

Thérapie des schémas

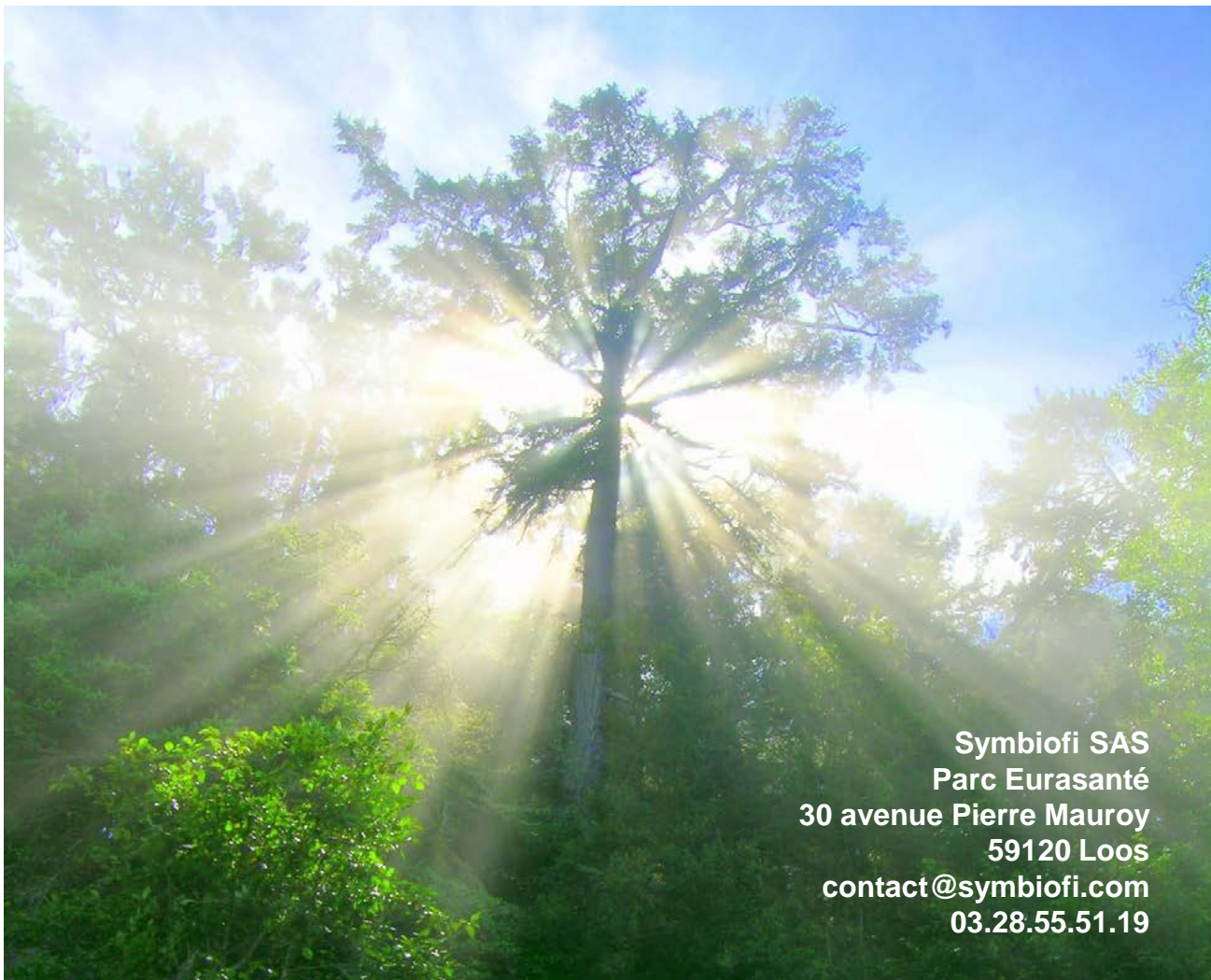
Modèle et techniques d'intervention

SYMBIOCAMPLUS
Formations en psycho-santé



Formation de 3 jours

Programme complet



Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19

Thérapie des schémas

3 jours

Modèle et techniques d'interventions

Dr Bernard Pascal

PRESENTATION

La Thérapie des Schémas, de Jeffrey E. Young est un modèle intégratif issu, initialement, de la thérapie cognitive et comportementale et destiné à la prise en charge des troubles de la personnalité.

