



# Thérapie des schémas, niveau 2

*Stratégies avancées et  
supervision à la pratique*

**Formation au format présentiel**

**Programme des 3 jours  
21 heures**



# Thérapie des schémas, niveau 2

Réf : TCC 023

## Stratégies avancées et supervision à la pratique

### PRESENTATION

Ce module de **stratégies avancées et de supervision à la pratique**, donné en groupe limité à **14 participants**, est destiné aux professionnels qui utilisent la thérapie des schémas et souhaitent entretenir, enrichir, faire le point et superviser sur leurs pratiques.

Elle nécessite d'avoir suivi le premier module Schémas :

- **Thérapie des schémas, niveau 1** : bases théoriques et méthodologie - 4 jours.

Cette formation de 3 jours comporte **2 temps** :

- **la première journée** sera consacrée aux applications de la Thérapie des Schémas aux troubles dissociatifs complexes tels que le Trouble Dissociatif de l'Identité.
- **les second et troisième jours** seront dédiés à une supervision des différents participants, sur la base d'un travail personnel préalable avec des patients ayant un diagnostic de trouble de la personnalité.

#### Temps 1 : application de la Thérapie des Schémas aux Troubles Dissociatifs

Cette journée a pour but d'offrir une compréhension approfondie et des compétences pratiques sur l'application de la Thérapie des Schémas dans le traitement des troubles dissociatifs complexes.

La Thérapie des Schémas se concentre sur l'identification et la modification des Modes; concernant les troubles dissociatifs, les Modes sont des parties dissociatives développées durant l'enfance du sujet en conséquence de traumatismes précoces et qui continuent à fonctionner de façon autonome à l'âge adulte, entraînant une discontinuité dans le fonctionnement psychique du sujet, pour ce qui est de la mémoire, de l'identité et de la conscience.

La Thérapie des Schémas est particulièrement efficace pour traiter les troubles dissociatifs en raison de son approche intégrative, qui combine des techniques cognitives, comportementales, et émotionnelles. En travaillant sur ces parties que sont les Modes, et en accédant aux événements traumatiques originels, cette thérapie permet aux patients de mieux comprendre le fonctionnement de chacune des parties dissociatives et de développer des stratégies d'adaptation plus saines.

Cette journée vous permettra d'avoir les outils nécessaires pour identifier les Modes chez les individus souffrant de troubles dissociatifs, d'intégrer la dissociation comme mécanismes de défense, d'identifier et traiter les différents Modes dissociatifs dans le but d'une intégration.

## Temps 2 : supervision à la pratique de la Thérapie des Schémas

Ces 2 jours visent à enrichir l'expertise des professionnels de la santé mentale qui pratiquent la thérapie des schémas, par le biais d'une supervision guidée.

En amont, les stagiaires s'assurent :

- d'un travail personnel suffisant avec la Thérapie des Schémas (formation, lectures) ainsi que d'une pratique régulière de cette thérapie avec des patients.
- **de la préparation d'une étude de cas concret d'accompagnement d'un patient** par la thérapie des schémas, en respectant les recommandations du **Formulaire de Conceptualisation de cas, abordé lors du niveau 1**, et en présentant le résultat des séances avec ce patient. Si cela est possible, des vidéos de ces séances seront appréciées pour la supervision.

La supervision en Thérapie des Schémas n'est pas un examen ou une évaluation, mais un moment d'apprentissage approfondi. Le but principal de la supervision sera de respecter le niveau de confiance et d'expertise du thérapeute utilisant cette thérapie, de l'aider à clarifier ses propres attitudes, à nuancer ses pensées et ses pratiques, tout en respectant sa liberté de faire ce qu'il juge approprié.

L'accent sera mis sur l'autonomie du professionnel et **notre superviseur, Bernard Pascal**, cherchera avant tout à stimuler et d'accompagner l'auto-formation et l'auto-instruction.

Votre relation au superviseur sera essentiellement thérapeutique, vous permettant de questionner divers aspects de votre pratique, d'exprimer vos préoccupations et de réorienter vos attitudes professionnelles

En créant un cadre sécuritaire, le superviseur ainsi que vos confrères, seront là pour vous soutenir, vous guider, tout en ou laissant responsable de votre propre processus d'apprentissage.

