



SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

Thérapie de couple centrée sur les émotions

Bases scientifiques et outils interventionnels

Formation ouverte en présentiel/distanciel
Programme des 3 jours
21 heures



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

Thérapie de couple centrée sur les émotions et théorie de l'attachement

Réf : TCC 016

Bases scientifiques et outils interventionnels

La thérapie centrée sur les émotions (Emotionally Focused Therapy) est une approche structurée brève, formulée dans les années 80 par Dr Susan Johnson et ses équipes et qui s'est développée en lien avec la science de l'attachement et la science des émotions.

La thérapie centrée sur les émotions (TCÉ) modifie en profondeur le champ de la psychothérapie en mettant en lumière et en pratiquant la puissance thérapeutique de la connexion émotionnelle. Surtout connue comme **thérapie de couple** dont l'efficacité est largement validée par la recherche, ce modèle innovateur **développe également l'utilisation de la théorie de l'attachement** dans la thérapie familiale et la thérapie individuelle.

La TCÉ, s'appuyant sur une base théorique solide, est une thérapie intégrative : humaniste, expérientielle (basée sur les émotions) et systémique (basée sur l'attachement et le processus relationnel). Elle donne aux thérapeutes des techniques efficaces pour le traitement des problèmes les plus fréquents en thérapie comme la détresse conjugale et familiale ainsi que l'anxiété, la dépression et les difficultés relationnelles en thérapie individuelle.

La thérapie centrée sur les émotions permet de créer un cadre où des émotions inavouées et même terrifiantes peuvent être accueillies et partagées en toute sécurité.

Cette thérapie vise à aider les personnes accompagnées à devenir plus ouvertes et plus stables pour créer des relations sécurisantes avec les autres.

Dans ses trois modalités, la thérapie centrée sur les émotions aide la personne à développer une vision d'elle-même comme étant compétente et capable de vivre la vie pleinement.

En bref, ce modèle robuste et parcimonieux propose une même approche clinique pour tous les patients et tous les troubles avec un focus sur la croissance personnelle plutôt que sur la réduction des symptômes.

Cette formation de 3 jours a pour objectif de donner aux professionnels les bases théoriques et surtout la méthodologie expérientielle et pratique complète pour commencer immédiatement l'intégration dans sa vie professionnelle :

- comprendre les bases théoriques de la thérapie centrée sur les émotions,
- apprendre les interventions de base du modèle,
- savoir faire une conceptualisation de cas de thérapie de couple et mener les séances.

A l'issue de la formation, vous comprendrez mieux l'objectif principal de la TCÉ à savoir la croissance individuelle et relationnelle des personnes qui consultent et comment cette approche thérapeutique leur permet de passer des réactions défensives et rigides à une plus grande ouverture et à l'acceptation des états émotionnels forts.

Vous comprendrez comment :

- l'expérience en thérapie de nouvelles visions de soi et de sa vie relationnelle et de nouvelles façons d'entrer en relation avec soi et les autres ;
- Les expériences émotionnelles correctrices vécues en thérapie permettent aux personnes accompagnées d'explorer de nouvelles façons d'être en relation avec leur propre histoire, avec les autres et avec les inévitables dilemmes de la vie (Johnson 2019).

À la fin de cette formation, vous serez à même d'employer des techniques et interventions de base en Thérapie centrée sur les émotions : repérage du processus intrapsychique et interrelationnel, assemblage et approfondissement de l'affect, création d'expériences émotionnelles correctrices en séance.

Pour développer vos compétences, cette formation s'associera qualitativement avec le module :

- **Psychothérapie basée sur la théorie de l'attachement - 3j.**

Prérequis et public visé

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce module de formation si ce n'est être dans le public concerné ci-dessous.

Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticien(n)e)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

Intervenante

Anne BELGRAM-PERKINS

- Psychologue clinicienne diplômée de Paris 8.
- Thérapeute, superviseur et formatrice certifiée de l'ICEEFT (*International Center for Excellence in Emotionally Focused Therapy*) du Dr Susan Johnson.
- Thérapeute systémique certifiée (CECCOF).
- Formée aux deux modèles de la TCE : celui de Susan Johnson, sa référence et outil clinique principal, et celui de Leslie Greenberg.
- Co-auteur de :
La thérapie de couple axée sur l'émotion (2018). Dans F. Allard et P. Antoine (dirs.) Le couple en thérapie comportementale, cognitive et émotionnelle (pp. 109-134). Elsevier Masson



Objectifs

Comprendre les bases théoriques et appliquer la méthodologie expérientielle et pratique pour intégrer la Thérapie Centrée sur les Émotions dans sa vie professionnelle en thérapie de couple.

