

## Programme de formation

### Thérapie des schémas contextuelle et intégrative- Niveau 3

Cette formation fait partie à partir de 2027 de la certification ISST (l'International Society of Schema Therapy ).

Version 6 — Référence juin 2026

**2 jours**

7h de formation chacun

**10 à 22**

participants

**14h**

de formation totale

### Informations pratiques

|              |                                                                                                                                                                |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Public cible | Psychologues, thérapeutes, psychiatres, médecins psychothérapeutes, infirmiers en psychiatrie.                                                                 |
| Prérequis    | Avoir suivi les 4 jours de base (niveau 1), le perfectionnement (niveau 2)                                                                                     |
| Nature       | Intra-entreprise, inter, particulier                                                                                                                           |
| Format       | 2 jours de 7h chacun                                                                                                                                           |
| Participants | De 10 personnes minimum à 20 personnes maximum                                                                                                                 |
| Lieu         | Bègles et autres lieux selon session — cf. <a href="http://www.cefti.fr">www.cefti.fr</a> ( <a href="#">catalogue</a> , <a href="#">thérapie des schémas</a> ) |
| Horaires     | Jour 1 : 9h30 – 17h30 (7h)   Jour 2 : 9h00 – 17h00 (7h)                                                                                                        |

### Objectif professionnel

Former des thérapeutes à la thérapie des schémas en se concentrant sur la conceptualisation de cas, la relation thérapeutique, les techniques expérientielles, et la gestion des schémas inadaptés chez les patients, tout en intégrant les contributions d'E. Roediger de l'International Society of Schema Therapy (ISST).

## Objectif de développement des compétences

### JOUR 1

### Fondements du modèle contextuel & Modes de protection

Objectif : Revisiter les fondations, approfondir le modèle contextuel de Roediger et pratiquer les techniques expérientielles conduisant au reparentage.

9h30 – 13h

Matin — Fondements du modèle contextuel

#### Accueil et cadrage (Tour de table · Quiz · Attentes)

- Qui êtes-vous ? Parcours, spécialité, contexte clinique actuel.
- Vos attentes : ce que vous souhaitez emporter de ces 2 jours.
- Quiz de niveau : repérage des acquis sur la TS de base.

#### Bloc 1 · Les 3 générations de la Thérapie des Schémas

- Génération 1 — Jeffrey Young : Schémas Précoces Inadaptés (SPI), 5 domaines, 18 schémas, styles d'adaptation.
- Génération 2 — Arntz / Jacob : les modes comme « parties du Soi », travail via chaises et imagerie.
- Génération 3 — Roediger (ST Contextuelle) : intégration ACT, pleine conscience, flexibilité psychologique comme objectif central.

#### Bloc 2 · Rigidité psychique & Flexibilité psychologique (E.Roediger)

- Rigidité : modes de coping automatiques, évitement expérientiel, fusion cognitive, valeurs maladaptives.
- Ouvert : Acceptation · Défusion cognitive.
- Centré : Pleine conscience · Soi-comme-contexte.
- Engagé : Valeurs choisies · Action engagée → Flexibilité psychologique.

#### Bloc 3 · Mémo 1 — 2 jambes, 4 émotions, 3 stratégies & Plans A/B/C/D

- 2 Besoins basaux : Attachement (jambe bleue) · Affirmation de soi (jambe rouge).
- 4 Émotions de base : Peur/Tristesse (côté bleu) · Agacement/Colère (côté rouge).
- 3 Stratégies automatiques : Soumission (Follow) · Évitement (Freeze/Flight) · Surcompensation (Fight).
- Plans A/B/C/D : Enfant Vulnérable · Enfant Colère · Évitant Actif · Protecteur Détaché.

#### Bloc 4 · Neurobiologie du changement & Accordage émotionnel (Stern)

- Réseau mode par défaut (mPFC/PCC) · Réseau de saillance (ACC/Insula) · Réseau exécutif central (DLPFC/PPC).
- La ST contextuelle active ces 3 réseaux simultanément.
- Accordage émotionnel (D. Stern) : interactions caregiver-enfant → autorégulation émotionnelle.