Ces deux jours de supervision vous offrent une occasion précieuse de renforcer vos compétences en thérapie des schémas. Vous repartirez avec des stratégies d'intervention améliorées, une meilleure compréhension des techniques avancées et un plan d'action personnalisé pour intégrer ces apprentissages dans votre pratique quotidienne.

## PRINCIPAUX OBJECTIFS

**Permettre aux professionnels d'une part d'intégrer la thérapie des schémas aux troubles dissociatifs et d'autre part d'entretenir, d'enrichir et de faire le point sur leurs pratiques à travers la supervision.**

- Perfectionner l'utilisation des techniques spécifiques à la thérapie des schémas, telles que le travail sur les modes, les dialogues imaginaires, et les techniques de reparentage limité.
- Appliquer de manière efficace les concepts et les techniques de la thérapie des schémas dans des cas cliniques variés.
- Présenter et discuter des cas cliniques pour identifier les schémas précoces inadaptés et les modes chez les patients.
- Recevoir des retours constructifs sur les interventions thérapeutiques et ajuster les stratégies de traitement en conséquence.
- Bénéficier d'un lieu d'échange et d'entraide entre professionnels.



## Thérapie des schémas, niveau 2 Stratégies avancées et supervision à la pratique SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

**Objectif principal**

**Durée  
Intervenant**

**Permettre aux professionnels qui utilisent la thérapie des schémas d'entretenir,  
d'enrichir et de faire le point sur leurs pratiques à travers la supervision.**

3 jours, 21 heures

Dr Bernard PASCAL, médecin psychiatre

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Prise de connaissance des supports pédagogiques et documents éventuels que le stagiaire doit s'approprier en amont de la formation	Par mail

### Jour 1 : 3 jours – Comprendre les troubles dissociatifs, leurs manifestations et intégrer l'apport de la thérapie schémas

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation et de ses objectifs, de l'intervenante et des participants Point organisationnel Evaluation des acquis de début de formation	Tour de table individualisé Recueil des attentes QCM des pré-acquis
Comprendre les troubles dissociatifs, leurs manifestations et y intégrer l'apport de la thérapie schémas	<p><b>A/ Les bases neuroscientifiques</b></p> <p>La conscience</p> <p>La mémoire</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Mémoire déclarative</li> <li>. Mémoire implicite</li> </ul> <p>Le circuit amygdalien</p> <p>La reconsolidation mnésique</p> <p><b>B/ La dissociation</b></p> <p>Dissociation non pathologique (dissociation de la conscience)</p> <p>Dissociation pathologique (dissociation structurelle de la personnalité)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. phénoménologie clinique</li> <li>. psychophysiologie <ul style="list-style-type: none"> <li>o <i>théorie polyvagale (Porges)</i></li> <li>o <i>dissociation lors d'une situation traumatique</i></li> <li>o <i>Pierre Janet et la dissociation de la personnalité</i></li> <li>o <i>Théorie de la dissociation structurelle de la personnalité</i></li> </ul> </li> <li>. différence entre schizophrénie et dissociation</li> </ul> <p>Continuum dissociatif</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. états du moi (troubles de la personnalité)</li> <li>. parties dissociatives (troubles dissociatifs)</li> </ul> <p><b>Le trouble de stress post-traumatique (TSPT)</b></p> <p>Diagnostic</p> <p>Évolution</p> <p>Psychophysiologie</p> <p>Évaluation clinique</p> <p>Traitement psychothérapeutique</p>	<p><b>Apports théoriques</b></p> <p>-&gt; Diaporama illustré</p> <p>-&gt; Questions / Réponses</p> <p><b>Etudes de cas cliniques</b></p> <p>-&gt; Présentation orale ou vidéo</p> <p>→ Synthèse de groupe</p> <p><b>Exercices en duo</b></p>

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
	<p><b>D/ Les traumas complexes (TSPTC)</b></p> <p><b>E/ Les Troubles dissociatifs de l'Identité (TDI)</b></p> <p>Un exemple de cas d'intégration de la thérapie des schémas dans les troubles dissociatifs</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Diagnostic</li> <li>. Traitement</li> </ul>	

