

## Programme de formation : niveau 2

### Approfondissement des outils de stabilisation, socle du travail thérapeutique

#### **Version 5 - Référence avril 2026**

#### **Public cible :**

Thérapeutes, psychologues, psychiatres, travailleurs médico sociaux

#### **Nature :**

Intra-entreprise, inter, particulier

#### **Format :**

En Visio, 3 heures d'atelier

#### **Nombre de participants :**

De 8 personnes minimum à 12 personnes maximum

#### **Prérequis :** Être thérapeute

#### **Objectif professionnel :**

Cet atelier vise à approfondir les compétences des professionnels en matière de stabilisation, en leur permettant de mobiliser des outils spécifiques adaptés aux différentes situations cliniques. Il met l'accent sur l'autonomisation du patient dans la régulation de ses états internes et sur l'intégration des outils dans la pratique par l'évitement structuré, la mobilisation de ressources et la pratique de techniques d'auto-apaisement.

#### **Objectif de développement des compétences :**

- Naviguer sereinement entre les différents niveaux de stabilisation grâce au raisonnement clinique et à l'ajustement thérapeutique continu
- Résister à l'urgence de « traiter », soutenir un travail fractionné, respectueux du rythme du patient
- Repérer, mobiliser et renforcer les ressources préexistantes du patient
- Accompagner un patient dans l'apprentissage de techniques d'auto-apaisement
- Intégrer plusieurs niveaux de stabilisation dans une même prise en charge

#### **CONTENU :**

- Accueil & introduction

- Réactivation des notions clés : les deux premiers niveaux de stabilisation
- Mise en lien et intégration avec la pratique clinique
- Présentation et expérimentation du niveau 3 : Le contenant (30mn)
- Démonstration
- Apports cliniques (indications, limites, points de vigilance)
- Practicum : Pratique en binômes
- Présentation et expérimentation du niveau 4
- Enquête sur les ressources du patient
- Renforcement des ressources « endormies »
- Mobilisation des ressources en sortie de fenêtre de tolérance et entraînement
- Practicum : CV des ressources
- Présentation et expérimentation du niveau 5
- Présentation d'outils : 5-4-3-2-1, cohérence cardiaque et exercice de la satisfaction minimale
- Indications et modalités d'apprentissage
- Practicum : cas clinique synthétisant les niveaux 1-2-3-4-5
- Clôture et intégration clinique
- Réévaluation nécessaire constante en stabilisation
- Avec quels outils le thérapeute est-il le plus à l'aise ? Est-ce à travailler dans son espace ?
- Disposer de plusieurs modalités de stabilisation pour élargir sa liberté clinique

### **Méthodes pédagogiques :**

Apports théoriques, exercices, pratiques sur son propre vécu, travail avec des outils en situation réelle.

### **Moyens pédagogiques :**

Salle équipée, vidéo projecteur, paperboard

### **Support participant remis :**

Un document est envoyé une semaine avant la formation avec deux vignettes par pages, les mémos, les pratiques (exercices à faire à deux).

### **Modalités :**

Inscription immédiate sur le site [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr) (20 % d'acompte), facture, convention, attestation et certificat de réalisation envoyée de manière automatique par le logiciel Formdev.

### **Délais d'accès :**

Selon le calendrier défini sur le site.

**Lieu :** en Visio, voir notre site [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr)

**Horaires :** 13 h à 16 H

**Intervenant :** **Noémie Benhamou** est psychologue clinicienne et psychothérapeute, spécialisée dans la prise en charge des troubles de la personnalité, du psychotraumatisme et des problématiques d'attachement. Formée à la thérapie des schémas, elle développe une approche intégrative centrée sur les modes, la régulation émotionnelle et les outils expérientiels.

Elle intervient régulièrement en formation auprès de professionnels de santé mentale, avec une attention particulière portée à la transmission d'outils cliniques concrets, directement mobilisables en séance.

Son travail met l'accent sur l'alliance thérapeutique, la compréhension fine des processus en jeu et l'accompagnement des patients présentant des problématiques complexes.

**Tarif TTC (non soumis à la TVA) :**  
**90 euros les 3 h.**

**Les + de cette formation :**

Acquérir des outils et protocoles concrets pour enrichir la lecture de la souffrance humaine.

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

Nos formations sont accessibles aux situations de handicap visibles et non visibles et nous adaptons nos moyens et notre pédagogie, Interlocuteur Handicap indiqué sur le site

[contactez-nous @cefti.fr](mailto:contactez-nous@cefti.fr)

**Évaluation, suivi, bilan :**

- Évaluation préalable et finale des acquis (quizz)
- Évaluation de satisfaction à chaud pour participants et commanditaires
- Évaluation de l'intervention à froid à 6 mois pour participants et commanditaires
- Évaluation compétence pour l'employeur à 6 mois

**Sanction visée :**

- Attestation de présence et certificat de réalisation
- 

**Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin**

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Pratique à la Thérapie des schémas
- IOS (intervention orientées solutions)
- Accompagner et favoriser le développement des compétences psychosociales.

**Contact sous 72  
heures**

Responsable formation : Béatrice Perez-Dandieu : [beatrice.dandieu@gmail.com](mailto:beatrice.dandieu@gmail.com)

Service administratif : [contactez-nous@cefti.fr](mailto:contactez-nous@cefti.fr) - Site internet : [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr)