



Clinique du stress post-traumatique Niveau 1

*La clinique immédiate et post-immédiate :
defusing et débriefing*

Formation ouverte en présentiel
Programme des 2 jours
14 heures



Clinique du stress post-traumatique, niveau 1

Réf : TPT 009

La clinique immédiate et post-immédiate : defusing et débriefing

Les troubles du stress post-traumatique (TSPT) constituent aujourd'hui un **enjeu majeur de santé publique**, tant par leur fréquence que par leurs conséquences durables sur la santé mentale, physique et sociale des personnes concernées.

En population générale, près d'un tiers des individus est exposé au cours de sa vie à un événement potentiellement traumatique, avec un risque important de développer un trouble psychotraumatique.

Les violences sont les plus génératrices de TSPT, particulièrement les maltraitances, les violences intra-familiales et conjugales et surtout les violences sexuelles (80% des victimes développeront un TSPT)

Ces troubles ne se limitent pas à une simple réaction anxieuse : ils traduisent une **désorganisation profonde du traitement de l'expérience vécue**, impliquant des mécanismes neurobiologiques, émotionnels et cognitifs spécifiques. Le sujet se retrouve confronté à une expérience qui ne peut être ni intégrée, ni symbolisée, ni mise à distance.

Ainsi, le TSPT se manifeste par une symptomatologie caractéristique associant :

- des **reviviscences intrusives** (flashbacks, cauchemars),
- des **stratégies d'évitement** des pensées, émotions ou situations associées au trauma,
- des **altérations cognitives et émotionnelles** (culpabilité, honte, vision négative de soi et du monde),
- un **état d'hyperactivation neurovégétative** (hypervigilance, irritabilité, troubles du sommeil).

Ces manifestations traduisent une **altération du processus de mémorisation traumatique**, dans laquelle l'événement reste encodé sous une forme émotionnelle intense, difficilement accessible à la verbalisation et à l'élaboration consciente. Le sujet ne "se souvient" pas du trauma : il le **revit**.

Au-delà de cette symptomatologie, la clinique du psychotraumatisme implique une compréhension fine :

- des **mécanismes de sidération et de dissociation** en phase immédiate,
- des **réactions de stress aigu et post-immédiat**,
- des **facteurs de vulnérabilité et de protection**,
- des **formes complexes et chroniques du trauma**, notamment dans les situations de violences répétées.

Dans ce contexte, les professionnels sont fréquemment confrontés à des situations cliniques complexes, marquées par :

- des **présentations hétérogènes et parfois atypiques**,
- des **comorbidités fréquentes** (dépression, conduites addictives, troubles anxieux, troubles dissociatifs),
- des **difficultés de repérage et d'évaluation**,
- et des enjeux d'orientation vers des prises en charge adaptées.

Face à ces réalités, il est essentiel de disposer de **repères cliniques solides et opérationnels**, permettant d'ajuster l'intervention en fonction du moment de la prise en charge (immédiate, post-immédiate ou différée).

Ce module de formation de niveau 1 propose ainsi une approche structurée et progressive de la clinique du stress post-traumatique. Il vise à permettre aux participants de :

- **comprendre les mécanismes psychotraumatiques**,
- **identifier et différencier les manifestations cliniques**,
- **évaluer la symptomatologie et les facteurs de risque**,
- et **orienter de manière pertinente les patients dans leur parcours de soin**.

Les professionnels soucieux de maîtriser tous les aspects de la clinique du stress-post traumatique pourront également valider le niveau 2 sur 3 jours : **TCC centrée trauma : exposition prolongée et restructuration cognitive**.

Pour aller plus loin sur le stress post-traumatique, les professionnels pourront valider - à partir de 15 jours de formation - le **Cyle Expert psycho-Trauma**.

Prérequis et public visé

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce module de formation si ce n'est être dans le public concerné ci-dessous.

Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrent pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticien(ne)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*
- **Travail** : *intervenante(s) en prévention des risques professionnels (IPRP), coachs professionnel(le)s, formateurs / formatrices / consultant(e)s RPS et QVT, professionnel(le)s de la santé mentale au travail.*

Intervenants

La formation est conçue et animée par une équipe pluridisciplinaire d'intervenants experts - **médecins psychiatres, psychologues et psychomotricienne** - disposant d'une expérience clinique et pédagogique reconnue dans le domaine du psychotraumatisme, de l'intervention de crise et des thérapies centrées trauma au **CHU de Lille**.

