



Cycle Fondamental

Thérapies brèves plurielles

*Décrypter les interactions, déjouer les impasses
et reconstruire les récits de vie*

Formation ouverte en présentiel/distanciel

Programme des 9 jours

63 heures



Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19



Thérapies brèves plurielles, le Cycle

Fondamental

Décrypter les interactions, déjouer les impasses et reconstruire les récits de vie

Les **thérapies brèves** constituent aujourd'hui un ensemble d'approches thérapeutiques reconnues pour leur capacité à favoriser des changements rapides, concrets et durables. Développées à partir des travaux fondateurs de l'École de Palo Alto puis enrichies par les approches stratégiques, orientées solutions et narratives, elles partagent une même philosophie : comprendre les mécanismes qui maintiennent la difficulté, mobiliser les ressources de la personne et favoriser un changement pragmatique, respectueux de son histoire et de son contexte.

Si chacune de ces approches possède ses propres modèles théoriques, concepts et techniques d'intervention, elles sont avant tout complémentaires :

- la **thérapie systémique brève** permet de comprendre les interactions et les dynamiques relationnelles qui entretiennent les difficultés ;
- la **thérapie brève stratégique** et la **thérapie orientée solutions** proposent des méthodes concrètes pour débloquer les situations et construire le changement ;
- la **thérapie narrative** offre enfin un cadre permettant de transformer les récits de vie limitants et de favoriser l'émergence d'une identité plus riche en ressources et en possibilités.

C'est cette complémentarité qui fait la richesse des **thérapies brèves plurielles**. En combinant ces différents modèles au sein d'une même démarche clinique, le thérapeute développe une lecture plus fine des situations, enrichit sa posture d'intervention et dispose d'une palette d'outils lui permettant d'adapter son accompagnement à la singularité de chaque personne et de chaque contexte.

Dans cette perspective, **Symbiofi** propose le **Cycle Fondamental Thérapies brèves plurielles**, parcours progressif de **9 jours (63 heures)** composé de **trois modules complémentaires et indissociables**, conçus pour permettre aux professionnels d'acquérir une maîtrise cohérente, intégrative et directement opérationnelle des principales approches contemporaines des thérapies brèves.

Module 1 - Thérapie systémique brève (3 jours - 21 h)

Comprendre les interactions, identifier les boucles de maintien et intervenir sur les dynamiques relationnelles à l'origine des difficultés. À partir des axiomes de la communication et du modèle interactionnel, ce module permet de développer une lecture systémique des situations cliniques, de mettre en œuvre des recadrages thérapeutiques et de favoriser le « plus petit changement utile ».



Module 2 - Thérapie brève stratégique et thérapie orientée solutions (3 jours - 21 h)

Construire des interventions ciblées et orientées vers le changement. Ce module permet d'élaborer un diagnostic opératoire, d'identifier les tentatives de solution inefficaces, de concevoir des prescriptions thérapeutiques adaptées et d'utiliser les principaux outils issus des modèles stratégiques et solutionnistes afin de favoriser un changement concret et mesurable.

Module 3 - Thérapie narrative (3 jours - 21 h)

Transformer les récits qui entretiennent la souffrance psychique. Les professionnels apprendront à utiliser les principales cartes narratives (externalisation, paysages des actions et des intentions, échafaudage...) ainsi que la posture du thérapeute « décentré et influent » afin de co-construire avec les personnes accompagnées des récits alternatifs davantage porteurs de sens, de ressources et de possibilités.

L'ensemble du Cycle constitue un **parcours de spécialisation cohérent et progressif**, dans lequel chaque module enrichit et complète les précédents. Au fil des apprentissages, les participants développent une compréhension intégrative des thérapies brèves ainsi qu'une véritable méthodologie d'intervention leur permettant d'articuler les différents modèles avec pertinence selon les problématiques rencontrées.

