



Psychothérapie basée sur la théorie de l'attachement

Mieux comprendre et mieux travailler avec la résistance au changement chez l'adulte

Formation au format présentiel / distanciel

Programme des 3 jours
21 heures



Psychothérapie basée sur la théorie de l'attachement

Réf : TFA 001

Mieux comprendre et mieux travailler avec la résistance au changement chez l'adulte

PRESENTATION

Dès le début des années 80, des chercheurs cognitivistes (Guidano et Liotti, 1983) ont intégré les apports de la théorie de l'attachement de John Bowlby à la théorie des schémas de Beck. Ils ont mis en évidence la manière dont les processus d'attachement influencent le développement de croyances fondamentales et sous-tendent la résistance au changement thérapeutique.

Depuis ces premiers rapprochements, la recherche sur la théorie de l'attachement a connu des développements considérables en devenant internationale et multidisciplinaire.

Dans notre formation de 3 jours, nous passerons en revue la psychopathologie de l'adulte à la lumière des théories du développement et aborderons les perspectives thérapeutiques centrées sur les processus d'attachement.

Ces approches sont particulièrement intéressantes dans le travail thérapeutique avec les patients présentant des troubles de la personnalité, avec une forte résistance au changement.

Nous aborderons - sous l'angle de la théorie de l'attachement, de la régulation émotionnelle, et du traumatisme complexe - les spécificités du travail avec les patients adultes qui présentent des troubles en lien avec l'attachement.

En particulier, la formation mettra le focus sur le travail avec les personnes présentant des difficultés importantes à utiliser les relations pour créer de la sécurité, de la régulation et de la réciprocité et manifestant un traumatisme d'attachement.

Dans la relation de soin, les personnes avec un trauma d'attachement peuvent être aussi bien dépendantes que méfiantes.

Certains présentent une désorganisation de leurs comportements relationnels en oscillant entre demandes importantes et comportements de sabotage du lien thérapeutique (« aide-moi mais je ne veux pas de ton aide »).

Ils peuvent également présenter une multitude de stratégies relationnelles visant à contrôler la relation et empêcher ainsi toute progression thérapeutique.

En tant que professionnels de l'aide et de l'accompagnement, vous apprendrez à (r)établir une relation de confiance avec vos patients présentant un traumatisme d'attachement. Divers comportements de contrôles relationnels seront identifiés et vous serez mieux à même de sortir de cette dynamique de contrôle afin d'installer une relation collaborante permettant une évolution thérapeutique.

Enfin, vous pourrez mettre en pratique certains aspects important de la théorie de l'attachement en reproduisant en séance les processus qui permettent aux individus de développer de la confiance, une capacité à réguler leurs émotions et une identité stable.

PRINCIPAUX OBJECTIFS

Comprendre les principes fondamentaux de la théorie de l'attachement et adapter sa pratique psychothérapeutique en les utilisant notamment pour installer un contenant et un processus thérapeutique favorisant la sécurité.

- Comprendre les principes fondamentaux de la théorie de l'attachement : l'attachement en tant que système comportemental / la sécurité d'attachement / les stratégies d'attachement organisées et désorganisées / le trauma d'attachement.
- Identifier les comportements relationnels contrôlant.
- Être capable d'installer une relation de collaboration avec des patients présentant un trauma d'attachement en apaisant les comportements de contrôle.
- Connaître les processus à la base d'une relation d'attachement sécurisée et du développement d'une capacité de régulation émotionnelle autonome : accordage – désaccordage – réparation de l'accordage.
- Développer sa capacité d'accordage : savoir-être et techniques d'entretien.
- Développer sa capacité de désaccordage : poser le cadre.
- Développer sa capacité à réparer l'accordage : réparer le lien quand il est rompu.
- Adapter les processus d'accordage – désaccordage – réparation de l'accordage avec le style d'attachement du patient.
- Adapter sa pratique en s'inspirant des théories de l'attachement : passer en revue les recommandations pour l'installation d'un contenant thérapeutique favorisant la sécurité et le processus thérapeutique.



Psychothérapie basée sur la théorie de l'attachement *Mieux comprendre et mieux travailler avec la résistance au changement chez l'adulte* **SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES**

Objectif principal

**Durée
Intervenant**

Comprendre les principes fondamentaux de la théorie de l'attachement et adapter sa pratique psychothérapeutique en les utilisant notamment pour installer un contenant et un processus thérapeutique favorisant la sécurité.

3 jours, 21 heures

Raphaël Gazon, Psychologue clinicien et psychothérapeute
Formation ouverte en présentiel et en distanciel visio-live

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Prise de connaissance des supports pédagogiques et documents éventuels que le stagiaire doit s'approprier en amont de la formation Réflexion éventuelle individuelle du stagiaire sur un cas pouvant servir de base la formation présentielle	Par mail
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation et des objectifs, des intervenant(e)s et des participants Point organisationnel Evaluation des acquis de début de formation	Tour de table Recueil des attentes QCM des pré-acquis
Comprendre le modèle d'une psychothérapie inspirée de la théorie de l'attachement	Envisager le développement de la capacité à réguler les émotions à la lumière des sciences du développement : La psychologie du développement appliquée à la psychothérapie Historique de la théorie de l'attachement et des recherches sur les effets d'une séparation précoce avec les figures d'attachement Définition de l'attachement en tant que système motivationnel	Apports théoriques par Diaporama , échanges avec le groupe et exemples cliniques Exercices : - Brainstorming autour du fonctionnement du système motivationnel d'attachement - Brainstorming autour de la fonction des comportements d'attachements
Connaître les 4 modalités d'attachement	Passage en revue des 4 patterns d'attachement : • Attachement sécure • Attachement évitant • Attachement ambivalent / résistant • Attachement désorganisé Stabilité des patterns d'attachement de l'enfance à l'âge adulte Le traumatisme d'attachement • Attachement désorganisé et ses rapports avec la gestion du stress, le psychotrauma et les processus dissociatifs.	Apports théoriques par Diaporama , échanges avec le groupe et exemples cliniques Exercices : Reconnaissance des patterns d'attachement sur séquences vidéo
Appréhender le trauma d'attachement et stratégies de contrôle	Evolution du trauma d'attachement • Développement des comportements de contrôle relationnel La désorganisation de l'attachement en tant que dimension, plutôt qu'un pattern d'attachement Présentation du modèle de <i>Liotti</i> et identification des comportements de contrôle • Etude des interactions entre le système d'attachement et les autres systèmes motivationnels impliquées dans les relations • Lignes générales d'une psychothérapie éclairée par la théorie de l'attachement, • La désorganisation précoce de l'attachement chez l'enfant est associée à un risque plus grand de développement de troubles dissociatifs Effondrement des comportements de contrôle et décompensation psychiatrique	Apports théoriques par Diaporama , échanges avec le groupe et exemples cliniques Exercices : Brainstorming sur les comportements de contrôle

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Apaiser les stratégies de contrôle	<p>Utiliser le système de « collaboration égalitaire » afin d'apaiser les comportements de contrôle relationnel.</p> <p>Comprendre comment les personnes avec du trauma d'attachement utilisent une variété de comportements de contrôle relationnel et comment ces comportements vont bloquer toute possibilité d'évolution thérapeutique.</p> <p>Savoir aider ces personnes à passer d'un mode relationnel « contrôlant » à un mode « collaborant »</p>	<p>Jeux de rôle 1 (en grand groupe): Identifier ce qui augmente et ce qui diminue les comportements de contrôle</p> <p>Exercice pratique : En binôme, s'entraîner à installer une relation collaborante.</p>
Mettre en place un processus d'accordage à travers le contact et la mentalisation	<p>Appréhender l'accordage comme processus essentiel pour l'apprentissage d'une capacité de régulation émotionnelle, la création d'un lien affectif sécurisant et la construction de l'identité</p> <p>Etablir un accordage avec des personnes présentant un traumatisme d'attachement selon 2 techniques importantes : 1) Faire amitié avec la stratégie contrôlante 2) Utiliser la mentalisation (Fonagy et Bateman)</p>	<p>Apports théoriques par diaporama, échanges avec le groupe et exemples cliniques</p> <p>Mise en pratique : Exercice en grand groupe et par 2 pour apprendre à s'accorder et à mentaliser les états du patient.</p>
Mettre en place le processus de désaccordage et de réparation d'accordage	<p>Comprendre le désaccordage et le réaccordage : 2 processus essentiels pour l'apprentissage d'une capacité de régulation émotionnelle autonome, la création de liens sécurisants et le développement d'un sens positif et différencié de Soi et de l'Autre.</p> <p>Apprendre, avec un accordage fort, à cadrer (désaccordage) les comportements contrôlants et confronter le fonctionnement habituel des personnes présentant un traumatisme d'attachement.</p> <p>Savoir mettre en oeuvre ce processus de désaccordage de façon bienveillante, prévisible, et adaptée à l'état du patient.</p> <p>Alterner avec un processus de réaccordage permettant aux individus relationnellement traumatisés d'apprendre à surmonter les situations de stress relationnels.</p>	<p>Apports théoriques par diaporama, échanges avec le groupe et exemples cliniques</p> <p>Mise en pratique : - Illustration des effets du désaccordage et du réaccordage sur base d'une vidéo (« Still face experiment » d'Ed Tronick) - Démonstration et exercices pratiques pour s'entraîner à utiliser les 3 processus dans l'entretien thérapeutique</p>
Installer un contenant thérapeutique sécurisant	<p>Passage en revue des différents éléments du « contenant thérapeutique ».</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ce que le thérapeute ou l'équipe soignante peut installer pour créer de la sécurité, de la confiance et de la régulation dans les soins. 	<p>Apports théoriques par diaporama, échanges avec le groupe et exemples cliniques</p> <p>Mise en pratique : Discussion en mini-groupes sur les applications concrètes du contenant thérapeutique au sein des différents lieux de pratique de chacun.</p>
Faire le bilan de fin	<p>Présentation de la bibliographie et des ressources disponibles sur le sujet</p> <p>Evaluation individuelle des acquis</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>

Intervenant

La formation sera animée par un intervenant connu et reconnu, psychologue clinicien, ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics.

L'intervenant prévu est **Monsieur Raphaël GAZON**

- Psychologue clinicien et psychothérapeute
 - Spécialisé dans le traitement des troubles émotionnels et des traumatismes psychiques (Problèmes de régulation émotionnelle, état de stress post-traumatique, traumatismes complexes liés à l'enfance, troubles de l'attachement, troubles dissociatifs et trouble de la personnalité état limite).
- Directeur du Centre PEPS-E proposant des suivis spécialisés pour le traitement des troubles émotionnels, des traumatismes et des troubles de l'attachement.
- Superviseur agréé par l'AEMTC (Association de Thérapie Comportementale et Cognitive en Belgique francophone).
- Diplômes:
 - Etudes Spécialisées en Psychothérapie – Orientation Cognitivo-Comportementale. Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education – Université Catholique de Louvain
 - Licencié en Sciences Psychologiques. Faculté de Psychologie et des Sciences de l'Education – Université Catholique de Louvain
 - Certification en Psychothérapie Sensorimotrice® (Sensorimotor Psychotherapy Institute, Boulder, USA)



Prérequis

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

Pour qui

SANTÉ

- Professionnels des psychothérapies :
Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens.
- Professionnels de santé soignants et paramédicaux:
Médecins, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.
- Professionnels des thérapies complémentaires et médecines douces :
Sophrologues, hypnothérapeutes, relaxologues, thérapeutes énergétiques, professeurs de yoga / reiki / qi gong, kinésologues, praticien shiatsu, reflexologues, naturopathes, etc.
- Étudiants dans les disciplines précitées.

TRAVAIL, ÉDUCATION, FORMATION

- Médecins, psychologues, infirmier(e)s du travail.
- Ergonomes.
- Coachs , Consultants, formateurs
- Éducateurs.
- Travailleurs sociaux.

