

Programme de formation

Pratique de la thérapie des schémas, couple et Systémie : la co-construction de la relation

(Aligné sur le modèle de Eckhard Roediger)

Version 5 - Référence septembre 2025

Public cible :

Psychologues, Thérapeutes, Psychiatres, Infirmiers., Travailleurs médico-sociaux professionnels de santé mentale formés aux bases de la thérapie des schémas.

Nature :

Intra-entreprise, inter, particulier

Format :

2 jours avec 7h de formation chacun

Nombre de participants :

20 personnes maximum

Prérequis :

Toute personne ayant suivi la formation "Pratique de la Thérapie des schémas" de 4 jours. Bases en thérapie des schémas (concepts de schémas, modes, techniques expérientielles).

Objectif pédagogique :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

1. **Conceptualiser** les dynamiques de couple selon le modèle de la schéma-thérapie (schémas précoces inadaptés, coping modes, continuum d'activation).
2. **Repérer** les cycles récurrents d'activation des modes dans les interactions de couple.
3. **Utiliser** la **Mode Cycle Clashcard (MCC)** pour rendre visibles et arrêter les cycles dysfonctionnels en séance. *Copyright Eckhart Roediger*

La **MCC** est un outil visuel et interactif qui permet de :

Identifier rapidement les cycles relationnels dysfonctionnels d'un couple.

Rendre visibles les coping modes et les modes enfant activés dans les interactions.

Stopper un cycle en séance pour le transformer en une opportunité thérapeutique.

4. **Conduire** un travail d'imagerie commune afin de relier mémoire émotionnelle et cognitive.
5. **Mettre en œuvre** la technique des chaises dans un contexte de couple pour donner voix aux modes et renforcer l'Adulte sain.

6. **Appliquer** des protocoles expérientiels favorisant un dialogue constructif et une flexibilité relationnelle.
7. **Intégrer** les acquis dans leur pratique clinique (individuelle ou dyadique) en tenant compte des spécificités de chaque système relationnel.

Objectif de développement des compétences :

C1 – Structurer un entretien d'évaluation de la santé mentale du patient : définir les outils et approches pertinentes pour analyser la demande du patient.

C2 – Mener un entretien d'évaluation : recueillir la demande et l'explorer avec soin pour sélectionner les éléments pertinents, enjeux et problématiques, nécessaires à l'élaboration d'un plan d'action.

C3 – Obtenir l'engagement du patient dans un processus thérapeutique : présenter les schémas et les modes, expliquer les actions possibles et prescription de tâches.

C4 – Interpréter les structures de personnalités en schémathérapie : lire, comprendre et analyser les résultats, en lien avec l'histoire de vie du patient.

C5 – Identifier les enjeux thérapeutiques en fonction de la symptomatologie et de la demande du patient.

C6 – Faire des choix de protocoles, techniques et outils pertinents pour travailler les structures de personnalité.

Nouvelles compétences transversales (décret 6 juin 2025)

C7 – Intégrer la santé mentale et la sécurité émotionnelle dans la pratique thérapeutique : Prévenir l'épuisement professionnel et la fatigue empathique, maintenir un cadre thérapeutique sécurisé, pour le patient et pour soi-même.

C8 – Intégrer les principes d'inclusion, d'accessibilité et de responsabilité environnementale : Adapter les dispositifs de formation et les protocoles aux situations de handicap ou de vulnérabilité, réduire l'empreinte écologique, utiliser les outils numériques de façon éthique et sécurisée.

Savoirs

- Connaissance des schémas précoces inadaptés et de leur impact dans les relations de couple.
- Compréhension du rôle des coping modes et des cycles de modes (Roediger).
- Connaissance des outils spécifiques à la schéma-thérapie de couple (MCC, imagerie commune, chaises).

Savoir-faire

- Identifier et cartographier un cycle relationnel dysfonctionnel.
- Utiliser la MCC pour désamorcer les cycles en séance.

- Conduire un exercice d'imagerie commune et un travail de chaises adapté à un couple.
- Guider un couple vers le renforcement du mode Adulte sain et l'apprentissage de nouvelles interactions.

Savoir-être

- Adopter une posture de neutralité et de co-construction dans la relation thérapeutique.
- Favoriser la sécurité émotionnelle et la reconnaissance des besoins de chaque partenaire.
- Développer des attitudes d'écoute active, d'empathie et de régulation face aux émotions intenses.

Savoir mener un entretien thérapeutique en utilisant la thérapie des schémas auprès de dyade (couple, collègues, familles...) en présence des deux personnes ou avec la personne seule afin de l'aider à comprendre le processus de la co construction de la relation.

