Béatrice Perez Dandieu – CEFTI AD-Ré – 0685026933 | Beatrice.dandieu@gmail.com
SIRET : 415 118 041 00045 | RPPS : 10009597898 | APE : 8559A (non assujetti à la TVA) | Organisme de formation N° 72330442333 — Préfecture Nouvelle Aquitaine. Ce n° ne vaut pas agrément de l'état.

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 7 — Référence octobre 2026

2 jours	10 à 22	14h
7h de formation chacun	participants	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. www.cefti.fr (catalogue, thérapie des schémas)
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, cartographier le cercle vicieux relationnel et pratiquer les protocoles de chaises 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 · Des Critiques aux souvenirs du futur

Application sur un cas clinique réel · En binôme à tour de rôle · Protocole des chaises V2 (octobre 2026) STOP à la Voix Critique : la placer sur une chaise à côté, lui donner un nom, une posture, la laisser parler à la chaise vide de l'Enfant → L'Enfant et l'origine du besoin : effets dans le corps, émotions, besoins ; micro-imagerie si utile, sans retraiter le trauma → Debout, en Adulte Sain : dater la Critique, la mettre à distance, repérer qui la rejoue aujourd'hui et dans quel contexte → Ni hérisson, ni paillasson : équilibrer les deux jambes et dire ce que l'on veut à la chaise → Ligne du temps : les souvenirs du futur, de demain à cinq ans → Retour sur la chaise des Critiques : a-t-elle perdu de la force ?

14h00 – 17h30 **Après-midi — Modes de protection**

Bloc 6 · 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).
- Ce que je fais (comportement) → ce que l'autre fait ensuite (conséquence obtenue). La boucle commence ici.

Practicum 2 · Clash card : le cercle vicieux relationnel

Application sur un cas clinique réel · En binôme à tour de rôle · Cartographier la boucle émotions, modes et styles d'adaptation entre deux personnes Une scène précise : le dernier clash, pas la relation en général → Sa colonne d'abord : déclencheur, émotion, mode, style, comportement → La colonne de l'autre, depuis sa chaise : qu'a-t-il reçu, ressenti, protégé ? → Fermer la boucle : chaque comportement redevient le déclencheur de l'autre → Trouver la sortie : sous le style d'adaptation, le besoin de l'Enfant ; l'Adulte Sain le dit à l'autre.

Bloc 7 · 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 8 · 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-divulgation, se rapprocher physiquement.

- Protocole de confrontation empathique : prendre l'initiative aimablement → placer la chaise du « mauvais thérapeute », 4 à 5 phrases rouges → se déplacer en position soutien (bleu), tutoyer l'enfant → « Que ressentez-vous quand ce thérapeute vous parle ainsi ? » → float back.

Practicum 3 · Protocole des chaises Rouge / Bleu en individuel

Application sur un cas clinique réel · En binôme à tour de rôle · D'après Eckhard Roediger, adapté au travail individuel Mettre en scène : une situation récente où le patient s'est senti fortement activé ; l'autre sur la chaise vide ; debout, jambe rouge (attaquer, insister) ou jambe bleue (se retirer, se fermer) → Descendre vers le besoin : « De quoi aurais-tu eu besoin ? » ; protocole de séparation si le lien est vital → Changer de perspective : se mettre un instant à la place de l'autre, sans perdre ses propres besoins → Retrouver l'Adulte Sain : distinguer besoin, demande, limite ; formuler une demande adulte et réciproque, puis un petit pas pour la semaine.

FIN JOUR 1 — Débrief de la journée. 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 (protecteur détaché, narcissique), activer l'Adulte Sain et ouvrir sur 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 · 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 · Expérientiel · Humour sarcastique · Retiré corporellement.
- Exercice 0 · Peser le pour et le contre : avantages perçus vs inconvénients réels (Adulte Sain).

Bloc 10 · 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 ».

Bloc 11 · Extension & Substitution — Techniques d'activation expérientielle

- 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 · La Forteresse

30 mn / pers · Trinôme : thérapeute / patient / observateur · Cas clinique apporté ce matin · Rotation des rôles Identification (protecteur détaché actif ou passif) → Contournement (1 des 4 stratégies du Bloc 9 ; « Cela vous sert, mais imaginez que cela dure toute votre vie ? ») → Débrief observateur : quel style, quelle position thérapeutique, qu'est-ce qui a ouvert une porte entre patient et thérapeute ?

Practicum 5 · Protecteur → Enfant → Imagerie & Réécriture

Suite du Practicum 4 ou nouveau cas · 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.

13h30 – 17h **Après-midi — Adulte Sain & Action engagée**

Bloc 12 · 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 13 · 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 6 · Révision du protocole des chaises — l'Enfant vulnérable derrière

Application sur un cas clinique réel · En binôme à tour de rôle La chaise à côté : le patient choisit ce qui prend la place (Voix Critique, mode protecteur, personne, contexte), lui donne un nom, une posture, une voix et la laisse parler → L'Enfant vulnérable, derrière : une chaise placée derrière ; corps, émotions,

besoin ; ce qui est devant répond-il à ce besoin ? → Reparentage limité du thérapeute : il s'adresse à l'Enfant à sa hauteur, valide l'émotion, pose si besoin une limite à ce qui est devant, puis passe le relais à l'Adulte Sain du patient.

Practicum 7 · 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 www.cefti.fr — 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. www.cefti.fr
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

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 ·

Contact — Réponse sous 72 heures

Responsable formation	Béatrice Perez-Dandieu | beatrice.dandieu@gmail.com
Service administratif	contactez-nous@cefti.fr
Site internet	www.cefti.fr