Alternant apports théoriques, démonstrations, analyses de situations cliniques, expérimentations, jeux de rôle et échanges de pratiques, ce parcours intensif permet une intégration progressive et durable des compétences.

Les professionnels issus des secteurs du soin, de la santé mentale, du social ou de l'accompagnement y trouveront un cadre structuré pour développer une véritable expertise des thérapies brèves contemporaines et enrichir durablement leur pratique clinique.

APPROFONDISSEMENT

Les professionnels souhaitant approfondir leur pratique des thérapies brèves pourront poursuivre leur parcours avec :

- **Cycle Expert Thérapies brèves contemporaines – à partir de 14 jours**, pour élargir leurs compétences aux différentes approches des thérapies brèves et approfondir leurs modèles, méthodes et stratégies d'intervention.
- **Praticien en Thérapies brèves plurielles – 30 jours**, un parcours professionnalisant complet pour articuler les principales approches des thérapies brèves dans une pratique clinique structurée et intégrative.



Prérequis et public visé

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce Cycle de Spécialisation 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.*



Objectif

Acquérir une maîtrise intégrative et opérationnelle des thérapies brèves plurielles afin d'évaluer les situations cliniques, d'articuler avec pertinence les approches systémiques, stratégiques, orientées solutions et narratives, et de conduire des interventions ciblées favorisant des changements rapides, durables et adaptés à la singularité de chaque personne.



M Modules fondamentaux

Le **Cycle Fondamental Thérapies brèves plurielles** est structuré autour de **trois modules complémentaires**, organisés en un parcours progressif de **9 jours (63 heures)**.

Ensemble, ils permettent d'acquérir les **principes, méthodes et outils d'intervention** des approches **systemiques, stratégiques, orientées solutions et narratives**, et de les articuler dans une pratique professionnelle structurée.

Modules	Fonction	Jours	Mode
Thérapie systémique brève : <i>comprendre, débloquer et transformer les interactions problématiques</i>	Analyser les interactions	3 j	Présentiel ou Distanciel
Thérapie stratégique et thérapie orientée solutions : <i>identifier les mécanismes de maintien et construire les solutions</i>	Débloquer et résoudre	3 j	Présentiel ou Distanciel
Thérapie narrative : <i>déconstruire les récits dominants et construire de nouvelles histoires</i>	Déconstruire et reconstruire	3 j	Présentiel ou Distanciel

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Objectif principal	Maîtriser les fondements de la thérapie systémique brève et être capable d'analyser les interactions, de construire un problème opératoire et de mettre en œuvre des stratégies thérapeutiques favorisant des changements relationnels rapides, concrets et durables
Intervenant	Jean-François TERAOWSKI, 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
----------------	---	---------------

Objectifs visés	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre les fondements de la thérapie systémique brève et situer le modèle de Palo Alto dans les psychothérapies contemporaines	Les fondements des thérapies brèves - Définition et caractéristiques des thérapies brèves - Les principaux modèles contemporains - Place et spécificités de la thérapie systémique brève L'École de Palo Alto - Origines et développement du modèle - Les principaux auteurs et leurs contributions - Les axiomes de la communication - Les postulats systémiques et cybernétiques Les évolutions du modèle - Les principaux courants issus de Palo Alto - La place de Milton H. Erickson dans le développement des thérapies brèves - Complémentarités avec les autres approches contemporaines Comprendre les mécanismes du changement - Pourquoi privilégier le « comment » plutôt que le « pourquoi » - Les principes du changement en thérapie systémique brève - Les quatre paramètres du changement - Introduction à la notion d'expérience émotionnelle correctrice (EEC)	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Dynamique interactive d'échanges et d'analyse collective - Échanges entre participants - Questions / Réponses - Synthèse et débriefing de groupe
Analyser les interactions, les processus de communication et les boucles relationnelles qui maintiennent les difficultés	La lecture systémique des situations cliniques - La vision interactionnelle - L'utilité du mandat circulaire - La place du constructivisme dans la pratique thérapeutique Comprendre les processus relationnels - Linéarité versus circularité - La cybernétique relationnelle - La ponctuation des interactions - Les équilibres systémiques : symétrie et complémentarité Identifier les mécanismes de maintien des difficultés - Les prophéties autoréalisatrices - Les gestes propitiatoires - La notion de brièveté : objectif ou conséquence ? - La place de la douleur dans l'approche systémique brève Introduire le changement par le recadrage - Les différentes formes de recadrage - o sens donné	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Vignettes cliniques -Travaille des différences de notion vouloir que cela change et faire pour que cela change, Mises en pratique par jeux de rôle -L'escalade symétrique -L'escalade complémentaire - Le cabas plein de courses Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

