



Thérapies brèves plurielles *Le Cycle de Spécialisation*

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 de Spécialisation

Les thérapies brèves se sont imposées comme des approches pragmatiques et puissantes pour provoquer des changements mesurables en peu de temps. Issues des travaux de l'école de Palo Alto, enrichies par les courants stratégiques, narratifs et systémiques, elles partagent une même philosophie : intervenir ici et maintenant, avec précision, créativité et coopération, afin de restaurer la souplesse relationnelle et le pouvoir d'agir du patient.

Dans un monde clinique où les demandes se multiplient et se complexifient, les thérapies brèves offrent une boîte à outils intégrative adaptée aux contraintes institutionnelles et libérales. Elles permettent de traiter efficacement des problématiques variées — anxiété, deuil, trauma, troubles du comportement, conflits relationnels — tout en respectant la singularité de chaque personne.

Symbiofi propose un **Cycle de Spécialisation en Thérapies brèves plurielles** sur trois modules complémentaires (**9 jours – 63 heures**), destiné aux professionnels souhaitant acquérir une maîtrise globale, articulée et évolutive des principales approches brèves contemporaines.

- **Module 1 – Thérapie systémique brève (3 jours – 21 h)** permet de comprendre et transformer la dynamique relationnelle à l'origine des souffrances. À partir des axiomes de la communication et du modèle interactionnel, ce module vous apprend à analyser les boucles d'interaction, à recadrer les problématiques et à mettre en œuvre des interventions pragmatiques pour dénouer les impasses relationnelles. Vous y découvrirez une approche fondée sur la coopération, la circularité et le “plus petit changement utile”.
- **Module 2 – Thérapie brève stratégique et thérapie orientée solutions (3 jours – 21 h)** vise à apprendre à structurer une intervention centrée sur le changement concret et mesurable. Ce module explore les fondements de l'approche stratégique (Palo Alto, Nardone) et les outils de la thérapie orientée solutions (De Shazer, Berg). Vous apprendrez à formuler un diagnostic opératoire, à identifier les tentatives de solution qui entretiennent la difficulté et à construire des prescriptions comportementales, recadrages et tâches orientées solutions.
- **Module 3 – Thérapie narrative (3 jours – 21 h)** est pensé pour identifier, modifier et reconstruire les histoires qui enferment les patients dans leurs difficultés. Ce module vous initie aux cartes narratives (externalisation, paysage des actions et des intentions, échafaudage) et à la posture du thérapeute “décentré et influent”. Vous apprendrez à co-construire de nouvelles narrations plus riches et porteuses de sens, à partir des ressources, valeurs et savoirs cachés du patient.



Chaque module peut être suivi indépendamment, mais l'ensemble du cycle offre une vision cohérente et intégrative des modèles, permettant de développer une véritable expertise clinique dans les interventions brèves.

En suivant l'ensemble des niveaux du Cycle, vous pouvez acquérir le socle fondamental de compétences théoriques, cliniques et pratiques indispensables pour être spécialiste en thérapies brèves plurielles.

Ce cycle intensif et professionnalisant allie rigueur clinique et expérimentation pratique. Chaque module combine apports théoriques, vignettes cliniques, démonstrations, jeux de rôle et supervision collective.

Les professionnels issus des champs du soin, du social ou de la psychothérapie y trouveront un cadre concret pour élargir leur palette d'intervention et enrichir leur posture de praticien. Ceux souhaitant atteindre le meilleur niveau de compétences et de maîtrise - tant théorique que clinique et pratique - des thérapies brèves pourront s'engager dans notre parcours rigoureux et complet : **Praticien en thérapies brèves plurielles**.



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 » 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, psychanalystes, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux / préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*



Objectifs

Acquérir une maîtrise intégrative et opérationnelle des principaux modèles de thérapies brèves — stratégique, systémique, orientée solutions et narrative — afin de conduire des interventions ciblées, pragmatiques et efficaces qui favorisent des changements observables, durables et respectueux de la singularité du patient.

