

Programme de formation : Thérapie des schémas contextuelle et intégrative

Cette formation est dans le parcours certifiant RS 6953 de la certification « Traiter les troubles de la personnalité et les PTSD complexes avec la thérapie des schémas ».

Le certificateur est Béatrice PEREZ DANDIEU

A condition d'avoir suivi la formation perfectionnement.

Version 4 - Référence septembre 2025

Public cible :

Psychologues, thérapeutes, psychiatres, médecins, infirmiers,

Prérequis :

Avoir suivi les 4 jours de bases (niveau 1) , le perfectionnement (Niveau 2) + 2 heures de supervision

Nature :

Intra-entreprise, inter, particulier

Format :

2 jours de 7h chacun

Nombre de participants :

De 10 personnes minimum à 20 personnes maximum

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 :

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.

Contenus principaux :

Thérapie des Schémas – Approche Contextuelle et Intégrative (inspirée de Young, Klosko & Weishaar, 2003 ; Young, 2008 ; Roediger, 2023 ; Hayes, Strosahl & Wilson, 2012)

Jour 1 – Revoir les fondations et approfondir le travail expérientiel

Objectif : Revisiter les bases théoriques et méthodologiques, puis pratiquer la conceptualisation de cas et les techniques expérientielles conduisant au reparentage.

Matinée (9h30 – 12h30)

1. Accueil et cadrage

- Présentation du cadre de la thérapie des schémas selon Young (2008) et Roediger (2023).
- Focus sur l'approche contextuelle : intégration des concepts de l'ACT (3e vague) – défusion, acceptation, pleine conscience, valeurs, action engagée.
- Lien entre conceptualisation, relation thérapeutique et techniques expérientielles.

2. Révision des fondamentaux – Conceptualisation de cas

- Rappel des outils : identification des schémas et modes, génogramme, calendrier de vie.
- Compréhension de la fonction adaptative initiale des schémas et de leur maintien.

3. Practicum 1 : Conceptualisation de cas

- Travail en binômes : élaboration d'une conceptualisation à partir d'un cas réel (apporté par les participants ou fourni).
- Identification des schémas, modes et liens avec l'histoire de vie.
- Restitution rapide et discussion collective.

Après-midi (14h – 17h30)

4. Protocole des chaises – révision et approfondissement

- Indications, contre-indications et posture thérapeutique.
- Comment passer d'un travail sur la voix critique ou d'autres modes au reparentage.

- Introduction à la réécriture émotionnelle en imagerie.

5. Practicum 2 : Du protocole des chaises au reparentage

- Simulation : un thérapeute, un patient.
- Scénario : confrontation empathique avec la voix critique → transition vers imagerie réparatrice dans le passé.
- Debrief collectif : points d'appui, difficultés, ajustements.

Jour 2 – Flexibiliser les modes et planifier l'action thérapeutique

Objectif : Développer la flexibilité psychologique, travailler sur l'activation de l'Adulte Sain et utiliser le protocole de l'arbre pour créer un lien réparateur et orienté vers le futur.

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

Matinée (9h – 12h30)

1. Flexibilisation des modes

- Compréhension et stratégies spécifiques :
 - Soumis : de la « jambe bleue » à la « jambe rouge » (activer l'affirmation de soi).
 - Protecteur détaché : ouvrir une brèche dans « la forteresse ».
 - Compensateur : identifier les besoins non satisfaits sous-jacents.
- Posture du thérapeute : confrontation empathique et ouverture émotionnelle.

2. Practicum 3 : Entraînement sur les modes de coping

- Groupes de 3 : un thérapeute, un patient, un observateur.
- Le patient adopte un mode (soumis, protecteur détaché, compensateur).
- Le thérapeute applique un protocole adapté (confrontation empathique, défusion, activation émotionnelle).
- L'observateur note les stratégies utilisées, les moments clés de bascule et les difficultés rencontrées.

3. Debrief collectif

- Ressentis et retours croisés (patient, thérapeute, observateur).
- Analyse des moments où la flexibilité psychologique a augmenté.
- Ajustements possibles.

Après-midi (13h45 – 17h)

Renforcer l'Adulte Sain et intégrer le protocole de l'arbre vers un futur aligné aux valeurs

1. Renforcement de l'Adulte Sain

- Rappel théorique : rôle central de l'Adulte Sain dans la régulation émotionnelle et la réparation des besoins.

- Techniques d'activation et d'ancrage : imagerie, dialogues internes, gestes-ressources, ancrages corporels.
- 2. **Practicum 4 : Exercices sur l'Adulte Sain**
 - En binômes : guidage d'une imagerie positive pour activer l'Adulte Sain.
 - Intégration des valeurs personnelles pour renforcer la motivation au changement.
 - Debrief sur la posture thérapeutique et les résistances rencontrées.
- 3. **Protocole de l'Arbre – version intégrative**
 - Objectifs : relier l'Adulte Sain à l'Enfant Vulnérable, consolider le lien, puis ouvrir sur l'Enfant Heureux.
 - Mise en binômes :
 1. Dialogue Adulte Sain <-> Enfant Vulnérable pour apaiser et sécuriser.
 2. Transition vers l'Enfant Heureux, connexion à la joie et au jeu.
 3. Projection dans un futur aligné aux valeurs.
- 4. **Debrief collectif et intégration**
 - Partage des ressentis vécus dans chaque rôle.
 - Ajustements possibles selon le mode initial.
 - Points de vigilance pour transposer en séance réelle.

Conclusion et synthèse (16h30 – 17h)

- Points clés à retenir.
- Intégration de l'approche contextuelle dans la pratique quotidienne.
- Réponses aux questions et partage d'expériences.

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 pages, les mémos, les practicums (exercices à faire à deux ou trois).

Modalités :

Inscription immédiate sur le site www.cefti.fr, 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 et autres lieux selon session, voir notre site www.cefti.fr

Horaires :

9h30 à 17h30 jour 1 (7 H de formation) et 9h à 17 h le jour 2 .

Intervenante :

Béatrice PEREZ DANDIEU,

Psychologue clinicienne, Systémie, IOS- Praticienne EMDR

Advanced Level Certified Individual Schema Therapy International Society of Schema Therapy(ISST)

Responsable du CEFTI .

Tarif TTC (non soumis à la TVA) :

420 euros, financement individuel / FIFPL / AGEFICE

490 euros, financement employeur

278 euros tarif étudiant-e

Les + de cette formation :

Acquérir des outils et protocoles pour enrichir ses bases en thérapie des schémas

S'occuper des patients difficiles.

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
- **Pour les CPF, un rapport sera demandé puis appuyer l'oral de certification, un support a été construit pour cela (à télécharger sur le site page accueil)**
- **Sanctions :**

Attestation de présence et attestation de réalisation.

Pour les CPF, parchemin de certification du parcours certifiant RS 6182 de la certification « Traiter les troubles de la personnalité et les PTSD complexes avec la thérapie des schémas ».

Le certificateur est Béatrice PEREZ DANDIEU.

Important : la certification sera obtenue avec les 6 jours +4 h de supervision+ la préparation et certification soit 48 h.

Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Thérapie ACT
- Accompagner les transitions professionnelles
- Thérapie des schémas et addictions

Contact sous 72 heures

Responsable formation : Béatrice Perez-Dandieu : 0685026933 - beatrice.dandieu@gmail.com

Service administratif : cefti.admi@gmail.com - Site internet : www.cefti.fr

