



L'Auto-Traitement PsychoSocial

Prévenir les risques psycho-sociaux,
prendre soin de vos équipes et vos
bénéficiaires

Pour vos salariés

L'Auto-Traitement PsychoSocial propose un accès autonome, confidentiel et individuel à L'Auto-Traitement Émotionnel EMDR pour chacun de vos salariés que vous identifiez en risque d'épuisement ou susceptibles d'être affectés par l'exercice de leur mission.

Il permet de traiter les situations potentiellement traumatiques liées au travail et leurs effets (décès d'un usager, impuissance dans une situation, agression, etc.).

Il offre aux salariés des outils de gestion autonome du stress et des émotions adaptés à une variété de situations professionnelles et personnelles.
Il concourt à réduire l'épuisement professionnel.

Lorsque chacun prend bien soin de lui dans une organisation, les processus se fluidifient, les échanges gagnent en clarté et l'enthousiasme de chacun à faire ce qu'il fait augmente naturellement le projet et le vivre ensemble.

Pour vos bénéficiaires

Il s'agit de la mise à disposition d'un espace de traitement émotionnel EMDR individuel sur la prescription et la supervision de votre psychologue en interne.

Il permet de soutenir les démarches autonomes avec un outil sécurisant conçu et éprouvé par des psychologues.



L'Auto-Traitement PsychoSocial comporte 2 volets :

- 1 Un espace de traitement émotionnel EMDR en ligne.
- 2 La collaboration avec le psychologue de votre organisation.



1 L'espace de traitement EMDR

Une séance EMDR et des ressources en ligne accessibles n'importe quand, n'importe où et en toute discrétion pour vos salariés et vos bénéficiaires.

Pour qui?

L'espace de traitement EMDR en ligne s'adresse en priorité à ceux qui présentent des risques d'épuisement relationnels en lien avec l'exercice de leur mission et aux bénéficiaires d'organisations médico-sociales. Il peut également être proposé aux fonctions supports.

Comment?

Accès illimité à une séance de traitement EMDR et des ressources complémentaires pour:

- traiter les enjeux professionnels et personnels
- réguler ses émotions au quotidien
- ajuster son implication en se préservant

La séance EMDR

Elle est conçue et éprouvée par des psychologues cliniciens pour soulager rapidement la charge émotionnelle liée à des situations problématiques. L'Auto-Traitement EMDR ne remplace pas un psychologue ou un psychiatre, dont il peut aussi être complémentaire. Il offre une possibilité intermédiaire de traitement, efficiente et de qualité professionnelle, à ceux qui souhaitent et peuvent fonctionner en autonomie.

Les ressources complémentaires

En complément de la séance EMDR et pour en renforcer les bénéfices dans une variété de situations, l'espace de traitement propose :

- Des outils reconnus et éprouvés pour soutenir la régulation émotionnelle (cohérence cardiaque, pleine conscience...)
- Des séances d'hypnose douce pour favoriser l'analyse des enjeux et ajuster son investissement
- Des tests cliniques pour mesurer son niveau de risque et son évolution au fil du temps
- Un accompagnement par mail pour accompagner le processus thérapeutique
- Un soutien technique via une messagerie dédiée.

Pour en savoir plus, le site grand public :

<https://www.auto-traitement-emdr.fr/>



2 La collaboration avec votre psychologue

La participation du psychologue interne à votre organisation est essentielle.

Sa mission devra intégrer :

- L'information sur l'espace de traitement, sa prescription pour vos bénéficiaires et du conseil pour vos salariés.
- Le recueil d'éléments qui pourront vous aider à penser des solutions structurelles au bien être institutionnel
- Des retours d'utilisation : ils nous permettent de concevoir des évolutions qui tiennent compte de vos besoins spécifiques

Support technique

Un temps de travail est à prévoir avec votre psychologue avant le démarrage. Il permet d'évaluer vos besoins et de transmettre des recommandations.

En dehors de ce temps formel, nous assurons un support par téléphone ou visioconférence.

Formation

(optionnel)

Au besoin, nous formons votre psychologue au traitement du psycho-trauma et aux processus de résilience en partenariat avec l'Institut de l'Esprit Libre et Adène Formation dans le cadre de la prise en charge par l'OPCO.

[Voir la fiche formation](#)

Supervision

(optionnel)

Nous proposons de superviser votre psychologue sur le traitement émotionnel ainsi que sur l'accompagnement des processus institutionnels soignants avec notre psychologue expert.



Offre et tarifs

Accès à l'espace de traitement EMDR en ligne

- Accès individuel à l'espace de traitement EMDR pendant 1 an
- Assistance technique via une messagerie dédiée
- Partenariat avec votre psychologue : 1 temps de travail avant démarrage + support téléphonique ou visioconférence
- Tarif : 70 euros par utilisateur (10 utilisateurs minimum)

Formation (optionnel)

Traitement du psycho-trauma et processus de résilience à destination de votre psychologue

- 5 jours en présentiel à Nîmes (Gard)
- Prix : 1200 euros (avec nos partenaires Adène formation et L'Institut de L'Esprit Libre pour la prise en charge par l'OPCO)

[Voir la fiche formation](#)

Supervision (optionnel)

Pour votre psychologue

- Prix: 120 euros/supervision

Nous contacter

espaceautotraitement@gmail.com

L'Auto-Traitement PsychoSocial soutient les organisations qui prennent soin des humains.