

### Compétences visées

*Utiliser des techniques relationnelles et communicationnelles centrées sur l'intervention brève en psychiatrie.*

### Objectifs et contenus

#### Définir le concept de thérapies brèves

- Les différents courants et approches psychothérapeutiques : systémie, humanisme, cognitivo-comportementalisme, psychocorporalité.
- La directivité et la semi-directivité.
- La place de la réhabilitation psychosociale et de l'éducation thérapeutique en psychiatrie.
- Les ressorts théoriques des thérapies brèves : brièveté des interventions, centration sur « l'ici et maintenant », circularité des relations, approche et résolution du problème, stratégies de  *coping* , changement et expérimentation de solutions, approche émotionnelle.
- Les attitudes soignantes : positivité, effet Pygmalion, renforcement positif, reconnaissance des capacités.
- Les troubles psychopathologiques : indications, contre-indications.

#### Découvrir et appréhender des techniques de soin dans le champ des thérapies brèves

- L'accompagnement individuel et/ou groupal : approche «  *step by step*  » et expérimentation des solutions.
- Les techniques d'animation groupales au regard des cadres de référence.
- Le cadre des Thérapies Cognitivo-Comportementalistes :
  - l'affirmation de soi ou assertivité,
  - les techniques d'exposition, d'immersion et de désensibilisation,
  - la méthode de résolution de problèmes,
  - la thérapie cognitive de Beck,
  - l'analyse fonctionnelle,
  - la mise en place de l'alliance de travail.
  - la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) : thérapie TCC 3ème vague.
- L'apport des thérapies humanistes et systémiques :
  - la Thérapie Brève Orientée vers la Solution, TBOS (De Shazer),
  - l'approche centrée sur la personne (Rogers),
  - l'approche motivationnelle (Rollnick, Miller).
- Le cadre de la psychocorporalité :
  - les techniques de respiration : centration sur soi, concentration, retour au calme,
  - la cohérence cardiaque, l'EFT,
  - les techniques de visualisation,
  - le stretching.

#### Expérimenter les outils et les techniques présentés

- Les mises en situation professionnelles et débriefing.
- L'exploitation de vidéo et analyse critique.
- L'élaboration d'une fiche-projet d'activité groupale.
- Les outils d'évaluation et l'impact sur les pratiques professionnelles.

## Méthodes

- Apports conceptuels.
- Expérimentation d'outils.
- Mises en situation.

## Personnes concernées

Tout professionnel de santé.

## Valeur ajoutée

Cette formation permet d'appréhender et d'expérimenter des outils mobilisables quotidiennement, dans le cadre interventionnel des thérapies brèves. Elle s'appuie plus particulièrement sur les références théoriques suivantes : systémie, humanisme, cognitivo-comportementalisme. Elle s'adresse à des professionnels aspirant à diversifier leurs modalités de soins et d'accompagnement de personnes souffrant de troubles psychiques. Elle est une porte ouverte à un approfondissement futur de techniques relationnelles (Thérapie Orientée Solution, Thérapies Cognitivo-Comportementalistes, Approche Centrée sur la Personne, Activités physiques et psychocorporelles...).

## Pré-requis

Aucun

## Formation Inter & Intra

### Lyon - Novembre 2024

>> Du 25-11-2024 au 27-11-2024

#### Intervenant :

PADOVAN Christine

- Doctorat en psychologie cognitive
- DU Thérapie Cognitivo-Comportementale
- Master 2 pro de Psychologie orientation Neuropsychologie
- Psychothérapeute
- Chercheuse

#### Prix

Tarif Inter **1150 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**

### Lyon - Novembre 2025

>> Du 19-11-2025 au 21-11-2025

#### Intervenant :

PADOVAN Christine

- Doctorat en psychologie cognitive
- DU Thérapie Cognitivo-Comportementale
- Master 2 pro de Psychologie orientation Neuropsychologie
- Psychothérapeute
- Chercheuse

#### Prix

Tarif Inter **1150 €** Net de taxe

Tarif Intra **Nous Contacter**

Mise à jour le : **28/05/2024**