Son apport majeur a été l'identification des Schémas Précoces Inadaptés (SPI), des stratégies d'adaptation, et de les intégrer dans un concept plus large, celui de Mode. Les Modes sont des états du moi qui contiennent les Schémas et les Stratégies et qui rendent compte des changements d'états émotionnels et comportementaux rencontrés dans nombre de troubles de la personnalité, dont le trouble borderline.

Cette approche intègre des approches telles que la thérapie cognitivo-comportementale, la Gestalt-thérapie, la théorie de l'attachement, la méditation de pleine conscience, ainsi que certaines notions issues de la psychanalyse telles que les mécanismes de défense et les processus transférentiels. Son caractère intégratif permet d'intégrer d'autres outils tels que l'EMDR, le Brainspotting ou la thérapie sensori-motrice.

Cette approche considère que la personnalité se crée dans l'enfance sur un noyau émotionnel lié aux besoins affectifs fondamentaux, dont le principal est celui de l'attachement. En fonction des expériences précoces de la vie du sujet, vont se mettre en place des représentations inconscientes concernant les relations de l'enfant avec son environnement au travers des personnes qui s'occupent de lui: les Schémas. Ceux-ci vont être généralisés à l'ensemble des relations interhumaines au cours de la vie future de la personne. Ainsi l'adolescent, puis l'adulte, verra le monde qui l'entourne au travers du filtre de ses Schémas, même si son environnement a changé et n'est plus celui qu'il a connu dans son enfance au sein de sa famille.

Les Schémas vont continuer à s'enrichir et se complexifier tout au long des expériences de la vie, créant une vision de soi-même et du monde imprécise et erronée, mais malheureusement stable dans le temps.

Ces schémas vont ainsi être responsables de la mise en place, dès l'enfance, de stratégies d'adaptation dysfonctionnelles qui entraînent un style comportemental et relationnel particulier, spécifique à la personne.

La forme actuelle de cette thérapie utilise la notion de *modes*, états de la personnalité séparés les uns des autres par des processus dissociatifs, et qui contiennent les *schémas*.

Ainsi, le thérapeute aide le patient à identifier ses modes, à en comprendre les origines et à les mettre en relation avec ses problèmes. Il associe des techniques cognitives, émotionnelles, comportementales et interpersonnelles pour modifier les schémas et remplacer les stratégies dysfonctionnelles par des comportements plus sains.



Au cours de cette formation de 3 jours, vous découvrirez l'efficacité de la thérapie des schémas pour les personnes souffrant de troubles psychologiques chroniques très enracinés, considérés jusqu'alors comme difficiles à traiter, et pour celles souffrant de troubles de la personnalité,

Vous ferez l'expérience des différents outils de la thérapie des schémas :

§ Outils de conceptualisation des problèmes actuels du patient;

§ Outils expérientiels (imagerie de reparentage, travail de chaises, etc.) agissant au niveau émotionnel;

§ Outils cognitifs, permettant à la personne de comprendre ses difficultés;

§ Outils comportementaux permettant à la personne d'expérimenter une expansion de sa zone de confort dans la réalité ;

§ Relation thérapeutique (confrontation empathique, exploration des schémas et stratégies activés au cours de la relation thérapeutique, lien d'attachement sécurisé).

Nous vous montrerons également toute la qualité de la Thérapie des Schémas pour proposer un niveau de langage qui facilitera un échange entre vous et votre patient/client quant à la formulation des problèmes présentés, des objectifs de la thérapie et des moyens pour les atteindre.

