



SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

Cadre, alliance et présence thérapeutiques

Légitimer et sécuriser sa pratique

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

Cadre, alliance et présence thérapeutiques Réf : MTC 001

Légitimer et sécuriser sa pratique

Le **sentiment d'illégitimité** et le **syndrome de l'imposteur** sont fréquents chez les professionnels de la santé mentale. Cette sensation d'échec, de doute ou d'incompétence peut fragiliser la **posture clinique**, conduire à des attitudes de compensation ou d'évitement, et impacter directement la **qualité de la relation thérapeutique** ainsi que la solidité du **cadre de prise en charge**.

Pourtant, les travaux sur les facteurs communs en psychothérapie montrent que la **qualité de l'alliance thérapeutique** constitue l'un des principaux leviers d'efficacité de la thérapie, confirmant que la **relation** est au cœur du processus de changement.

Au-delà de sa dimension psychologique, l'alliance thérapeutique possède également une **dimension physiologique**. Les approches contemporaines de la **régulation émotionnelle** et de la **théorie polyvagale** montrent que la qualité de présence du thérapeute influence directement le **sentiment de sécurité** du patient et les capacités de **co-régulation** au sein de la relation thérapeutique.

Cette formation de 3 jours propose une **approche intégrative** des fondements psychologiques, relationnels et neurophysiologiques qui structurent la rencontre clinique. Les participants découvriront notamment comment les mécanismes de **neuroception** influencent les réactions de sécurité, de défense ou de retrait, et comment le thérapeute peut utiliser sa propre **stabilité émotionnelle** comme outil thérapeutique.

La formation permettra également d'identifier les **schémas précoces inadaptés** et les **modes protecteurs** susceptibles de s'activer en séance. Face à un patient qui attaque le cadre, se replie dans le silence ou intellectualise excessivement, le praticien apprendra à repérer les mécanismes de protection sous-jacents afin de maintenir une **posture clinique ajustée, stable et contenante**.

Une attention particulière sera portée au **cadre thérapeutique**, envisagé comme un **repère structurant et sécurisant** pour le patient. Horaires, règles, confidentialité, gestion des limites ou du paiement seront abordés comme des éléments participant pleinement à la qualité de l'alliance et à la sécurité de la prise en charge.

Enfin, cette formation intègre une réflexion essentielle autour de l'**écologie du thérapeute** et de la **prévention de l'usure professionnelle**. Fatigue de compassion, traumatisme vicariant, surcharge émotionnelle et burn-out seront abordés à travers des stratégies concrètes d'**auto-régulation émotionnelle** et de protection de la posture professionnelle.

À travers des **méthodes actives et expérientielles** - jeux de rôle, démonstrations, analyses de situations cliniques et mises en situation - les participants développeront des **outils immédiatement transférables** dans leur pratique professionnelle.

Notre programme propose une immersion progressive et pratique pour :

- maîtriser les **techniques d'écoute active et de reformulation** dans la relation thérapeutique ;
- comprendre les **mécanismes neurophysiologiques** impliqués dans l'alliance thérapeutique et la **co-régulation émotionnelle** ;
- identifier les **résonances émotionnelles**, les mécanismes transférentiels et l'activation des schémas du thérapeute dans la relation clinique ;
- structurer un **cadre thérapeutique sécurisant, stable et adapté** aux enjeux de la prise en charge.

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

- Entretien motivationnel, niveau 1 -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.
- 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 » œuvrent 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(ne)s, psychanalystes, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*
- **Travail** : *intervenant(e)s en prévention des risques professionnels (IPRP), coachs professionnel(le)s, formateurs / formatrices / consultant(e)s RPS et QVT, professionnel(le)s de la santé mentale au travail.*

Intervenante

Eugénie DE HASPE

- **Psychologue clinicienne**, spécialisée en psychopathologie psychanalytique et formée aux thérapies brèves.
- Exerce en accompagnement psychothérapeutique individuel et développe une réflexion centrée sur la **posture thérapeutique**, la relation d'aide et les enjeux de l'alliance clinique.
- **Fondatrice et dirigeante** d'un espace de coworking paramédical dédié aux professionnels de l'accompagnement, avec une expérience du développement et de l'installation en activité libérale.
- **Formatrice et consultante**, intervenant auprès de thérapeutes et praticiens sur les questions de posture professionnelle, d'accompagnement au projet d'installation, d'organisation et de développement d'activité.
- Formée notamment en **psychopathologie, médecine psychosomatique, thérapie stratégique et thérapie orientée solutions**.

