

Parcours d'accompagnement en thérapie des schémas

1. Accueil de la demande du patient

- Quoi ? : Définition du ou des motifs de consultation.
- Quel est le problème perçu ? : Exploration des ressentis, émotions, souffrances actuelles.
- Quelles stratégies ont déjà été mises en place ? : Copings, traitements antérieurs...
- Quel est l'objectif du patient ? : Attentes, besoins, espoirs de changement.

2. Introduction à la thérapie des schémas

- Thérapie des schémas : origine, objectifs, concepts clés.
- Autres outils pouvant être mobilisés selon les besoins : IOS, ACT, Hypnose, EMDR, ICV, etc.

3. Recueil de l'histoire personnelle et contextuelle

- Génomogramme, Ligne de vie, Climat familial
- Facteurs de résilience et ressources → Envoi de questionnaires psychométriques (YSQ, SMI, etc.)

4. Restitution des résultats + psychoéducation

- Analyse partagée des tests
- Psychoéducation sur : schémas primaires, schémas secondaires, modes de fonctionnement (enfant, parent, adulte sain)

5. Définition des objectifs thérapeutiques

- Co-construction des objectifs entre thérapeute et patient
- Clarification des axes prioritaires de travail, établissement d'un contrat d'alliance thérapeutique

6. Mise en œuvre des protocoles de la thérapie des schémas

Choix du protocole en fonction des capacités émotionnelles et des besoins du patient :

Protocole de reparentage : accès émotionnel suffisant.

Protocole de l'arbre : distance émotionnelle ou mode dominant ou en fin de thérapie pour trouver une solution à une problématique, à un choix à faire

Protocole des chaises : changer de chaise à chaque mode afin de favoriser la différenciation émotionnelle et le dialogue interne guidé par l'adulte sain.

Protocoles des voix critiques : médiation par l'adulte sain entre voix critiques et enfant vulnérable, les loyautés qui me libèrent...

Protocole de la belle vie : recommencer avec un adulte sécurisant dès la naissance

Protocoles pour renforcer l'adulte sain : SPI adaptatifs, les deux chaises, changer les styles d'adaptation en ressources,

Protocole de la forteresse pour le protecteur détaché

Protocole pour intégrer un trauma ciblé : Permettre au patient de **revivre, réparer et intégrer l'expérience**, en mobilisant l'adulte sain et en reparentant l'enfant vulnérable...