	- o sens caché - o sens utile - Comprendre le paradoxe - Les interventions paradoxales	
Conduire un entretien systémique et construire une stratégie thérapeutique centrée sur les interactions	Le premier entretien thérapeutique - Les enjeux du premier entretien - Les caractéristiques d'un entretien efficace - o un entretien déjà thérapeutique - o la nouveauté comme levier de changement - o la bienveillance et l'espoir Du récit de la plainte au problème opératoire - Passer de la plainte au problème - Passer du problème au recadrage - Identifier le type de consultant - o le touriste - o le plaignant - o le patient - Adapter son intervention selon le type de consultant - o triangulation - o baguette magique - o salle d'attente - o technique de la plainte - o travail sur les valeurs et le coût métaphores thérapeutiques Construire un objectif thérapeutique - Définir un problème concret et observable - Différencier le problème de la solution dont on se plaint - Construire un objectif concret - Les quatre paramètres d'un objectif efficace - Passer du problème à l'apprentissage de nouveaux comportements Élaborer une stratégie thérapeutique - Définir un objectif tactique - La position basse et le non-savoir - Les techniques de cadrage - o le kayak biplace - o la condition de l'avant tout - o le contrat en blanc - o le paratonnerre	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré -Méthodes expérientielles par 2 exercices -Le bras de fer -L'écharpe à franges ou corde à nœuds Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Mettre en œuvre les principaux outils de la thérapie systémique brève et accompagner le changement	Mettre en œuvre une stratégie thérapeutique - Mettre en place le cadre thérapeutique - Adopter la posture du thérapeute systémicien - La position basse et le non-savoir - Parler le langage du patient - La position de l'anthropologue Utiliser les principaux outils d'intervention - Les solutions qui deviennent le problème - Différencier tactique et stratégie - Les techniques de changement - o le U-turn - o le sabotage bienveillant - o le reliquat non résolu - o les rituels thérapeutiques - o les changements de pattern - Construire et prescrire des tâches thérapeutiques	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Échange avec le groupe -Notions de provocation et de bienveillance Mises en pratique par exercices en binôme -Jeu du dérouter par l'autrement fait -Jeux sur fiche clinique apportées Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.

	○ principe du minimal change ○ progressivité des tâches ○ accompagner les patients réfractaires ○ Les conflits de structure et de drapeau Accompagner et ajuster le changement - Favoriser l'engagement du patient - Responsabilité du thérapeute et responsabilité du patient - Assurer le suivi thérapeutique - La fin du suivi - La question de la thérapie brève au long cours Développer une pratique systémique intégrative - Le travail du cadre thérapeutique - Les valeurs du patient comme levier de changement - Intégrer la thérapie systémique brève dans une pratique clinique intégrative	
Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

Objectif principal	Acquérir les compétences fondamentales de la thérapie brève stratégique et de la thérapie orientée solutions afin de construire un diagnostic opératoire, d'identifier les mécanismes de maintien des difficultés, de mobiliser les ressources des personnes accompagnées et de mettre en œuvre des interventions thérapeutiques adaptées à des situations cliniques variées
Intervenant	Jean-François TERAOKOWSKI, 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
----------------	---	---------------

