SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

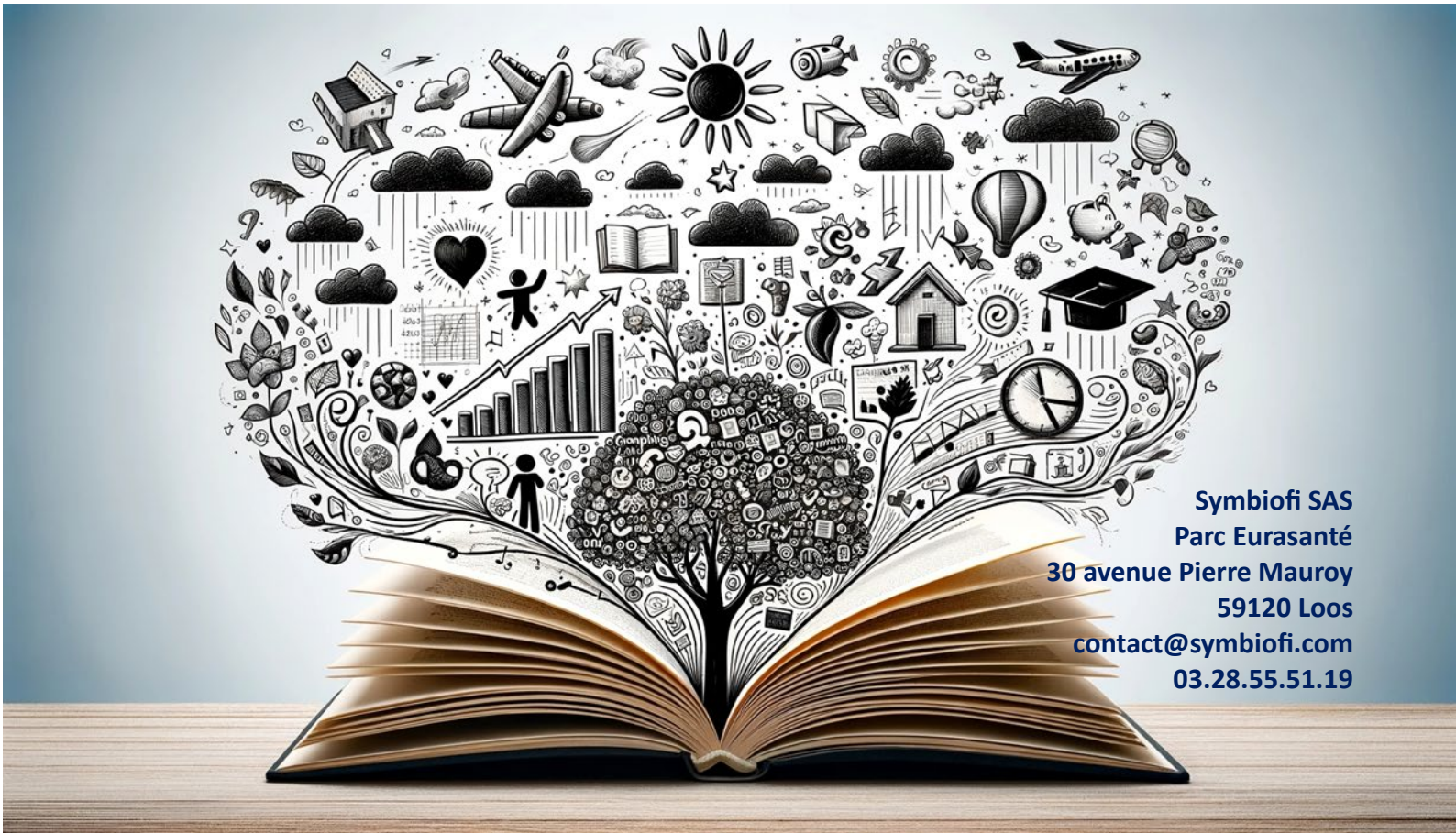
La thérapie narrative

Identifier, modifier, construire

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 narrative

Réf : TBP 003

Identifier, modifier, construire

Qui sont vos patients et que peuvent-ils faire faire dans l'ici et maintenant contre ce qui semble les façonner à poursuivre un fonctionnement douloureux ou un type de relation au monde, aux autres et à eux-mêmes ?
Sont-ils réduits à ce qu'ils racontent d'eux et quelle force possède cette narration de leur histoire sur leur présent, leur futur ?
Que peut-elle les conduire à entretenir au détriment de leur équilibre ?
Plus important encore, comment déconstruire ce fonctionnement et les relations de pouvoir dans lesquels ils se trouvent si isolés ou en souffrance ?

