

## Programme de formation « renforcer l'adulte sain chez le patient »

### Version 4 - Référence oct 2024

#### **Public cible :**

Psychologues, psychiatres, infirmiers,

#### **Nature :**

Intra-entreprise, inter, particulier

#### **Format :**

1 jours de 6h 30 chacun

#### **Nombre de participants :**

De 8 personnes minimum à 20 personnes maximum

#### **Prérequis :**

Avoir réalisé la formation de base des 4 jours « pratique de la thérapie des schémas » + deux jours de « perfectionnement »

Avoir un diplôme de psychologue ou psychiatre ou infirmier psy.

#### **Objectif professionnel :**

L'objectif pédagogique de cette formation est de perfectionner l'approche clinique en thérapie des schémas, tout en apportant des solutions pratiques et efficaces aux patients pour renforcer leur bien-être émotionnel et psychologique.

#### **Objectif de développement des compétences :**

- Identifier les schémas adaptés chez les patients et les schémas dysfonctionnels qui nécessitent une intervention, afin de renforcer l'adulte sain.
- Utiliser et intégrer des protocoles thérapeutiques, comme celui des trois chaises, pour aider les patients.
- Encadrer des exercices d'imagerie thérapeutique pour aider les patients à visualiser, renforcer et ancrer leur adulte sain dans le quotidien.
- Mettre en œuvre des stratégies de gestion des voix critiques
- Créer un espace thérapeutique sécurisant favorisant l'expression de l'adulte sain tout en accompagnant les patients dans le développement de solutions concrètes face à leurs défis émotionnels et relationnels.

## Contenus principaux :

En intégrant les concepts de schémas adaptés, le protocole des trois chaises, la gestion des voix critiques et l'ancrage de l'adulte sain à travers diverses méthodes.

### 1- Accueil et introduction

- Présentation des objectifs de la journée.
- Brève introduction sur le concept de l'adulte sain dans la thérapie des schémas.
- Tour de table pour connaître les attentes des participants.

### 2- Les schémas adaptés et leur importance

- Objectifs : Identifier les schémas adaptés que le patient peut déjà posséder ou doit développer pour renforcer l'adulte sain.
  - Introduction théorique des schémas adaptés (liens avec les travaux d'Eckhard Roediger).
  - Exercice pratique : Chaque participant identifie des exemples de schémas adaptés dans leur pratique clinique.
  - Discussion en groupe sur la manière d'aider les patients à ancrer ces schémas.

### 3- Protocole des trois chaises (Voir, comprendre, faire des liens et résoudre)

Objectifs : Utiliser le protocole des trois chaises pour aider les patients à explorer leur passé, comprendre l'origine de leur souffrance et activer l'adulte sain pour prendre des décisions.

- Présentation théorique et démonstration du protocole des trois chaises :
  - Chaise 1 : « Je vois » - exploration de la situation problématique actuelle.
  - Chaise 2 : « Je comprends » - compréhension des liens entre la situation et les expériences passées.
  - Chaise 3 : « Je trouve des solutions » - activation de l'adulte sain pour gérer la situation présente.
- Exercice pratique en dyades : Les participants jouent le rôle de thérapeute/patient et mettent en pratique le protocole.

### 4- Voix critiques et gestion via les protocoles des chaises et des nuages

Objectifs : Enseigner des techniques pour aider les patients à se distancier de leurs voix critiques et à renforcer l'adulte sain.

- Discussion théorique sur l'origine des voix critiques (liens avec l'attachement, trauma).
  - révision du Protocole des chaises critique (combat avec la voix critique).
  - Protocole des nuages : Technique d'imagerie pour aider le patient à externaliser les critiques internes (mettre les voix sur des nuages, les voir s'éloigner).
  - Exercice guidé : Les participants pratiquent ces protocoles en dyades ou triades.