Objectifs

Développer une alliance thérapeutique authentique et sécurisante, soutenue par un cadre clinique stable et une présence ajustée, afin de renforcer la qualité des prises en charge et prévenir l'usure professionnelle.

- Comprendre les fondements **relationnels, psychologiques et neurophysiologiques** impliqués dans l'alliance thérapeutique et la rencontre clinique.
- Mettre en œuvre les techniques d'**écoute active**, de **reformulation** et de communication favorisant une relation thérapeutique de qualité.
- Repérer les **schémas, mécanismes de protection et réactions émotionnelles** susceptibles d'impacter la relation thérapeutique et le positionnement du praticien.
- Structurer un **cadre thérapeutique contenant, éthique et sécurisant**, adapté aux enjeux de la prise en charge clinique.
- Développer des stratégies d'**auto-régulation émotionnelle** afin de prévenir l'**usure professionnelle**, la fatigue de compassion et le burn-out.

Objectif principal

Développer une alliance thérapeutique authentique et sécurisante, soutenue par un cadre clinique stable et une présence ajustée, afin de renforcer la qualité des prises en charge et prévenir l'usure professionnelle

Intervenante

Eugénie DE HASPE, psychologue clinicienne

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
---------	---	---------------

Jour 1 : fondements de l'alliance thérapeutique, écoute active et lecture clinique

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre les fondements de la présence clinique et de la relation thérapeutique	<p>Définition de la présence clinique</p> <ul style="list-style-type: none"> . Attitude interne ; . Qualité relationnelle . Présence incarnée . Empathie . Authenticité <p>Comparatif inter-référentiels :</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'Observateur (Psychanalyse) . Le Facilitateur (Humanisme) . Le Co-chercheur (TCCE) . Invariants cliniques : <p><i>Cadre, Alliance, Triple observation (patient/relation/soignant)</i></p>	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Illustration clinique : Comparatif des postures selon les courants.</p> <p>Dynamique collective d'échanges sur la pratique actuelle des participants</p>
Pratiquer l'écoute active	<p>Les 3 attitudes fondamentales (Rogers) :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Empathie . Regard positif inconditionnel . Congruence. <p>Techniques d'entretien - Les 4R (Cungi) :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Reformulation (écho, miroir, synthèse) . Recontextualisation . Renforcement et résumé 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré → Échanges réflexifs</p> <p>Atelier : "Écoute Active - 4R"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Exercice d'entraînement en groupe aux techniques d'entretien (Participant "patient" vs "Thérapeute collectif") pour expérimenter la présence pure et l'inhibition du conseil <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
Identifier les biais de projection	<p>Formulation d'alternatives empathiques bienveillantes</p> <p>Mécanismes de projection du praticien</p> <ul style="list-style-type: none"> . Pourquoi le cerveau "remplit les trous" : <p><i>Schémas précoces et biais cognitifs du thérapeute.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> . Transfert et contre-transfert 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Animation : "Le cerveau invente"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Récit projectif analyse des projections erronées des participants (Révélation pédagogique). <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
Repérer les schémas, les stratégies et modes protecteurs en séance	<p>Théorie des Schémas (Young)</p> <ul style="list-style-type: none"> . Définition du schéma et besoins affectifs fondamentaux . Les Schémas Inconditionnels Précoces Inadaptés <p>Mécanisme en jeu</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'Enfant Vulnérable vs le Mode Protecteur. 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Atelier : "Retrouvons Schémas"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Jeu de mémoire collectif <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
		<p>Atelier : "Voir l'enfant vulnérable"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Analyse des 12 "phrases chocs" en séance (ex: attaque sur le temps, soupçon de vénalité). . En groupe, puis en binômes. <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>

Jour 2 : régulation émotionnelle, légitimité clinique et dynamiques relationnelles

