

FORMATION

**Résilience Traumatique et
Reprogrammation Émotionnelle**

- RTRE -

Formation

Objectifs pédagogiques

Comprendre les bases

Comprendre les bases du soin RTRE et le lien entre trauma, émotions, corps et résilience.

Maîtriser le protocole

Maîtriser le protocole exact comme décrit, étape par étape, sans modification de l'ordre ni du contenu.

Utiliser le soin

Utiliser le soin RTRE pour soi ou en accompagnement collectif, avec auto-évaluation de l'impact émotionnel et physique.

Respecter les précautions

Connaître et respecter scrupuleusement les indications, contre-indications et précautions.

Public concerné

Professionnels de l'accompagnement (thérapeutes, coachs, enseignants en bien-être...), mais aussi toute personne majeure souhaitant apprendre à réguler ses émotions et à gérer ses traumatismes.

Limité à 8-12 participants pour garantir la qualité de l'accompagnement.



Prérequis et précautions



Prérequis

Aucun, si ce n'est l'ouverture à l'expérimentation corporelle et émotionnelle.

Avoir suivi la formation en ligne "Gestion du stress et des émotions" est un vrai +



Interdit

Troubles psychiatriques instables, états dissociatifs sévères, crise psychotique aiguë.



Précautions

Épilepsie, maladies chroniques non compensées, grossesse avancée, pathologies lourdes (accord du médecin recommandé).



Important : La participation et la pratique ne se substituent jamais à un traitement médical ou psychothérapeutique en cours. Si vous présentez un des symptômes ou une des maladies énoncés au-dessus, veuillez demander l'avis de votre médecin.

Charte du participant



Confidentialité

Confidentialité sur tout ce qui est partagé dans le stage.



Respect

Respect du rythme, non-jugement.



Droit au silence

Droit au silence et au retrait sans justification.



Écoute et bienveillance

Écoute et bienveillance.



Pas de prise audio/vidéo

Pas de prise audio/vidéo sans autorisation collective.



Respect des consignes

Respect des consignes de sécurité physique/psychique.



Non-substitution

Ne jamais substituer ce protocole à un traitement médical ou psychothérapeutique en cours ou prescrit.



Matériel à apporter



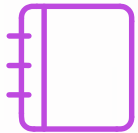
Tapis de sol



**Couverture
chaude**



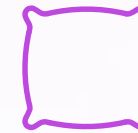
Bouteille d'eau



**Carnet de notes &
stylo**



**Vêtements
souples et
confortables**



Coussin si besoin



**Masque pour les
yeux (optionnel)**

Déroulement détaillé du stage

Jour 1 : Samedi



Déroulement détaillé du stage

Jour 2 : Dimanche

