

## Programme de formation

# Pratique de la thérapie des schémas et Systémie : la co-construction de la relation

38 % d'excellent et 50 % de très bon en 2023

-  
Version 4 - Référence 1 janvier 2024

**Public cible :**

Psychologues, Thérapeutes, Psychiatres, Infirmiers., Travailleurs médico-sociaux

**Nature :**

Intra-entreprise, inter, particulier

**Format :**

2 jours avec 7h de formation chacun

**Nombre de participants :**

20 personnes maximum

**Prérequis :**

Toute personne ayant suivi la formation "Pratique de la Thérapie des schémas" ou une initiation. Il est recommandé de lire « Réinventer sa vie » de Jeffrey Young, « La thérapie des schémas » de Bernard Pascal.

**Objectif professionnel :**

Savoir mener un entretien thérapeutique en utilisant la thérapie des schémas auprès de dyade (couple, collègues, familles...) en présence des deux personnes ou avec la personne seule afin de l'aider à comprendre le processus de la co construction de la relation.

**Objectif de développement des compétences :**

- Repérer chez soi, chez l'autre et chez nos patients les danses infernales, les besoins de chacun, le sentiment d'insécurité et la reproduction à l'infini des « joutes » mêlant les schémas, les modes et les styles d'adaptation dysfonctionnelles.
- Acquérir des outils thérapeutiques pour aider une personne ou une dyade à s'affirmer afin de maîtriser l'enfant vulnérable, désactiver le protecteur détaché ou le parent dysfonctionnel. Le but est de permettre à la personne ou au couple de faire grandir, de renforcer l'adulte sain et de développer l'enfant heureux.

## Contenus principaux :

### JOUR 1 :

- Rappel de la théorie de l'attachement, des besoins de base, affectifs et de cadrage
- Rappel sur les schémas précoces inadaptés et leurs origines Biopsychosociales
- Rappel sur les modes et le continuum d'activation
- Quand utiliser avec la personne suivie le concept de schémas (plus proche de la situation concrète) ou de mode (plus simple et associé à un état) ?
- Facteurs à étudier pour une prise en compte intégrative du fonctionnement des dyades :
  1. La rencontre, les premiers moments (la légende)
  2. Les valeurs, les croyances
  3. Homéostasie du système
  4. Les stratégies d'adaptations dysfonctionnelles
  5. Comment un cercle vertueux de schémas peut devenir pathogène ?
  6. Les modes qui permettent de rejouer les histoires du passé
- Outils de repérage :
  1. Les tests des schémas et des modes
  2. Outils 1 : La carte de cycle des escalades ou mieux comprendre les déclencheurs, les gâchettes émotionnelles, les réactions, les émotions et les vieilles histoires qui se rejouent
  3. Practicum 1 : la carte des cycles des conflits
  - Outil 2 de prise de recul : la Matrice (valeurs, plaintes, comportements dysfonctionnels et échelle des petits pas)
    1. Méthodologie
    2. Practicum 2 : la matrice

### JOUR 2 :

- Les différents points à aborder selon les contextes : les conflits, la sexualité, la coopération, le manque de sécurité, le manque d'empathie, le manque de motivation...
- Protocole de l'intervention soit avec une personne soit avec une dyade
  1. Le contrat de sécurité et de coopération
  2. La phase de l'évaluation et de la psycho éducation
  3. Les origines du problème dans le passé
  4. Mise en place d'un plan de ciblage et de traitement avec la thérapie des schémas
  5. La phase du changement
- Rappel sur le reparentage , réécriture du scénario
- Outil 3 : l'arbre ou comment mettre de la flexibilité mentale et de la créativité dans une position autoréflexive. Comment l'utiliser avec une dyade ?
- Outil 4 : conceptualisation de modes dans un couple
- Practicum 3 : le protocole de l'arbre
- Questions, synthèse, retour sur les deux jours et évaluation.

### Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, jeux de rôles, études de cas, vidéos, exercices, practicums sur son propre vécu lié à l'enfance, travail avec des outils (tests, cartes, figurines, ...).

### Moyens pédagogiques :

Salle équipée, vidéo projecteur, paperboard.

### Support participant remis :

Un document est envoyé une semaine avant la formation avec deux vignettes par pages, les mémos, les pratiques (exercices à faire à deux ou trois), les tests psychotechniques.

### Modalités et délais d'accès :

Inscription immédiate sur le site [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr) avec possibilité de paiement en trois fois, facture et convention envoyées de manière automatique.

**Lieu :** Bègles (tram c )

**Horaires :** 9h30 à 17h30 Jour 1 et 9h à 17h jour 2 soit 14h de formation.

### Animation :

**Béatrice PEREZ DANDIEU : en cours de certification ISST Francfort**

*Psychologue clinicienne, Psychothérapeute accréditée par l'ARS*

*Praticienne EMDR Europe, thérapeute familial, certifiée ISST à la thérapie des schémas, aux IOS (Interventions Orientées Solutions).*

*Chargée de cours à l'université de Psychologie de Bordeaux.*

*Intérêts de recherche pour l'EMDR, thérapie des schémas et addiction, ateliers de résilience assistée et protection de l'enfance...*

### Tarif TTC (non soumis à la TVA) :

- 370€ pour les 2 jours à titre individuel et FIFPL

- 460€ pour les 2 jours au titre de la formation continue.

### Les + de cette formation :

- Acquérir des outils et protocoles efficaces pour travailler sur les relations duelles.
- Mieux comprendre la co-construction et les processus en jeu.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Interlocuteur, structure possible d'accueil, organisme ou référent à contacter, conditions d'accès, modalités d'accueil, accueil PSH ...

### Évaluation, suivi, bilan :

- Évaluation préalable et finale des acquis (quiz)
- Évaluation de satisfaction à froid et à chaud

## Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Thérapie des schémas, enfants et adolescents
- Perfectionnement à Thérapie des schémas

Le CEFTI propose une certification "**Traiter les traumatismes complexes et troubles de la personnalité avec la thérapie des schémas**". Cette certification se compose d'une formation de 4 jours en "Pratique de la thérapie des schémas" complétée d'une spécialisation de votre choix sur 2 jours (systémie, enfants et adolescents, perfectionnement : approche modale). Deux fois 2 heures de supervision en petit groupe sera également préconisées.

### Contact sous 72 heures

- Responsable formation : Béatrice PEREZ DANDIEU 0685026933  
[beatrice.dandieu@gmail.com](mailto:beatrice.dandieu@gmail.com)
- Service administratif : [Contactez-nous@cefti.fr](mailto:Contactez-nous@cefti.fr)
- - Site internet : [www.cefti.fr](http://www.cefti.fr)