Au travers des différentes étapes de la Thérapie des Schémas, nous vous initierons à aider vos patients/clients à identifier leurs Modes dysfonctionnels, à combler leurs besoins affectifs de base, en traitant les schémas inadaptés, les stratégies d'adaptation dysfonctionnelles.

PROGRAMME

Journée 1

Le modèle théorique : schémas, stratégies, modes

§ 7 systèmes émotionnels chez les vertébrés supérieurs.

§ De la TCC à la Thérapie des Schémas.

§ Les Schémas précoces - Généralités.

§ Biologie des Schémas.

§ Origine des Schémas : besoins affectifs fondamentaux, le tempérament émotionnel, les expériences précoces, schémas et stratégies, les différents schémas, la personnalité.

§ Maintien des Schémas. Distorsions, comportements et leurs conséquences, états dissociatifs.

§ Les Stratégies précoces - Soumission. Evitement (retrait, addictions). Compensation.



§ Les Modes - Développement du TP borderline. Les différents Modes (Modes Enfants, Modes Stratégiques, Modes Parents, Mode Adulte Sain). Vidéos.

Journée 2

Conceptualisation de cas et techniques d'intervention

§ Conceptualisation de cas – Analyse fonctionnelle, exploration des schémas (flèche descendante, technique d'imagerie, les questionnaires. Des Schémas aux Modes. Exercices et vidéos.

§ Déroulement de la thérapie.

§ Traitement du Mode Enfant vulnérable – Relation thérapeutique, techniques émotionnelles, cognitives et comportementales. Exercices et vidéos.

§ Traitement du Mode Protecteur Détaché – Relation thérapeutique, techniques émotionnelles, cognitives et comportementales. Exercices et vidéos.