- Comprendre et articuler les fondements des principaux modèles de thérapies brèves (stratégique, systémique, orientée solutions et narrative).
- Évaluer rapidement une situation clinique et formuler un problème opératoire à partir du récit du patient.
- Choisir l'approche la plus adaptée à la situation rencontrée (stratégique, systémique ou narrative) et savoir les combiner de manière intégrative.
- Mettre en œuvre des interventions brèves : recadrages, prescriptions comportementales, tâches paradoxales, question miracle, cartes narratives et stratégies de communication.
- Conduire un entretien structuré, coopératif et efficace, favorisant la mise en mouvement du patient dès les premières séances.
- Développer une posture thérapeutique intégrative, basée sur la flexibilité, la curiosité, la co-construction et le respect des valeurs du patient.
- Utiliser les outils expérientiels et métaphoriques propres aux thérapies brèves pour déclencher des changements émotionnels et comportementaux durables.

M Modules fondamentaux

Le parcours **Thérapies brèves plurielles**, le **Cycle de Spécialisation** propose **3 modules pratiques** que les professionnels pourront aborder, dès l'inscription, en Attestation Cycle de Spécialisation sur **9 jours**.

Thérapie systémique brève : <i>comprendre et changer la dynamique des relations</i>	3 j	Présentiel ou Distanciel
Thérapie stratégique et thérapie orientée solutions : <i>l'approche interventionniste du changement</i>	3 j	Présentiel ou Distanciel
Thérapie narrative : <i>identifier, modifier, construire</i>	3 j	Présentiel ou Distanciel

Objectif principal

Savoir passer du récit de la plainte à un problème opératoire et conduire une mise en action systémique brève, à l'aide d'outils concrets (cartographie des séquences, recadrages, prescriptions, règles de communication) pour obtenir des changements observables et durables

Intervenantes

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

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Présenter et situer l'approche dite « PALO ALTO » dans les thérapies actuelles	La thérapie brève . Place de la thérapie brève . Modèles . Qu'est-ce qu'une thérapie brève ? L'école de « PALO ALTO », . Ses apports . Ses axiomes . Ses postulats communicatifs et fonctionnels Les continueurs . Noms . Grands modèles connexes La place de MH. ERICKSON Qu'est-ce que le changement ? . Les 4 paramètres . Notion d'expérience émotionnelle correctrice (EEC) Inconvénients de la question du pourquoi et apports de la question du comment.	Apports théoriques -> diaporama illustré pour mémoire -> échanges -> Débriefing & synthèse collectifs
Comprendre les spécificités de l'approche systémique brève	Utilité du « Mandat circulaire » La vision interactionnelle Place du constructivisme à l'épreuve de la thérapie. Le recadrage : . Sens donné . Sens caché . Sens utile Comprendre un paradoxe et une intervention paradoxale Linéarité versus Circularité- . Apports sur la notion de cybernétique relationnelle : linéarité, circularité, ponctuation. Notion d'équilibre des systèmes : symétrie et complémentarité Notion de brièveté : but ou conséquence. Notes sur les prophéties auto réalisatrices et la notions de geste propitiatoire. La question de la douleur en approche brève	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions & réponses / Synthèse & débrief</i> Vignettes cliniques -Travaille des différences de notion vouloir que cela change et faire pour que cela change, Jeux de rôle -L'escalade symétrique -L'escalade complémentaire - Le cabas plein de courses L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → <i>Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience</i> → <i>Partage ressentis, sensations, émotions</i> → <i>Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration</i> → <i>Ajustement postures / gestes / mots</i>