<p>Comprendre la neurophysiologie de la régulation émotionnelle et de l'alliance</p>	<p>Théorie Polyvagale (Porges) appliquée</p> <ul style="list-style-type: none"> . Les 3 circuits du SNA : <i>Engagement social (Vagal Ventral), Fuite/Combat (Sympathique), Immobilisation/Effondrement (Vagal Dorsal)</i> . La Neuroception : <i>Détection inconsciente de la sécurité et la Corégulation</i> <p>La co-régulation physiologique</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'alliance <i>L'ancrage du praticien comme outil de soin</i> 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Expérimenter l'activation de son système sympathique et cartographie individuelle des patients susceptibles d'être des déclencheurs</p> <p>Atelier : "Le thérapeute régulé"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Jeux de rôles sur un texte fixe joué selon 3 états (Dorsal/Resigné, Sympathique Fuite/Panique, Sympathique Combat/Attaque) . Démonstration sur le maintien de l'ancrage Ventral face à différents états du SNA <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
<p>Maîtriser les fondements théoriques du concept d'"Alliance"</p>	<p>Les 3 stratégies de survie (Modes)</p> <ul style="list-style-type: none"> . Soumission . Évitement . Contre-attaque <p>Modèles de l'Alliance</p> <ul style="list-style-type: none"> . Bordin (Lien/Buts/Tâches), . Bowlby (Attachement), . Deci & Ryan (Autodétermination) . <p>Technique de régulation</p> <ul style="list-style-type: none"> . Défusion cognitive (ACT) . Auto-régulation. 	<p>Atelier : "Scénettes cliniques"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Jeux de rôles sur patients déclencheurs : "Le Patient Expert", "Le Festival de l'Angoisse", "Le Oui mais...", "Le Testeur de Limites" <p>Atelier : "Auto-régulation"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Mise en binôme pour expérimentation de situations déclenchantes en séance, et exercice immédiat d'auto-régulation pour maintenir une écoute active et permettre la co-régulation . Entraînement à la défusion : "J'ai la pensée que je suis incompetent" . <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
<p>Renforcer sa légitimité professionnelle et ajuster sa présence en séance</p>	<p>Légitimité du Thérapeute</p> <ul style="list-style-type: none"> . Déconstruction du syndrome de l'imposteur <p>Études de Lambert</p> <ul style="list-style-type: none"> . Poids de l'alliance (30%) vs technique (15%) . <p>Retour sur les 3 missions fondamentales</p> <ul style="list-style-type: none"> . Écoute Active . Alliance . Cadre . 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Réflexions sur les 3 missions fondamentales (Écoute Active, Alliance, Cadre)</p>

Jour 3 : cadre thérapeutique, situations limites et prévention de l'usure professionnelle

<p>Maintenir un cadre thérapeutique et déontologique</p>	<p>Le Cadre thérapeutique comme repère de sécurité et de stabilité</p> <ul style="list-style-type: none"> . Prévisibilité . Constance. . Contenance <p>Les 6 piliers de la Déontologie</p> <ul style="list-style-type: none"> . Droits fondamentaux . Secret professionnel . Compétence, . Responsabilité . Rigueur . Intégrité <p>La "Safe Place"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Temps . Argent . Lieu 	<p>Apports théoriques et cliniques structurés → Diaporama illustré</p> <p>Atelier : "Débat Mouvant"</p> <ul style="list-style-type: none"> . 10 postulats sur le cadre (cadeaux, pleurs, toucher, silences, SMS) pour explorer la flexibilité clinique <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
<p>Réagir aux attaques du cadre et situations limites</p>	<p>Analyse des "Attaques du Cadre"</p> <ul style="list-style-type: none"> . À distance : <i>SMS de nuit, invitations réseaux sociaux, appels tiers, menaces suicidaires</i> . En présentiel <i>Oubli de paiement, cadeaux directs, inversion des rôles, rencontre fortuite.</i> 	<p>Atelier : "Tenir son cadre"</p> <p>Analyse de 12 cas concrets et entraînement à la réponse adaptée et fonctionnelle.</p> <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
<p>Prévenir l'usure professionnelle</p>	<p>Écologie du Thérapeute</p> <ul style="list-style-type: none"> . Fatigue de compassion . Burn-out . Trauma vicariant <p>Stratégies de protection</p> <ul style="list-style-type: none"> . Supervision . Intersession . Psychothérapie personnelle 	<p>Atelier : "Auto-régulation"</p> <ul style="list-style-type: none"> . Techniques d'auto-régulation préventives et express pour le thérapeute <p>→ Débriefing collectif : partage des ressentis, difficultés et apprentissages</p>
<p>Bilan</p>	<p>Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité</p>

Validation

La formation s'inscrit dans une démarche **multidisciplinaire et intégrative**, articulée autour de trois axes complémentaires :

- le développement de **compétences opérationnelles** ;
- l'appropriation d'une **boîte à outils cliniques** ;
- l'acquisition d'un **savoir-faire expérientiel** directement mobilisable en pratique.

