



[www.traumasensitives-yoga.de](http://www.traumasensitives-yoga.de)

## TCTSY - Trauma Center Trauma Sensitive Yoga

### Introduction pour Professeur-e-s de yoga, Psychothérapeutes et autres Professionnel-les travaillant avec des personnes traumatisées, à Paris

Vendredi 31 mai 2019 de 09:00h-17:00h

Samedi 1er juin 2019 de 02:00h-18:00

Dimanche 2 juin 2019 de 09:00h -13:30h

Frais du Séminaire: 300 €

Cette introduction au TCTSY comprend 15 heures de présence. 5 heures sont consacrées à l'étude indépendante de la littérature, au suivi du séminaire, ou à la préparation individuelle à l'intégration d'éléments de TCTSY dans la pratique professionnelle de chacun-e.

Le nombre de places est limité à 20 participant-e-s.

La formation convient aux professeur-e-s de yoga qui souhaitent approfondir leurs cours de yoga, et aux psychothérapeutes et autres professionnel-les (qui n'ont pas besoin d'être des professeur-e-s de yoga) qui souhaitent intégrer les éléments de TCTSY dans leur travail avec les personnes traumatisées.

Le séminaire informe sur les concepts de base et les applications du programme de yoga scientifiquement prouvées, pour les personnes souffrant de SSPT et de traumatismes complexes.

TCTSY est développé et étudié depuis 2002 au *Center for Trauma and Embodiment* de JRI (anciennement Trauma Center) à Boston, dans le cadre d'une collaboration interdisciplinaire entre thérapeutes en traumatologie, chercheur-e-s en traumatologie, professeur-e-s de yoga et patient-e-s de Trauma Center, sous l'égide du JRI (Justice Resource Institute).

TCTSY est le seul programme de yoga reconnu et répertorié comme traitement complémentaire contre les traumatismes aux États-Unis: SAMSHA / NREPP

A noter:

Cette introduction donne un premier aperçu de la méthode et n'est pas une certification: elle ne permet pas d'effectuer un traitement de traumatologie, comprenant le TCTSY. Une certification TCTSY

nécessite une participation au programme de formation du Trauma Center de 300 heures. Cette introduction est agréée par le Trauma Center de JRI et reconnue comme une pré-formation nécessaire pour postuler au programme de certification. Il permet aux psychothérapeutes d'avoir accès au groupe de consultation des cliniciens de la TCTSY (pour le moment seulement en anglais). Cette formation n'est pas une intervention pour les personnes ayant une expérience de traumatisme. Parler de traumatisme même dans le cadre d'une formation peut être un facteur déclencheur ou aggravant.

## Contenu du séminaire

### Fondaments théoriques de TCTSY

- Neurophysiologie du stress, du SSPT et des traumatismes complexes ;
- Théorie du traumatisme: empowerment et autodétermination ;
- Neurosciences: effets d'un traumatisme sur le cerveau et le corps ; interoception et le moment présent
- Recherche contraignante: traumatismes relationnels

### TCTSY Concepts et méthodes

#### Lien entre théorie et méthodologie - quoi, pourquoi et comment du TCTSY

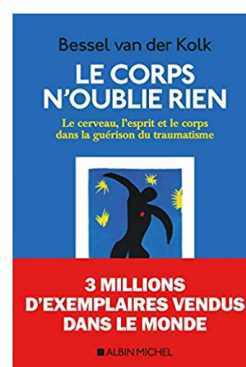
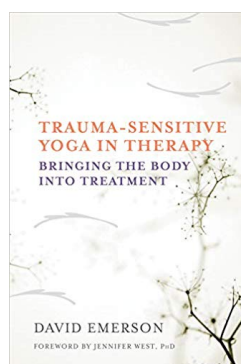
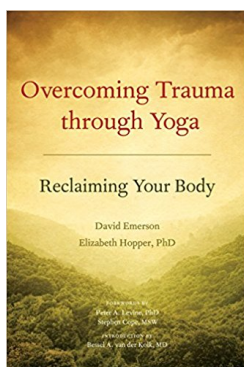
- Cadre sécurisé, langage TCTSY, choix, autodétermination, perception réciproque et action efficace ;
- Pratique guidée pour l'auto-exploration de la méthode ;
- Entraînement pratique (petits et grands groupes) ;
- Pratique responsable et éthique, ce qui est possible après une introduction; traitement des traumatismes versus cours de yoga informés sur le trauma; intégration des éléments du TCTSY dans la psychothérapie ou le conseil ;
- Obstacles, discussion de groupe, questions ;
- Etudes.

### Gestion du séminaire:

Emmanuelle Lambert, professeur de Yoga, TCTSY facilitator.

Birgit Löwenbrück, professeur de Yoga, TCTSY facilitator et formateur du *Center for Trauma and Embodiement*

### Recommandations de littérature pour la préparation et le suivi du séminaire



**Etude:** [Kolk, B., et al., \(2014\) 'Yoga as an Adjunctive Treatment for Posttraumatic Stress Disorder: A Randomised Controlled Trial' Journal of Clinical Psychiatry 2014: 75\(6\).](#)

## Lieu du Séminaire

Yoga Vision  
66, rue de la Fontaine au roi  
75011 Paris

[www.yoga-vision.org](http://www.yoga-vision.org)

**Frais du Séminaire** 300,00 €

## Inscription et conditions de participation

- Merci d'envoyer un email à: [loewenb@web.de](mailto:loewenb@web.de)
- Vous recevrez un formulaire d'inscription que vous devrez remplir et renvoyer ;
- Les frais de cours doivent être payés dans les 3 jours suivant la réception de la facture.
- En cas de désistement jusqu'au 18 mars 2019, les frais de séminaire seront remboursés, déduction faite des frais de dossier de 75 €.
- En cas d'annulation ultérieure ou d'empêchement, les frais de cours complets doivent être payés. Il n'y a AUCUN remboursement, même en cas de maladie ou de force majeure. Une assurance séminaire pour tous les cas est donc fortement recommandée.
- Si le cours est annulé, les frais de séminaire seront remboursés. Il n'y aura pas de réclamations supplémentaires aux organisateurs.
- Les frais de cours ne comprennent pas l'hébergement, les voyages et les repas.
- En cas de participation continue, une confirmation de participation sera donnée à la fin du séminaire; elle est reconnue comme preuve de la formation préalable requise pour postuler au programme de certification du Boston Center for Trauma and Embodiment de JRI.
- En vous inscrivant, vous acceptez expressément que les données que vous avez fournies (nom, email, adresse et cours réservé) soient stockées électroniquement conformément au RGPD.

Birgit Löwenbrück  
[info@tctsy.de](mailto:info@tctsy.de); [www.traumasensitives-yoga.de](http://www.traumasensitives-yoga.de)

Emmanuelle Lambert  
[tctsy.fr@gmail.com](mailto:tctsy.fr@gmail.com); [www.emmalambert.com](http://www.emmalambert.com)

bookings: [info@tctsy.de](mailto:info@tctsy.de)