



# TRAITEMENT VALIDÉ POUR LES TRAUMA- TISMES COMPLEXES ET LE SSPT



Trauma Center Trauma Sensitive Yoga (TCTSY) est une intervention clinique validée empiriquement pour les traumatismes complexes ou le trouble de stress post-traumatique (SSPT) chronique et résistant au traitement. Il s'appuie sur plus de 10 études originales évaluées par des pairs et sur de nombreuses autres analyses indépendantes.

La méthodologie TCTSY est basée sur des éléments centraux de la théorie du traumatisme, de la théorie de l'attachement, des neurosciences et de la philosophie et de la pratique du yoga. Bien que TCTSY utilise des formes et des mouvements physiques, l'accent est mis sur l'expérience interne du participant. Cela signifie que l'accent est mis sur la sensation des formes plutôt que sur leur apparence.

Ce changement d'orientation, de l'externe vers l'interne, est un attribut clé du TCTSY en tant que traitement complémentaire des traumatismes complexes. Avec cette approche, le pouvoir appartient à l'individu et non au facilitateur du TCTSY. De plus, en se concentrant sur la sensation corporelle pour éclairer la prise de choix, TCTSY offre aux participants la possibilité de rétablir leur connexion entre l'esprit et le corps et de cultiver un sentiment d'action qui est souvent compromis à la suite d'un traumatisme.

Il y a plus de 400 facilitateurs dans plus de 40 pays, territoires et Premières Nations. En 2019, plus de 30 000 personnes dans le monde ont essayé le TCTSY comme traitement d'appoint pour le SSPT et les traumatismes complexes.

## TRAUMA CENTER TRAUMA SENSITIVE YOGA

A PROGRAM OF THE CENTER FOR TRAUMA & EMBODIMENT AT JRI



### Formations de base

Ces formations de 20 heures présentent aux participants les concepts et applications de base de TCTSY. Destiné à inciter les professeurs de yoga à rendre leurs cours plus attentifs aux traumatismes et à aider ceux qui travaillent dans le domaine de la santé mentale à amener le corps dans le traitement.



### Programme de certifications

Cette formation prépare les candidats à faciliter le modèle de traitement TCTSY. Convient aux professeurs de yoga, aux professionnels de la santé mentale ou aux professionnels travaillant dans des communautés où les traumatismes sont répandus.



### Formation en agence

Les éléments de notre formation en agence comprennent : une formation intensive sur site de 2 jours axée sur l'apprentissage dynamique et expérientiel pour les prestataires de soins, ainsi qu'un soutien au développement de programmes de yoga et de soins tenant compte des traumatismes en utilisant le cadre TCTSY.



### Formations et séances demi-journée

Les facilitateurs certifiés sont en mesure de proposer des séances individuelles et de groupe, ainsi que des formations d'une demi-journée qui fournissent un bref aperçu des principes et pratiques clés de TCTSY. Le contenu et la durée varient en fonction des besoins du client et de l'accessibilité.