Temps 1 : Acquérir les fondements et les principaux outils de la thérapie brève stratégique

Objectifs visés	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre les fondements de la thérapie brève stratégique et construire un diagnostic opératoire	Les fondements de la thérapie brève stratégique - Les origines de l'approche stratégique : de l'École de Palo Alto à Giorgio Nardone - La contribution de Milton H. Erickson au développement des thérapies brèves - Les principes fondamentaux de l'approche stratégique - La place de l'hypnose conversationnelle dans l'intervention stratégique Le diagnostic opératoire - Définition et objectifs - Identifier les tentatives de solution qui maintiennent le problème - Les principales logiques de maintien des difficultés - Construire un diagnostic opératoire - Identifier les leviers thérapeutiques et élaborer une stratégie d'intervention	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe effectués en fin de cette séquence
Maîtriser les principaux outils de l'approche stratégique et les intégrer dans la résolution de problèmes	Les principes de l'intervention stratégique - Construire une stratégie de résolution de problème - Définir le problème et les objectifs thérapeutiques - Identifier les tentatives de solution - Les principales stratégies de changement : ○ aggravation stratégique, ○ scénario idéal, ○ stratégie des petits pas, ○ métaphore de l'alpiniste. Les principaux outils de l'approche stratégique - Les prescriptions comportementales et paradoxales - Les tâches thérapeutiques - Les métaphores et histoires thérapeutiques - Les outils de recadrage et de communication stratégique Applications pratiques - Mise en œuvre des principaux outils stratégiques à partir de situations cliniques variées	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Étude de vidéos Observations et échanges entre participants Démonstration du formateur Utilisation d'un cas clinique filmé en vidéo, observations. → Résumé des points clés par le participant ou en collectif → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe effectués en fin de cette séquence
Utiliser l'approche stratégique dans la prise en charge des troubles anxieux	Comprendre les mécanismes de maintien des troubles anxieux - Le système perception-réaction - Les tentatives de solution qui entretiennent les troubles anxieux	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Exercices pratiques en binôme/trinôme

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Adapter l'approche stratégique au deuil traumatique et au psychotraumatisme	L'approche stratégique de l'agoraphobie - Les mécanismes de maintien de l'agoraphobie - Les stratégies d'intervention dans l'agoraphobie - Les spécificités de l'agoraphobie avec attaques de panique L'approche stratégique du trouble obsessionnel compulsif (TOC) - Les mécanismes de maintien du TOC - Les stratégies d'intervention dans les troubles obsessionnels compulsifs	Débriefing collectif ou en sous-groupes Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
	Comprendre les mécanismes de maintien dans le psychotraumatisme - Les spécificités du psychotraumatisme - Les tentatives de solution inefficaces : quand le coping dysfonctionnel entretient la souffrance - Le fonctionnement stratégique du trouble de stress post-traumatique (TSPT) L'approche stratégique du deuil traumatique - Le deuil traumatique et le deuil compliqué - Les mécanismes de maintien du deuil enkysté - L'endeuilement traumatique Les outils stratégiques appliqués au psychotraumatisme et au deuil - Le roman du trauma - La conspiration du silence - L'aggravation stratégique - Le carnet de bord - Les interventions sur la colère enkystée - Les interventions sur les auto-injonctions inhibitrices	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Exercices pratiques en binôme/trinôme. - Le roman du trauma - La conspiration du silence - Aggraver le problème - Le carnet de bord - La colère enkystée - Les auto-injonctions inhibantes Débriefing collectif ou en sous-groupes Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.