### Bloc 5 · 3 Piliers de la ST & 4 Positions thérapeutiques (E. Roediger)

- Modèle consistant · Relation spécifique (parentalité limitée) · Techniques expérientielles.
- 4 Positions : Observateur (côte à côte) · Soutien (près du patient) · Confrontation · Imaginative (yeux fermés, float back).

#### ▣ Practicum 1 · Révision des Voix Critiques

20 mn / pers · Application sur un cas clinique réel · En binôme à tour de rôle STOP à la voix critique → Imaginer le critique sur la chaise vide → L'Adulte Sain impose une limite claire.

14h00 – 17h30

Après-midi — Modes de protection

### Bloc 6 · Le flot de parole — Défense & Interruption empathique

- Parler sans s'arrêter = Protecteur Détaché Actif. Le patient parle pour ne pas être touché.
- Script : « Je vais vous interrompre un instant... Ce qui se passe maintenant semble plus important. Une partie de vous parle pour ne pas être touchée. »
- Pourquoi c'est difficile : active les schémas du thérapeute (peur rejet, subjugation, perfectionnisme). Couper peut-être un acte de respect thérapeutique.

### Bloc 7 · Protecteur Détaché — Reconnaître & Contourner

- Évitement passif : retrait, isolement, inertie. Risque : honte, effacement.
- Évitement actif : agitation, pseudo-contrôle, hyperactivité. Risque : épuisement, vide existentiel.
- 4 manières de contourner : Bavarde · Détaché/détails · Humour sarcastique · Retiré corporellement.
- Exercice 0 · Peser le pour et le contre : avantages perçus vs inconvénients réels (Adulte Sain).

### Bloc 8 · Reparentage du Mode Protecteur Détaché — 3 niveaux

- Reparentage limité : reconnaître la fonction protectrice, négocier, développer le vocabulaire émotionnel.
- Travail sur les chaises : interviewer le protecteur, explorer ses coûts, donner la parole à l'Enfant Vulnérable.
- Imagerie : revenir aux scènes d'origine, confronter les figures critiques, créer un « lieu sûr ».

#### ▣ Practicum 2 · La Forteresse

30 mn / pers · Trinôme : thérapeute / patient / observateur · Cas clinique réel · Rotation des rôles Identification → Contournement (1 des 4 stratégies du Bloc 7) → Débrief observateur.

#### ▣ Practicum 3 · Protecteur → Enfant → Imagerie & Réécriture

Suite du Practicum 2 · Même trinôme Phase 1 : Du protecteur à l'Enfant Vulnérable → Phase 2 : Imagerie de la scène origine → Phase 3 : Réécriture du scénario avec l'Adulte Sain (reparentage limité). Ancrage dans le corps.

**FIN JOUR 1** — Ce soir : notez une situation relationnelle chargée émotionnellement avec un patient. Vous l'apporterez demain pour le Practicum 4.

## **JOUR 2**    **Profils complexes · Adulte Sain · Action engagée**

**Objectif :** Développer la flexibilité psychologique, travailler les profils complexes, activer l'Adulte Sain et intégrer le protocole de l'arbre vers un futur aligné aux valeurs.

**Compétence visée :** Adapter l'intervention thérapeutique selon les modes de coping (soumis, protecteur détaché, compensateur) et les profils complexes (narcissiques).

### **9h00 – 12h30**    **Matin — Profils complexes**

#### **Bloc 9 · Conceptualisation ISST — Exploration d'une situation relationnelle**

- Situation relationnelle (déclencheur) → Émotions activées → Schéma(s) activé(s) → Mode activé.
- Repérer : nommer le mode activé sans jugement.
- Valider : reconnaître sa fonction protectrice passée.
- Classifier : situer sur la grille patient/thérapeute (Adulte Sain · Parent Critique · Modes Enfants · Protecteur Soumis / Évitant Passif / Évitant Actif / Compensateur).