### Jours 2 et 3 : valider l'acquisition des outils et faire superviser sa pratique

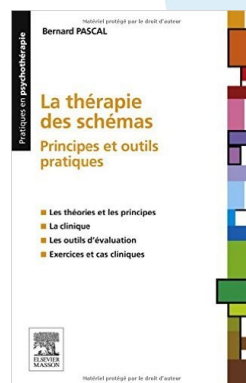
Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<p><b>Valider l'acquisition de la thérapie des schémas pour chaque participant par la supervision</b></p>	<p>Objectifs de ces 2 jours</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Evaluer sa propre pratique ;</li> <li>. Valider l'ancrage des items du niveau 1</li> <li>. Appliquer la technique de façon méthodique ;</li> <li>. Échanger et partager avec l'expert et les autres participants ;</li> <li>. Utiliser progresser et acquérir de nouvelles compétences par un retour de l'expert ;</li> <li>. Mettre à jour ses connaissances.</li> </ul> <p>Préparation en amont</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Chaque stagiaire prépare et présente une étude de cas concret d'accompagnement d'un sujet par la thérapie des schémas.</li> <li>. Il est demandé de formuler la conceptualisation du cas avec le <b>Formulaire de Conceptualisation de cas ISST</b> fourni lors du Module 1 de Thérapie des schémas.</li> </ul> <p>Recommandations du formulaire de conceptualisation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Motifs de la thérapie</li> <li>. Impressions générales concernant le patient</li> <li>. Considérations diagnostiques actuelles</li> <li>. Principaux symptômes et problèmes de vie</li> <li>. Origines des problèmes actuels dans l'enfance et l'adolescence</li> <li>. Principaux Schémas actuels</li> <li>. Principaux Modes actuels</li> <li>. La Relation Thérapeutique</li> <li>. Objectifs Thérapeutiques: Obstacles et Progrès</li> </ul> <p>Programme</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Présentation individuelle pendant 30 minutes de chaque cas préparé</li> <li>. Réactions, échanges et discussions du groupe</li> <li>. Commentaires et suggestions du médecin expert</li> <li>. Présentation d'un cas expert et analyse de groupe.</li> </ul>	<p><b>Méthode activo-expérimentale</b> par :</p> <p>Supervision à la pratique par présentation d'un accompagnement d'un patient</p> <p><b>Étude de chaque cas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Seront abordées</li> <li>- &gt; le diagnostic psychiatrique et la conceptualisation de cas selon les concepts de la thérapie des schémas.</li> <li>-- &gt; Les techniques cognitives, émotionnelles et comportementales en thérapie des schémas</li> <li>&gt; La relation thérapeutique</li> </ul> <p>. Échanges sur le déroulement, la posture, le vocabulaire ...</p> <p>. Point sur les acquis et les pistes à explorer</p> <p>-&gt;<b>Synthèse collective</b> sur les fondamentaux</p>
<p><b>Faire le bilan de fin</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluation individuelle des acquis de fin</li> <li>- Bilan de la formation</li> </ul>	<p>Echanges avec les participants Fiche d'évaluation de la qualité</p>

## Intervenant

La formation sera animée par un intervenant de haut niveau, médecin psychiatre connu et reconnu, spécialistes des thérapies cognitives et comportementales et ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics.

L'intervenant prévu est le **Docteur Bernard PASCAL**

- Médecin psychiatre, spécialisé en thérapie cognitivo-comportementale et émotionnelle (TCCE)
- Ancien attaché de psychothérapie au CHU de Grenoble
- Chargé d'enseignement aux Universités de Lyon-1, Grenoble, Clermont-Ferrand et La Réunion
- Chargé d'enseignement à l'AFTCC
- Auteur de :  
*La thérapie des schémas : principes et outils pratiques* (Masson, 2015)



- Traducteur de :  
*La thérapie des schémas*, de Jeffrey Young (De Boeck, 2005),  
*La thérapie cognitive et les troubles émotionnels*, de A.T. Beck (De Boeck, 2010)  
*Thérapies cognitivo-comportementales pour les couples et les familles*, de Frank M. Dattilio (De Boeck, 2012).