Temps 2 : Acquérir les fondements et les principaux outils de la thérapie orientée solutions

Objectifs visés	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre les fondements de la thérapie orientée solutions et maîtriser le langage solutionniste	Les fondements de la thérapie orientée solutions - Steve de Shazer et les origines de l'approche - La place de la thérapie orientée solutions parmi les thérapies brèves - Les postulats fondamentaux de l'approche solutionniste - La temporalité comme levier thérapeutique - Les quatre paramètres de l'intervention orientée solutions Le langage comme outil de changement - Les caractéristiques du langage solutionniste - Parler « solution » plutôt que « problème » - La force du langage orienté vers les ressources - L'effet Rosenthal et l'empowerment - Le rôle du temps dans la construction du changement	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Démonstration du formateur : utilisation d'un cas clinique vidéo, observation. Travail sur un cas libre apporté Recherche de la problématique, travailler au questionnement stratégique, cerner les différents niveaux de réalité, les strates de la communication, prévenir les résistances. Mises-en-situation en trinômes Débriefing collectif ou en sous-groupes Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.

Utiliser les principaux outils de la thérapie orientée solutions pour favoriser le changement	Les ressources et les exceptions - Les ressources en thérapie orientée solutions - Le travail des exceptions - Les différents types d'exceptions - Repérer et amplifier les exceptions La question miracle - Les indications thérapeutiques - Les objectifs de la question miracle - La préparation de la question miracle (Yes Set et croyances limitantes) - La conduite de la question miracle - L'exploitation clinique de la question miracle - Quand et comment utiliser la question miracle Les tâches thérapeutiques - Les différents types de tâches en TOS - Construire une tâche thérapeutique - Exploiter les tâches entre les séances - Le recadrage face aux refus ou aux résistances - Favoriser l'adhésion aux tâches thérapeutiques	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Jeux de rôle - Jeux de rôle du questionnement de suite - Mise en situation de la question miracle - Jeux de rôle du menu « quick » Débriefing collectif ou en sous-groupes Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Adapter la thérapie orientée solutions aux principales situations cliniques	La thérapie orientée solutions dans le psychotraumatisme - Les spécificités de la posture TOS face au psychotraumatisme - Les besoins du thérapeute dans l'accompagnement du TSPT - Travailler les craintes du futur chez le patient traumatisé - Favoriser la remise en mouvement vers un avenir préféré - La centration corporelle dans le questionnement orienté solutions - Rechercher et amplifier les exceptions dans le psychotraumatisme La thérapie orientée solutions dans les troubles dépressifs - Les spécificités de l'accompagnement des patients présentant une humeur dépressive - Les particularités du travail avec les idéations morbides - Le système perception-réaction dans la dépression - Mobiliser les ressources et construire les premiers changements	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Jeux de rôle Utilisation de l'échelle serpent Technique de l'échelle à sortir du puits Débriefing collectif ou en sous-groupes Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

Objectif principal	Comprendre les fondements de la thérapie narrative et savoir utiliser ses principaux outils pour accompagner les personnes dans la déconstruction des récits problématiques et la construction de récits alternatifs ouvrant de nouvelles possibilités de vie
Intervenant	Jean-François TERAOWSKI, psychologue clinicien et psychothérapeute
Durée	3jours - 21 heures