Les intervenants possibles sont :

Docteur Frédérique WAREMBOURG

- **Médecin psychiatre** au **CHU de Lille – Hôpital Fontan**, responsable du **Centre Régional du Psychotraumatisme des Hauts-de-France (CRP)** et responsable zonale de la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP)**.
- Spécialisée dans la prise en charge du **psychotraumatisme**, des situations de crise, des urgences psychiatriques et des violences sexuelles, avec une activité clinique auprès de patients présentant des troubles psychotraumatiques aigus et complexes.
- Formée à la **thérapie d'exposition prolongée avec Edna Foa**, à la thérapie de reconsolidation et à l'hypnose clinique.
- Intervient dans de nombreux enseignements universitaires et formations spécialisées autour du psychotrauma, du suicide, des violences conjugales et des interventions de crise.
- Formatrice régionale en **gestion de crise suicidaire**, impliquée dans les dispositifs de prévention du suicide et les formations des professionnels hospitaliers et de la CUMP.

Docteur Marie VANLAERE

- **Médecin psychiatre** au **Centre Régional du Psychotraumatisme (CRP) du CHU de Lille**, impliquée dans les soins post-immédiats et le suivi de patients présentant un trouble de stress post-traumatique.
- Intervient dans des consultations spécialisées autour des **crises dissociatives fonctionnelles** et participe à l'évaluation psychotraumatique en milieu hospitalier, notamment au Centre de Traitement des Brûlés du CHU de Lille.
- Volontaire au sein de la **CUMP 59**, avec une expérience clinique des interventions en immédiat et post-immédiat psychotraumatique.
- Anime des formations spécialisées à destination des professionnels de santé sur la clinique du trauma, les troubles dissociatifs et les prises en charge centrées trauma.
- Développe une activité clinique centrée sur les **thérapies spécialisées du psychotraumatisme** et les dispositifs de soins intensifs dédiés au TSPT.

Stéphane DUHEM

- **Psychologue clinicien** au **CHU de Lille**, intervenant au **Centre Régional du Psychotraumatisme**, à l'Unité Médico-Judiciaire et au sein de la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP)**.
- Spécialisé dans le psychotraumatisme, la prévention du suicide et la recherche clinique en psychiatrie, avec une implication dans de nombreux protocoles de recherche académiques et hospitaliers.

- Formé à la **thérapie de reconsolidation traumatique**, à l'hypnose médicale et aux approches intégratives du trauma.
- Enseigne depuis plus de 10 ans sur les thématiques du psychotrauma, de la crise suicidaire, des troubles psychotiques et des neurosciences cliniques.
- Consultant à la Fédération Régionale de Recherche en Psychiatrie et Santé Mentale des Hauts-de-France et membre du **Centre National de Ressources et de Résilience (CN2R)**.

Julie FRY

- **Psychologue clinicienne** au **CHU de Lille**, intervenant au sein de la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP SAMU 59)** et du **Centre Régional du Psychotraumatisme des Hauts-de-France**.
- Dispose d'une expérience clinique spécialisée dans la prise en charge des victimes de psychotraumatismes, de violences et de situations de crise.
- Intervient également à l'**Unité Médico-Judiciaire du CHU de Lille**, en lien avec les problématiques de violences sexuelles et conjugales.
- Participe à différents enseignements universitaires et formations spécialisées en médecine de catastrophe, psychotraumatologie, sexologie et violences conjugales.
- Anime des formations continues auprès de professionnels de santé, d'urgence et de secours sur les thématiques du psychotrauma et de l'intervention de crise.

Séverine VANHOOVE

- **Psychologue clinicienne** au **Centre Régional du Psychotraumatisme (CRP)** et à l'**Unité Médico-Judiciaire du CHU de Lille**, spécialisée dans l'accompagnement des victimes de violences et de psychotraumatismes.
- Intervient dans l'évaluation des états de stress aigu, les interventions de crise et la prise en charge psychothérapeutique des patients présentant un TSPT.
- Formée à l'**EMDR**, à l'hypnose thérapeutique, à la psychotraumatologie et aux approches centrées trauma.
- Enseigne à l'université et au CHU de Lille sur les thématiques des violences conjugales, de la dissociation et du trouble de stress post-traumatique.
- Volontaire au sein de la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique**, avec une expérience clinique de terrain dans les dispositifs d'urgence et de prise en charge post-traumatique.

Objectifs

Comprendre la clinique du stress post-traumatique afin d'identifier, évaluer et intervenir de manière adaptée dans les situations psychotraumatiques immédiates et post-immédiates, en s'appuyant sur les techniques de defusing et de débriefing.

