogiques**

Trois méthodes d'animation sont retenues pour présenter les différents thèmes de la formation :

1. Présentation d'un point de vue théorique
  - Pour chaque point abordé, le formateur développe l'ensemble des notions théoriques.
  - Il répond aux questions
2. Démonstration.
  - Le formateur effectue une démonstration avec un des stagiaires présents.
3. Exercices d'application.
  - Les stagiaires se regroupent par trois et à tour de rôle prennent chacun la place
    - Du praticien
    - Du client
    - De l'observateur. Ce dernier effectue un feed-back

## **Ressources pédagogiques**

- Livret de formation remis aux stagiaires à l'arrivée
- Documents supports de formation projetés
- Programme de formation organisé en séquences pédagogiques
- Étude de cas concrets

## **Moyens techniques**

- Accueil des stagiaires dans une salle équipée, dédiée à la formation
  - Vidéoprojecteur et Paper board
  - Ordinateur et connexion internet

## Le formateur / La formatrice

La formation est assurée par un formateur ou une formatrice :

- Thérapeute installé(e) en cabinet.
- Maître Praticien en hypnose Ericksonienne certifié par la FFHTB (Fédération Française de l'Hypnose et des Thérapies Brèves).
- Maître Praticien en PNL certifié par l'INLPTA (International Neuro Linguistic Programming Trainer's Association).
- Formé à l'intégration par les mouvements oculaires.

## Modalités d'évaluation

La certification Qualiopi de Néopraxis, si elle permet d'obtenir des financements, impose en conséquence un dispositif d'évaluation spécifique.

### Dispositifs d'évaluation pendant la formation

Pendant les exercices d'application le formateur supervise, et réajuste si nécessaire.

Au terme de l'exercice un feed-back général, sous forme d'évaluation globale, est fait en grand groupe.

- Le formateur souligne les points positifs observés
- Représente sur un plan général ce qui est à améliorer pour l'ensemble des participants
- Explique les points qu'il a repéré, et sur lesquels une attention est à apporter.
- Chaque journée se termine par les questions des participants, et un jeu de questions /réponses sur les apprentissages du jour.

### Dispositif d'évaluation avant et après la formation

- Une fiche d'auto-évaluation personnelle est remise à l'entrée et à la sortie de la formation.

### Dispositif d'évaluation de la formation par les stagiaires

- Un questionnaire d'évaluation dit « à chaud » est envoyé dès la fin de la formation
- Un questionnaire d'évaluation dit « à froid » est envoyé entre 1 et 3 mois après la formation

### Sanction de la formation

- Sous réserve de satisfaction aux critères d'évaluation des exercices, un certificat est remis en fin de formation.
- Une attestation administrative de formation est quant à elle adressée à l'issue de la formation.

# Itinéraire pédagogique

## Jour 1 : 9h - 12h30 / 14H00 - 17h30

- **Compétence 1 : Reconnaître l'émotion liée au trauma et la désensibiliser**
  - Histoire des mouvements oculaires et de l'EMDR
  - Identifier les caractéristiques du Trouble de Stress Post Traumatique
  - Installer un lieu sûr et une zone ressource
  - Empiler, transférer et annuler des ancrés
  - Identifier les étapes du protocole GEST® - EMDR
  - Mettre en place le protocole GEST® - EMDR

Validation des acquis : questions /réponses sur les principaux apprentissages de la journée.

## Jour 2 : 9h - 12h30 / 14H00 - 17h30

- **Compétence 2 : Maîtriser les mouvements oculaires pour accompagner le traumatisme**
  - Reconnaître une problématique de deuil
  - Modéliser les facteurs de résilience
  - Utiliser sous modalités et mouvements oculaires pour travailler sur le protocole de deuil
  - Désactiver une représentation mentale négative avec les mouvements oculaires
  - Utiliser les schémas ressource des mouvements oculaires

Validation des acquis : questions/réponses sur les principaux apprentissages de la journée.