## 5- Imagerie de l'adulte sain et renforcement

- Objectifs : Aider les patients à visualiser et renforcer l'image de leur adulte sain.
  - Exercice guidé : Imagerie de l'adulte sain que le patient possède ou a construit au cours de la thérapie.
  - Encourager les patients à visualiser les moments où ils ont déjà fait preuve de ressources de l'adulte sain.
  - Utilisation de photographies ou d'images symboliques si le patient a du mal à visualiser.
  - Discussion en groupe : Retour d'expérience et analyse clinique

## 6- Renforcer l'adulte sain avec des outils audio et visuels

- Objectifs : Fournir des ressources auditives et visuelles pour renforcer le travail fait en séance.
  - Présentation d'audios thérapeutiques : Exemples d'enregistrements guidés pour renforcer l'adulte sain chez les patients entre les séances.
  - Photographie de l'adulte sain : Techniques pour aider le patient à représenter son adulte sain par des images (via la photographie, l'art-thérapie).
  - Exercice créatif : Les participants créent une représentation visuelle ou verbale de leur propre adulte sain (collage, dessin, etc.).
- Temps de questions et réponses.
- Distribution de ressources et bibliographie complémentaire.

### Support participant remis :

Un document est envoyé une semaine avant la formation avec deux vignettes par pages, les mémos, les practicums (exercices à faire à deux ou trois), les tests psychotechniques.

### Modalités :

Inscription immédiate sur le site [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr) (20 % d'acompte), facture, convention, attestation et certificat de réalisation envoyée de manière automatique par le logiciel Formdev.

### Délais d'accès :

Selon le calendrier défini sur le site.

Accessible à tout public respectant la cible (y compris personnes en situation de handicap),

Les dates et lieux de formation sont clairement indiqués sur le site.

**Lieu :** Bègles, 21 rue Carnot

**Horaires :** 9h30 à 17h jour 1 (6 H 30 de formation) en présentiel en visio 9 H15

## **Intervenante :**

### **Béatrice PEREZ DANDIEU :**

Certification avancée en thérapie des schémas (ISST **International Society of Schema Therapy**.)

Psychologue clinicienne

Psychothérapeute accréditée par l'ARS

Praticienne EMDR Europe, thérapeute familial, formée à la thérapie, aux IOS (Interventions Orientées Solutions) et ICV (Intégration du Cycle de Vie), Thérapie de la reconsolidation Alain Brunet, Thérapie sensori motrice Janina Fischer...

Chargée de cours à l'université de Psychologie de Bordeaux.

Intérêts de recherche pour l'EMDR, thérapie des schémas et addiction, ateliers de résilience assistée et protection de l'enfance...

Ses centres d'intérêts sont l'intégration des techniques 3ème vagues, plus particulièrement les travaux cliniques et de recherche de Arnoud Arntz et Eckard Roediger.

## **Tarif TTC (non soumis à la TVA) :**

### **2025**

- 150 euros, financement individuel / FIFPL / AGEFICE /1 jour
- 200 euros, financement employeur

## **Les + de cette formation :**

Acquérir des outils et protocoles pour accompagner les patients

## **Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

Nos formations sont accessibles aux situations de handicap visibles et non visibles et nous adaptons nos moyens et notre pédagogie, Interlocuteur Handicap indiqué sur le site

[contactez-nous @cefti.fr](mailto:contactez-nous@cefti.fr)

## **Sanction visée :**

- Attestation de présence et certificat de réalisation

## **Évaluation, suivi, bilan :**

- Évaluation préalable et finale des acquis (quizz)
- Évaluation de satisfaction à chaud pour participants et commanditaires
- Évaluation de l'intervention à froid à 6 mois. pour participants et commanditaires
- Évaluation compétence pour l'employeur à 6 mois

### Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Thérapie contextuelle
- Atelier Pratiquer et travail sur soi

### Contact sous 72 heures

Responsable formation : Béatrice Perez-Dandieu : - [beatrice.dandieu@gmail.com](mailto:beatrice.dandieu@gmail.com)

Service administratif : [contactez-nous@gmail.fr](mailto:contactez-nous@gmail.fr) - Site internet : [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr)