

Programme de formation

Pratiquer et travailler sur soi en résidentiel à Biriattou

Version 5 - Référence 2026

Mise à jour : rééquilibrage du temps de travail entre les deux membres du binôme, ajout du protocole des voix critiques et du protocole des trois chaises, ajout d'un temps de régulation corporelle (yoga), volume horaire recalculé.

Public cible	Psychologues, psychiatres, infirmiers en psychiatrie, thérapeutes.
Nature	Intra-entreprise, inter, particulier.
Format	2 jours en résidentiel. 13 heures de formation.
Nombre de participants	De 8 personnes minimum à 14 personnes maximum. Travail en binômes.
Prérequis	Avoir réalisé la formation de base des 4 jours « pratique de la thérapie des schémas » et le niveau 2 perfectionnement. Être psychologue, psychiatre ou infirmier en psychiatrie.
Lieu	Hôtel-restaurant Les Jardins de Bakéa, Biriattou (64).
Horaires	Jour 1 : 10h00 à 18h45. Jour 2 : 9h00 à 17h00.
Restauration	Deux déjeuners et un dîner inclus.

Objectif professionnel

À l'issue de cette formation résidentielle de deux jours, les participants seront capables de mobiliser les principaux outils de la thérapie des schémas (conceptualisation de cas, dialogues en chaises, reparentage, travail avec les voix critiques, protocole de l'arbre) de manière fluide et adaptée à la clinique, tout en approfondissant la conscience de leurs propres schémas et modes afin d'enrichir leur posture thérapeutique.

Ils auront clarifié un objectif personnel de développement professionnel et personnel, révisé les techniques clés, et expérimenté un travail sur soi favorisant l'intégration émotionnelle et expérientielle des concepts du modèle.

Objectifs pédagogiques spécifiques

Au terme du résidentiel, les participants seront en mesure de :

- Identifier les schémas et les modes activés dans leur pratique et dans leur propre fonctionnement personnel.
- Conduire un protocole de chaises avec l'enfant en colère et réaliser un reparentage.
- Conduire un protocole de travail avec les voix critiques et le protocole des trois chaises.
- Mobiliser et incarner l'Adulte sain à partir de ressources personnelles ancrées.
- Conduire le protocole de l'arbre et une projection dans le futur.

- Formuler un plan d'évolution personnelle et clinique aligné avec leurs objectifs de développement professionnel.

Contenus

Deux journées intensives pour renforcer les compétences cliniques tout en travaillant sur ses propres schémas et modes, dans un environnement collaboratif entre pairs. Chaque participant occupe alternativement la place de client et celle de co-thérapeute. Chacun bénéficie d'environ 5h45 de travail personnel sur les deux jours.

Jour 1 - Exploration et travail expérientiel

- Conceptualisation des modes activés dans la problématique choisie, déclencheurs et cercles vicieux (practicum 1) : 45 minutes.
- Protocole des chaises avec l'enfant en colère et reparentage (practicum 2) : 1h15.
- Travail avec l'Adulte sain et ancrage d'un souvenir ressource, schémas positifs (practicum 3) : 45 minutes.

Jour 2 - Voix critiques, styles d'adaptation et projection

- Protocole des chaises avec la voix critique (practicum 4) : 45 minutes.
- Protocole des trois chaises pour renforcer l'Adulte sain (practicum 5) : 30 minutes.
- Répondre positivement aux styles d'adaptation : soumission, évitement, surcompensation (practicum 6) : 30 minutes.
- Protocole de l'arbre : prendre du recul sur la situation et la comprendre (practicum 7) : 45 minutes.
- Projection dans le futur sur la ligne de temps de l'arbre : 15 minutes.
- Synthèse individuelle écrite et plan d'action : 15 minutes.

Temps de régulation corporelle : une heure de yoga est proposée le jour 1 après le déjeuner. Ce temps est offert par le CEFTI, il se situe hors du temps pédagogique et la participation est libre.

