



LES ETATS DU MOI CARRES

"Sortir du tunnel"

Accompagner les États de Stress Post Traumatiques (ESPT).

Nous faisons ce constat :

- Les vécus traumatiques sont fréquents et variés.

Voici quelques exemples : violence verbale d'un usager dans un bureau de poste, explosion d'un N+1 lors d'une réunion, humiliation en classe.

- Ce peut être aussi le cas de personnes témoins d'accidents ou de violences.
- Vous en avez déjà rencontré... et pour les professionnels de l'accompagnement, certains de vos clients présentent des symptômes.
- La plupart des accompagnants savent :
 - Ecouter,
 - Rassurer,
 - Inviter à suivre une thérapie
- Mais cela ne suffit pas...

Les objectifs :

Être en capacité d'accompagner des personnes Traumatisées :

- Savoir repérer les Symptômes d'ESPT (Syndrome de Stress Post Traumatique).
- Gérer avec la personne les manifestations cliniques survenant au décours de la prise en charge.
- Permettre une expression émotionnelle complète en contenant la détresse.
- Orienter efficacement les clients vers des lieux thérapeutiques appropriés, le cas échéant.

Public et prérequis :

- Praticiennes et Praticiens de l'accompagnement, du Coaching, de l'éducation, la relation d'aide, du Conseil, de la Psychothérapie...
- Managers, chefs de services, responsables d'équipes victimes ou témoins de traumatisme.
- Responsables ou acteurs des Ressources Humaines.

...Ayant une expérience professionnelle de plusieurs années

Cette formation s'adresse aux Analystes Transactionnels principalement, mais pas exclusivement.

Il est vivement conseillé d'avoir un lieu de soutien personnel : thérapeutique ou de supervision.

Modalités et délais d'accès : Cette formation est proposée en Inter-entreprise.
Après réception du bulletin d'inscription dûment complété et signé.
Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le démarrage de la formation.

Positionnement avant formation :
Envoi au participant d'un questionnaire des besoins et attentes.

Programme de la formation :

MODULE 1 : Théorie du Traitement Adaptatif de l'information

- *Espace d'exploration personnelle : mise en situation*
- Fonctionnement sain des EDM
- Modèle TRILOGUE
- Traitement cérébral de l'information

MODULE 2 : Clinique et bases neurologiques de l'ESPT, les Etats du Moi carrés.

- *Échanges d'expériences*
- Bases physiologiques
- Les Etats du Moi Carrés : Enfant, Parent, Adulte Carrés.
- Les Cognitions Négatives
- Dissociation et renforcements négatifs.

MODULE 3 : Les bases de l'accompagnement

- *Espace d'exploration interpersonnelle : mise en situation*
- Réparer l'Enfant
- Réparer le Parent
- Réparer l'Adulte : Adulte intégré.

MODULE 4 : Pratique commentée 1

- *Pratique commentée 1*
- Expérimentations
- Échanges
- Intégration.

MODULE 5 : Face à la détresse

Présentation et mise en pratique de techniques de stabilisation

MODULE 6 : Pratique commentée 2

- *Pratique commentée 2*
- Expérimentations
- Échanges, intégration.

Méthodes pédagogiques et déroulement :

Présentation du concept, illustrations, exercices en sous-groupes, échanges.

Apports d'expérience des participants.

Mises en situation.

Deux demi-journées de pratique commentées avec des volontaires.

Spécificités :

Cette formation s'adresse à tous les "Champs" de l'Analyse Transactionnelle, et tous les professionnels de l'accompagnement confrontés à l'ESPT.

Ainsi il est conseillé d'apporter des situations vécues pour les explorer.

Cette formation comprend deux demi-journées de "pratiques commentées".

Lors de ces temps : un travail d'accompagnement est réalisé par le formateur avec des stagiaires volontaires dans un but d'apprentissage.