Dans son abord de la création de l'identité des individus, la thérapie narrative permet une compréhension puis un travail de déconstruction ciselé, individualisé et extrêmement riche du système relationnel dominant chez un individu.

La richesse de cette approche réside également dans l'actualisation ou la réactualisation de ressources cachées ou enfouies. Ces ressources créent alors un système de connaissances, un savoir jusque-là occulte qui développe un pouvoir nouveau sur les plans cognitifs, émotionnels et comportemental.

En s'appuyant sur une idée charnière de la psychothérapie de Michaël White, « la vie d'une personne est une histoire en progression pouvant être considérée selon diverses perspectives et pouvant avoir une multitude de résultats », notre formation sur 2 jours traverse la richesse d'une approche et d'une psychothérapie d'explorations et de découvertes.

Approche psycho-sociale, philosophique et « politique » elle permet une posture thérapeutique originale, bienveillante et créatrice de lien.

En partant de théories claires et concises, nous aborderons quelques cartes narratives développées par White et Epson en utilisant les modes de conversation spécifiques qu'ils ont développé. Le patient, dans une coopération bienveillante, peut ainsi passer de ce qui lui est connu à des « territoires » jusque-là peu explorés.

Pour chaque problématique clinique et chaque « territoire inexploré » par les patients nous développerons le type de questionnement utile et la vision en « échafaudage » pour acquérir une pratique souple et intégrer les outils narratifs lors des consultations.
Votre questionnement clinique s'en trouvera affiné et plus efficient encore.

Travail « d'orfèvrerie clinique », l'approche narrative vise la distanciation du patient de la domination par son histoire dominante et l'appropriation d'un nouveau registre de vie dans la découverte et la pérennisation de son histoire choisie.
L'important pour vous, thérapeute, est d'identifier et de permettre de modifier les histoires qui maintiennent le problème de la personne accompagnée pour construire de nouvelles histoires qui créent de nouvelles possibilités de vie.
Les problèmes sont considérés comme séparés des personnes, cela aide les patients à se mobiliser davantage face à leurs problèmes par la prise de distance utile à l'intervention.

La formation combine théorie, vignettes cliniques et mise en pratique des « cartes » de thérapie narratives via des exercices débriefer en duo ou trio.

Elle permet d'acquérir :

- les bases théoriques sur lesquelles reposent les fondements de l'approche narrative ;
- le type d'alliance et de coopération utile à la bonne pratique ;
- les finesses d'un questionnement « décentré et influent » ;
- le recadrage du problème en approche narrative ;
- la carte d'externalisation du problème ;
- d'autres cartes utiles aux prises de distances.

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) *psychopraticienn(e)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux /préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

Intervenant

Jean-François TERAKOWSKI

- Psychologue clinicien titulaire d'un DESS de psychopathologie et de psychologie clinique.
- Pratique en milieu hospitalier et en consultation en service psychiatrique et de crise depuis 25 ans.
- Spécialisé dans les Thérapies Systémiques Brèves, formé aux Thérapies brèves, à l'Hypnose thérapeutique Ericksonienne, aux approches stratégiques en thérapie de couple, dans les troubles addictifs et des conduites alimentaires, dans la prise en charge des auteurs d'infractions à caractère sexuel, formé à l'hypnose conversationnelle (PTR), à la thérapie narrative et à l'approche orientée solution.
- Formateur et intervenant universitaire dans le Diplôme Universitaire Stress et anxiété, Université de LILLE et dans le Diplôme Universitaire de Psycho traumatisme, Université de Fort de France et de Paris.
- Dispense de cours en psychologie clinique et nosographie psychiatrique
- Intervenant CUMP (cellule d'urgence médico-psychologique)
- Développeur du modèle intégratif MATH.