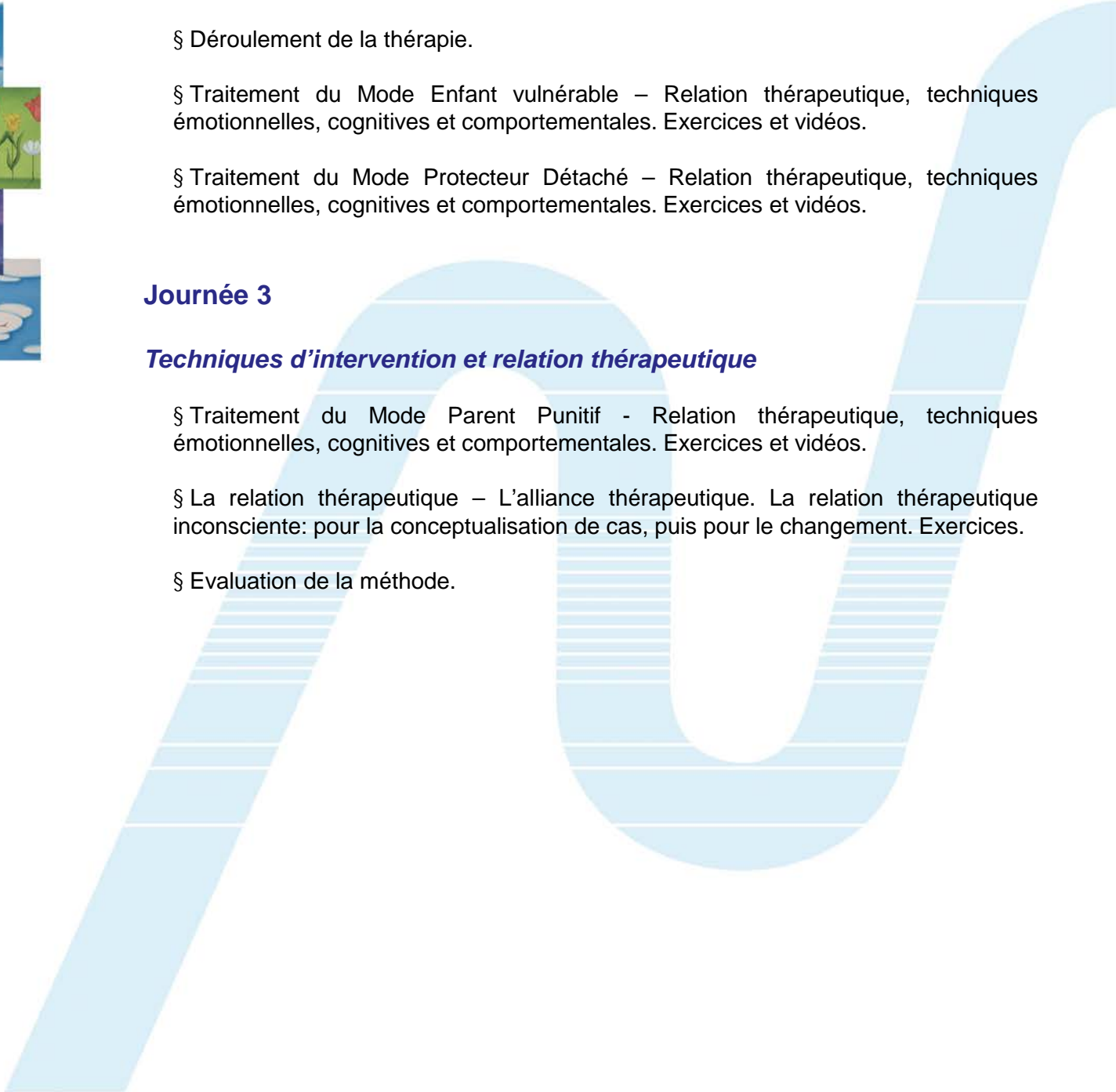
Journée 3

Techniques d'intervention et relation thérapeutique

§ Traitement du Mode Parent Punitif - Relation thérapeutique, techniques émotionnelles, cognitives et comportementales. Exercices et vidéos.

§ La relation thérapeutique – L'alliance thérapeutique. La relation thérapeutique inconsciente: pour la conceptualisation de cas, puis pour le changement. Exercices.

§ Evaluation de la méthode.



PRINCIPAUX OBJECTIFS

§ Comprendre dans quel contexte est apparue la thérapie des schémas ainsi que sa philosophie Intégrative