- **Définir** les différentes formes de psychotraumatisme et comprendre les mécanismes psychotraumatiques associés.
- **Identifier** les manifestations cliniques immédiates et post-immédiates du stress dépassé et du trouble de stress post-traumatique.
- **Mettre en œuvre** les interventions précoces adaptées, notamment les techniques de defusing et de débriefing.
- **Analyser** les facteurs de vulnérabilité, les comorbidités et les évolutions possibles du psychotraumatisme.
- **Évaluer et orienter** les patients vers des prises en charge adaptées en fonction du tableau clinique et du moment de l'intervention.

Objectif principal

Comprendre la clinique du stress post-traumatique afin d'identifier, évaluer et intervenir de manière adaptée dans les situations psychotraumatiques immédiates et post-immédiates, en s'appuyant sur les techniques de defusing et de débriefing

Intervenants

Docteur Frédérique WAREMBOURG, Docteur Marie VANLAERE, Médecins psychiatres, Julie FRY, Séverine VANHOOVE, Stéphane DUHEM, Psychologues

Durée

2 jours – 14 heures

Accueil	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table
----------------	---	---------------

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Définir l'évènement traumatique et ses caractéristiques	Définition de l'évènement traumatique Typologie des traumas : <ul style="list-style-type: none"> ▪ trauma simple ▪ trauma complexe ▪ traumas répétés Critères de gravité et perception subjective Introduction aux modèles explicatifs du trauma Notions de stress adapté vs stress dépassé	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Méthodes activo-expérimentales 1° / 10 propositions sur les évènements traumatiques → Échanges afin d'avoir une vision critique et de modifier les perceptions 2° / Analyse de situations cliniques → Échanges avec les participants
Comprendre les mécanismes psychotraumatiques	Modèles neurobiologiques du trauma Mémoire traumatique : <ul style="list-style-type: none"> ▪ encodage émotionnel ▪ altération de la mémoire autobiographique Processus de dissociation Mécanismes de sidération Logique adaptative du symptôme	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Vignettes vidéo → Échanges entre participants sur les éléments cliniques repérées → Travail de repérage en groupe → Débriefing collectif
Identifier les manifestations cliniques immédiates	Reconnaître les différentes manifestations de stress dépassé <ul style="list-style-type: none"> ▪ sidération ▪ agitation ▪ fuite panique ▪ action automatique ▪ dissociation Lecture clinique des comportements observables Enjeux du repérage précoce	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Vignettes vidéo → Échanges entre participants sur les éléments cliniques repérées → Travail de repérage en groupe → Débriefing collectif
Appliquer les interventions à chaud	Les interventions immédiates <ul style="list-style-type: none"> ▪ Principes cliniques ▪ Quand et comment les mettre en pratique Techniques de defusing : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Indications ▪ Cadre ▪ Limites 	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Méthodes activo-expérientielles 1° / Retours d'expérience sur les cas cliniques apportés par les stagiaires 2° / Jeux de rôle en sous-groupe sur les techniques de defusing

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
	Techniques d'ancrage Posture du professionnel	Les stagiaires jouent successivement le rôle de Praticien / Patient / Observateur pour une intégration des techniques en profondeur. Vérification de la réalisation correcte des exercices et méthodes par intervenant → Autodiagnostic + Échanges + Retour collectif d'expérience + Questions/Réponse
Reconnaître la clinique post-immédiate	Connaître l'état de stress aigu Symptômes post-traumatiques précoces Émotions et cognitions post-traumatiques Particularités chez l'enfant Évolution possible vers le TSPT	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré → Résumé des points clés par le participant ou en collectif → Échanges entre participants → Questions/réponses
Mettre en œuvre les interventions post-immédiates	Les techniques de débriefing : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Principes ▪ Indications ▪ Précautions Cadre et limites des interventions Positionnement clinique	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Jeux de rôle sur la pratique du débriefing Vérification de la réalisation correcte des exercices et méthodes par intervenant → Autodiagnostic + Échanges + Retour collectif d'expérience + Questions/Réponse
Analyser les facteurs de vulnérabilité	Facteurs de risque individuels Facteurs contextuels Lien trauma / suicide Comorbidités fréquentes Facteurs de protection	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Analyse de cas → Échanges entre participants → Questions/réponses
Évaluer un trouble de stress post-traumatique	Mise en situation d'évaluation d'un TSPT Symptomatologie du TSPT : <ul style="list-style-type: none"> ▪ reviviscences ▪ évitement ▪ altérations cognitives et émotionnelles ▪ hyperactivation Différenciation trauma simple / complexe Démarche d'évaluation clinique Introduction aux outils d'évaluation	Apports théoriques structurés avec diaporama illustré Illustration Vidéo. → Identification de la symptomatologie par les participants Étude de cas cliniques → Études sur le retour d'expérience → Questions/réponses
Bilan	Table ronde Évaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

Validation

La formation s'inscrit dans une démarche **multidisciplinaire et intégrative**, articulée autour de trois axes complémentaires :

- le développement de **compétences opérationnelles** ;
- l'appropriation d'une **boîte à outils cliniques** ;
- l'acquisition d'un **savoir-faire expérientiel** directement mobilisable en pratique.

