Programme de Formation

Initiation aux TCC de la troisième vague

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, médico-social et éducatif

Objectifs pédagogiques

Identifier les fondements théoriques et pratique des TCC.

Intégrer les fondements théoriques de la 3ème vague.

S'initier aux thérapies de la troisième vague et expérimenter certaines stratégies.

Description

Les TCC de la troisième vague sont constituées de plusieurs psychothérapies. Celles-ci amènent des notions différentes et à la fois complémentaires aux deux premières vagues. Certains outils qui les constituent offrent un ensemble de stratégies thérapeutiques efficaces et peuvent être un apport clinique non négligeable pour les équipes soignantes, fortement sollicité dans l'exercice de leur fonction.

Rappels des fondements théoriques des TCC :

- Les lois du conditionnement.
- Le modèle du traitement de l'information.
- La dimension émotionnelle

Rappels des principes cliniques des TCC :

- Bilans et évaluation.
- La démarche diagnostique.
- L'alliance thérapeutique et l'approche motivationnelle.
- L'analyse fonctionnelle/conceptualisation de cas
- Les outils thérapeutiques.

La troisième vague des TCC :

- Historique et présentation.
- Principes théoriques fondamentaux (l'évitement expérientiel et l'acceptation, l'approche émotionnelle).
- Différences avec la deuxième vague (restructuration cognitive versus défusion cognitive).

La thérapie dialectique comportementale :

- Principes théoriques (l'approche dialectique, dysrégulation émotionnelle).
- Outils (pratiques méditatives, efficacité personnelle).
- Études de cas.

MBCT :

- Principes théoriques (théorie cognitive de la dépression et des troubles de l'humeur).
- Outils (analyse fonctionnelle, pratiques méditatives).
- Études de cas.

La thérapie d'acceptation et d'engagement :

- Principes théoriques (le modèle de la flexibilité psychologique et l'hexaflexe).
- Outils thérapeutiques (l'usage des métaphores et outils expérientiels).
- Études de cas.

La thérapie des schémas :

- Principes théoriques (attachement, schémas dysfonctionnels de la personnalité, stratégies comportementales.
- Initiation/sensibilisation aux outils thérapeutiques (reparentage partiel, imagerie mentale).
- Études de cas.

Prérequis

Il est conseillé mais pas obligatoire, de connaître les TCC.

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences

Moyens et supports pédagogiques

Nos supports pédagogiques reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel)