

## PROGRAMME DE FORMATION

# SOMA-TMO

*Thérapie par les Mouvements Oculaires*  
Inspirée de l'EMDR – Associée à l'Approche Somatique

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, le praticien sera capable de :

- Maîtriser le cadre de sécurité clinique et la posture professionnelle adaptée au trauma
- Mettre en œuvre des protocoles de stabilisation et de régulation neuro-somatique
- Conduire une séance SOMA-TMO complète et structurée
- Mettre en œuvre la SOMA-TMO sur des problématiques orientées psycho-trauma en utilisant les mouvements oculaires et la régulation somatique
- Identifier et formaliser les éléments clés d'une séance
- Utiliser la SOMA-TMO au-delà du trauma

### INFORMATIONS GÉNÉRALES

|                        |                                                                                            |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Public concerné</b> | Professionnels de l'accompagnement formés à la relation d'aide                             |
| <b>Pré-requis</b>      | Module de bases en psychopathologie validé. Admission sur dossier si externe à l'EFTH.     |
| <b>Durée</b>           | 5 jours / 35 heures. De 9h à 12h et de 13h à 17h. 6 stagiaires maximum.                    |
| <b>Lieu</b>            | La Seyne-sur-Mer (83) et Cannes (06) – Présentiel. Lieu précis communiqué à l'inscription. |
| <b>Dates</b>           | Les prochaines dates sont disponibles sur <a href="http://www.efth.fr">www.efth.fr</a>     |

### CONTENU DE LA FORMATION

#### Jour 1 – Installation du cadre ressource

##### Matin (9h–12h) — « Le cadre sécurisé »

- Les mouvements oculaires en thérapie et la méthode Soma-TMO inspirée de l'EMDR : définition, intention clinique, champs d'application
- Posture professionnelle & éthique
- Système nerveux & fenêtre de tolérance

##### Après-midi (13h–17h) — « Stabiliser avant de traiter »

- Protocoles de stabilisation
- Cadre ressource
- Ancrage somatique
- Régulation du système nerveux : titration, pendulation
- Résonance hypnotique (pacing/leading) appliquée au trauma

##### Démo + pratiques

- Démo : sécurité + ressource
- Triades : sécurité / pacing / repérage neuro / clarté

## Jour 2 – Comprendre le traumatisme

### Matin — Comprendre le traumatisme

- Traumatisme & état de stress post-traumatique : symptômes, déclencheurs, évitement, dissociation (repères cliniques)
- Encodage mémoire & mémoire traumatique
- EMDR, Soma-TMO et logique de retraitement de l'information

### Après-midi — Préparation avancée & première cible « soft »

#### Apprentissage des premiers mouvements oculaires « sans mots »

- Réglages : amplitude / vitesse / durée / pauses, sécurité
- Expérimentation sur cible soft → ressource → micro-charge (pendulation)

#### Construire une cible soft

- Définir : émotion • sensation • pensée
- Transformer un thème flou en cible claire

#### Démo + pratiques guidées

- Micro-séquence Soma-TMO : préparation → cible soft → 2–3 séries → intégration → clôture
- Triades + feedback structuré (observateur)

## Jour 3 – Les étapes du protocole

### Matin (3h) — Conduire les séries de mouvements oculaires

- Différents mouvements oculaires & fiche protocole

#### Désensibilisation : règles d'or & accompagnement

- Suivre le processus, doser, ne pas sur-interpréter, revenir au corps
- Gestion des boucles / « rien ne vient » / montée émotionnelle

#### Pratique des mouvements sur cas simples

- Exercices progressifs : neutre → émotion légère → scène soft (triades)

### Après-midi — Repérage des problématiques & intégration des mots-clés

- Démo : comment repérer et noter les « mots-clés » en séance
- Tour de table : repérage des mots-clés
  - Image-noyau, émotion dominante, sensation principale, croyance/pensée, besoin, part protectrice
- Première pratique en triade sur protocole court

## Jour 4 – Application du protocole complet

### Matin

- Construire une séance : démo complète
- Protocole complet

#### Pratique sous supervision

- Séances plus longues, corrections de dosage, posture, sécurité, clôture

### Après-midi

#### Cas complexes

- Trauma complexe

#### Pratiques sous supervision

- Hyper/hypo activation, barrage

## Jour 5 – Pratique supervisée • Certification

### Matin — Pratiques longues supervisées

- Rotations longues (séances complètes), supervision active, débrief clinique

**Après-midi — Pratiques longues + certification**

- Certification interne : validation pratique + grille de compétences + engagement éthique

**MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES**

Un livret de formation est délivré à chaque début de formation. La formation alterne apports théoriques, démonstrations cliniques, pratique encadrée en triades et supervision active.

**PROFIL DU / DES FORMATEUR(S)**

PETITHORY Anne Laure, Infirmière Diplômée d'État depuis 2014, spécialisée dans l'accompagnement du psycho-trauma. Formatrice depuis 2021.

**MODALITÉS D'ÉVALUATION**

L'évaluation se fait en contrôle continu, lors de la supervision du formateur de la pratique quotidienne des stagiaires. Une certification interne est délivrée en fin de formation : validation pratique sur grille de compétences + engagement éthique.

**TARIFS**

|                         |                                            |
|-------------------------|--------------------------------------------|
| <b>Tarif public</b>     | 1190 € TTC                                 |
| <b>Tarif financeurs</b> | 1790 € TTC (organisme financeur / société) |

**DÉLAI D'ACCÈS**

Les inscriptions peuvent se faire jusqu'à 2 jours avant le début de la formation, dans la limite des places disponibles.

**CONTACT**

|                              |                 |
|------------------------------|-----------------|
| <b>Responsable formation</b> | Morgan Perie    |
| <b>Email</b>                 | contact@efth.fr |
| <b>Téléphone</b>             | 09 54 65 72 34  |
| <b>Site web</b>              | www.efth.fr     |

**ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES**

Les personnes porteuses de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

