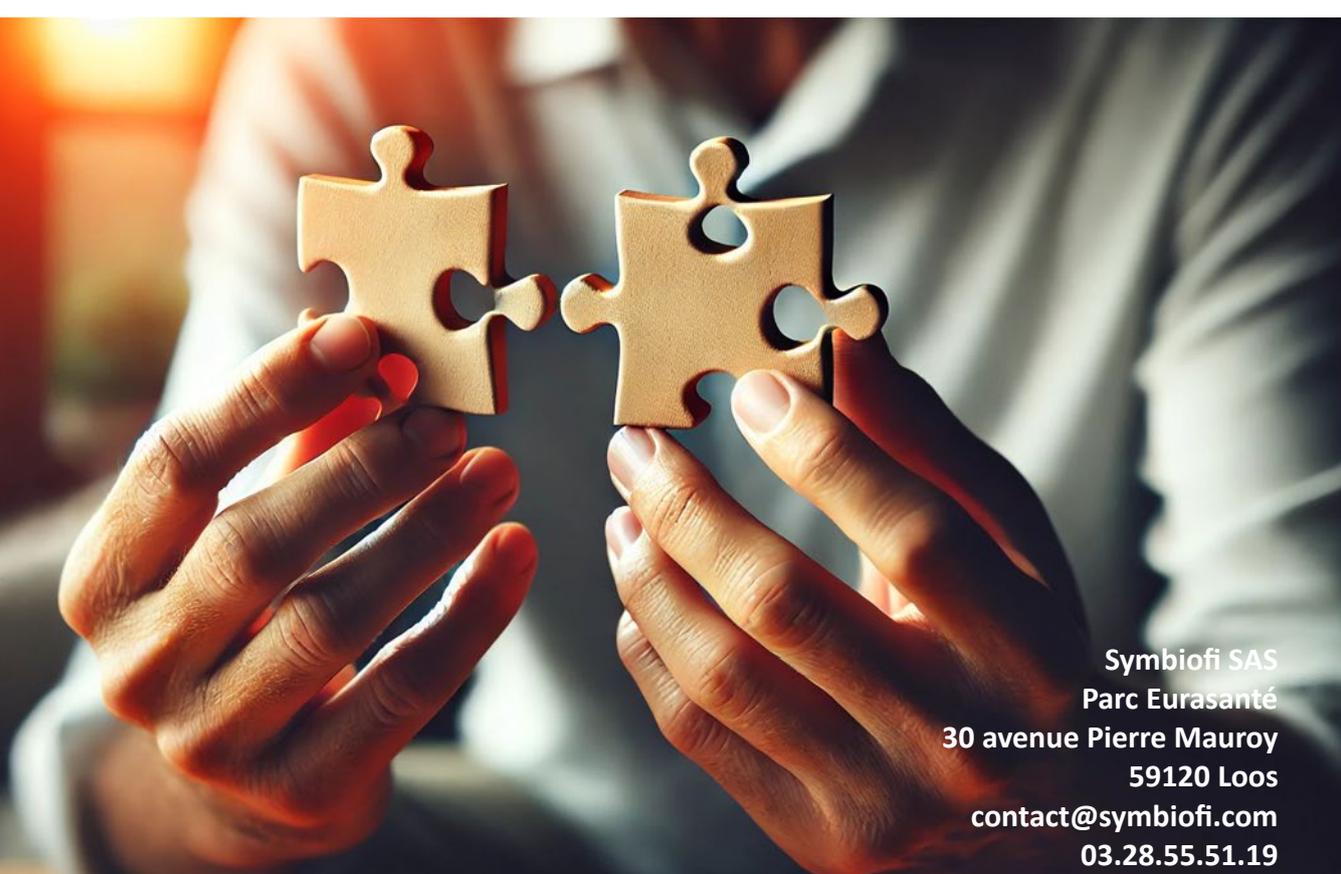




**Thérapie brève, stratégique
et orientée solutions**
L'approche interventionniste du changement

Formation au format présentiel / distanciel
Programme des 4 jours
21 heures



Thérapie brève, stratégique et orientée solutions

Réf : TBP 004

L'approche interventionniste du changement

La thérapie brève, la thérapie stratégique et la stratégie orientées solutions, qui vont être développées dans ce programme, sont toutes trois des thérapies dites interventionnistes. Elles visent le changement et la proactivité du patient dans la résolution de son problème ; elles sont structurées et pragmatiques et deviennent ainsi redoutablement efficaces. Leur compréhension est nécessaire pour mettre en place des accompagnements par la thérapie basée sur les mouvements oculaires.

