



## PROGRAMME DE FORMATION

# PRATICIEN EN THERAPIES COGNITIVO-COMPORTEMENTALES

**DUREE** : 6 jours (42heures)

**DELAIS** : clôture 48h avant le début de la formation

**SANCTION** : de capacité professionnelle

**FORMAT** : à distance (ZOOM)

**PRIX** : 1800,00 €  
Prix net exo de tva

**EVALUATION** : Etude de cas orale

### DESCRIPTION DE LA FORMATION

CAP AU 180, école de formation en thérapies brèves intégratives, forme des professionnels de la relation d'aide depuis plus de 10 ans.

Nous vous proposons un parcours progressif, adapté à vos besoins et à vos attentes avec pour objectif de vous doter des compétences nécessaires pour apprendre les théories et les principes fondamentaux de la Thérapie Cognitivo-Comportementale.

### OBJECTIFS

Permettre à des professionnels de la relation d'aide :

- Connaître et maîtriser les fondements théoriques et concepts, méthodologies champs d'application et techniques nécessaires à la pratique des TCC
- S'initier à la pratique des TCC

### PUBLIC VISE (PREREQUIS)

La formation de Praticien en EMDR s'adresse à tous les professionnels des métiers de la relation d'aide, qu'ils soient professionnels de santé ou thérapeutes :

- Médecin, Sage-femme, IDE, Kinésithérapeute...
- Psychologue, psychothérapeutes, psychanalyste...
- Sophrologue, hypnothérapeutes, psychopraticien, praticien en relation d'aide, thérapeute, coach...

### HORAIRES DE FORMATION

09H00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30

### CONTENU DE LA FORMATION

- **Historique, évolution des concepts et principes des thérapies comportementales, cognitives et émotionnelles**
- **Les différentes étapes de la thérapie**
- **L'entretien motivationnel**
- **Les techniques comportementales**
  - L'exposition



- Activation comportementale
- Relaxation
- Affirmation de soi
- **La restructuration cognitive**
  - Les 4 étapes
  - Hypothèses, alternatives et solutions
  - Travail entre les séances
- **Les techniques émotionnelles**
  - Les émotions
  - Analyse et réévaluation
  - Le modèle PLEASE
  - intervention en Psychologie positive
  - La gestion du stress
- **La thérapie des schémas**
  - Aspect théorique
  - Identifications de schémas
  - Questionnaires et inventaires
  - Dimension diagnostique des schémas de Young
- **Fiches patients**
  - 51 fiches patients de prise en charge
- **Mises en situations et ateliers pratiques pour l'utilisation des fiches patients**

#### MODALITES PEDAGOGIQUES

Des phases d'analyse de pratiques professionnelles suivent les mises en situation : Etudes de cas cliniques, avec un temps d'échange entre les participants. Ce temps est dédié aux retours d'expérience, à l'analyse des processus, des modes de défaillance et leurs effets. Il permet une évaluation de l'appropriation du modèle du psychotraumatisme

#### LES OUTILS PEDAGOGIQUES

Plateforme à distance (zoom), vidéo, PowerPoint, manuel, clé USB, démonstration, étude de cas, observation, fiches techniques, Synthèse évaluative, validation des acquis de formation, attestation de formation, certificat de formation.

#### PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour une identification des besoins et pour convenir ensemble des modalités de votre formation, merci de contacter le référent personnes handicapées : Patrick GOUPY 0689191172