Contenus principaux :

JOUR 1 : Fondations et repérage des cycles

9h30 – 11h

- Accueil, objectifs et présentation.
- Introduction au couple en schéma-thérapie.
- Notion centrale : le **cercle de modes** dans la dynamique de couple.
- Importance du **mode Adulte sain** pour stabiliser la relation.

11h10 – 12h30

- Identification des schémas fréquents dans le couple.
- Styles de coping (soumission, évitement, surcompensation) et activation réciproque des schémas.
- Introduction au **concept de Mode Cycle** : quand les coping modes et les modes enfants se déclenchent mutuellement.
- Discussion clinique sur des exemples de cycles récurrents.
- Récap sur la matrice.

13h30 – 15h00

- Présentation et usage du Mode Cycle Clashcard (MCC) de Roediger.
- Comment stopper un cycle en séance et le rendre visible. Travail d'imagerie commune (bases) pour activer mémoire émotionnelle et cognitive.
- Vidéos cliniques illustratives.

15h15 – 17H

- Pratique en sous-groupes : identification d'un mode cycle avec la MCC.
- Jeux de rôle pour repérer coping modes, émotions d'enfant et adulte sain.
- Retour d'expérience et discussion.

17h00- 17H 30

- Synthèse et préparation pour le jour 2.

Jour 2 – Interventions expérientielles et consolidation

9h00 – 10h30

- Approfondissement du **travail d'imagerie commune**.
- Comment projeter et renforcer l'Adulte sain dans le couple.
- Analyse de vignettes cliniques.

10h45 – 12h30

- Interventions pour **désamorcer les cycles négatifs**.
- Développer des alternatives constructives : flexibilité et coopération entre adultes sains.
- Triptyque (sécurité, coopération et émulation)
- Exercices en binômes : reformulation et restructuration des dialogues.

13h30 – 15h00 Introduction au **travail des chaises** dans le contexte du couple.

- Quand et comment utiliser la technique : donner voix aux différents modes en présence.
- Démonstration et exemples.

15h15 – 16h45

Jeux de rôle intégratifs :

- Identifier un cycle,
 - Utiliser la MCC,
 - Engager une imagerie commune,
 - Travailler avec les chaises pour renforcer l'Adulte sain.
- Discussion clinique sur les compétences développées.

16h45 – 17h00

- Conclusion, évaluation des acquis,

Recommandations bibliographiques (Roediger, Frank-Noyon & Reusch, 2021. Paare bewegen).

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques et illustrations cliniques.
- Vidéos d'exemples (cas cliniques réels ou simulés).
- Exercices pratiques en sous-groupes (jeux de rôle, utilisation de la MCC).
- Practicums expérientiels (imagerie commune, chaises).
- Retours collectifs et supervision en groupe.

Moyens pédagogiques :

Salle équipée, vidéo projecteur, paperboard.

Support participant remis :

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

Modalités :

Inscription immédiate sur le site 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.

Lieu : Bègles 21 rue Carnot (tram c) ou autres villes

Horaires : 9h30 à 17h30 Jour 1 et 9h à 17h jour 2 soit 14h de formation.

Animation :

Béatrice PEREZ DANDIEU : en cours de certification ISST Francfort

Psychologue clinicienne, Psychothérapeute accréditée par l'ARS

Praticienne EMDR Europe, thérapeute familial, certifiée avancé ISST à la thérapie des schémas, aux IOS (Interventions Orientées Solutions).

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...

Tarif TTC (non soumis à la TVA) :

2025 /26:

- **420 euros**, financement individuel / FIFPL / AGEFICE
- **490 euros**, financement employeur
- **278 euros** tarif étudiant-e

Les + de cette formation :

- Formation 100 % alignée sur le modèle **Couples ST – Roediger**.
- Alternance théorie / expérimentiel / outils pratiques.
- Approche intégrative centrée sur le **Mode Cycle** et l'activation de l'Adulte sain.

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)

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

Sanction visée:

- Attestation de présence et certificat de réalisation

Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Thérapie des schémas, enfants et adolescents
- Perfectionnement à Thérapie des schémas
- Contextuelle

Le CEFTI propose un parcours certifiant RS 6953 lié la certification « Traiter les troubles de la personnalité et les PTSD complexes avec la thérapie des schémas ».

Le certificateur est Béatrice PEREZ DANDIEU .

Cette certification se compose d'une formation de 4 jours en "Pratique de la thérapie des schémas" complétée d'une spécialisation de votre choix sur 2 jours d'approche modale. Deux fois 2 heures de supervision en petit groupe sera également préconisées.

Contact sous 72 heures

- Responsable formation : Béatrice PEREZ DANDIEU 0685026933
beatrice.dandieu@gmail.com
- Service administratif : Contactez-nous@cefti.fr
- - Site internet : www.cefti.fr