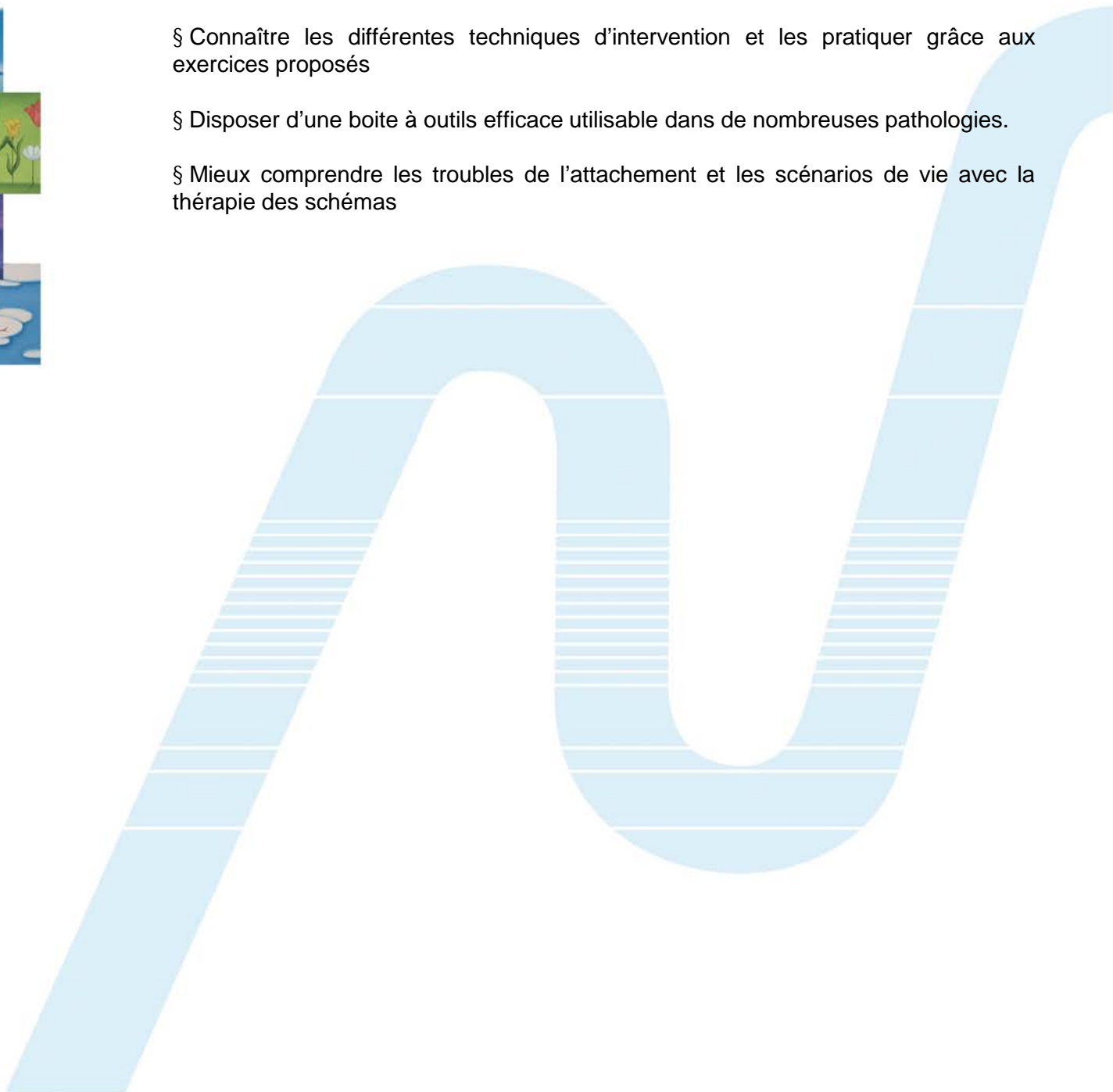
§ Présenter les fondements de la thérapie des schémas, particulièrement ses deux concepts fondamentaux : les schémas et les modes.

§ Savoir identifier les différents *Modes* en cause chez le patient et conceptualiser le cas.

§ Connaître les différentes techniques d'intervention et les pratiquer grâce aux exercices proposés

§ Disposer d'une boîte à outils efficace utilisable dans de nombreuses pathologies.

§ Mieux comprendre les troubles de l'attachement et les scénarios de vie avec la thérapie des schémas



Pour qui

La formation **Thérapie des schémas** : *modèle et techniques d'intervention* concerne tous les professionnels exerçant une activité professionnelle dans l'aide et l'accompagnement et souhaitent découvrir l'approche centrée sur les schémas pour à aider les patients/clients à combler leurs besoins de base, d'une façon adaptée en changeant et/ou en gérant les schémas inadaptés, les stratégies d'adaptation et les modes inadéquats.

Sont concernés :

SANTE

- § Professionnels des psychothérapies :
Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens.
- § Professionnels de santé :
Médecins, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sages-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.
- § Professionnels des thérapies complémentaires et médecines douces :
Sophrologues, hypnothérapeutes, relaxologues, thérapeutes énergétiques, professeurs de yoga / reiki / qi gong, kinésologues, praticien shiatsu, reflexologues, naturopathes, etc.
- § Etudiants dans différentes disciplines précitées.