Ces modèles d'actions thérapeutiques sont issus des recherches et des réflexions d'un groupe de chercheurs des années 50, sous l'égide de Gregory Bateson. Plus connus sous le nom de l'École de Palo Alto (Californie, USA), ils vont fortement influer sur la théorie systémique et les courants qui en découlent.

Un peu plus d'une décennie après, le MRI (Mental Research Institute) est fondé. C'est Don D. Jackson qui prend alors la direction de ces chercheurs intéressés par la communication humaine et ses effets au sein des familles. La jeune équipe du MRI comporte des noms aussi prestigieux que Jay Haley, Jules Riskin, Virginia Satir, Paul Watzlawick, John Weakland ou encore Dick Fisch. Leurs travaux vont, entre-autres, chercher à identifier les liens entre les structures et les interactions familiales et l'apparition des troubles psychiques. Le succès fulgurant du jeune MRI est dû à l'hypothèse révolutionnaire de la double contrainte à l'origine de la schizophrénie.

Enrichies de l'hypnose et la stratégie du Dr Milton Erickson, ainsi que des travaux sur les logiques de la communication de Watzlawick, l'équipe du MRI va mettre en évidence toute une gamme de moyens permettant le soulagement des difficultés personnelles, relationnelles et familiales.

Par leurs observations perspicaces, ils vont permettre la création de techniques thérapeutiques novatrices, telles que la thérapie systémique, la thérapie brève et stratégique.

Quelques 50 ans après, de nouvelles méthodes en thérapie découlent encore toujours de leurs concepts et principes directeurs.

Toutes ces notions seront abordées dans notre formation de 3 jours afin de permettre à toutes les professionnels de terrain œuvrant au bien-être et au soulagement de la patientèle :

- d'avoir des bases scientifiques sérieuses, mais néanmoins abordables, dans leur pratique professionnelle ;
- de connaître et de pouvoir échanger de manière concrète sur les différents outils thérapeutiques actuels proposés dans les thérapies du changement ;
- de bénéficier d'une meilleure compréhension des actions thérapeutiques des thérapies du changement.

Cette formation sensibilisera aux 3 canevas de travail ayant émergé du MRI, la thérapie brève, stratégique et orientée solutions. E

Ile permettra aux professionnels de rompre avec le tabou de l'usage des étiquettes psychopathologiques, mais néanmoins d'établir un lien avec le monde de la psychothérapie et de la psychiatrie, en montrant comment on peut aborder de façon différente les patients correspondant aux grandes catégories du DSM.

La formation aura aussi un impact personnel pour le / la participant(e) en lui donnant des moyens de mieux situer son action et de mieux gérer les relations dans différents champs professionnels : milieu scolaire, travail social, institutions, organisations et associations.

Des cas concrets et personnalisés seront travaillés en groupe et vous expérimenterez vous-même les outils thérapeutiques et les exercices pratiques afin de développer votre démarche professionnelle.

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

Intervenante

Michèle QUINTIN

- Psychologue clinicienne.
- Hypnothérapeute formée à l'institut Milton Erickson de Bruxelles.
- Psychothérapeute et formatrice pour adultes en privé et en entreprises (sur les thèmes de la psychologie de la santé, des nouvelles thérapies, du stress au travail, du burnout et des maladies dites de civilisation, du stress traumatique...).
- Directrice depuis 1985 d'un centre psychothérapeutique, pluridisciplinaire, spécialisé dans les problématiques du stress chronique et traumatique.
- Initiatrice d'un projet d'aide aux femmes et aux enfants victimes des violences de guerre dans l'est du Congo, et notamment à l'Hôpital Panzi.
- Fondatrice de la Relaxothérapie® méthode thérapeutique pour lutter contre les méfaits du stress et de l'anxiété.
- Animatrice d'ateliers de yoga, de méditation et de relaxation
- Elève de l'enseignement du Hatha Yoga du maître B.K.S. Iyengar , de feu Lama Karta, et actuellement de Lama Zeupa, maîtres spirituels de bouddhisme tibétain.

Objectifs

Comprendre les thérapies du changement et utiliser les trois canevas de travail ayant émergé du MRI : la thérapie brève, stratégique et orientée solutions.

- Donner aux professionnels de l'accompagnement qui se sentent parfois démunis ou impuissants face au traumatisme les éléments de base des thérapies du changement.
- Acquérir une trame conceptuelle claire de la démarche originale de ce groupe de penseurs et de thérapeutes, démarche replacée dans son contexte historique afin de mieux comprendre et s'approprier les méthodes actuelles ;
- Approcher un canevas de travail thérapeutique, fonctionnel et pragmatique ;
- Aborder une logique déductive efficace permettant de passer outre la résistance du patient et les blocages psychiques ;
- Expérimenter un schéma de travail en cascade, permettant de comprendre le choix entre la thérapie brève, la thérapie stratégique ou encore orientée solutions.

Objectif principal

Découvrir les concepts innovants de l'École de Palo Alto, acquérir les grilles de lecture thérapeutiques, s'exercer à leurs canevas de travail et expérimenter les exercices de base

Intervenantes

Michèle QUINTIN, Psychologue clinicienne

Durée

4 jours – 28 heures

Accueil	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table
----------------	---	---------------

Temps 1 : comprendre les fondements et les mécanismes des thérapies brèves

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Découvrir les racines des thérapies brèves	<p>Historique et concepts</p> <ul style="list-style-type: none"> . Gregory Bateson et Margaret Mead, les observations anthropologiques et les études sur la communication . L'École de Palo, l'influence du Dr Milton H. Erickson . Le MRI (Mental Research Institute) et son travail sur le système familial et la communication paradoxale . Le BTC (Brief Therapy Center) et la résolution des problèmes psychologiques. <p>La famille des outils thérapeutiques issus de l'École de Palo Alto</p> <ul style="list-style-type: none"> . La thérapie systémique, la thérapie brève, la thérapie stratégique, l'hypnothérapie éricksonienne, la PNL, la thérapie provocative, la thérapie orientée solutions, l'EMDR. <p>L'approche thérapeutique</p> <ul style="list-style-type: none"> . Les principes thérapeutiques tirés du travail du Dr Milton Erickson . Les principes de la relation (complémentarité, symétrie), de l'échange productif et du contexte systémique (le recadrage, la créativité, la mise-en-marche). 	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>→ Résumé des points clés par le participant ou en collectif → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe effectués en fin de cette séquence</p>
Comprendre les mécanismes du paradoxe et de la communication stratégique pour appréhender la thérapie brève	<p>Les principes cliniques de la thérapie au Brief Therapy Center</p> <ul style="list-style-type: none"> . Prise de conscience de la linéarité, circularité, ponctuation des échanges et des lois systémiques de la communication. . Notions d'interventionnisme, de brièveté. . La vision interactionnelle (totalité, équilibre, déterminisme) et la cybernétique relationnelle (la boucle de rétro-action). . Les effets du problème et les tentatives pour en sortir. Les deux réalités, . La communication paradoxale, les notions de lien / double-lien / double nœud . La position du thérapeute, l'influence et la créativité . Les différences avec les thérapies classiques 	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>1°) Étude de courtes vignettes vidéos Observations et échanges entre participants</p> <p>2°) Discussion sur le thème de l'interventionnisme en thérapie. Échanges entre participants</p> <p>3°) Démonstration du formateur Utilisation d'un cas clinique filmé en vidéo, observations.</p> <p>→ Résumé des points clés par le participant ou en collectif → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe effectués en fin de cette séquence</p>