Objectifs

Acquérir les cartes des pratiques narratives de référence et les intégrer dans l'accompagnement des personnes en souffrance.

- Comprendre et affiner une pratique du questionnement décentré.
- Être capable de passer du problème présenté par le patient au problème à travailler en thérapie.
- Maitriser le questionnement externalisant.
- Être capable de pratiquer la technique de l'échafaudage et d'utiliser les liens entre les différents items narratifs.
- Être en mesure d'articuler sa pratique autour des cartes narratives.
- Comprendre et intégrer une autre philosophie de l'accompagnement.

SYMBIOFI Innovations en psycho-santé
Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS
tél : 03 28 55 51 19 courriel : contact@symbiofi.com
www.symbiofi.com

Objectif principal	Acquérir les cartes des pratiques narratives de référence et les intégrer dans l'accompagnement des personnes en souffrance
Intervenant	Jean-François TERAKOWSKI, psychologue clinicien et psychothérapeute
Durée	3jours – 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
Présenter et situer l'approche narrative dans les thérapies actuelles	Présentation et situation de la narrative dans les thérapies actuelles : les approches postmodernes et le carrefour de positionnement Les thérapies intégrées et grands principes. Les liens avec l'hypnose conversationnelle et l'approche orientée solutions	**Apports théoriques et théorico pratiques**. ->Résumé des points essentiels sur support linéaire et graphique. → *Échanges avec les participants* → *Questions réponses.*
Identifier les ressources théoriques de l'approche narrative	Place des travaux de Bateson, Foucault, Derrida Le (dé)constructivisme social La question du savoir et celle du pouvoir Le savoir pouvoir unitaire Le savoir pouvoir indigène Réalité de la réalité ou constructivisme	Apports théoriques et diaporama illustré *Questions & réponses / Synthèse & débrief* **Mises en pratiques par 1 jeux de rôle** -Le jeu du « je me raconte » - Le jeu du « je me raconte autrement » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → *Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience* → *Partage ressentis, sensations, émotions* → *Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration* → *Ajustement postures / gestes / mots*
Construire une alliance utile et identifier les piliers pour une posture coopérative	Introduction de la posture du « journaliste » Le décentrage et la double écoute La double écoute et le questionnement ciselé Le questionnement dit « de suite » La position de non savoir	Apports théoriques et diaporama illustré *Questions & réponses / Synthèse & débrief* **Mise en pratique par 1 jeu** -le jeu du « je me raconte décentré » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → *Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience* → *Partage ressentis, sensations, émotions* → *Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration* → *Ajustement postures / gestes / mots*
Intégrer et utiliser le principe clé : la création narrative de la réalité et de l'identité sociale	La rhétorique. La puissance de la narration Les « conversations thérapeutiques » en approche narrative. Histoires racontées et création de l'identité sociale Comment se font les histoires qui nous définissent. La naissance de l'histoire dominante	Apports théoriques et diaporama illustré *Questions & réponses / Synthèse & débrief* **Mises en pratique par 2 jeux en binôme** . « je découvre l'histoire dominante » . « découvrir les alliés ennemis » (forces et pouvoir de l'histoire dominante) L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être :