Déroulé horaire

Jour 1

Horaire	Séquence
10h00 - 10h20	Accueil, café, cadrage : rôles, confidentialité, droit d'arrêter, choix de la problématique
10h20 - 13h20	Travail personnel - Personne A (3h, pause intégrée)
13h20 - 14h30	Déjeuner
14h30 - 15h30	Yoga (hors temps pédagogique, participation libre)
15h40 - 18h25	Travail personnel - Personne B (2h45, pause intégrée)
18h25 - 18h45	Débriefing collectif et clôture de la journée
19h30	Dîner et apéritifs offerts par le CEFTI

Jour 2

Horaire	Séquence
09h00 - 09h10	Reprise, météo intérieure, ce qui a bougé depuis la veille
09h10 - 12h10	Travail personnel - Personne B (3h, pause intégrée)
12h10 - 13h25	Déjeuner
13h30 - 13h40	Mise en mouvement
13h40 - 16h25	Travail personnel - Personne A (2h45, pause intégrée)
16h25 - 16h40	Synthèse individuelle écrite et plan d'action
16h40 - 17h00	Débriefing collectif, évaluation et clôture

L'ordre des personnes est inversé au jour 2. Chaque participant bénéficie ainsi d'un créneau en début de segment et d'un créneau en fin de segment, et personne ne termine son travail au moment de la clôture.

Modalités d'encadrement et sécurité

- Les binômes travaillent en autonomie sous la supervision flottante de la formatrice, qui circule en continu entre les groupes.
- Les blocs de travail sont synchronisés : la formatrice donne un top collectif à chaque transition et annonce les quinze dernières minutes, qui sont consacrées à la clôture et au retour au calme.
- Un signal convenu permet à un binôme d'appeler la formatrice sans rompre le cadre du travail en cours.
- Le cadre est posé en ouverture : confidentialité, respect, sécurité émotionnelle, droit d'arrêter à tout moment sans se justifier.

- Les participants sont invités à choisir une problématique significative mais pas leur matériel traumatique le plus lourd. Une fiche de préparation réflexive est envoyée en amont, avec une auto-évaluation du niveau d'activation émotionnelle.
- En cas de nombre impair de participants, un trinôme est constitué et son planning est adapté par la formatrice.

Méthodes et moyens pédagogiques

Apports théoriques courts, practicums sur son propre vécu, travail avec les outils en situation réelle, supervision et débriefing collectif.

Salle équipée, vidéoprojecteur, paperboard, chaises mobiles en nombre suffisant pour les protocoles.

Support participant remis

Un livret participant et une fiche de préparation réflexive sont envoyés une semaine avant la formation. Les sept practicums sont remis sur place.

Modalités d'inscription et délais d'accès

Inscription sur le site www.cefti.fr avec 20 % d'acompte. Facture, convention, attestation et certificat de réalisation envoyés automatiquement par le logiciel Formdev. Les dates et lieux sont indiqués sur le site, selon le calendrier défini.

Tarif TTC (non soumis à la TVA)

550 euros pour les deux jours, tout compris. Financement individuel, FIFPL, AGEFICE.

Intervenante

Béatrice Perez Dandieu

- Psychologue clinicienne, psychothérapeute accréditée par l'ARS.
- Superviseur et Certifiée advanced ISST (International Society of Schema Therapy).
- Praticienne EMDR Europe, thérapeute familiale, formée aux Interventions Orientées Solutions,
- Chargée de cours à l'université de psychologie de Bordeaux.
- Intérêts de recherche : EMDR, thérapie des schémas et addiction, ateliers de résilience assistée, protection de l'enfance.
- Centres d'intérêt : intégration des techniques de troisième vague, travaux cliniques et de recherche d'Arnoud Arntz et Eckhard Roediger.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Nos formations sont accessibles aux situations de handicap visibles et non visibles. Nous adaptons nos moyens et notre pédagogie. Interlocuteur handicap indiqué sur le site : contactez-nous@cefti.fr

Sanction visée

Attestation de présence et certificat de réalisation.

Évaluation, suivi, bilan

- Évaluation finale des acquis (quiz).
- Évaluation de satisfaction à chaud, participants et commanditaires.

- Évaluation de l'intervention à froid à 6 mois, participants et commanditaires.
- Évaluation des compétences pour l'employeur à 6 mois.

Équivalences et passerelles

Possibilité de se perfectionner avec la formation Thérapie contextuelle niveau 3.

Contact sous 72 heures

Responsable formation : Béatrice Perez-Dandieu, beatrice.dandieu@gmail.com

Service administratif : contactez-nous@cefti.fr – Site internet : www.cefti.fr