



Formation courte

Prévenir les violences intra-familiales

Module 1 : De la régulation de soi à la co-régulation : renforcer la sécurité émotionnelle dans l'accompagnement

Les professionnels de l'accompagnement sont régulièrement confrontés à des enfants, des adolescents et des familles dont les comportements sont fortement influencés par le stress, les traumatismes ou des difficultés de régulation émotionnelle. Ce module propose de comprendre les mécanismes neurophysiologiques qui sous-tendent ces réactions afin d'adopter une posture favorisant la sécurité émotionnelle et la co-régulation. À partir des apports des neurosciences, des théories de l'attachement, de la théorie polyvagale et de la Discipline Positive, les participants acquièrent des outils concrets immédiatement mobilisables dans leur pratique professionnelle et transférables auprès des familles.

Objectifs opérationnels :

- ✓ Comprendre les bases de la régulation émotionnelle et leurs fondements neurophysiologiques ;
- ✓ Identifier les effets du stress, de l'attachement et des traumatismes sur le développement, les comportements et les relations ;
- ✓ Repérer les manifestations neurophysiologiques et comportementales du psychotraumatisme sans sur-interprétation ;
- ✓ Adapter votre posture professionnelle afin de renforcer la sécurité émotionnelle et prévenir les situations de réactivation traumatique ;
- ✓ Utiliser des stratégies et outils de co-régulation dans l'accompagnement des enfants et des familles ;
- ✓ Constituer une boîte à outils de ressources de régulation émotionnelle transférables aux personnes accompagnées ;
- ✓ Accompagner les parents dans le développement d'une démarche éducative sensible au trauma et aux besoins de régulation ;
- ✓ Favoriser les compétences psychosociales, l'autonomie et les capacités d'adaptation des enfants grâce à des outils concrets de coopération et d'encouragement.

Programme – 1^{er} jour *Comprendre le système nerveux autonome et ses états*

- Organisation et fonction du système nerveux autonome dans la gestion du stress
- Notion de fenêtre de tolérance de Daniel Siegel, notion de résilience
- Présentation du système nerveux autonome (SNA) pour soutenir les apprentissages, la sociabilité et plus largement la santé mentale et physique
- Outils de reconnaissance et évaluation des différents états neurophysiologiques primaires (ventral, sympathique, dorsal) pour mieux guider les actions de régulation

DATES

**Lundi 25 et mardi 26
janvier 2027**

en présentiel

PUBLICS

Professionnels de la protection de l'enfance, du secteur médico-social, de la santé et de l'accompagnement à la parentalité (éducateurs, assistants sociaux, psychologues, professionnels de PMI, infirmiers, assistants familiaux, etc.)

LIEU

Centre Pierre Janet
Université de Lorraine,
site de Metz (île du Saulcy)

DUREE

14h : 2 journées de 7h

TARIFS

515 € / personne extérieure
475 € / partenaire Centre
Pierre Janet

INTERVENANTES

**Armelle MARTIN
& Béatrice SABATÉ**

Co-fondatrices d'Acteurs
de Lien, Maîtres-formatrices
en Discipline Positive

CONTACT

Centre Pierre Janet
- Pôle Formation
03.72.74.83.32

cpj-formation@univ-lorraine.fr

www.centrepierrejanet.univ-lorraine.fr



Conditions Générales de Vente



Programme – 2^e jour *Sécurité émotionnelle, co-régulation et outils pratiques*

- Outils pour renforcer le sentiment de sécurité émotionnelle du professionnel et des publics qu'il accompagne afin de faciliter les interactions sociales et soutenir l'exploration : exemple du scan de neuroception de S. Porges et les stratégies d'ajustement qui l'accompagnent
- Apports théoriques sur le fonctionnement séquentiel du cerveau (se réguler, se mettre en relation et raisonner) à partir d'activités pratiques (modèle de Bruce Perry en structure des interventions)
- Outils de co-régulation au coeur des apprentissages
- Banque de ressources ascendantes et descendantes pour travailler la gestion émotionnelle de façon concrète et aider les enfants à mieux décoder leurs émotions et gérer leur frustration (roue de l'attention de D. Siegel, outils Discipline Positive)
- Sentiment de sécurité émotionnelle, trauma et attachement : développer compréhension et grilles de lecture, outils psychopédagogiques à transmettre aux familles et stratégies soutenant afin de favoriser le processus de résilience et les réussites des enfants tout en développant un langage commun

Dans le cadre d'un parcours, ce module 1 peut être complété par :

- **Module 2** : *Soutenir une posture éducative ferme et bienveillante du parent pour prévenir les violences intra-familiales et les conduites à risque avec la démarche de Discipline Positive*
- **Module 3** : *Décoder les comportements « problème » de l'enfant et de l'adolescent pour aider les parents et les accompagnants à ajuster leurs réponses et transformer la punition en actions éducatives*