Comprendre le travail thérapeutique en thérapie systémique : entretien, problème, objectif, stratégie.	Le premier entretien : finesses et clef de la réussite . Qualités du premier entretien : unique ? déjà thérapeutique ? - Impérativement nouveau ? . La bienveillance et l'espoir. Passer de la plainte au problème puis du problème au recadré. Qui est notre patient ? . Un touriste, un plaignant, un patient ? . Comment travailler avec lui. . Travailler avec un <i>touriste</i> : outils, triangulation/baguette magique et salle d'attente . Travailler avec un <i>plaignant</i> : outils simples, métaphores utiles, le travail avec la notion valeur/coût, technique de la plainte, La définition concrète du problème . Notion sur Le problème : clarté, différence avec solution dont on se plaint La définition concrète de l'objectif . Objectif : état désiré et les 4 paramètres, . Passer du problème à l'objectif : déficit d'apprentissage et concrétisation d'apprentissages nouveaux Comment travailler vers un objectif tactique et stratégies du changement . Technique de cadrage : le kayak biplace . Position basse et de non savoir . La condition de l'avant tout . Le contrat en blanc . Le paratonnerre . Le sabotage bienveillant . Le reste à charge ou reliquat non résolu . Rituels et changements de pattern . Les tâches : minimal change et progressivité . Les réfractaires aux tâches	Apports théoriques -> Diaporama illustré pour mémoire -> Échanges -> Débriefing & synthèse collectifs -Méthodes expérientielles -Le bras de fer -L'écharpe à franges ou corde à nœuds L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
Connaître et mettre en œuvre les techniques et outils de l'approche systémique brève et intégrer les éléments dans une démarche de soin.	S'assurer du cadre La posture soignante en approche systémique brève Qu'est-ce qu'assurer un suivi ? . La question de l'engagement. . L'appartenance de la responsabilité, Les techniques et stratégies en approche systémique brève . Notion de solution qui fait problème . Qu'est-ce qu'une tactique et une stratégie. . Notion de responsabilité et de fin de suivi . Question de « thérapie brève au long court » . Technique de la position basse . Apprentissage des conflits de structure et de drapeau . Technique du U-turn . Travail du cadre La pratique intégrée et intégrative . Parler le langage du patient . Les valeurs de l'autre : point d'appui du changement . La position de l'anthropologue	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions & réponses / Synthèse & débrief</i> Échange avec le groupe -Notions de provocation et de bienveillance Exercices en binôme -Jeu du dérouter par l'autrement fait -Jeux sur fiche clinique apportées L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
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

Doter les participants d'un répertoire d'outils stratégiques et orientés solutions permettant de structurer rapidement l'évaluation, le cadrage de l'entretien et la mise en action thérapeutique pour des problématiques variées

Intervenantes

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

Temps 1 : apprendre les principes généraux, les bases théoriques et pratiques de l'approche « PALO ALTO ETENDU » ou APPROCHE STRATEGIQUE,

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Comprendre et appliquer la thérapie stratégique en intégrant le diagnostic opératoire	Place de MH Erickson Un continuateur d'exception Erickson: l'hypnose et bien plus. Apports sur l'hypnose conversationnelle La stratégie dans le quotidien Ericksonien -Le Travail de G. Nardone Qu'est-ce que le diagnostic opératoire On connaît un problème en observant sa solution Les types de réponses Les axes de changement -Les trois catégories de tentatives de solution -Les logiques en jeux -Interventions pour enrayer les logiques	Apports théoriques et diaporama illustré → Résumé des points clés par le participant ou en collectif → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe effectués en fin de cette séquence
Intégrer les outils de l'approche stratégique dans le problème solving	Types d'intervention et d'outils classiques en approche stratégique. Fonctionnement de la stratégie de résolution de problème -Problème/objectif/accord sur l'objectif -Evaluation des solutions déjà essayées -Techniques de résolution aggravation/le scénario idéal/les petits pas/l'alpiniste Utiliser les histoires qui aident Quelques taches construites -Technique dite « imaginer le pire » -Technique paradoxale du « secret honteux » -Outil du « carnet de bord » -Outil du « récit des catastrophes » -Stratégie du « sommet dangereux » -Outil de la « conspiration du silence » -La technique du « pare-chocs » -Outil du « check-up » personnel, -Stratégie de « l'aggravation » -Le mille pattes -Le bourdon incapable	Apports théoriques et diaporama illustré 1°) Étude de vidéos Observations et échanges entre participants 2°) Discussion sur le thème de Échanges entre participants 3°) 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