À l'issue de la formation, le stagiaire reçoit un **Certificat de réalisation d'action de formation**, sous réserve de son assiduité.

Ce certificat mentionne les éléments clés de la formation :

- l'intitulé du module ;
- la durée ;
- le(s) intervenant(s) ;
- l'objectif pédagogique principal.

En complément, une **Attestation de formation** peut être délivrée, sous réserve de satisfaire aux **modalités d'évaluation prévues**, notamment au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Reconnaissance

SYMBIOFI est un organisme de formation :

- enregistré sous le numéro **31 59 06883 59** auprès du Préfet de région Hauts-de-France ;
- certifié **QUALIOPi**, au titre des actions de formation ;
- habilité à dispenser des actions de formation relevant de l'**ANDPC**.



Les + de la formation

APPUI HOSPITALO-UNIVERSITAIRE

Cette formation s'inscrit dans une dynamique hospitalo-universitaire et s'appuie sur l'expertise du **Centre Régional du Psychotraumatisme des Hauts-de-France au CHU de Lille**, acteur de référence dans la prise en charge des troubles psychotraumatiques.



Elle bénéficie de l'expérience clinique de **praticiens hospitaliers** - médecins psychiatres, psychologues et psychomotricienne - intervenant quotidiennement auprès de patients confrontés à des situations de psychotrauma aigu, complexe ou chronique.



L'approche pédagogique proposée repose ainsi sur **des pratiques cliniques actualisées**, directement issues du terrain hospitalier, des consultations spécialisées en psychotraumatologie et des dispositifs de prise en charge d'urgence médico-psychologique.

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- conçue et animée par une **équipe pluridisciplinaire d'intervenants experts** - médecins psychiatres et psychologues - disposant d'une expérience clinique et pédagogique reconnue dans le domaine du **psychotraumatisme**, de l'intervention de crise et des prises en charge centrées trauma ;
- centrée sur l'acquisition de **repères cliniques concrets et immédiatement mobilisables**, permettant d'améliorer le repérage des manifestations psychotraumatiques, l'évaluation des situations cliniques et l'ajustement des modalités d'intervention ;
- structurée autour d'une **pédagogie active et expérientielle**, alternant apports théoriques actualisés, études de cas, mises en situation, jeux de rôle et entraînements pratiques afin de favoriser l'intégration progressive des outils cliniques et interventionnels ;
- orientée vers le **transfert direct dans la pratique professionnelle**, notamment à travers le travail sur des situations inspirées du terrain hospitalier, des dispositifs d'urgence médico-psychologique et de la pratique ambulatoire ;
- proposée en **groupes restreints**, afin de favoriser les échanges multidisciplinaires, l'implication des participants et l'analyse approfondie des pratiques professionnelles.

SUPPORTS

Les stagiaires bénéficient de **supports pédagogiques téléchargeables**, facilitant :

- la **révision des contenus**,
- la **structuration des pratiques**,
- la **réutilisation des outils en situation professionnelle**.

PLATEAU TECHNIQUE

Symbiofi dispose d'un **plateau technique de formation de 240 m²**, situé au cœur du **CHRU de Lille**, permettant :

- une **articulation optimale entre apports théoriques et mises en pratique**
- des **conditions d'apprentissage favorisant l'immersion clinique**
- un **cadre propice aux échanges entre professionnels**

Pensé pour répondre aux exigences pédagogiques, cet espace est structuré en **plusieurs zones complémentaires** :

- espace de formation théorique ;
- espace de mise en pratique et d'expérimentation ;
- espace de convivialité et de restauration.



