Programme de l'intervention

ACCOMPAGNEMENT : Post-traumatique via la thérapie Mozaic

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Agents et salariés

Description

Ce dispositif propose un accompagnement individualisé via des entretiens structurés, utilisant la thérapie Mozaic, une approche innovante et reconnue pour le stress post-traumatique, dans un cadre de confidentialité strict. Le nombre de séances est indicatif et adapté aux besoins.

Objectifs du dispositif :

- Réduire les symptômes post-traumatiques
- Renforcer les capacités d'adaptation et de résilience
- Favoriser un retour à un état de bien-être durable

Synthèse du déroulé :

- Accueil et évaluation initiale
- Stabilisation et renforcement des ressources
- Traitement ciblé des traumatismes (thérapie Mozaic)
- Consolidation et prévention de la rechute

Exemple de parcours d'accompagnement :

A titre d'exemple, pour un agent en situation complète de stress post-traumatique, l'accompagnement peut se dérouler de la manière suivante :

- **Phase d'évaluation et d'établissement de la relation de confiance**
  - Entretien initial d'accueil et d'évaluation approfondie des besoins
  - Utilisation d'outils d'évaluation validés (ex: échelle de PCL-5)
  - Présentation détaillée de la thérapie Mozaic et de ses principes
- **Phase de stabilisation et d'apprentissage des ressources**
  - Séances axées sur la régulation émotionnelle et les techniques de relaxation
  - Mobilisation des ressources internes et externes de l'agent
  - Introduction progressive aux concepts de la thérapie Mozaic (ex: identification des déclencheurs)
- **Phase de traitement des souvenirs traumatiques**
  - Application des techniques spécifiques de la thérapie Mozaic pour le retraitement des souvenirs
  - Travail sur les schémas de pensée et les croyances limitantes

- Entretiens de débriefing et de consolidation des acquis

- **Phase de consolidation et de prévention de la rechute**
  - Renforcement des stratégies d'adaptation et de résilience
  - Élaboration d'un plan de maintien du bien-être
  - Séances de suivi espacées pour ancrer les changements

Cet accompagnement sera réussi si l'agent retrouve un équilibre émotionnel, une meilleure qualité de vie et une capacité à faire face aux défis quotidiens.

Modalités pédagogiques

Format d'animation : Présentiel

Moyens et supports pédagogiques

L'accompagnement et le diagnostic reposent sur des outils et méthodes scientifiques validés et régulièrement mis à jour.