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

Objectifs visés	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre les fondements et le positionnement de la thérapie narrative parmi les thérapies contemporaines	Origines et fondements de la thérapie narrative - Les approches postmodernes et le constructivisme social - Les apports de Michael White et David Epston - Les grands principes de la thérapie narrative Le positionnement de la thérapie narrative - Place de la thérapie narrative parmi les thérapies contemporaines - Les thérapies brèves intégratives - Les liens avec la thérapie systémique, la thérapie stratégique, l'approche orientée solutions et l'hypnose conversationnelle Les spécificités de l'approche narrative - Une posture centrée sur la personne plutôt que sur le problème - Les notions de récit, d'identité et de sens - Les principales indications cliniques de la thérapie narrative	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Dynamique interactive d'échanges et d'analyse collective - Échanges entre participants - Questions / Réponses - Synthèse et débriefing de groupe
Comprendre les fondements philosophiques, épistémologiques et relationnels de la thérapie narrative	Les influences théoriques de la thérapie narrative - Les apports de Gregory Bateson, Michel Foucault et Jacques Derrida - Le constructivisme et le constructionnisme social Les notions de savoir et de pouvoir - Les savoirs dominants et les savoirs locaux (« savoirs indigènes ») - Les relations de pouvoir dans la construction des récits - Les effets des discours dominants sur l'identité Une autre conception de la réalité - La réalité comme construction narrative - Les multiples interprétations d'une même expérience - Les implications cliniques pour l'accompagnement	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Mises en pratiques par 1 jeux de rôle - Le jeu du « je me raconte » - Le jeu du « je me raconte autrement » Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Adopter la posture thérapeutique narrative et conduire un questionnement décentré et influent	La posture thérapeutique narrative - La posture du « journaliste » - La position de non-savoir - Le décentrage du thérapeute La qualité de l'écoute en thérapie narrative - La double écoute - Les effets de la double écoute dans l'alliance thérapeutique	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Mise en pratique par 1 jeu - le jeu du « je me raconte décentré » Débriefing collectif

Objectifs visés	Contenus développés	Méthodes utilisées
	Le questionnement narratif - Le questionnement décentré et influent - Le questionnement dit « de suite » - Les principes d'un questionnement favorisant l'émergence de nouveaux récits	Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Comprendre la construction narrative de l'identité et le rôle des récits dominants dans le maintien de la souffrance	La construction narrative de l'identité - La puissance de la narration - Les conversations thérapeutiques en approche narrative - Les histoires racontées et la construction de l'identité Les récits dominants - Comment se construisent les histoires qui nous définissent - La naissance de l'histoire dominante - Les effets des récits dominants sur le fonctionnement de la personne Le langage comme vecteur de changement - La rhétorique en thérapie narrative - Les implications cliniques pour l'accompagnement	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Mises en pratique par 2 jeux en binôme . « je découvre l'histoire dominante » . « découvrir les alliés ennemis » (forces et pouvoir de l'histoire dominante) Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Utiliser les principales cartes narratives pour explorer les récits, les ressources et les différentes dimensions de l'expérience de la personne	Les cartes narratives - Les catégories de positionnement en approche narrative - Les trois paysages narratifs L'exploration des paysages - Découverte et exploration des trois paysages - Construire des questions adaptées à chaque paysage Le tissage narratif - Les principes du tissage narratif - Construire une « ligne éditoriale » en approche narrative	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Méthodes expérientielles par 3 exercices, en binôme, de questionnement : . « paysage des actions » . « paysage des relations » . « paysage des intentions et des valeurs » Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.
Mettre en œuvre les principales techniques d'intervention de la thérapie narrative pour externaliser les problèmes, déconstruire les récits dominants et favoriser l'émergence de récits alternatifs	Le recadrage narratif du problème - Définir le problème à externaliser - Construire une compréhension partagée du problème - Différence entre définition d'expert et définition populaire - La posture du « journaliste » - La carte d'influence du problème et des tiers Déconstruire les récits dominants - Identifier les savoirs et les relations de pouvoir - Se distancier des savoirs dominants - Comprendre les mécanismes de maintien des histoires dominantes - Faire émerger les récits alternatifs L'externalisation du problème - La carte d'externalisation - Les principaux questionnements - La cartographie de positionnement Construire de nouveaux récits - Le changement de relation au problème - Les compétences uniques - La reprise d'influence - La méthode « recherche »	Apports structurés et démonstrations cliniques avec diaporama illustré Mises en situation au travers de 3 exercices - Seul: « auto pratique de la carte d'externalisation » . Binôme: « la carte d'externalisation » . Découverte du questionnement de la carte Débriefing collectif Analyse de la pratique, échanges entre participants, feedback de l'intervenant et ajustement des compétences.