- Comprendre les origines et fondements théoriques de la TCÉ : philosophie, genèse, validations scientifiques. Comprendre les différences entre la thérapie centrée sur les émotions de Sue Johnson et celle de Leslie Greenberg. Approfondissement de la TCÉ de Sue Johnson, dont la clé de voûte est la théorie de l'attachement.
- Comprendre, grâce à la théorie de l'attachement, comment les troubles psychologiques et relationnels se développent mutuellement dans une boucle de feedback.
- Intégrer les concepts de la TCÉ : la thérapie de couple. Focus particulier sur les modalités de couple.
- S'approprier les ingrédients de la posture thérapeutique TCÉ : humaniste/expérientielle, figure d'attachement temporaire et havre de sécurité, consultant processus, chorégraphe des expériences émotionnelles correctrices en séance.
- Connaître les stades et les étapes du traitement TCÉ.
- Comprendre les bases de l'évaluation et de la conceptualisation des cas et identifier les pistes thérapeutiques.
- Apprendre et utiliser les interventions de base en TCÉ : Tango TCÉ, reflets, recadrages en termes d'attachement, conjectures, assemblage et amplification de l'affect, chorégraphie des expériences émotionnelles correctrices.

Objectif principal

Comprendre les bases théoriques et appliquer la méthodologie expérientielle et pratique pour intégrer la Thérapie Centrée sur les Émotions dans sa vie professionnelle en thérapie de couple.

Intervenante

Anne BELGRAM-PERKINS , psychologue

Durée

3 jours – 21 heures

Accueil	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table
---------	---	---------------

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Découvrir les origines et la théorie de la TCÉ	<p>La philosophie de la TCÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> . Origines du modèle : Greenberg et Johnson, années 1980 . Un modèle fondé sur : l'approche humaniste/expérientielle, la théorie systémique, la théorie de l'attachement, la science des émotions . Conceptualisation de la maladie et de la santé selon la TCÉ : une thérapie centrée sur l'attachement et les émotions liées à l'attachement . Le rôle essentiel du développement de la thérapie de couple centrée sur les émotions 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Exercice expérientiel : vidéo</p> <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p>
Comprendre le modèle TCÉ et la posture du thérapeute TCÉ	<p>Le modèle TCÉ et ses trois modalités</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le modèle du changement en TCE . Les 3 modalités de thérapie avec focus sur la thérapie de couple . Les stades et les étapes de la thérapie . Les tâches thérapeutiques <p>La posture du thérapeute : une façon d'être qui guérit</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le thérapeute comme consultant processus et figure d'attachement temporaire . La posture humaniste . La thérapie comme un processus d'amour . L'empathie du thérapeute, son outil principal 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Exercice expérientielle : sur l'empathie en solo et en dyade ou petit groupe</p>
Connaître la théorie de l'attachement	<p>Pertinence de la théorie de l'attachement pour la psychothérapie</p> <ul style="list-style-type: none"> . Définition de l'amour selon la TCÉ et la théorie de l'attachement . L'attachement selon Bowlby et ses successeurs . Le paradoxe de la dépendance . Attachement et régulation émotionnelle : introduction . Attachement et amour adulte 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Synthèse /Debriefing</p>
Repérer les émotions et comportements liés à l'attachement	<p>Posture et raisonnement clinique</p> <ul style="list-style-type: none"> . A partir de vignettes cliniques -support vidéo ou écrit- . Repérage des émotions et des comportements liés à l'attachement 	<p>Méthode activo-expérientielle par études de cas</p> <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Synthèse /Debriefing.</p>

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Appréhender la TCÉ en thérapie de couple	<p>Objectifs de la thérapie de couple</p> <p>Le cycle négatif du couple</p> <ul style="list-style-type: none"> . Genèse du cycle interactif négatif . Positionnement des partenaires dans le cycle : poursuiveur/poursuivi . Le rôle des émotions : attachement et régulation émotionnelle (approfondissement) ; émotion primaire et émotion secondaire . Conceptualisation de cas : la boucle de l'infini, les besoins et les peurs d'attachement, stades et étapes 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Méthode activo-expérimentale par exercices pratiques et expérientiels</p> <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Synthèse /Debriefing.</p>
Découvrir les interventions de la TCÉ : théorie et pratique	<p>Les interventions de la TCÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le méta-cadre de la séance : le Tango TCÉ . Les interventions systémiques . Les interventions expérientielles (sur les émotions) 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Méthode activo-expérimentale par</p> <ul style="list-style-type: none"> - jeu de rôle thérapeute et couple - exercices expérientiels en solo et dyade <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Synthèse /Debriefing.</p>
Maîtriser la pratique de la TCÉ par des exercices et séances	<p>Conduite des séances</p> <ul style="list-style-type: none"> . Evaluation dans les différentes modalités . Anamnèse <p>Mises en pratique des interventions à travers des jeux de rôles et exercices en dyade ou petit groupe</p>	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Méthode activo-expérimentale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Démonstrations par l'intervenant - Jeux de rôles, exercices expérientiels <p>Echanges entre participants</p> <p>Questions / Réponses</p> <p>Synthèse /Debriefing.</p>
Bilan	<p>Table ronde</p> <p>Evaluation individuelle des acquis de fin de formation</p> <p>Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants</p> <p>QCM des acquis de fin</p> <p>Fiche d'évaluation de la qualité</p>

Validation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérimentiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation.