Dispositif de suivi et modalité d'évaluation :

- Feuilles de présence
- Attestation de fin de formation
- Progression évaluée par l'intervenant tout au long de la formation : questionnaire de positionnement au début, temps d'échanges, travaux pratiques et validation des acquis en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

Durée : 3 jours – 20.5 heures

Horaires : J1 et J2 : 9h00 – 17h00 et J3 : 8h30 – 16h00

Lieu : COCOON SPACE SAINT-DENIS – 2 Bd Saint-Denis – 75010 PARIS

Intervenant : Christophe PETITJEAN

- Est certifié en Analyse Transactionnelle, Champ Conseil.
- Est certifié comme enseignant et superviseur : TSTA-C
- A eu une carrière de médecin hospitalier
- A obtenu le titre de psychothérapeute, a été certifié en EMDR (Eye Movement Desentization and Reprocessing).
- A eu une pratique de 15 ans comme psychothérapeute en consultation hospitalière, orientée exclusivement sur les psycho-traumatismes.
- A traité en thérapies courtes environ 700 personnes

Accès aux personnes en situation de handicap :



Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Si l'un des participants est en situation de handicap, merci de nous en informer et nous mettrons en œuvre les conditions adaptées pour faciliter ses apprentissages (aménagement spécifique, adaptation pédagogique et technique de la formation).

Référent handicap : florence.roy@campusat.fr

V.P : 26/05/26



BULLETIN D'INSCRIPTION 2026

Participant : Nom : Prénom :
Société : Fonction :
Rue :
Code postal/Ville : SIRET :
Pays : TVA intracom :
Email : Téléphone :

Protection des données personnelles :

Vous autorisez COHELIANCE FORMATION à enregistrer les informations que vous avez renseignées, ci-dessus, car elles sont nécessaires au traitement de votre inscription. Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD) entré en vigueur le 25 mai 2018, COHELIANCE FORMATION s'engage à assurer la confidentialité et la sécurité de vos données personnelles. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification ou de suppression des informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit, vous devez en faire la demande par mail à l'adresse suivante : contact@coheliance.com.

Je m'inscris au stage « LES ETATS DU MOI CARRES – Sortir du tunnel »

☐ **25-26-27 novembre 2026** (3 jours – 20,5 heures)

qui se déroulera dans les locaux de Cocoon Space Saint-Denis – 2 Boulevard Saint-Denis – 75010 PARIS

Adresse siège social : CAMPUS AT – 170 avenue Jean Jaurès – 21000 DIJON

Contact : Florence ROY – Tel : 03 80 52 11 22 – email : florence.roy@campusat.fr

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

☐ Dans cette situation, je souhaite un entretien avec le référent pour échanger sur mes besoins spécifiques.

Au tarif de (cocher la case correspondante)

- ☐ Entreprise : 1490 € HT – 1788 € TTC (VP* 530 € TTC)
☐ Prof. libérale et Entreprise (moins 10 salariés) : 890 € HT – 1068 € TTC (VP* 320 € TTC)
☐ Individuel (non pris en charge dans les frais professionnels) : 590 € TTC (VP* 180 €)

Les frais d'hébergement et de repas ne sont pas compris dans le prix

* Versement Préalable à l'ordre de **COHELIANCE FORMATION** par chèque ou par virement

IBAN FR76 1080 7004 4202 5213 9966 307 **Banque** BPBFC CHEVIGNY ST SAUVEUR **Bic** CCBPFRPPDJN

Facturation et règlement :

Le bulletin d'inscription accompagné du versement préalable a valeur d'engagement. Le versement préalable ne sera pas remboursé en cas de désistement de ma part 15 jours avant le début du stage. Cette inscription m'engage pour la totalité du stage. Le solde sera réglé à réception de facture. Si j'abandonne le stage en cours de route, le solde du stage sera dû.

COHELIANCE FORMATION se réserve le droit de modifier les dates 15 jours avant le début du stage ou d'annuler s'il n'y a pas assez de participants. Vous seriez prévenus dès lors par téléphone et nous conviendrions, soit de reporter la date du stage, soit de vous rembourser le Versement Préalable.

Fait à :

Signature / Cachet de l'entreprise :

Le :