

## DUREE

3 jours ( 2 + 1 )  
Soit 21 heures

## PREREQUIS

Expérience professionnelle métiers de la santé  
Coachs expérimentés  
Français parlé et écrit  
Validé lors d'un entretien

## PUBLIC

Professionnels de santé  
Coachs expérimentés  
Groupe : 15 personnes max

## INTERVENANT

Tania LAFORE

## CONSULTANT

Michel PACE

## DATES

A consulter sur notre site web  
[www.mieux-vivre-pnl.fr](http://www.mieux-vivre-pnl.fr)

## DELAI D'ACCES

L'inscription est effective après validation des prérequis, réception de la convention ou du contrat signé et de 30% d'acompte. Les demandes peuvent être envoyées jusqu'à 10 jours avant le début de la formation si le nombre maximum d'apprenants n'est pas atteint.

## RENSEIGNEMENTS

[contact@rea-active.com](mailto:contact@rea-active.com)

Tél : **04 50 69 92 70**

Adresse : 72 rue Cassiopée  
74650 CHAVANOD

## ACCESSIBILITE



Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Formation accessible aux personnes en situation de handicap en fonction d'un entretien préalable pour adaptation du stage.

# STIMULATION BILATERALE ALTERNEE

## Descriptif

---

Aujourd'hui, nous savons que seulement le fait de parler sur notre souffrance en lien à une situation traumatique, ne suffit pas. Donc, la psychothérapie traditionnelle (incite d'utiliser des mots pour évoquer la souffrance) reste chaque jour de plus en plus derrière les nouvelles techniques émergentes. La **stimulation bilatérale alternée** est une thérapie brève, sans utilisation de mots, sans transfert et sans travail d'interprétation de l'inconscient. En effet, une situation traumatique légère et une phobie unique peuvent être résolus en seulement trois à cinq séances pour les cas simples. De multiples indications : angoisses, blocages émotionnels, traumatismes récents ou anciens... Le mouvement oculaire et plus largement la stimulation sensorielle alternée permettrait la guérison d'un stress post traumatique, en réactivant notre capacité de guérison naturelle et ce, parfois en quelques séances seulement.

# Objectifs de formation

---

Au terme de la formation, vous disposerez des connaissances théoriques et pratiques suffisantes pour comprendre et appliquer les bases de la stimulation bilatérale alternée.

- ✓ Comprendre le mécanisme des traumatismes simple et complexe
- ✓ Resituer la SBA de la naissance de l'EMDR à la pratique actuelle
- ✓ Comprendre les indications et les limites
- ✓ Connaitre le protocole en 8 étapes
- ✓ Pratiquer le protocole d'urgence

2 jours intensifs : **60 % de pratique et 40 % de théorie et une journée de supervision.**

## Contenu détaillé

---

### Jour 1 :

- ✓ Le traumatisme : mécanismes et symptômes ;
- ✓ Les bases et principes neurophysiologiques de la SBA ;
- ✓ Les indications, les limites, les contre-indications ;
- ✓ Les précautions du protocole ;
- ✓ Les 8 phases du protocole ;
- ✓ Développer un lieu sûr.

### Evaluation de fin de séquence :

Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".

Evaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

### Jour 2 :

- ✓ Mise en pratique ;
- ✓ Retour d'expérience ;
- ✓ Le protocole d'urgence ;
- ✓ L'enfant intérieur ;
- ✓ L'utilisation des SBA en dehors des traumatismes ;
- ✓ Technique de l'éponge.

### Evaluation de fin de séquence :

Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".

Évaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

### Jour 3 :

- ✓ Explorer les expériences terrain ;
- ✓ Réajuster la pratique ;
- ✓ Pratique supervisée.

### Evaluation de fin de séquence :

Mise en évidence des acquis par des "mises en situation".

Evaluation de fin de séquence sous forme de questions ouvertes.

# Moyens pédagogiques

---

Nos formations sont dispensées sous la forme d'exposés théoriques, démonstrations et applications pratiques avec partage des apprentissages en groupe.

L'ensemble se déroule dans une dynamique de groupe, valorisant l'expression et les différences de chacun. Un livret, complété par le stagiaire, expose de manière claire et concise l'ensemble des contenus du programme de cette formation.

## Les moyens techniques

Nos formations se déroulent dans un cadre très précis. Nous disposons de notre propre salle de formation – 72 rue Cassiopée à Chavanod en Haute – Savoie. Nous sommes équipés de tout le matériel nécessaire pour la bonne conduite des séminaires (vidéo projecteur, paper board, ...).

## Les moyens d'encadrement

### Consultant :

**Michel Pace** : psychologue clinicien, psychanalyste jungien. Formé à de nombreuses méthodes : Hypnose Ericksonienne, viseur en EMDR, 37 ans d'expérience.

Référent principal des formations : **Tania Lafore**

Références : Consultante –Formation et accompagnement des professionnels aux métiers de la formation professionnelle.

## Evaluation de fin de formation

- ✓ Évaluation des connaissances acquises : mise en évidence des connaissances théoriques relatives à la pratique de la stimulation bilatérale alternée sous forme de questions ouvertes écrites.

## Suivi de l'exécution de l'action

- ✓ Feuilles de présence signées par le stagiaire et le formateur (par demi-journée de formation) ;
- ✓ Une attestation de formation sera remise en fin de formation.

## Appréciation des résultats

- ✓ Chaque formation donne lieu à des pratiques supervisées. Ainsi, nous mettons en place une évaluation continue du savoir-faire de nos stagiaires pour valider les acquis de formation et la cohérence pour l'inscription au niveau supérieur.

## Bénéficiaires

Tout salarié souhaitant améliorer ses compétences professionnelles.

## Valeur ajoutée pour l'individu

Une reconnaissance sociale et professionnelle :

- ✓ Maintenir et développer son employabilité ;
- ✓ Accroître une aisance dans ses fonctions : accéder à davantage de responsabilités ;
- ✓ Etre reconnu dans ses fonctions ;
- ✓ Devenir acteur de son parcours professionnel et personnel : alimenter et enrichir son portefeuille de compétences ;

## Valeur ajoutée pour l'entité bénéficiaire

- ✓ Reconnaître et valoriser les compétences internes ;
- ✓ Motiver et fidéliser les salariés ;
- ✓ Favoriser la satisfaction des salariés en leur donnant des outils qui leur permettront de réussir leur mission et d'évoluer professionnellement.

## Evaluation de la satisfaction clientèle

- ✓ Evaluation à chaud en fin de formation sous forme de questions ouvertes écrites.

- ✓ Evaluation à froid envoyé par courriel 3 mois après la fin de la formation sous forme de questions ouvertes écrites.

**Indicateurs Qualité :** *Au 02/01/2024*

Taux de satisfaction générale : 94 % 

**11** stages - **140** Stagiaires  
0 abandon

**100 %** des stagiaires recommandent cette formation.

Evaluation à 3 mois : **97 %** des apprenants confirment l'utilité

**Barème Taux de satisfaction générale :**

Compris entre 90% et 100 %	Excellent	
Compris entre 60 % et 80 %	Très satisfaisant	
Compris entre 50 et 60 %	Satisfaisant	
Compris entre 30 et 50 %	Non satisfaisant	
Compris entre 10 et 30 %	Mauvais	