<p>Rentrer dans la dynamique de la thérapie du changement</p>	<p>Orientation opératoire et structuration du questionnement</p> <ul style="list-style-type: none"> . Les principes de la résolution de problème . L'approche constructiviste . L'intervention et l'optique de changement . Les clés de l'entretien thérapeutique. . L'importance du 1er entretien. <p>Les prémisses qui aident le thérapeute :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Etablissement et négociation des pistes, les buts, les objectifs concrets. . L'orientation de l'investigation. La pugnacité thérapeutique 	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>Exercices pratiques en binôme/trinôme. Apprentissage actif : détermination des objectifs de travail concrets et mise en œuvre du questionnement</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Échanges en direct sur la pratique → Échanges sur le retour d'expérience → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe</p>
--	---	---

Temps 2 : Intégrer le cadenas de travail thérapeutique

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
<p>Apprendre le canevas de travail thérapeutique propre à la thérapie brève</p>	<p>Le canevas de travail thérapeutique</p> <ul style="list-style-type: none"> . La grille en 5 points du MRI. . Exemples et contre-exemples. <p>Le canevas de travail en 10 questions et 4 étapes</p> <p>Etape 1 : identifier le problème</p> <ul style="list-style-type: none"> . Qui a le problème ? Quel est le problème . Le mode de questionnement particulier, la position bienveillante indispensable, le langage non-verbal, la tactique. <p>Etape 2 : apprendre à utiliser</p> <ul style="list-style-type: none"> . Rester centré sur le problème . Cadrage et recadrage. . Utiliser les ressources. <p>Etape 3 : apprendre à aller chercher (la nacelle / l'entonnoir)</p> <ul style="list-style-type: none"> . La tactique et la séquence de questionnement . La découverte des potentialités, des alternatives . Les effets renforcateurs. <p>Etape 4 : apprendre à faire avec la résistance</p> <ul style="list-style-type: none"> . Comprendre les pièges et écueils . Utiliser le contexte, la pyramide des émotions, les priorités du patient. <p>Utilisation du dialogue stratégique</p> <p>Définition de la thérapie stratégique</p> <ul style="list-style-type: none"> . Les préalables historiques. . L'art de la communication. . Milton Erickson, Rogers, Bateson et le métalogue. . Le dialogue devient stratégique et thérapeutique . Les niveaux de réalité. <p>La communication dans "tous ses états"</p> <ul style="list-style-type: none"> . La "position" du langage, la reformulation, le pacing. . Le ressenti "versus" le compris - le compris ne vaut pas l'agi : nos intelligences conjointes <p>Le "devoir" éthique dans la thérapie brève et stratégique</p> <ul style="list-style-type: none"> . La redéfinition du rôle thérapeutique . L'influence, la persuasion, le pouvoir de décision en jeu . La construction des tâches thérapeutiques 	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>1°) Démonstration du formateur : Utilisation d'un cas clinique vidéo, observation.</p> <p>2°) Travail en groupe : choix d'un cas libre apporté par le groupe Recherche de la problématique, travailler au questionnement stratégique, cerner les différents niveaux de réalité, les strates de la communication, prévenir les résistances.</p> <p>3°) Apprentissage par mise-en-situation et échanges : → <i>Exercice pratique en trinôme intervenant, patient, anthropologue.</i></p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage de ressentis, des sensations, des émotions → Ajustement des postures / gestes / mots → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition de la méthode, des éléments d'amélioration → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe</p>

Temps 3 : Appréhender la thérapie orientée solution et expérimenter des cas pratiques