	-L'histoire de Thomas Edison -Tâche du carnaval -Tâches de blocage -Tâche de l'alternance communicationnelle -La prescription de symptômes -Tâche de l'anthropologue	
Rencontrer, comprendre puis appliquer l'approche stratégique et le diagnostic opératoire dans les troubles anxieux	Création de la dynamique anxieuse : système perception-réaction L'approche stratégique dans l'agoraphobie - <i>Système en place dans l'agoraphobie</i> - <i>Stratégies et outils dans la résolution de problème dans les situations d'agoraphobie</i> - <i>Système en place dans l'agoraphobie avec attaque de panique</i> - <i>Stratégies et outils dans la résolution de problème dans les situations d'agoraphobie avec attaques de panique</i> L'approche stratégique dans le trouble obsessionnel - <i>Système en place dans le trouble obsessionnel compulsif</i> - <i>Stratégies et outils dans la résolution de problème dans les situations de TOC</i>	Apports théoriques et diaporama illustré Exercices pratiques en binôme/trinôme 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
Appliquer l'approche stratégique dans le deuil et le psychotraumatisme	Le passé qui piège : le SSPT -Notion de trauma -Les tentatives de solutions inefficaces : le coping dysfonctionnel qui devient le problème. -Notion de deuil enkysté et traumatique Quand le deuil s'enkyste ou se fait pathologique Comment aggraver et roman du trauma -L'endeuilement traumatique.	Apports théoriques et vignettes cliniques Exercices pratiques en binôme/trinôme. -Outil: Le roman du trauma -Outil: La conspiration du silence -Outil: Aggraver le problème -Outil: Le carnet de bord -Outil pour la colère enkystée -Outil pour les auto-injonctions qui inhibent:

Temps 2 : apprendre à construire une intervention TOS

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Acquérir et appliquer la thérapie orientée vers les solutions.	L'initiateur : Steeve De shaezer La place de la TOS dans les thérapies brèves Les postulats de base en approche solutionniste La temporalité comme bras de levier Rappel sur les 4 paramètres Le langage injonctif - <i>Type de langage utile</i> - <i>La force du langage injonctif</i> - <i>Parler solution et différences avec parler problème</i> -Rosenthal et Empowering -Le temps en TOS	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions / Réponses, Synthèse & débrief</i> 1°) Démonstration du formateur : Utilisation d'un cas clinique vidéo, observation. 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. 3°) Mise-en-situation et échanges : → <i>Exercice pratique en trinôme intervenant, patient, anthropologue.</i> L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être

		→ Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage : ressentis/sensations/émotions → Ajustement des postures / gestes / mots → Prise en note des difficultés, points acquis, éléments d'amélioration
Acquérir le dialogue solutionniste et apprendre le glissement temporel ?	Notion de ressources et d'exception en TOS -Le travail des exceptions -Les différents types d'exception -La recherche des exceptions La question du miracle : utilité et utilisation thérapeutique Présentation de la question miracle -Déroulé de la question miracle -préparation efficiente de la question miracle : le « yes set » et la croyance comme frein -Exploitation de la question miracle -Quand poser la question miracle -Pour aller plus loin avec la question miracle La construction de tâche en TOS - Types de tâches en TOS -Exploitation des tâches - La prescription et les refus : le recadrage utile -Vendre une tâche	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions / Réponses, Synthèse & débrief</i> Jeux de rôle -jeux de rôle du questionnement de suite -Mise en situation de la question miracle -Jeux de rôle du menu « quick » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage : ressentis/sensations/émotions → Ajustement des postures / gestes / mots → Prise en note des difficultés, points acquis, éléments d'amélioration → Questions / Réponses → Synthèse et débriefing de groupe
Apprendre à appliquer et intégrer les outils de l'approche TOS.	Pour les patients présentant un SSPT -Les besoins du thérapeutes TOS dans le SSPT -Regarder les craintes du futur du patient traumatique -La remise en mouvement pour un demain meilleur -Centration corporel du questionnement TOS -Quelles exceptions rechercher dans les cas de SSPT Pour les patients présentant une humeur dépressive et/ou des idéations morbides <i>Particularité du travail avec le patient déprimé</i> <i>Le système perception-réaction dans la dépression</i>	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions / Réponses, Synthèse & débrief</i> Jeux de rôle Utilisation de l'échelle serpent Technique de l'échelle à sortir du puits L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage : ressentis/sensations/émotions → Ajustement des postures / gestes / mots → Prise en note des difficultés, points acquis, éléments d'amélioration
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 cartes des pratiques narratives de référence et les intégrer dans l'accompagnement des personnes en souffrance

