

PROGRAMME

Origine des thérapies cognitives et comportementales

- Behaviorisme et modèles du conditionnement
 - Pavlov, Watson Skinner...
- Conditionnement répondant et opérant
- Modèle de l'apprentissage social
- Rôle du modeling

De la psychologie cognitive et comportementale aux thérapies

- Approche cognitive
 - modèle de Beck
 - exemple de la dépression
- Etude de la boîte noire
 - cognitions
 - pensées anxieuses
 - le cognitivisme

Approche axée sur les émotions, les pensées et les comportements

- Concept de psychoéducation
- Concept de réhabilitation psychosociale
- La pleine conscience
 - les travaux de Kabat Zin
- Méthodes de relaxation
- Groupes d'affirmation de soi
- Présentation de programme des TCC
 - indication et contre indication des TCC
 - cas des psychoses

Déroulement et outils des thérapies cognitives et comportementales

- Prise de contact et pré-requis
- Etablir une relation positive de collaboration : une alliance thérapeutique
- Mettre à jour des problèmes émotionnels, cognitifs et comportementaux qui motivent la demande
- Etudier les buts et la motivation au changement
- Réaliser une analyse fonctionnelle
 - analyser de manière synchronique et diachronique les interrelations subtiles entre comportement, émotion et cognition
 - grille SECCA du Docteur Cottraux

Explication du problème psychologique et des techniques mises en place

- Assurer le changement des comportements, des émotions et des pensées
- Etablir des hypothèses avec le patient sur le ou les problèmes
- Définir des priorités : par quoi commencer ?
 - établir un thermomètre de la peur
- Evaluer les résultats du traitement
- Etablir un plan adapté d'accompagnement des salariés
- Orienter en fonction des situations

Application des méthodes

- Cas cliniques concrets
- Mise en situation
- Application des analyses fonctionnelles
- Séance type de TCC
- Positionnement du praticien
- Méthode "socratique" de questionnement
 - entretiens motivationnels
 - problématiques addictives

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

DATES

08 au 09 décembre 2021
08 au 09 décembre 2022

ESPACE DE FORMATION

Paris-Montparnasse

DURÉE
2 jours

1650 € ht
repas inclus

RÉF. TALE

OBJECTIF

Être sensibilisé aux thérapies cognitives et comportementales (TCC) et acquérir des outils pratiques à utiliser dans son quotidien de travail

COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Utiliser des grilles d'analyse fonctionnelle selon les problématiques
- Utiliser des techniques structurées d'accompagnement
- Mettre en pratique le suivi des personnes et savoir les orienter

PUBLIC CONCERNÉ

- Médecin du travail, infirmier(e) du travail
- Psychologue du travail, assistante sociale du travail
- Tous professionnels concernés par la prise en charge de salariés présentant des addictions

Formation animée par :
LAURENT GARCIA



- Psychologue clinicien
- Ancien responsable de service psychiatrique
- Consultant formateur dans les domaines de l'accompagnement et de la relation d'aide

"Les thérapies comportementales et cognitives sont utilisées pour comprendre et solutionner les troubles du comportement et les conduites addictives. Le point de départ des TCC est l'analyse fonctionnelle qui vise à comprendre le déroulement des cognitions (pensées automatiques), des émotions et des comportements. La finalité de la méthode est d'enclencher un processus pour favoriser de nouveaux comportements et conduire au changement."

Laurent GARCIA

PRÉ-REQUIS

Aucun

LES + DE VOTRE FORMATION C3S

Votre SUIVI PÉDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions et le lien avec le formateur. Suite à la formation, vous avez accès à la validation de vos acquis en ligne.

Votre FORMATION

Votre consultant est psychologue, consultant depuis 10 ans dans les secteurs santé et social. Ancien cadre de direction en ESMS, il a travaillé et accompagné l'insertion de patients souffrants de troubles psychiques en milieu ordinaire de travail. Il est membre de l'AFTCC, mène également des missions d'audit et d'évaluation en établissements, entreprises, hôpitaux etc.

ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE



Envie d'aller plus loin ? Retrouvez ci-dessous, une sélection de formations complémentaires à la formation "Thérapies cognitives et comportementales". Vous avez également la possibilité de composer votre propre itinéraire pédagogique avec les formations de votre choix.

Thérapies cognitives
et comportementales



Les conduites
addictives : comprendre
et agir



Souffrance psychique
au travail



-8% *

* Inscrivez-vous à 3 formations et obtenez une remise de 8%



C3S

Prévenir, c'est agir
SANTÉ SÉCURITÉ SPORT

Votre contact

Anne-Françoise ALLAIN

02 43 23 09 23 / formation@c3s.fr / www.c3s.fr