

## PROGRAMME

### Définition de l'ESPT (État de stress post-traumatique)

- Signes cliniques
- État de stress :
  - aigu
  - post-traumatique
- Importance de la temporalité (l'après-choc)
- Le syndrome de répétition
- ESPT et risques psychosociaux
- Qu'est-ce qu'une situation de crise ?
  - notion de crise dans l'entreprise
- Tableau des événements traumatisants (causes)
- Manifestation des états anxieux aigus et chroniques :
  - comment les reconnaître ?
- Psychisme et signe psychologique :
  - repérage
- Les types de syndromes (conséquences)

### Faire face aux situations de crise : que faire et comment ?

- Le rôle des cellules d'urgence médico-psychologique (CUMP)
- Quels types d'intervention en entreprise ?
- Rôle de la cellule de soutien
- Les différents types de prévention
- L'écoute des salariés
- Techniques de defusing et de debriefing
- Comment adapter son intervention
- Les techniques d'entretien et de soutien
- Le suivi des EPST
- Les traitements de l'ESPT
- Notion de relation d'aide (Carl Rogers)
- Sensibilisation aux approches cognitives et comportementales de l'ESPT

### Outil pratique

- La grille SECCA (Dr Cottraux)
- Exemple / application :
  - étude de cas clinique de STP

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

### DATES

- 25 au 26 octobre 2021
- 27 au 28 janvier 2022
- 27 au 28 octobre 2022

### ESPACE DE FORMATION

- Paris-Montparnasse

DURÉE  
2 jours

1650 € ht  
repas inclus

RÉF. TRAU

### OBJECTIF

Acquérir des méthodes et maîtriser des outils permettant de gérer des situations traumatiques

### COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Identifier une personne en souffrance psychique
- Evaluer et quantifier le stress post-traumatique
- Détecter les personnes exposées
- Prévenir la crise et le psychotrauma
- Etablir une démarche de prévention des risques psychotraumatiques
- Mener un entretien avec une personne en souffrance: diminuer ses pressions psychiques et psychologiques
- Mettre en place des réseaux sécurité : réhumaniser
- Gérer la situation de crise après un choc dans l'entreprise
- Orienter vers des spécialistes

### PUBLIC CONCERNÉ

- Médecin du travail, infirmier(e) du travail, ergothérapeute
- Assistant(e) social(e), psychologue du travail
- DRH, assistant RH, service du personnel

Formation animée par :  
**LAURENT GARCIA**



- Psychologue clinicien
- Formé aux thérapies cognitives et comportementales
- Consultant formateur dans les domaines de l'accompagnement et de la relation d'aide

*"Je vous propose une formation basée sur le partage d'expérience. Nous avancerons dans les apports théoriques tout en mettant en parallèle des situations concrètes pour être le plus opérationnel possible. L'objectif de cette formation est de vous transmettre des méthodes et des outils pour vous permettre de gérer des situations traumatiques."*

Laurent GARCIA

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## LES + DE VOTRE FORMATION C3S

### Votre SUIVI PÉDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique assure un suivi individuel de l'apprenant. Elle vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions post-formation et le lien avec le formateur.

### Votre FORMATION

Les compétences de votre consultant et son expérience de praticien vont vous permettre de repartir de la formation avec des connaissances solides pour mettre en oeuvre une réponse à une situation traumatique

### Le SAVIEZ-VOUS ?

Les principaux symptômes d'un état de stress post-traumatique se matérialisent par le fait que l'évènement est constamment revécu à travers des souvenirs, des rêves et des flashback (syndrome de répétition). Un évitement persistant des stimuli associés au traumatisme (les pensées, les conversations et tout ce qui lui est relié). Des symptômes persistants d'activation neurovégétative: difficulté d'endormissement, irritabilité et colère, difficulté de concentration, hypervigilance, réaction de sursaut exagéré.

## ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE



Envie d'aller plus loin ? Retrouvez ci-dessous, une sélection de formations complémentaires à la formation "Le stress post-traumatique". Vous avez également la possibilité de composer votre propre itinéraire pédagogique avec les formations de votre choix.

$$\boxed{\text{Le stress post-traumatique}} + \boxed{\text{Techniques et outils de gestion du stress}} + \boxed{\text{Enseigner les techniques du bien-être}} = \text{-8%}^*$$

\* Inscrivez-vous à 3 formations et obtenez une remise de 8%