À l'issue de la formation, le stagiaire reçoit un **Certificat de réalisation d'action de formation**, sous réserve de son assiduité.

Ce certificat mentionne les éléments clés de la formation :

- l'intitulé du module ;
- la durée ;
- le(s) intervenant(s) ;
- l'objectif pédagogique principal.

En complément, une **Attestation de formation** peut être délivrée, sous réserve de satisfaire aux **modalités d'évaluation prévues**, notamment au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Reconnaissance

SYMBIOFI est un organisme de formation :

- enregistré sous le numéro **31 59 06883 59** auprès du Préfet de région Hauts-de-France ;
- certifié **QUALIOPi**, au titre des actions de formation ;
- habilité à dispenser des actions de formation relevant de l'**ANDPC**.



Les + de la formation

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- conçue et animée par une **psychologue clinicienne**, disposant d'une expérience de terrain dans l'accompagnement psychothérapeutique, la relation d'aide et l'accompagnement des professionnels ;
- centrée sur l'acquisition de **repères cliniques concrets**, permettant de mieux comprendre les dynamiques relationnelles, d'ajuster sa présence en séance et de sécuriser la relation thérapeutique ;
- structurée autour d'une **pédagogie active et expérientielle**, alternant apports ciblés, mises en situation, jeux de rôle et analyses de situations cliniques afin de favoriser une appropriation progressive des outils ;
- orientée vers une **mise en pratique immédiate**, avec des techniques directement mobilisables dans les situations rencontrées en cabinet, en institution ou dans la relation d'accompagnement ;
- proposée en **groupes restreints**, afin de favoriser les échanges, l'implication de chacun et le travail à partir de situations concrètes.

DISTANCIEL SYNCHRONE HAUT DE GAMME

La formation est accessible en **distanciel synchrone (visio-live)**, dans des conditions techniques permettant de maintenir un haut niveau de qualité pédagogique.

Le dispositif mis en place comprend :

- une installation professionnelle multi-caméras ;
- une captation audio optimisée (intervenant et ambiance) ;
- des écrans de retour pour l'intégration des participants à distance ;
- des sous-groupes de travail, en présentiel et en distanciel, pour les **cas pratiques, exercices et jeux de rôle**.

et permet de :

- participer activement aux échanges et aux analyses cliniques
- réaliser les exercices et mises en situation à distance
- bénéficier d'une expérience **immersive et interactive**, proche des conditions du présentiel.

SUPPORTS

Les stagiaires bénéficient de **supports pédagogiques téléchargeables**, facilitant :

- la **révision des contenus**,
- la **structuration des pratiques**,
- la **réutilisation des outils en situation professionnelle**.

PLATEAU TECHNIQUE

Symbiofi dispose d'un **plateau technique de formation de 240 m²**, situé au cœur du **CHRU de Lille**, permettant :

- une **articulation optimale entre apports théoriques et mises en pratique**
- des **conditions d'apprentissage favorisant l'immersion clinique**
- un **cadre propice aux échanges entre professionnels**

Pensé pour répondre aux exigences pédagogiques, cet espace est structuré en **plusieurs zones complémentaires** :

- espace de formation théorique ;
- espace de mise en pratique et d'expérimentation ;
- espace de convivialité et de restauration.