Intervenant expert

Jean-François TERAOWSKI

- **Psychologue clinicien, psychothérapeute et psychopathologue**, titulaire d'un **DESS de psychopathologie** et de **psychologie clinique**.
- Exerce depuis près de **30 ans** en **psychiatrie hospitalière**, notamment en **centre d'accueil et de crise**, en **urgences psychiatriques**, en **centre médico-psychologique (CMP)** et au sein de la **Cellule d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP)**.
- Spécialisé dans les **thérapies brèves intégratives**, il est formé aux **thérapies systémiques brèves**, à la **thérapie stratégique**, à la **thérapie orientée solutions**, à la **thérapie narrative**, à la **thérapie ACT**, à l'**hypnose thérapeutique ericksonienne** et à l'**hypnose conversationnelle (PTR)**. Il intervient également dans la prise en charge des **troubles addictifs**, des **troubles des conduites alimentaires** et des **psychotraumatismes**.
- **Enseignant universitaire et formateur**, il intervient notamment au **Diplôme Universitaire Stress et Anxiété** de l'Université de Lille ainsi qu'aux **Diplômes Universitaires de Psychotraumatologie** des Universités de Paris et des Antilles. Il dispense également des enseignements en **psychologie clinique**, **psychopathologie** et **approches systémiques intégratives**.
- **Conférencier et formateur** auprès de nombreux organismes et établissements de santé en France, en Belgique et en Suisse, il est également **développeur du modèle intégratif MATH® (Mouvements Alternatifs en Thérapie et Hypnose)**.



Validation

Le Cycle de Spécialisation Thérapies brèves plurielles s'inscrit dans une démarche progressive et intégrative, articulée autour de trois axes complémentaires :

- la **compréhension** des principaux modèles contemporains des **thérapies brèves** ;
- l'**acquisition** des **outils d'analyse, de questionnement et d'intervention** propres aux approches **systemiques, stratégiques, orientées solutions et narratives** ;
- l'**intégration progressive** d'une **methodologie clinique pragmatique**, permettant d'adapter les interventions à la singularité des personnes, des problématiques et des contextes d'accompagnement.

Validation à l'issue de chaque module

À l'issue de chaque module du Cycle, 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.

Validation à l'issue du Cycle complet

À l'issue du Cycle complet, le stagiaire reçoit un Certificat de réalisation global, sous réserve de son assiduité à l'ensemble des modules suivis.

Ce document récapitule :

- les modules suivis ;
- leurs dates ;
- les intervenants associés.

Une **Attestation de formation globale** peut également être délivrée, sous réserve de la validation des critères d'évaluation du parcours, appréciés à partir des questionnaires de début et de fin de chaque module.



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 +

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- **conçue et animée par Jean-François Terakowski, psychologue clinicien, psychothérapeute et enseignant universitaire**, disposant de près de **30 ans d'expérience** en **psychiatrie**, en **thérapies brèves intégratives** et dans l'accompagnement des **situations cliniques complexes** ;
- **centrée** sur l'acquisition d'une **méthodologie clinique intégrative**, de **modèles d'analyse**, de **techniques de questionnement** et de **stratégies d'intervention** immédiatement mobilisables, permettant aux professionnels d'**articuler** avec pertinence les approches **systémiques, stratégiques, orientées solutions et narratives** afin d'**adapter leurs interventions** à la **singularité** de chaque **situation clinique** ;
- **fondée** sur une **pédagogie active, expérientielle et orientée pratique**, alternant **apports ciblés, démonstrations, analyses de situations cliniques, jeux de rôle, expérimentations** des différents **modèles de thérapies brèves** et **échanges de pratiques**, afin de favoriser une **intégration progressive et durable** des compétences ;
- **délivrée** à des **groupes restreints**, favorisant les **échanges multidisciplinaires**, l'**implication active** de chaque participant, l'**expérimentation des outils** et un **accompagnement personnalisé** tout au long du **parcours de spécialisation**.

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 proche du présentiel.