SymbioCenter® : une extension clinique de la formation

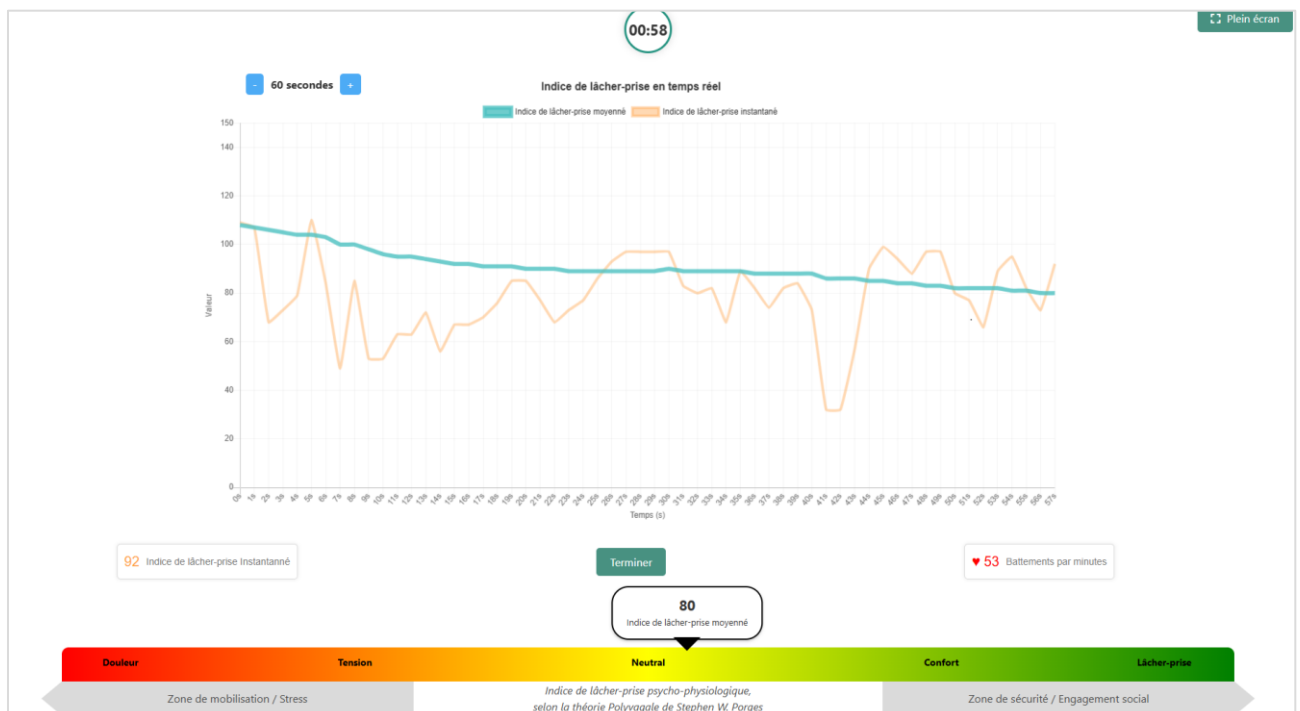
Dans une logique de continuité entre formation et pratique, Symbiofi propose un accès de 30 jours à la plateforme **SymbioCenter®**, solution digitale dédiée à l'accompagnement en santé mentale.

Elle permet aux professionnels de **structurer leurs accompagnements, individualiser les parcours et assurer un suivi entre les séances**, facilitant ainsi l'intégration concrète d'outils de repérage et de prise en charge.




Une approche structurée en 4 étapes

- **Évaluer** : repérer les problématiques à l'aide d'échelles validées
- **Monitorer** : objectiver certains états internes (biofeedback)
- **Accompagner** : proposer des programmes et exercices adaptés
- **Suivre** : analyser l'évolution et ajuster les prises en charge




Programmes



AGIR sur l'AUTO-CRITIQUE et la HONTE

PROGRAMME SÉLECTIONNÉ ✕ Fermer



AGIR sur la DÉPRESSION

< ● ● ● >

Séance 1 S'auto-évaluer en début	●	1 exercices ▾
Séance 2 Comprendre et se détendre	● ● ● ● ● ● ●	7 exercices ▾
Séance 3 Trier et se détacher	● ● ● ● ● ● ●	6 exercices ▾
Séance 4 Se programmer un avenir attirant	● ● ● ● ● ● ●	5 exercices ▾
Séance 5 Intégrer et accepter pour mieux consolider	● ● ● ● ● ● ●	5 exercices ▾
Séance 6 S'auto-évaluer en fin	●	1 exercices ▾

Des outils directement mobilisables

La plateforme propose :

- échelles d'évaluation validées
- indicateurs physiologiques (biofeedback)
- programmes et exercices utilisables en séance et inter-séances

Elle permet de :

- renforcer l'alliance thérapeutique
- favoriser l'engagement du patient
- suivre et objectiver les évolutions

Un cadre fiable et sécurisé

- protocoles validés cliniquement
- collaborations hospitalo-universitaires (CHU de Lille)
- hébergement sécurisé des données de santé (HDS)

