PROGRAMME DE FORMATION

Débriefing affectivo-émotionnel de groupe

Durée : 14 heures | Mode d'organisation : Mixte

Version du modèle : 08 octobre 2026

Présentation de la formation

Une équipe vient de traverser un événement qui l'a dépassée. Un patient qui frappe, un enfant qui meurt, une collègue qui s'effondre après des mois où tout le monde tenait. On vous demande d'intervenir, et vous savez déjà que faire raconter ne suffira pas, et risque même d'aggraver les choses. C'est de cette expérience qu'est né l'atelier.

Ce dont il s'agit

Le débriefing affectivo-émotionnel de groupe est une procédure en sept temps, que nous avons développée à partir de 2020 au sein de la TLMR pour intervenir auprès d'une équipe, d'une communauté ou d'une institution, après un événement qui a dépassé ses ressources.

Sa particularité est de ne pas porter l'intervention sur les personnes, mais sur les liens qui les unissent. Après un événement aigu, ce qui circule dans une équipe tient moins au contenu de ce qui s'est passé qu'à ses effets : un sentiment d'impuissance, d'envahissement, d'insécurité, l'impression que tout devient imprévisible. Ces effets empruntent les liens mêmes qui faisaient la cohésion du groupe, si bien qu'une équipe soudée les contient autant qu'elle les diffuse. C'est à cet endroit que le dispositif travaille, sans jamais demander à quiconque de raconter ce qu'il a vécu.

Le travail se conclut par une première action concrète dans l'environnement professionnel. Non pas un plan ou une liste de résolutions, mais un premier geste, modeste et réalisable, qui transforme l'intention en acte et remet chacun en lien avec ses pairs et son milieu.

D'où il vient

De deux situations que rien ne rapprochait.

La première, une unité d'hospitalisation en psychotraumatologie où toute l'équipe était en épuisement professionnel, des infirmières aux psychologues jusqu'au psychiatre. La seconde, une unité d'hospitalisation adulte où une patiente avait agressé et blessé quatre soignants.

D'un côté un épuisement installé sur plusieurs mois, de l'autre un événement brutal et daté. Dans les deux cas pourtant, la même impasse se présentait dès qu'il s'agissait de demander un récit. Ce que la procédure travaille n'est donc pas ce que ces deux situations partagent dans leur contenu, puisqu'elles ne partagent rien, mais ce qu'elles ont de commun du côté du lien. C'est ce qui la rend transposable d'un contexte à l'autre.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, à partir des situations étudiées et des mises en pratique supervisées, les participants seront capables de :
1. Distinguer les trois configurations cliniques abordées : état de stress aigu, épuisement professionnel aigu lié au conflit de valeurs et peurs anticipatoires.
2. Repérer les quatre effets de la contamination affectivo-émotionnelle — impuissance, envahissement, insécurité et imprévisibilité — et leurs conséquences sur les liens au sein d'une équipe.
3. Situer le DAEG parmi les différents dispositifs de débriefing, en explicitant ses particularités et les limites de son niveau de preuve.
4. Décrire les sept temps de la procédure et leur finalité, notamment la réorientation vers l'environnement professionnel et l'émergence d'une première action concrète.
5. Distinguer externalisation et extériorisation, et repérer, dans une séquence d'animation, un glissement vers le récit de l'événement.
6. Formuler des consignes portant sur le cadre et l'orientation de l'attention, sans suggérer ce qui devrait être ressenti ni interpréter les images des participants.
7. Identifier les conditions de mise en œuvre, les contre-indications et les besoins de soutien complémentaire, dans le respect du volontariat, de la confidentialité et du cadre professionnel de l'intervention.
8. Expliquer la fonction du binôme, de l'externalisation des effets vécus par l'animateur et de la supervision dans le maintien de sa disponibilité relationnelle.

Public visé

Professionnels de santé et de la relation d'aide

Prérequis

Niveau bac +3

Déroulé de la formation

Les deux journées associent apports théoriques, études de situations, expérimentation et pratique supervisée. Les spécificités de la classe virtuelle sont travaillées tout au long de la formation.

JOUR 1 — COMPRENDRE ET ÉPROUVER

Matinée — Repères cliniques et cadre d'intervention

- Accueil, présentation des participants, du programme et du cadre de confidentialité.
- Situations à dépassement de moyens : effets affectivo-émotionnels, réponses de survie et dynamiques d'équipe.
- Trois configurations cliniques : stress aigu, épuisement professionnel lié au conflit de valeurs et peurs anticipatoires. Exercices de repérage à partir de vignettes.
- Différents dispositifs de débriefing, état des connaissances et limites du DAEG.

Après-midi — Expérimenter une séance complète

- Séance de DAEG conduite par le formateur, à partir du contexte professionnel actuel des participants.
- Retour sur l'expérience : effets corporels, déroulement du processus et difficultés rencontrées.

La participation à l'expérimentation est volontaire. Chacun peut rester observateur. L'histoire personnelle n'est pas travaillée.

JOUR 2 — APPRENDRE À CONDUIRE

Matinée — La procédure, temps par temps

- Retour sur l'expérience de la première journée.
- Étude des sept temps : cadre, formulations et points de vigilance, jusqu'à l'émergence d'une première action concrète dans l'environnement professionnel et à la clôture.
- Distinction entre externalisation et extériorisation ; consignes sans suggestion de contenu ; attention aux manifestations corporelles.
- Offre de soutien complémentaire, rôle du binôme et place de la supervision.

Après-midi — Pratique supervisée selon les fonctions

Thérapeutes-animateurs

Travail sur la posture relationnelle, le rythme, les silences et les blocages. Animation de séquences sous supervision ; préparation du suivi individuel et de l'orientation.

Équipes d'intervention d'urgence

Place du DAEG dans la chaîne d'intervention, analyse de la demande et conditions de déclenchement. Co-animation en binôme et pratique supervisée des trois premiers temps.

Regroupement final commun

Restitution croisée des deux groupes, évaluation des acquis et présentation des suites de formation.

Méthodes pédagogiques

Approche interactive et expérientielle

Moyens et supports pédagogiques

Séances de formation en salle

PowerPoint

PaperBoard

Modélisation de la pratique

Présentation et analyse d'expériences

Mises en situation

Évaluation et suivi

A l'issue de la formation, un questionnaire de satisfaction sera renseigné par chaque participant afin qu'il évalue la pertinence des contenus de la formation au regard de sa pratique professionnelle.

Accessibilité

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap, consultez notre politique d'accessibilité sur notre site internet. Vous pouvez contacter Frédérique Laclos par l'intermédiaire du formulaire de la rubrique contact ou par mail : contact@mimethys.com