SUPPORTS

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

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

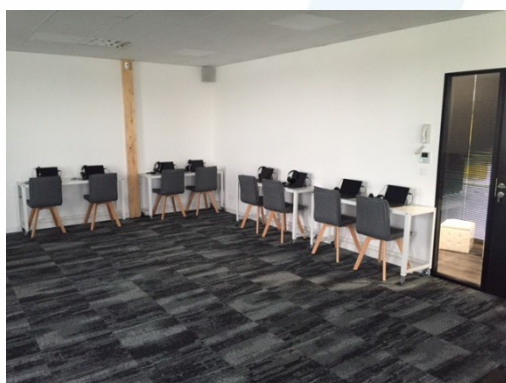
PLATEAU TECHNIQUE

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

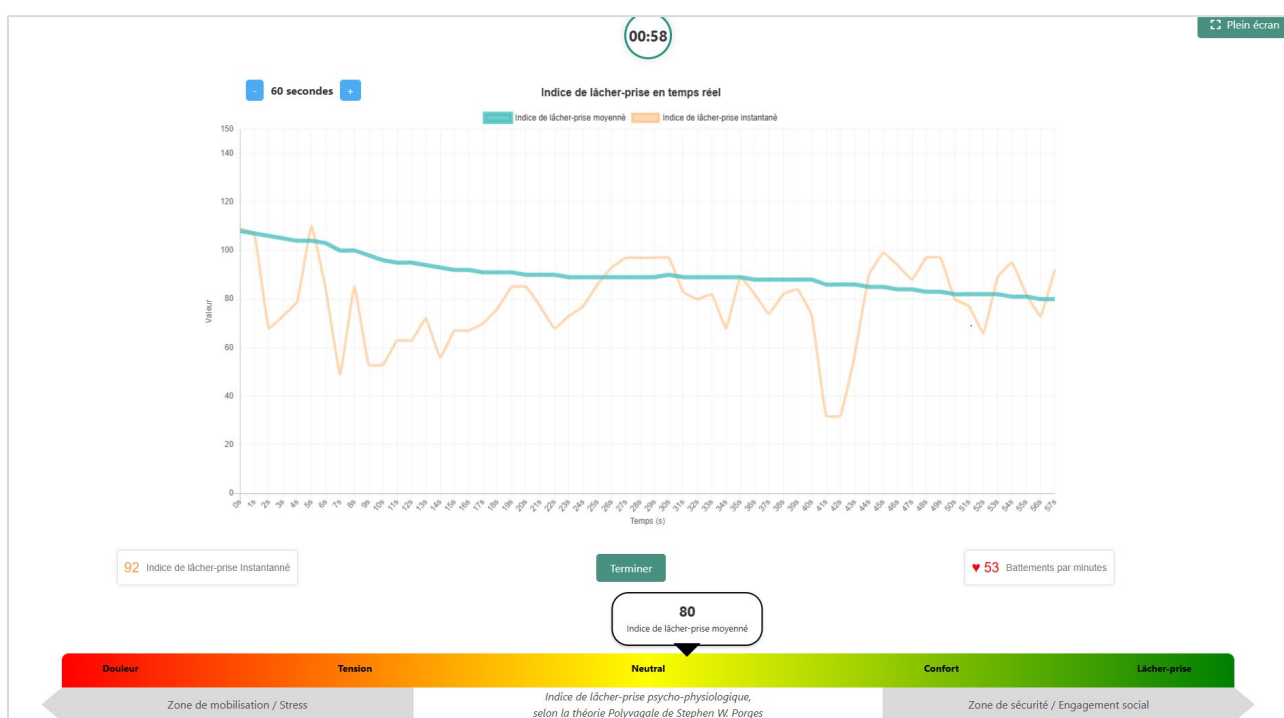
Dans une logique de continuité entre formation et pratique, Symbiofi propose un accès de 30 jours à la plateforme **SymbioCenter®**, solution digitale dédiée à l'accompagnement en santé mentale.

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

< — — — — — >

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)