## Prérequis

Les participants devront avoir suivi le module initial de 4 jours :

- **Thérapie des schémas, niveau 1:** *bases théoriques et méthodologie pratique*

## Pour qui

La formation concerne tous les professionnels exerçant une activité professionnelle dans l'aide et l'accompagnement et souhaitent découvrir l'approche centrée sur les schémas pour à aider les patients/clients à combler leurs besoins de base, d'une façon adaptée en changeant et/ou en gérant les schémas inadaptés, les stratégies d'adaptation et les modes inadéquats.

### SANTÉ

- Professionnels des psychothérapies :  
*Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens.*
- Professionnels de santé soignants et paramédicaux:  
*Médecins, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sages-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.*
- Etudiants dans les disciplines précitées
- Professionnels des thérapies complémentaires et médecines douces :  
*Sophrologues, hypnothérapeutes, thérapeutes, etc. justifiant d'une solide formation en psychothérapies et d'une installation effective avec prise en charge de patientèle depuis 3 années.*



## Et aussi ...

### EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

Notre formation est :

- conçue par l'un des meilleurs experts francophones de la thérapie des schémas, le docteur Bernard Pascal - médecin psychiatre, spécialistes des thérapies cognitives et comportementales - ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics ;
- centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses interventions auprès de sa patientèle / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables;
- structurée pour la pratique dans une perspective d'acquisition de la technique à des fins d'accompagnement et de prise en charge de patientèle / clientèle ;
- délivrée à des groupes **restreints à 14 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

### SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet

## PLATEAU TECHNIQUE

- Un plateau technique de formation de 240 m<sup>2</sup>, dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiments passif éco-responsable  
Basse consommation énergie  
Structure bois permettant à la fois de créer  
une ambiance chaleureuse et de diminuer  
le bilan carbone



Espace de théorie équipé de :  
chaises tablette écritoire  
Vidéos projecteur plafond  
Enceintes  
Paper board



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



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

## Reconnaissance de l'organisme

SYMBIOFi est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPI et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



## Validation de la formation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

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

## Le Plus

### L'ACCES GRATUIT A LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plate-forme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>



**SYMBIOCENTER** Accueil Solutions Usages Equipe 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
<b>57</b>	<b>6</b>	<b>86</b>	<b>2</b>
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

## Le service e-thérapie brève, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients, en consultation et au domicile, avec des outils d'e-thérapie validés

pour combattre la tempête des symptômes physiques, psychologiques, et émotionnels

Solution pour les professionnels de l'accompagnement  
[www.symbiocenter.fr](http://www.symbiocenter.fr)

### Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

### Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressifs, mal-être...

### Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...



### DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2<sup>ème</sup> deuxième position des dépenses de santé

### Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

# Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources

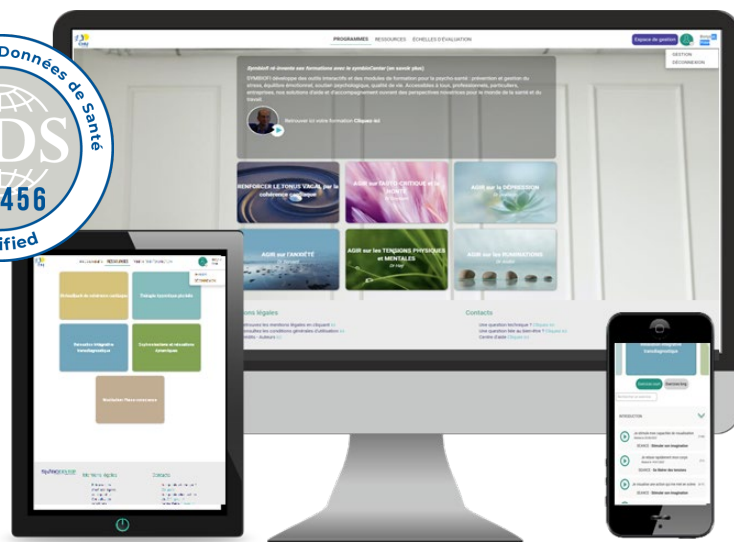
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire



## L'espace professionnel de gestion

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



## L'espace d'activités thérapeutiques

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

## La réponse aux besoins du professionnel

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître la satisfaction patient
- Améliorer l'observance patient par des entraînements entre chaque séance présenteielle
- Rendre le patient actif dans la prise en charge
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



### L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

### La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

### La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.