
Formation

Les thérapies orientées solutions appliquées au traitement du psychotraumatisme

Durée : 21 heures

Principes pédagogiques

Cette formation alterne en permanence :

- apports théoriques fondés sur les données actuelles de la recherche ;
- exercices en petits groupes ;
- jeux de rôle ;
- analyses vidéo lorsque cela est possible ;
- supervision de situations cliniques apportées par les participants.

Au début de chaque demi-journée, un temps sera consacré aux questions des participants, aux difficultés rencontrées dans leur pratique ainsi qu'aux liens avec les contenus abordés lors du module précédent.

Les participants seront invités, dès le début de la formation, à apporter des **situations cliniques anonymisées**, qui serviront de support aux exercices, aux analyses et aux temps de supervision tout au long des six demi-journées.

Module 1

Les fondements du travail thérapeutique

Contenus :

- Présentation des participants.
- Attentes vis-à-vis de la formation.
- Présentation du déroulement pédagogique.
- Modalités de présentation des situations cliniques anonymisées.

Introduction

Est-il possible d'utiliser des approches dites « brèves » dans le traitement des psychotraumatismes ?

Discussion autour de

- les facteurs communs du changement en psychothérapie ;
- critique de la notion de brièveté ;
- les approches centrées solutions et le Modèle de Bruges ;
- distinction entre problèmes et limitations ;
- la circularité des mandats ;
- construire une alliance thérapeutique favorisant sécurité et choix.

Exercices

- Analyse des attentes.
 - Travail sur les représentations du psychotraumatisme.
 - Mises en situation autour de la circularité des mandats.
-

Module 2

Comprendre les réactions traumatiques et favoriser la stabilisation

Contenus :

Les différents traumatismes

- traumatisme simple ;
- traumatisme complexe ;
- traumatismes développementaux ;
- syndrome de stress post-traumatique.

Les réactions neurophysiologiques

- mémoire traumatique ;
- fenêtre de tolérance ;
- théorie polyvagale ;
- hyperactivation ;
- hypoactivation ;
- dissociation.

Implications thérapeutiques

- Créer un contexte de sécurité.
- Créer un contexte de choix.
- S'adapter aux rétroactions du patient.
- Construire un projet commun.
- Définir des objectifs thérapeutiques utiles.

Les techniques de stabilisation

- ancrages sensoriels ;
- respiration ;

- cohérence cardiaque ;
- orientation vers le présent ;
- lieu sûr ;
- ressources ;
- techniques hypnotiques de stabilisation ;
- auto-hypnose
- 54321....

Exercices

- démonstration de techniques de stabilisation ;
- entraînement en binômes ;
- analyse de situations cliniques ;
- élaboration d'objectifs thérapeutiques.

Module 3

La thérapie orientée solutions au service du traitement du psychotraumatisme

(Début du module : questions des participants.)

Contenus :

Les apports spécifiques de la SFT

- reconstruire le sentiment de compétence ;
- restaurer le pouvoir d'agir ;
- identifier les exceptions ;
- travailler les ressources ;
- développer des objectifs orientés vers l'avenir.

Les travaux de Yvonne Dolan

- les trois étapes du processus de guérison ;
- la pragmatique de l'espoir ;
- *Guérir de l'abus sexuel et revivre* ;
- la reconstruction de l'identité.

Les travaux d'Allan Wade

- les réponses de résistance ;
- restaurer la dignité ;
- sortir des récits pathologisants ;
- retrouver son agentivité.

Les techniques spécifiques

Présentation des indications, intérêts et limites :

- hypnose thérapeutique et travail sur les symptômes du SSPT
- EMDR ;

- thérapie de la reconsolidation ;
- autres techniques de retraitement des souvenirs traumatiques.

Exercices

- reformulations orientées solutions ;
 - travail sur les exceptions ;
 - entraînement à différentes techniques ;
 - supervision de situations cliniques.
-

Module 4

Dissociation, mémoire traumatique et travail avec les parties

(Début du module : questions des participants.)

Contenus :

La dissociation

- comprendre les phénomènes dissociatifs ;
- dissociation péritraumatique ;
- dissociation structurelle.

La mémoire traumatique

- fonctionnement ;
- activation ;
- reconsolidation mnésique ;
- implications thérapeutiques.

Les troubles dissociatifs

- trouble dissociatif ;
- trouble dissociatif de l'identité.

Les principales approches

- Les travaux de Pierre Janet.
- Le modèle des parties émotionnelles et de la Partie Apparemment Normale (PAN).
- Le Système Familial intérieur
- Le travail avec les parties en hypnose.

Exercices

- analyse de cas ;
- construction d'une stratégie thérapeutique ;
- jeux de rôle ;
- supervision.

Module 5

Adapter les interventions au niveau de relation

(Début du module : questions des participants.)

Contenu :

Les niveaux de relation

- non engagée ;
- recherche ;
- consultance ;
- co-expertise.

La transcontinuité

Aller lentement

Respecter le rythme du patient.

Éviter la retraumatisation.

Les tâches thérapeutiques

- quand proposer une tâche ;
- quelles tâches selon le niveau de relation ;
- suivi et adaptation.

Construire une stratégie thérapeutique

Articuler :

- SFT ; modèle de Bruges ;
- stabilisation ;
- hypnose ;
- EMDR ;
- reconsolidation.....

Exercices

- construction de stratégies thérapeutiques ;
- jeux de rôle ;
- supervision de situations apportées par les participants.

Module 6

Intégration clinique et supervision

(Début du module : dernières questions des participants.)

Contenus :

Supervision de situations cliniques anonymisées

Analyse collective de situations proposées par les participants.

Élaboration de stratégies thérapeutiques

À partir de cas réels :

- choix des priorités thérapeutiques ;
- choix des techniques ;
- articulation des différentes approches ;
- prévention de la retraumatisation ;
- maintien de l'alliance thérapeutique.

Exercices

- supervision collective ;
- jeux de rôle ;
- analyses micro-cliniques ;
- élaboration de plans de prise en charge ;
- synthèse des principaux acquis de la formation.

Ce que j'ajouterais encore

Il me semble qu'il manque un axe qui est très présent dans votre pratique clinique et dans vos publications : **la temporalité des interventions**. Vous insistez souvent sur le fait que certaines interventions sont contre-indiquées tant que la personne n'est pas suffisamment stabilisée. Cette idée pourrait devenir un véritable fil rouge de la formation.

Par exemple, chaque technique (EMDR, hypnose, rembobinage, reconsolidation, travail avec les parties...) pourrait être systématiquement présentée selon quatre questions :

1. **À quel moment du processus thérapeutique ?**
2. **Pour quels patients ?**
3. **Sous quelles conditions de sécurité ?**
4. **Quels risques ou limites ?**

Cette manière d'organiser l'enseignement distinguerait nettement cette formation d'une simple juxtaposition de techniques et mettrait pleinement en valeur le Modèle de Bruges comme cadre d'intégration clinique.