Cette évaluation repose sur l'analyse des questionnaires réalisés en amont de la formation et en fin de formation.

Reconnaissance

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPi et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



Les +

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- issue des programmes de l'ICEEFT (The International Center for Excellence in Emotionnaly Focused Therapy).
- conçue par Anne Belgram-Perkins, psychologue clinicienne, comptant parmi les meilleurs spécialistes francophones sur la TCÉ.
- centrée sur l'acquisition d'outils concrets et utiles, permettant au professionnel - quel que soit son niveau dans sa vie professionnelle - de les transmettre dans sa pratique afin d'obtenir des effets positifs et durables sur sa patientèle / clientèle ;
- délivrée à des groupes **restreints** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires ;



POSSIBILITÉ D'ÊTRE FORMÉ(E) EN MODE DISTANCIEL SYNCHRONE

- Cette formation est possible en mode distanciel, sous la forme visio-live synchrone.
- Symbiofi propose une installation professionnelle : multi-caméras, prise de son d'ambiance, et intervenant, écran TV en fonds de salle pour le retour des stagiaires distanciels, sous salles physiques et virtuelles pour les travaux en sous-groupe (cas pratiques, exercices, jeux de rôle, etc.)

SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet

PLATEAU TECHNIQUE

Un plateau technique de formation de 240 m², dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiment passif éco-responsable
Basse consommation énergie
Structure bois permettant à la fois de créer une ambiance chaleureuse et de diminuer le bilan carbone



Espace de théorie
Chaises tablette écritoire
Vidéos projecteur plafond
Enceintes
Paper board digital



Espace de pratique
Tablettes numériques SymbioCenter
Tapis de sol + couvertures
Briques de yoga



Espace de restauration
Réfrigérateur
Micro-ondes
Cafetières, théières

Et aussi

L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATEFORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>

The screenshot shows the SymbioCenter website interface. At the top, there is a navigation menu with links: Accueil, Solutions, Usages, Équipe, Offres, Formations, Contact. On the right, there are buttons for 'Espace patient' and 'Espace pro'. The main content area features a heading: 'Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs'. Below this, it says 'Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées' and includes a 'Tester gratuitement' button. To the right is an image of a computer monitor displaying the platform's interface. Below the main heading is a section titled 'Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?' followed by a table of statistics:

PRÉVENIR	ÉVALUER	ACCOMPAGNER	MONITORER
57	6	86	2
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

Le service e-thérapie, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients,
en consultation et au
domicile, avec des outils
d'e-thérapie validés

pour combattre la
tempête des
symptômes
physiques,
psychologiques,
et émotionnels

Solution pour
les professionnels
de l'accompagnement
www.symbiocenter.fr

Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs,
sensations d'essoufflement, d'oppression...

Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation,
tristesse, troubles anxio-dépressif, mal-être...

Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des
décisions, altération de la relation sociale...

DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2^{ème} deuxième position des dépenses de santé



Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources :

- ① évaluations psychométriques
- ② monitoring physiologique
- ③ programmes thérapeutiques
- ④ téléconsultation & chat

avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation
de la recherche
hospitalo-universitaire

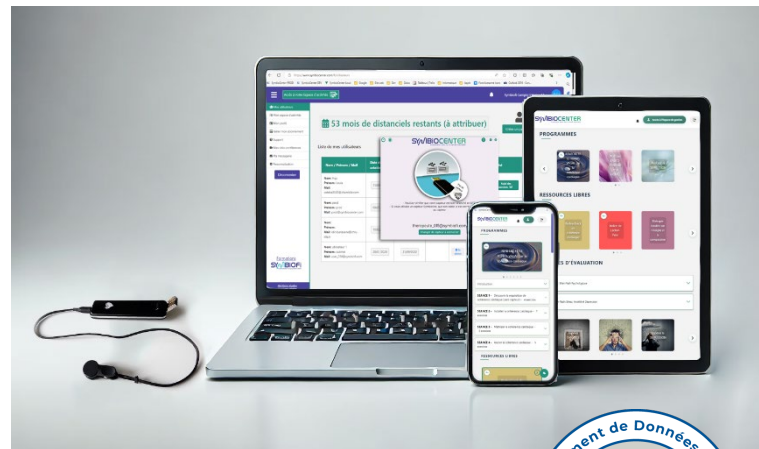


L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présente ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat

L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*



L'Hébergement Données de Santé

- Assurer la sécurisation de vos données

La réponse à vos besoins professionnels

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître *la satisfaction patient*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.