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
		→ *Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience* → *Partage ressentis, sensations, émotions* → *Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration* → *Ajustement postures / gestes / mots*
Prendre contact avec la « cartographie » en approche narrative	Les catégories de positionnement, de paysage en approche narrative Découverte et exploration des trois paysages Construire des questions utiles à l'exploration des trois paysages Maitriser le tissage narratif Qu'est-ce qu'une ligne éditoriale en approche narrative	Apports théoriques et diaporama illustré *Questions & réponses / Synthèse & débrief* **Méthodes expérientielles par 3 exercices, en binôme, de questionnement :** . « paysage des actions » . « paysage des relations » . « paysage des intentions et des valeurs » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → *Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience* → *Partage ressentis, sensations, émotions* → *Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration* → *Ajustement postures / gestes / mots*
Savoir recadrer le problème en narratif	Comment déconstruire le problème en thérapie narrative - Savoir définir le problème qui sera à externaliser - L'acceptation mutuelle du problème à travailler - Différence entre définition d'expert et définition populaire - La position de « journaliste » - La carte d'influence du problème et de l'influence des tiers - La compréhension mutuelle. Identifier les savoirs et pouvoirs constitutifs des histoires dominantes. - Se séparer des savoirs unitaires - La question de la soumission aux savoirs - La remise en question du pouvoir Comprendre et questionner pour dénicher les histoires de remplacement. Maitriser la carte d'externalisation du problème. - Les questionnements - La cartographie de positionnement Maitriser le changement de relation au problème - Les compétences uniques - Méthode de la reprise d'influence - Méthode dites « recherche » Maitriser la carte de l'absent mais implicite - Développer la double écoute Maitriser la carte du « dire bonjour à nouveau » - La question du deuil enkysté	Apports théoriques et diaporama illustré → *Résumé des points clés, Questions / réponses, Synthèse & débriefing* **Méthodes expérientielles par 2 exercices** Seul: « auto pratique de la carte d'externalisation » . Binôme: « la carte d'externalisation » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → *Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience* → *Partage ressentis, sensations, émotions* → *Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration* → *Ajustement postures / gestes / mots* **Méthodes expérientielles 1 exercices** . Découverte du questionnement de la carte

Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Validation

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

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 :

- conçue et animée par Jean-François Terakowski, psychologue et psychothérapeute, concepteur du modèle intégratif MATH (Mouvements Alternatifs en Thérapie et Hypnose) ;
- structurée pour la pratique et 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 interventions auprès de sa patientèle afin d'obtenir des effets positifs et durable;
- délivrée à des groupes **restreints** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires ;

POSSIBILITÉ D'ETRE 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

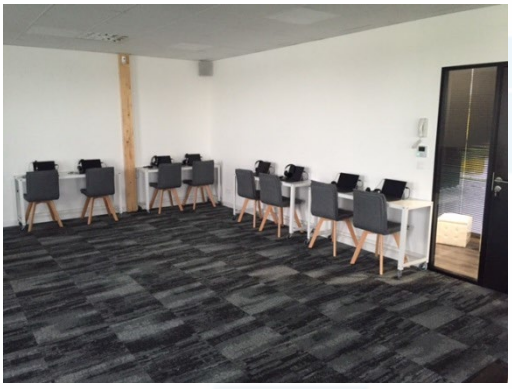
- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet

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/

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.

SYMBIOCENTER PRO

Ensemble vers la e-santé mentale

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 2ème 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

En partenariat avec : CHU LILLE, eurasanté, Hibster Health innovation Booster Camp, bpifrance, CLUBSTER SANTÉ, CIC LILLE IT

Vous **accompagnez votre patient** sur **4 niveaux de ressources :**

❶ **évaluations** psychométriques

❷ **monitoring** physiologique

❸ **programmes** thérapeutiques

❹ **téléconsultation & chat**

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

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire

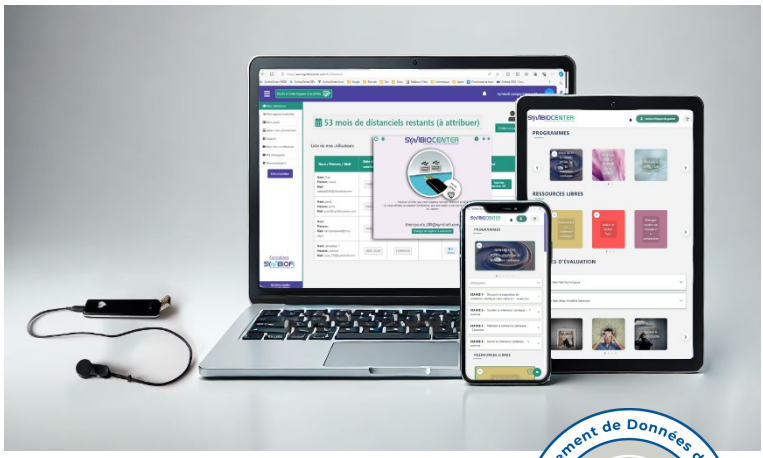
CHU LILLE

L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présentielle 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

Hébergement de Données de Santé HDS 123456 Certified

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 accroitre *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.

SYMBIOFI - Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS - 03 28 55 51 19 - contact@symbiofi.com