SymbioCenter® : une extension clinique de la formation

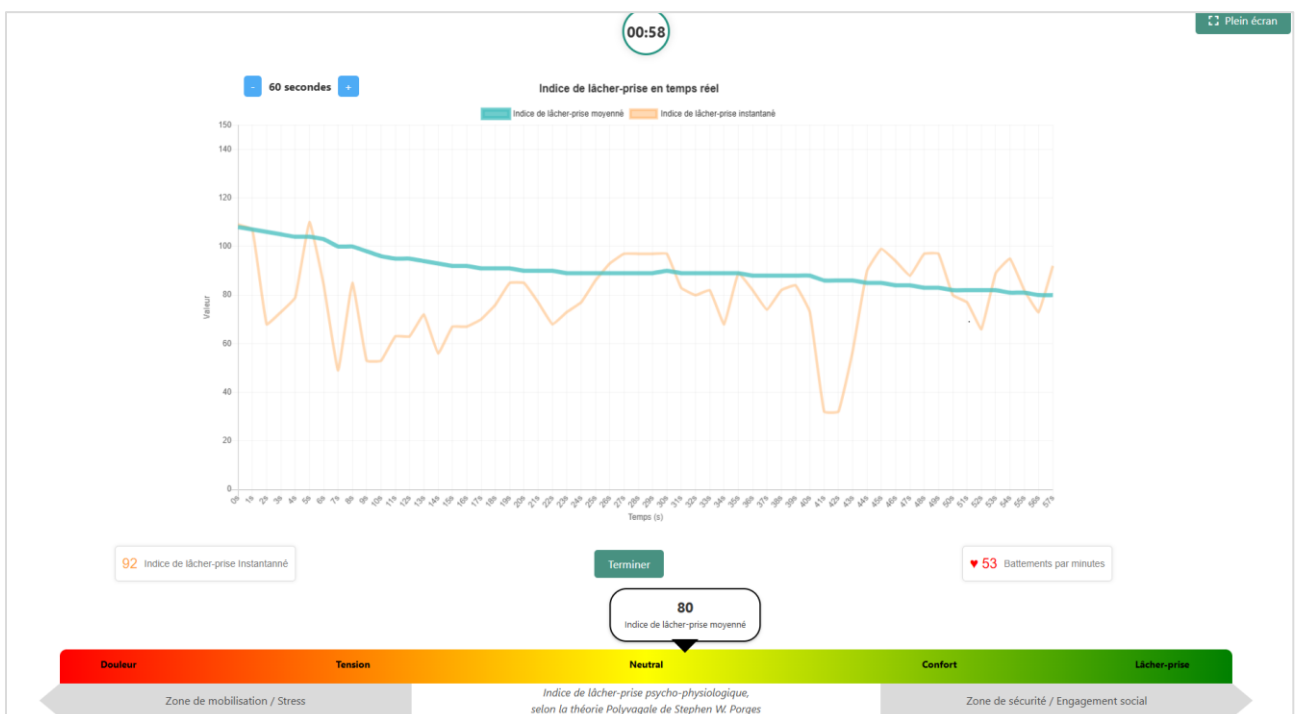
Dans une logique de continuité entre formation et pratique, Symbiofi propose un accès de 30 jours à la plateforme **SymbioCenter®**, solution digitale dédiée à l'accompagnement en santé mentale.

Elle permet aux professionnels de **structurer leurs accompagnements, individualiser les parcours et assurer un suivi entre les séances**, facilitant ainsi l'intégration concrète d'outils de repérage et de prise en charge.




Une approche structurée en 4 étapes

- **Évaluer** : repérer les problématiques à l'aide d'échelles validées
- **Monitorer** : objectiver certains états internes (biofeedback)
- **Accompagner** : proposer des programmes et exercices adaptés
- **Suivre** : analyser l'évolution et ajuster les prises en charge




Programmes



AGIR sur l'AUTO-CRITIQUE et la HONTE

PROGRAMME SÉLECTIONNÉ ✕ Fermer



AGIR sur la DÉPRESSION

< ● ● ● >

Séance 1 S'auto-évaluer en début	●	1 exercices ∨
Séance 2 Comprendre et se détendre	● ● ● ● ● ● ●	7 exercices ∨
Séance 3 Trier et se détacher	● ● ● ● ● ● ●	6 exercices ∨
Séance 4 Se programmer un avenir attirant	● ● ● ● ● ● ●	5 exercices ∨
Séance 5 Intégrer et accepter pour mieux consolider	● ● ● ● ● ● ●	5 exercices ∨
Séance 6 S'auto-évaluer en fin	●	1 exercices ∨

Des outils directement mobilisables

La plateforme propose :

- échelles d'évaluation validées
- indicateurs physiologiques (biofeedback)
- programmes et exercices utilisables en séance et inter-séances

Elle permet de :

- renforcer l'alliance thérapeutique
- favoriser l'engagement du patient
- suivre et objectiver les évolutions

Un cadre fiable et sécurisé

- protocoles validés cliniquement
- collaborations hospitalo-universitaires (CHU de Lille)
- hébergement sécurisé des données de santé (HDS)