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

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Présenter et situer l'approche narrative dans les thérapies actuelles	Présentation et situation de la narrative dans les thérapies actuelles : les approches postmodernes et le carrefour de positionnement Les thérapies intégrées et grands principes. Les liens avec l'hypnose conversationnelle et l'approche orientée solutions	Apports théoriques et théorico pratiques. ->Résumé des points essentiels sur support linéaire et graphique. → Échanges avec les participants → Questions réponses.
Identifier les ressources théoriques de l'approche narrative	Place des travaux de Bateson, Foucault, Derrida Le (dé)constructivisme social La question du savoir et celle du pouvoir Le savoir pouvoir unitaire Le savoir pouvoir indigène Réalité de la réalité ou constructivisme	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions & réponses / Synthèse & débrief</i> Mises en pratiques par 1 jeux de rôle -Le jeu du « je me raconte » - Le jeu du « je me raconte autrement » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
Construire une alliance utile et identifier les piliers pour une posture coopérative	Introduction de la posture du « journaliste » Le décentrage et la double écoute La double écoute et le questionnement ciselé Le questionnement dit « de suite » La position de non savoir	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions & réponses / Synthèse & débrief</i> Mise en pratique par 1 jeu -le jeu du « je me raconte décentré » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
Intégrer et utiliser le principe clé : la création narrative de la réalité et de l'identité sociale	La rhétorique. La puissance de la narration Les « conversations thérapeutiques » en approche narrative. Histoires racontées et création de l'identité sociale Comment se font les histoires qui nous définissent. La naissance de l'histoire dominante	Apports théoriques et diaporama illustré <i>Questions & réponses / Synthèse & débrief</i> Mises en pratique par 2 jeux en binôme . « je découvre l'histoire dominante » . « découvrir les alliés ennemis » (forces et pouvoir de l'histoire dominante) L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être :

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
		→ Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
Prendre contact avec la « cartographie » en approche narrative	Les catégories de positionnement, de paysage en approche narrative Découverte et exploration des trois paysages Construire des questions utiles à l'exploration des trois paysages Maîtriser le tissage narratif Qu'est-ce qu'une ligne éditoriale en approche narrative	Apports théoriques et diaporama illustré Questions & réponses / Synthèse & débrief Méthodes expérientielles par 3 exercices, en binôme, de questionnement : . « paysage des actions » . « paysage des relations » . « paysage des intentions et des valeurs » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots
Savoir recadrer le problème en narratif	Comment déconstruire le problème en thérapie narrative - Savoir définir le problème qui sera à externaliser - L'acceptation mutuelle du problème à travailler - Différence entre définition d'expert et définition populaire - La position de « journaliste » - La carte d'influence du problème et de l'influence des tiers - La compréhension mutuelle. Identifier les savoirs et pouvoirs constitutifs des histoires dominantes. - Se séparer des savoirs unitaires - La question de la soumission aux savoirs - La remise en question du pouvoir Comprendre et questionner pour dénicher les histoires de remplacement. Maîtriser la carte d'externalisation du problème. - Les questionnements - La cartographie de positionnement Maîtriser le changement de relation au problème - Les compétences uniques - Méthode de la reprise d'influence - Méthode dites « recherche » Maîtriser la carte de l'absent mais implicite - Développer la double écoute Maîtriser la carte du « dire bonjour à nouveau » - La question du deuil enkysté	Apports théoriques et diaporama illustré → Résumé des points clés, Questions / réponses, Synthèse & débriefing Méthodes expérientielles par 2 exercices Seul: « auto pratique de la carte d'externalisation » . Binôme: « la carte d'externalisation » L'intervenant / un pair vérifie la réalisation correcte, le savoir-faire, le savoir-être : → Échanges en direct sur la pratique et sur le retour d'expérience → Partage ressentis, sensations, émotions → Prise en note des difficultés, des points d'acquisition, des éléments d'amélioration → Ajustement postures / gestes / mots Méthodes expérientielles 1 exercices . Découverte du questionnement de la carte
Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