#### **Bloc 10 · Équilibre guider/suivre & Confrontation empathique (Roediger + CEFTI)**

- Interventions ROUGES (guider/activer) : interrompre, presencing, confrontation (chaise du mauvais thérapeute).
- Interventions BLEUES (suivre/valider) : marquer, valider, auto-divulgarion, se rapprocher physiquement.
- Extension : le patient adopte le point de vue d'une autre personne. Utile si très fusionné avec le mode critique.
- Substitution : remplacer le patient en mode Enfant par un « vrai » enfant. Active les circuits de soins câblés.

#### **📌 Practicum 4 · Situation relationnelle & Confrontation empathique**

30 mn / pers · Cas clinique apporté ce matin · Trinôme · Rotation des rôles Exploration (grille ISST) → Confrontation (protocole rouge/bleu, Bloc 10) → Débrief : qu'est-ce qui a facilité l'accès à l'Enfant Vulnérable ?

### Bloc 11 · Profils narcissiques — Déconstruire & Traiter

- Malentendus : « narcissiques démons » → FAUX. Ce sont des personnes déficitaires avec une histoire.
- Manifeste : dominant, charismatique. Caché : victime, martyr, passif-agressif. Origines : absence de limites, parentification, messages contradictoires.
- Derrière l'armure : un enfant solitaire et honteux. Objectif : fournir une expérience réparatrice.

### Mémo 3 · Matrice Modes Patient / Modes Thérapeute (Roediger & Valente)

- Soumis × Soumis : coopération amiable mais aucun progrès.
- Évitant × Évitant : thérapie bloquée, personne n'ose quitter.
- Dominant × Dominant : lutte de pouvoir, thérapie ne commence pas.
- Référence : Roediger E. & Valente M. — Schematherapie: Kontextuell, prozessbasiert, interpersonal.

### Bloc 12 · Adulte Sain comme opérateur — Valeurs & Action engagée

- Observer : les schémas et modes activés sans s'y fusionner.
- Réguler : les affects sans les écraser (défusion cognitive).
- Agir : en lien avec les valeurs et objectifs personnels.
- Les « Primary Goods » — Valeurs comme boussole (Ward et al. 2007) : vie saine · savoir · accomplissement · autonomie · relations intimes · communauté · spiritualité · créativité & jeu.

#### 📄 Practicum 5 · Protocole de l'Arbre — Version intégrative

Relier l'Adulte Sain à l'Enfant Vulnérable · Consolider le lien · Ouvrir sur l'Enfant Heureux (ressources & passé) → (présent & Adulte Sain : « Je suis là avec toi maintenant ») → (futur & Enfant Heureux : vision alignée sur les valeurs, action concrète engagée).

#### 📄 Practicum 6 · Imagerie du 80e anniversaire (ou imagerie positive)

15 mn / pers · Renforcement du mode Adulte Sain — Schémas adaptatifs sains Imagerie du 80e anniversaire : vous avez 80 ans, vie bien vécue, alignée sur vos valeurs. Que vous disent les personnes qui comptent ? Ou imagerie positive : rappel d'un souvenir ressource dans le passé (sécurité, compétence, connexion).

### Clôture · Ligne de temps au sol · Cohérence cardiaque · Discussion

- Ligne de temps au sol : passé (racines) · présent (tronc) · futur (feuillage). Un pas conscient vers l'Enfant Heureux. Partager en 1 mot ce qu'on emporte.
- Cohérence cardiaque : inspiration 5 s · expiration 5 s · 3 cycles minimum. Ancrage corporel de tout le travail des 2 jours.
- Discussion & Évaluation ISST : une chose que vous emportez · une chose que vous allez changer dans votre pratique · remplir le formulaire d'évaluation ISST.