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
<p>Appréhender la thérapie orientée solutions</p>	<p>Utilisation de l'orientation vers le futur et les solutions</p> <ul style="list-style-type: none"> . Les préalables historiques . Frank Farelly et la thérapie provocative . Steve de Shazer et Bill O'Hanlon et la thérapie des solutions . Le modèle de l'Ecole de Bruges. <p>Les principes de base de la réappropriation de son action</p> <ul style="list-style-type: none"> . Le langage « orienté solutions » . La formulation positive . La reformulation cadrante . Le questionnement ouvert . Les présupposés . Les ressources et la ligne du temps, . L'<i>empowerment</i> . Les exceptions . La puissance de l'après rechute. <p>La solution annoncée</p> <ul style="list-style-type: none"> . La tâche suivant le but . Les compétences transférables . La question-miracle . L'échelle minimaliste . L'échelle repère et feuille d'observation. 	<p>Apports théoriques et diaporama illustré</p> <p>1°) Mise en pratique de la grille de travail Discrimination de l'utilisation de la TB / TS / TSol, suivant la dynamique du patient et ses difficultés</p> <p>2°) Apprentissage par jeu de rôle. Exercice pratique en trinôme : intervenant, patient, anthropologue</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Évaluation et correction des entretiens psychothérapeutiques suivant l'optique orientation vers la solution du patient → Échanges en direct sur la pratique → Échanges sur le retour d'expérience → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe</p>
<p>Savoir traiter des cas suivant des vignettes cliniques</p>	<p>Quelques cas cliniques types au choix</p> <ul style="list-style-type: none"> . L'escalade symétrique et complémentaire dans la relation couple . Le corsetage moral . L'interrogatoire naïf pour pénétrer la vision de l'autre . La réalité douloureuse . Les difficultés classiques du parent face à son adolescent . L'utilisation de ce qui est important pour le patient . Eviter l'inévitable . La peur d'avoir peur ou comment entretenir l'anxiété. <p>Les cas des participants</p> <ul style="list-style-type: none"> . Application de la grille de lecture et de la stratégie à adopter. 	<p>Apprentissage par simulation et mise en œuvre des canevas appris.</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage des ressentis, des sensations, des émotions → Ajustement des postures / gestes / mots → Questions/réponses → Synthèse et débriefing de groupe</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 est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérimentiel.

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 une intervenante de haut niveau experte, psychologue clinicienne, praticienne, superviseur, formée à l'institut Milton Erickson de Bruxelles ;
- centrée sur l'acquisition d'outils concrets et utiles, permettant au professionnel - quel que soit son niveau dans sa vie professionnelle - de les transmettre dans sa pratique afin d'obtenir des effets positifs et durables sur sa patientèle / clientèle ;
- délivrée à des groupes **restreints** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires ;

POSSIBILITÉ D'ÊTRE 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 PLATE-FORME 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/>

SYMBIOCENTER Accueil Solutions Usages Équipe Offres Formations Contact Espace patient Espace pro

Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs

Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées

Tester gratuitement

Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?

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, 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 2^{ème} 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

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

Valorisation
de la recherche
hospitalo-universitaire

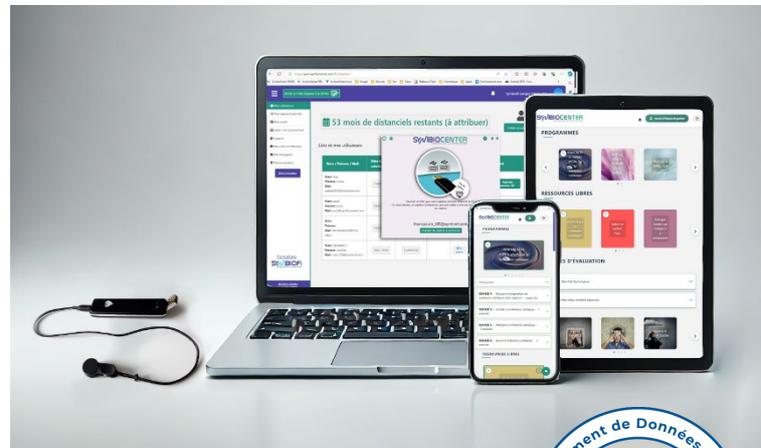


L'espace professionnel de gestion

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

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 accroître *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.