

# prévention du stress post-traumatique par le biais du defusing / débriefing \_

Durée  
2 jours / 14 heures

Dates  
07 & 08/09/2026

Coût  
850 €

Intervenante  
**Jenny VACAS**  
Formatrice consultante  
en relations humaines

Accident grave, violences physiques ou verbales, confrontation à un décès... Les professionnel·le·s de santé au travail peuvent être amené·e·s à recevoir des salarié·e·s ayant fait face à un évènement traumatisant. Cette formation de 2 jours enseigne les outils et les approches pour repérer, écouter, orienter et accompagner des salarié·e·s en situation de stress post-traumatique.

## objectifs \_

- ◀ Reconnaître les effets du stress post-traumatique
- ◀ Savoir mener des entretiens de défusing et de débriefing
- ◀ Savoir adopter les comportements et attitudes adaptées aux personnes en situation de stress post-traumatique

## public \_

Médecin du travail, infirmier·ère de santé au travail

## prérequis \_

Exercer en santé au travail

## méthode pédagogique \_

- ◀ Formation présentielle
- ◀ Apports théoriques, pédagogie active et personnalisée s'appuyant sur l'expérience des stagiaires
- ◀ Analyses de cas concrets, exercices individuels, de groupe, sous- groupes et tests
- ◀ Utilisation de l'Analyse transactionnelle, Programmation Neurolinguistique, Gestalt, Gordon

## évaluation \_

- ◀ Vérification des acquis par des exercices pratiques
- ◀ Appréciation du stage par auto-questionnaire

## programme \_

### jour 1

#### les entretiens de défusing et de débriefing

- ◀ **Defusing - Debriefing**
  - Définitions, utilité, cadre et différences entre les 2 types d'entretien
  - Qui prendre en charge : victime, témoin ou autre ?
- ◀ **L'état de stress**
  - Les différents types d'événements traumatiques
  - La réaction immédiate : stress aigu, symptômes physiologiques et psychologiques
  - La réaction différée : stress post traumatique, symptômes et conséquences
  - Comprendre les réactions et les symptômes de la personne « victime »
- ◀ **Le defusing**
  - Le defusing : l'entretien immédiat la première journée
  - Fonction du defusing
  - L'accueil des personnes en état de choc en individuel ou en collectif, le lieu et le cadre sécurisant pour établir la confiance
  - Les comportements et attitudes nécessaires : l'écoute, l'empathie, la compassion
  - La décharge émotionnelle
- ◀ **Le débriefing psychologique**
  - De la 2<sup>ème</sup> journée jusqu'à un mois environ après l'évènement, les différentes phases du débriefing psychologique
  - Les informations à donner, le débriefing individualisé ou en groupe, la gestion des émotions
  - Comprendre le sens de la verbalisation, le savoir-être du médecin du travail ou de l'infirmier·ère
- ◀ **L'orientation du ou de la salarié·e**
  - Savoir orienter le ou la salarié·e vers un·e professionnel·le ou une entité spécialisée

### jour 2

#### prises en situation et analyse de cas concrets

- ◀ **Acquérir les savoir-faire et savoir-être nécessaires**
  - Mises en situation afin d'expérimenter le déroulement des 2 types d'entretiens d'aide
  - Gérer les difficultés les plus courantes de l'entretien : l'agressivité, la prostration