

COMPRENDRE LE TRAUMATISME CRÂNIEN : CE QUE LES FAMILLES DOIVENT SAVOIR

Formation destinée aux familles et proches de personnes ayant subi un traumatisme crânien modéré ou sévère

Comprendre, accompagner et prendre soin de votre proche et de vous-même après un TC

Durée : 2 heures	Modules : 4 modules
Leçons : 16 leçons	Public : Familles et proches de personnes TC
Format : 100 % en ligne, asynchrone	Organisme : N° 11757351875
Certification : Qualiopi	Tarif : Sur devis

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Description de la formation

Cette formation s'adresse aux familles et proches d'une personne ayant subi un traumatisme crânien modéré ou sévère. Le TC est une blessure cérébrale brutale qui bouleverse en quelques secondes une vie entière. Les familles se retrouvent souvent seules face à une réalité médicale complexe, des séquelles invisibles incomprises et une personne qui ressemble à celle qu'elles aimaient mais qui se comporte différemment. Cette formation donne aux familles les bases indispensables pour comprendre ce qui s'est passé, ce qui peut récupérer, et comment accompagner efficacement leur proche dans la durée.

Sommaire des modules

MODULE 1	Comprendre le TC et ce qui se passe dans le cerveau	4 leçons
MODULE 2	Les séquelles invisibles — comprendre pour ne plus se tromper	4 leçons
MODULE 3	Vivre avec un proche TC au quotidien	4 leçons
MODULE 4	Prendre soin de vous	4 leçons

Objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Comprendre ce qu'est un traumatisme crânien et les mécanismes des lésions cérébrales
- Identifier et comprendre les séquelles invisibles : troubles cognitifs, comportementaux et fatigue
- Adapter la vie quotidienne à la maison pour soutenir la récupération
- Gérer les comportements difficiles avec des stratégies appropriées
- Organiser le retour à domicile et coordonner avec les professionnels
- Trouver du soutien et prendre soin de vous en tant que proche aidant

Informations générales

Durée	2 heures
Public visé	Familles et proches de personnes ayant subi un traumatisme crânien modéré ou sévère
Prérequis	Aucun
Tarif	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certification	Qualiopi – Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

Leçon 1 - Ce qu'est un traumatisme crânien

- Le mécanisme du choc : le cerveau qui bouge dans la boîte crânienne
- TC léger, modéré, sévère et leurs implications pour l'avenir
- Les différents types de lésions : hématome, contusion, lésions axonales diffuses
- Pourquoi deux TC similaires peuvent donner des séquelles très différentes

Leçon 2 - La phase de coma et l'éveil

- Le coma : définition et mécanismes neurologiques
- L'échelle de Glasgow : comprendre les chiffres sans catastrophisme
- L'éveil du coma : phases normales et temporalité
- La confusion post-traumatique : une phase normale et transitoire

Leçon 3 - La rééducation — comprendre le parcours

- Le centre de MPR : rôles des professionnels et durée du séjour
- Les domaines travaillés : motricité, cognition, langage, comportement
- La durée réelle de la rééducation : des mois voire des années
- Comment soutenir les progrès pendant la rééducation

Leçon 4 - La récupération — espoirs et réalisme

- La plasticité cérébrale : le potentiel de récupération du cerveau
- Les deux premières années : période de récupération maximale
- Équilibre entre espoir réaliste et honnêteté sur les séquelles
- Les facteurs favorisant la récupération : stimulation, motivation, entourage

Leçon 1 - Les troubles cognitifs après un TC

- Les fonctions touchées : mémoire, attention, vitesse de traitement, fonctions exécutives
- Pourquoi votre proche oublie, perd le fil, répond lentement
- Comprendre que c'est neurologique, pas de la paresse
- Adapter sa communication : simplicité, temps, absence de pression

Leçon 2 - Les changements de comportement et de personnalité

- Irritabilité, impulsivité, désinhibition : origines frontales
- L'apathie : un symptôme neurologique, pas de la paresse
- Les comportements sociaux inappropriés : comprendre avant de sanctionner
- Accepter que la personne a changé tout en restant elle-même

Leçon 3 - L'anosognosie — quand votre proche ne voit pas ses difficultés

- Définition : incapacité neurologique à percevoir ses propres séquelles
- Pourquoi votre proche dit 'je vais bien' et refuse les aides
- Différence entre anosognosie (neurologique) et déni (psychologique)
- Stratégies pour vivre avec une personne anosognosique

Leçon 4 - La fatigue cognitive — la séquelle universelle

- La fatigue post-TC : omniprésente, imprévisible, aggravée par l'effort mental
- Pourquoi votre proche s'épuise rapidement même pour des tâches simples
- Organiser la vie selon la fenêtre d'énergie quotidienne
- Respecter la fatigue sans tomber dans la sédentarité totale

Leçon 1 - Adapter la vie à la maison

- Mettre en place agenda et aides mémoire indispensables
- Simplifier l'environnement : réduire distracteurs, organiser l'espace
- Instaurer des routines stables comme compensation cognitive

- Utiliser les aides techniques numériques : rappels, check-lists, assistants vocaux

Leçon 2 - Gérer les comportements difficiles au quotidien

- Crises d'irritabilité : éviter l'escalade, attendre l'apaisement
- Comportements désinhibés : recadrer avec fermeté sans humiliation
- Refus et opposition : comprendre la cause avant d'insister
- Identifier ce qui fonctionne et éviter les erreurs fréquentes

Leçon 3 - Soutenir la rééducation à la maison

- Intégrer les apprentissages de la rééducation dans la vie quotidienne
- Ne pas faire à la place : laisser l'effort même si c'est lent
- La stimulation cognitive à domicile : JOE, jeux adaptés, activités porteuses de sens
- Coordonner avec l'équipe de rééducation

Leçon 4 - Le retour à domicile — organiser et réussir

- Préparer le domicile : aménagements, aides techniques, sécurité
- Mettre en place les aides humaines avant le besoin urgent
- Démarches administratives : MDPH, PCH, RQTH, congé de proche aidant
- Les premières semaines : distinguer le normal de l'alerte

MODULE 4

Prendre soin de vous

4 leçons

Leçon 1 - Ce que vous traversez, vous aussi

- Le traumatisme de la famille : un choc souvent non reconnu
- Le deuil de la personne d'avant : pleurer quelqu'un qui est encore là
- Culpabilité, colère, épuisement : des émotions normales et légitimes
- L'isolement face à une pathologie incomprise

Leçon 2 - Trouver du soutien

- L'UNAFTC : ressources, groupes de soutien pour familles
- Les groupes de parole : indispensables pour ne pas rester seul
- Accéder rapidement au soutien psychologique individuel
- Les professionnels ressources : assistante sociale, neuropsychologue, médecin traitant

Leçon 3 - Organiser les relais

- Services spécialisés TC à domicile : SAMSAH, SSIAD, HAD
- Structures spécialisées : accueil de jour, FAM, MAS, foyers de vie
- Aides financières : PCH, MDPH, aides de la CPAM
- Anticiper l'évolution des besoins sans attendre la crise

Leçon 4 - Prendre soin de la relation

- Rester un proche avant d'être un aidant : préserver l'affection
- Identifier ce qui reste intact malgré le TC
- Créer des moments à deux qui ne sont pas des moments de soin
- La relation peut changer de forme sans disparaître

Modalités pédagogiques

- Formation en ligne accessible 24h/24
- Vidéos pédagogiques et supports téléchargeables
- Études de cas concrets et mises en situation
- Ressources pratiques : fiches outils, contacts utiles
- Accompagnement par des experts en traumatisme crânien