

Programme de formation : niveau 1

La stabilisation comme 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 permettre aux professionnels de repérer les états d'activation ou de dissociation de leurs patients et de leur proposer des techniques de stabilisation ajustées aux signes cliniques présents. Les thérapeutes sauront justifier cliniquement les outils proposés et adapter leur posture thérapeutique en conséquence. Cet atelier s'appuie sur un modèle de stabilisation par niveaux et introduit les premières interventions cliniques centrées sur la sécurité et le corps.

Objectif de développement des compétences :

- Intégrer le modèle de la fenêtre de tolérance (Siegel, Ogden) et pouvoir le restituer à son patient (psychoéducation)
- Repérer les signes de sortie de fenêtre de tolérance (hyper ou hypo-activation)
- Découvrir le modèle de stabilisation par niveaux
- Maîtriser les premiers niveaux de stabilisation
- Adapter sa posture clinique face à l'activation ou la dissociation de son patient selon les outils présentés
- Soutenir l'autonomie émotionnelle du patient.
- Adopter une posture thérapeutique sécuritaire adaptée aux patients traumatisés.

CONTENU :

1. Accueil & introduction

Pourquoi est-il nécessaire de se former à la stabilisation ?

- La stabilisation, une étape clé du plan de traitement
- Des techniques disparates sans visée clinique claire

2. Modèle de la fenêtre de tolérance (30mn)

- Explication interactive du modèle et sensibilisation à la psychoéducation
- Sortie de fenêtre de tolérance : repères cliniques d'hyper et d'hypo-activation
- Practicum d'auto-observation : « Mes déclencheurs de sortie de fenêtre de tolérance »

3. Ramener dans la fenêtre de tolérance : présentation du modèle de stabilisation. Expérimentation du niveau 1 (30mn)

- Présentation du modèle inspiré des travaux d'Hélène Dellucci (2025)
- Premier niveau de stabilisation par l'accueil des manifestations
- Augmenter la tolérance aux sensations, émotions et cognitions
- Tolérer l'inconfort du thérapeute face à l'inconfort du patient
- Practicum : Cas clinique et mise en situation

4. Présentation et expérimentation du niveau 2 : La stabilisation neuro-végétative (30mn)

- Distinguer l'ancrage de l'orientation
- Restaurer un lien à soi, à l'environnement, au temps et à la réalité partagée
- Présentation des outils de stabilisation neuro-végétative
- Relancer la présence corporelle, un premier pas vers le retraitement du trauma
- Practicum : Travail en binômes sur les outils neuro-végétatifs

5. Clôture et intégration clinique

- Échange sur l'accordage thérapeutique en stabilisation
- A quel moment introduire ces outils
- Limites et précautions dans la stabilisation

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 practices (exercices à faire à deux).

Modalités :

Inscription immédiate sur le site 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

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

Service administratif : contactez-nous@cefti.fr - Site internet : www.cefti.fr