Programme de Formation

Introduction aux thérapies brèves en santé mentale

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel de santé exerçant en psychiatrie

Objectifs pédagogiques

Définir le concept de thérapie brève

Situer les thérapies brèves dans les courants thérapeutiques actuelles : les grands principes fondateurs.

Différencier les techniques issues de la systémie, TCC 3e vague, hypnose et EMDR, techniques psychocorporelles.

Expérimenter chaque technique et préciser les indications et contre-indications.

Déterminer des projets de formation pour approfondir une technique particulièrement adaptée à la pratique professionnelle dans un contexte et auprès d'un public spécifique.

Description

Définition du concept de thérapie brève et les différents cadres de références théoriques ; l'historique et les concepts-clé

Thérapie systémique brève et thérapie brève orientée vers la solution.

Techniques inspirées par les TCC 3e vague :

- ACT intégration de la dimension émotionnelle dans la thérapie d'acceptation et d'engagement.
- EFT.

Hypnose et EMDR.

Techniques psycho-corporelles :

- Cohérence cardiaque.
- Méditation pleine conscience.
- Exercices inspirés par la sophrologie : relaxation dynamique, visualisation.

Prérequis

Aucun

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)