## Méthodes et moyens pédagogiques

### Méthodes pédagogiques

- **Apports** théoriques, vidéos, exercices, practicums sur son propre vécu, travail avec des outils en situation réelle.

### Moyens pédagogiques

- Salle équipée, vidéo projecteur, paperboard.

### Support participant remis

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

## Modalités pratiques

|                |                                                                                                                                                                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Inscription    | Immédiate sur <a href="http://www.cefti.fr">www.cefti.fr</a> — facture, convention, attestation et certificat de réalisation envoyés automatiquement via le logiciel Formdev. |
| Délais d'accès | Selon le calendrier défini sur le site.                                                                                                                                       |
| Lieu           | Bègles et autres lieux selon session — cf. <a href="http://www.cefti.fr">www.cefti.fr</a>                                                                                     |
| Horaires       | Jour 1 : 9h30 – 17h30 (7h)   Jour 2 : 9h00 – 17h00 (7h)                                                                                                                       |

## Intervenante

### Béatrice PEREZ DANDIEU

- Psychologue clinicienne, Systémie, IOS — Praticienne EMDR
- Advanced Level Certified Individual Schema Therapist — ISST (International Society of Schema Therapy)
- Superviseure ISST (2026) et Formatrice ISST (2027)
- Directrice du CEFTI

## Tarifs TTC (non soumis à la TVA)

| Type de financement                      | 2026  | 2027  |
|------------------------------------------|-------|-------|
| Financement individuel / FIFPL / AGEFICE | 420 € | 470 € |
| Financement employeur                    | 490 € | 540 € |
| Tarif étudiant·e                         | 278 € | 328 € |

## Les + de cette formation

- ▶ Acquérir des outils et protocoles pour enrichir ses bases en thérapie des schémas.
- ▶ S'occuper efficacement des patients difficiles (protecteurs détachés, profils narcissiques).
- ▶ Formation alignée sur le modèle contextuel de Roediger — intégration ACT/flexibilité psychologique.

## Accessibilité — Situations 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. Contact : [contactez-nous@cefti.fr](mailto:contactez-nous@cefti.fr)

## Évaluation, suivi et bilan

- ▶ Évaluation préalable 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.

Pour les CPF, un rapport sera demandé pour soutenir l'oral de certification. Un support a été construit à cet effet (à télécharger sur le site page accueil).

## Sanctions

- ▶ Attestation de présence et attestation de réalisation.
- ▶ Pour les CPF : parchemin de certification RS 6953 — « Traiter les troubles de la personnalité et les PTSD complexes avec la thérapie des schémas ». Certificateur : Béatrice PEREZ DANDIEU.

Important : la certification au RS 6953 sera obtenue avec les 6 jours + 2 h de supervision + la préparation et certification, soit 46h minimum.

## Équivalences & passerelles — Pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec les formations :

- ▶ Thérapie ACT, Accompagner les transitions professionnelles
- ▶ Thérapie des schémas et addictions, couples, enfants, adolescents et famille

## Références bibliographiques

- ▶ Roediger E. & Valente M. — Schematherapie: Kontextuell, prozessbasiert, interpersonal
- ▶ Young J., Klosko J. & Weishaar M. — Schema Therapy: A Practitioner's Guide
- ▶ Ward T. et al. (2007) — The Good Lives Model and Rehabilitation of Offenders
- ▶ Chaîne YouTube : Schematherapievideos Roediger Valente — [www.schematherapie-frankfurt.de](http://www.schematherapie-frankfurt.de)

## Contact — Réponse sous 72 heures

|                       |                                                                                                     |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Responsable formation | Béatrice Perez-Dandieu   <a href="mailto:beatrice.dandieu@gmail.com">beatrice.dandieu@gmail.com</a> |
| Service administratif | <a href="mailto:contactez-nous@cefti.fr">contactez-nous@cefti.fr</a>                                |
| Site internet         | <a href="http://www.cefti.fr">www.cefti.fr</a>                                                      |