Intervenant

Jean-François TERAOWSKI

- Psychologue clinicien titulaire d'un DESS de psychopathologie et de psychologie clinique.
- Pratique en milieu hospitalier et en consultation en service psychiatrique et de crise depuis 25 ans.
- Spécialisé dans les Thérapies Systémiques Brèves, formé aux Thérapies brèves, à l'Hypnose thérapeutique Ericksonienne, aux approches stratégiques en thérapie de couple, dans les troubles addictifs et des conduites alimentaires, dans la prise en charge des auteurs d'infractions à caractère sexuel, formé à l'hypnose conversationnelle (PTR), à la thérapie narrative et à l'approche orientée solution.
- Formateur et intervenant universitaire dans le Diplôme Universitaire Stress et anxiété, Université de LILLE et dans le Diplôme Universitaire de Psycho traumatisme, Université de Fort de France et de Paris.
- Dispense de cours en psychologie clinique et nosographie psychiatrique
- Intervenant CUMP (cellule d'urgence médico-psychologique)
- Développeur du modèle intégratif MATH.

Validation

Le **Cycle de Spécialisation** est ancré dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérimentiel.

Pour chaque module du Cycle

A l'issue de chaque module du Cycle, 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.

Pour le Cycle

A l'issue du Cycle, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les modules suivis : intitulé, date, nom de l'intervenant.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation du Cycle analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation de chaque module.

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

Le Cycle de Spécialisation est conçu :

- conçu et animée par Jean-François Terakowski, psychologue et psychothérapeute, concepteur du modèle intégratif MATH (Mouvements Alternatifs en Thérapie et Hypnose) ;
- structuré pour la pratique et 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 afin d'obtenir des effets positifs et durable;
- délivré 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

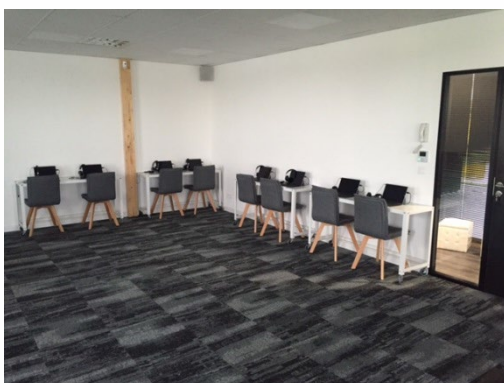
Un plateau technique de formation de 240 m², dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



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'un 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

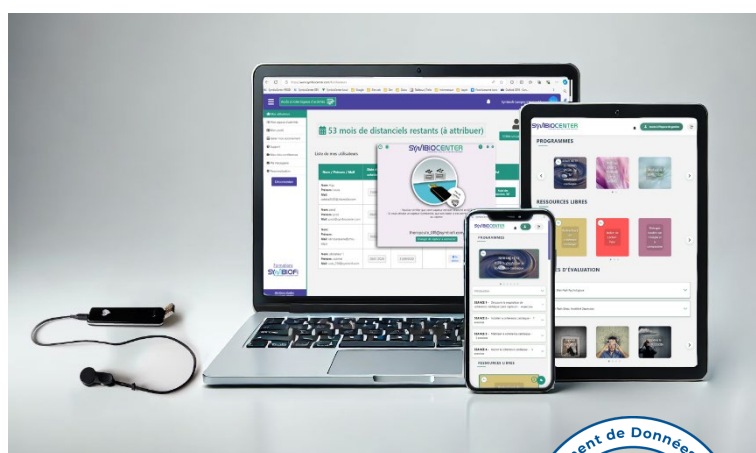


L'espace professionnel de gestion

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