

PRATIQUES INNOVANTES EN TCC

En présentiel à Lyon ou en visio- conférence

Fruit du pôle R&D du Cabinet Chryssippe, cette Certification dote les praticiens de solides compétences nécessaires à une pratique innovante d'accompagnement en thérapie cognitive et comportementale. Cette formation novatrice est axée sur trois modules :

- L'identification (test psychométrique) des biais cognitifs auxquels le bénéficiaire est vulnérable, associée à une méthodologie opérationnelle de mise en place d'actions de "correction" de ces biais au service de la finalité de l'accompagnement (modèle des matrices cognitives).
- L'identification (test) des "jugements de valeur négatifs" que l'individu tend à plaquer sur les événements qui lui font face et le conduisant ainsi à mentalement sur-construire un monde de négativité; ces jugements étant ensuite travaillés à l'aide d'un livret d'exercices, au service du but de l'accompagnement (Programme Upolepsis).
- L'utilisation de technologies de réalité virtuelle et de biofeedback afin de développer les compétences de défusion cognitive et d'acceptation émotionnelle au service des valeurs et facteurs de sens du bénéficiaire.

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

- ▲ Psychologues
- ▲ Psychothérapeutes
- ▲ Professionnels du médical et paramédical
- ▲ Coachs
- ▲ Praticiens du développement personnel

- ▲ Aucun prérequis nécessaire.

Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, n'hésitez pas à nous le signaler.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Cette Certification Chryssippe a pour objectif de former à une **pratique innovante en TCC** dans différents registres (psychothérapie, médical et paramédical, développement personnel, coaching).

Les objectifs pédagogiques globaux de cette formation sont les suivants :

- ▲ Savoir identifier les types de biais cognitifs vulnérables et faire mettre en place des antidotes comportementaux au service des finalités et besoins du bénéficiaire.
- ▲ Savoir évaluer, en avant et en amont de l'accompagnement (progression), l'intensité et le type de catégorisation artificielle "négative" des événements quotidiens puis réduire cette vulnérabilité à l'aide d'un protocole d'exercices opérationnels, en vue d'un apaisement psychologique (Programme Upolepsis).
- ▲ Savoir conduire des séquences de défusion cognitive et d'acceptation émotionnelle face aux difficultés, afin de réallouer son activité à ce qui fait sens pour le bénéficiaire.

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES MOBILISÉS

- ▲ Programme fortement opérationnel, centré sur la pratique : méthodologie, techniques et outils innovants, tout en associant un apport théorique pertinent sur les principaux concepts des TCC.
- ▲ Mises en application : études de cas, jeux de rôle et simulations systématiquement débriefés

NOS+

- ▲ Formation aux fondamentaux théoriques et pratiques
- ▲ Formation à une méthodologie immédiatement opérationnelle, applicable aux demandes classiques d'accompagnement
- ▲ Expérimentation sur soi-même du programme Upolepsis par suivi effectif de celui-ci
- ▲ Notre sympathique équipe d'intervenants

...et les croissants chauds !

DATES ET LIEU

Lyon 1er arr. (en présentiel) :

- ▲ 04 & 16 Mai 2023
- 16 & 17 Juin 2023
- Du 4 au 7 Juillet 2023

À noter : nécessité d'apporter votre propre ordinateur portable sur place

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

- ▲ 8 jours (56h) : en présentiel à Lyon ou en visio-conférence (au choix)

TARIFS NETS

(TVA non applicable)

- ▲ Particulier : 2 250€
- ▲ Prise en charge : 2 700€
- ▲ Etudiant : 1 350€

MODALITÉS D'INSCRIPTION

- ▲ administration@chryssippe.org
- ▲ 09 62 60 48 94
- ▲ chryssippe.org

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ▲ Evaluation des acquis en fin de formation
- ▲ Evaluation de la satisfaction
- ▲ Obtention d'une « Attestation de formation Chryssippe »

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

Coordinatrice & référente pédagogique :

- ▲ Lisa Chassot - Psychologue, psychothérapeute TCC, coach, chargée de cours à l'université

Animateurs :

- ▲ Michael Pichat - Docteur en psychologie, psychologue, spécialiste de l'approche cognitives et comportemental, maître de conférences et fondateur du Cabinet Chryssippe
- ▲ Lisa Chassot

PROGRAMME DE FORMATION

MODULE 1 : OPÉRER UN DIAGNOSTIC ET UN PLAN D'ACTION DE DÉVELOPPEMENT AVEC LE TEST DES MATRICES COGNITIVES

Journée 1 - Compréhension du modèle, méthodologie de la présentation et du débriefing du Test des Matrices Cognitives

Objectifs pédagogiques : : Connaître le modèle des matrices cognitives. Savoir débriefier la synthèse du test des matrices. Savoir fixer une demande en phase avec la synthèse et la finalité de la prestation.

Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :

- ▲ Modèle des matrices cognitives et actions correctrices de développement
- ▲ Méthodologie du débriefing du test des matrices et fixation de la demande retenue

Travaux pratiques :

- ▲ TP1 « Repérage profil conduite-type matrice »
- ▲ TP2 « Identification matrice biais conduite »
- ▲ TP3 « Reconnaissance biais matrice »
- ▲ TP4 « Repérage matrice biais situation problématique »
- ▲ Etudes de cas - travail en sous-groupe, corrections et questions/réponses
- ▲ Elaboration individuelle de la fiche-outil en lien avec la méthodologie présentée
- ▲ « Aquarium » : simulation de volontaires devant le groupe, débriefing, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing de la fiche-outil en lien avec la méthodologie étudiée

Journée 2 - Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande et de la fabrication d'un plan d'actions dans le cadre de la démarche des matrices cognitives

Objectifs pédagogiques : Savoir comportementaliser la demande du bénéficiaire. Savoir utiliser les critères permettant de fixer de bons objectifs. Savoir faire élaborer des objectifs généraux. Savoir faire élaborer des objectifs spécifiques intégrant les actions correctrices des matrices vulnérables impliquées.

Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :

- ▲ Méthodologie de l'opérationnalisation de la demande

Travaux pratiques :

- ▲ Etudes de cas - travail en sous-groupe, corrections et questions/réponses
- ▲ Elaboration individuelle de la fiche-outil en lien avec la méthodologie présentée
- ▲ « Aquarium » : simulation de volontaires devant le groupe, débriefing, questions/réponses
- ▲ Simulations en binômes parallèles, débriefings en autonomie
- ▲ Débriefings collectifs post-simulation, rappels des points-clés, questions/réponses
- ▲ Amélioration individuelle post-débriefing de la fiche-outil en lien avec la méthodologie étudiée

PROGRAMME DE FORMATION

MODULE 2 : PROGRAMME UPOLEPSIS : S'AFFRANCHIR DE LA CONSTRUCTION MENTALE NÉGATIVE DES SITUATIONS

Journée 3 - Méthodologie de la pratique du programme Upolepsis d'affranchissement de la négativité

Objectifs pédagogiques : Connaître les principales notions théoriques liées aux jugements de valeurs, connaître la méthodologie générale du protocole Upolepsis.

Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :

- ▲ Compréhension de la notion théorique de jugement de valeur : jugement et construction du vécu psychologique des événements, modification du processus d'attribution causal de la souffrance psychologique, les représentations (objectives) comme sources de paix psychologique.
- ▲ Méthodologie du programme Upolepsis: structure générale, phases, progression et articulation avec la finalité de l'accompagnement

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

Journée 4 - Méthodologie de la pratique du programme Upolepsis d'affranchissement de la négativité

Objectifs pédagogiques : Savoir réaliser un accompagnement au programme Upolepsis.

Présentation méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :

- ▲ Méthodologie du protocole Upolepsis: méthodologie du débriefing du pré-test, méthodologie de la présentation de la notion de jugement de valeur et du livret d'exercices, méthodologie du débriefing des exercices du livret prescrits, méthodologie du débriefing du post-test et de mesure des acquis du programme, difficultés-types du bénéficiaire / réponses-types du praticien

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

PROGRAMME DE FORMATION

MODULE 3 : PRATIQUER LA DÉFUSION COGNITIVE AVEC LES NOUVELLES TECHNOLOGIES RÉALITÉ VIRTUELLE ET BIOFEEDBACK

Journée 5 - Méthodologie du développement de la compétence d'acceptation émotionnelle. Méthodologie de l'identification des valeurs et de la mise en place d'actions engagées

Objectifs pédagogiques : Savoir présenter la notion d'acceptation émotionnelle, savoir structurer une séquence d'acceptation émotionnelle, savoir conduire des exercices d'acceptation émotionnelle.

- Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :
- ▲ Méthodologie du développement de la compétence d'acceptation émotionnelle

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

Journée 6 - Méthodologie du développement de la compétence de défusion cognitive

Objectifs pédagogiques : Savoir présenter la notion de défusion cognitive. Savoir structurer une séquence de défusion cognitive. Savoir conduire des exercices de défusion cognitive.

- Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :
- ▲ Méthodologie du développement de la compétence d'acceptation émotionnelle

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

Journée 7 - Méthodologie du développement de la compétence d'acceptation émotionnelle avec réalité virtuelle

Objectifs pédagogiques : Savoir structurer une séquence d'acceptation émotionnelle avec réalité virtuelle. Savoir conduire des exercices d'acceptation émotionnelle avec réalité virtuelle.

- Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :
- ▲ Méthodologie du développement de la compétence d'acceptation émotionnelle avec réalité virtuelle

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

Journée 8 - Méthodologie du développement de la compétence de défusion cognitive avec réponse électro-dermale

Objectifs pédagogiques : Savoir structurer une séquence de défusion cognitive avec capteurs physiologiques, savoir conduire des exercices de défusion cognitive avec technologie de bio-feedback.

- Présentation conceptuelle et méthodologique opérationnelle, illustrée d'exemples pratiques et réponses aux questions :
- ▲ Méthodologie du développement de la compétence de défusion cognitive avec réponse électro-dermale

Travaux pratiques :

- ▲ Élaborations en bi/trinômes de fiche-outils en lien avec les méthodologies présentées
- ▲ « Aquarium » : simulations de volontaires devant le groupe, débriefings, questions/réponses
- ▲ Poursuite des simulations en binômes & améliorations des fiches-outils

Passation en ligne de l'évaluation des acquis de fin de formation