SPORT

- Médecins du sport.
- Préparateurs sportifs, physiques, mentaux.
- Professeurs d'éducation physique et sportive.

RECONVERSION

- Pour le cas le cas où le stagiaire se trouve dans un projet de reconversion vers les métiers de l'aide et de l'accompagnement , il lui est demandé pour pouvoir s'inscrire à la formation de passer un entretien téléphonique préalable.

Et aussi ...

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

Notre formation est :

- conçue et animée par Raphaël Gazon, psychologue spécialisé dans le traitement des troubles émotionnels et des traumatismes ;
- 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 / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables ;
- structurée pour la pratique dans une perspective d'acquisition de la technique à des fins d'accompagnement et de prise en charge de patientèle / clientèle ;
- délivrée à des groupes **restreints à 16 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

POSSIBILITE D'ETRE FORME(E) EN MODE DISTANCIEL

Cette formation est possible en mode distanciel, sous la forme *visio-live*, selon les conditions détaillées dans la fiche d'inscription.

Symbiofi propose une installation professionnelle : multi-caméras, prise de son d'ambiance, prise de son intervenant, écran TV géant en fonds de salle pour avoir 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.



Bâtiments 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 équipé de :
chaises tablette écriture
Vidéos projecteur plafond
Enceintes
Paper board



Espace de pratique équipé de :
tablettes numériques SymbioCenter
Tapis de sol + couvertures
Briques de yoga



Espace de restauration équipé de :
Réfrigérateur
micro-ondes, cafetières, théières

Reconnaissance de l'organisme

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 :



Validation de la formation

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 analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Le Plus

L'ACCES GRATUIT A LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plate-forme 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/>



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 brève, 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-dépressifs, 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

Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources

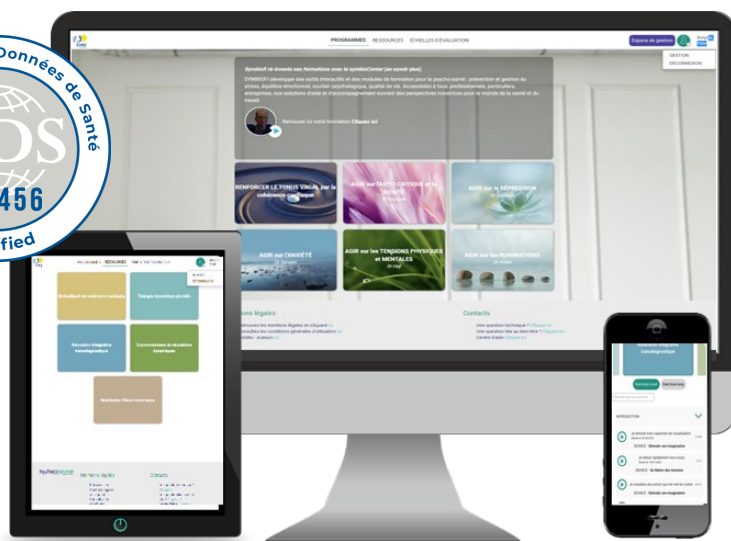
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire



L'espace professionnel de gestion

- Individualiser et superviser les parcours non médicamenteux par patient
- Suivre l'observance, les résultats et les progrès
- Pratiquer en séance présenteielle avec le patient ou ouvrir des droits d'accès distanciels en inter-séance
- Communiquer de façon avancée avec le patient : téléconsultation, chat synchrone / asynchrone, forum



L'espace d'activités thérapeutiques

- 2 bilans *flash* et 60 échelles psychométriques pour repérer et évaluer
- 6 protocoles cliniques cadencés sur 8 à 12 semaines et + de 100 thérapies guidées pour s'entraîner
- e-capteur et biofeedback - avec brevets CHU de Lille - pour activer et renforcer le tonus du nerf vague

La réponse aux besoins du professionnel

- 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
- Améliorer l'observance patient par des entraînements entre chaque séance présenteielle
- Rendre le patient actif dans la prise en charge
- 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.