MONDE DU TRAVAIL ET DE LA FORMATION

- § Médecins, psychologues, infirmier(e)s du travail.
- § Ergonomes.
- § Coachs, Formateurs, Consultants.
- § Éducateurs, Travailleurs sociaux.

SPORT

- § Médecins du sport.
- § Préparateurs sportifs, physiques, mentaux.
- § Professeurs d'éducation physique et sportive.

RECONVERSION

- § Pour le cas le cas où le stagiaire se trouve dans un projet de reconversion vers les métiers de l'aide et de l'accompagnement, il lui est demandé pour pouvoir s'inscrire à la formation de passer un entretien téléphonique préalable.



Intervenant

La formation **Thérapie des schémas : modèle et techniques d'intervention** sera animée par un intervenant de haut niveau, médecin psychiatre connu et reconnu, spécialistes des thérapies cognitives et comportementales et ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics.

BERNARD PASCAL

§ Médecin psychiatre, spécialisé en thérapie cognitivo-comportementale et émotionnelle (TCCE)

§ Ancien attaché de psychothérapie au CHU de Grenoble

§ Chargé d'enseignement aux Universités de Lyon-1, Grenoble, Clermont-Ferrand et La Réunion

§ Chargé d'enseignement à l'AFTCC

§ Auteur de :

La thérapie des schémas : principes et outils pratiques (Masson, 2015).



§ Traducteur de :

La thérapie des schémas, de Jeffrey Young (De Boeck, 2005),

La thérapie cognitive et les troubles émotionnels, de A.T. Beck (De Boeck, 2010)

Thérapies cognitivo-comportementales pour les couples et les familles, de Frank M. Dattilio (De Boeck, 2012).

Les Plus

EXPERIENCE THERAPEUTIQUE ET RIGUEUR SCIENTIFIQUE

La formation **Thérapie des schémas** : *modèle et techniques d'intervention* est :

- § conçue et animée par Bernard Pascal, médecin psychiatre, spécialistes des thérapies cognitives et comportementales et ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics ;
- § centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses intervention auprès de sa patientèle / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables;
- § structurée pour la pratique dans une perspective d'acquisition de la technique à des fins d'accompagnement et de prise en charge de patientèle / clientèle ;
- § délivrée à des groupes **restreints à 16 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

SUPPORTS

- § Supports de la formation :
 - Support 1 : LA THERAPIE DES SCHEMAS : 240 diapositives
 - Support 2 : CONCEPTUALISATION DU CAS : 270 diapositives
- § Des états dissociatifs vers une clinique des troubles dissociatifs
- § Echelle des expériences dissociatives de E. Bernstein Carlson et F.W. Putnam
- § Schema Mode Inventory (SMI, version 1.1) Traduction par Bernard
- § SMI (version 1.1) Grille de cotation et interprétation
- § YPQ-1 Young Parents Questionnaire
- § Questionnaire des Schémas de Young (YSQ- L3)
- § YSQ-L3 : Codes des Schémas Précoces Inadaptés



Reconnaissance

Il est précisé que :

- § la formation **Thérapie des schémas : modèle et techniques d'intervention** est une formation ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire & intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel;
- § le professionnel recevra, à l'issue de la formation, une attestation de formation signée par le Docteur Bernard Pascal – médecin psychiatre et intervenante - et par Yvon Moustier - Président de Symbiofi - précisant notamment le thème de la formation, sa durée et son intervenant.

Il est également précisé que SYMBIOFI, enregistrée sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, est un organisme :

- § Certifié AFAQ Formation Professionnelle



- § Enregistré dans le Data-Dock des principaux OPCA



UNE BASE DE DONNÉES
UNIQUE POUR SIMPLIFIER LE
RÉFÉRENCIEMENT DES ORGANISMES DE
FORMATION

- § Habilité à délivrer des actions de formation ANDPC

