



Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne
9 Rue de la Voie Romaine
21310 Beire le Châtel

e-mail : contact.aptcdb@gmail.com • site internet: www.aptcdb.fr

Atelier de formation : « Thérapie de couple selon le modèle de la TCC »

Intervenante : Mme RICHARD Cyrielle, psychologue spécialisée en Neuropsychologie et thérapeute TCC

Introduction :

Les relations intimes sont d'une grande importance pour la plupart des adultes et ont un impact important sur le bien-être général.

En effet, des relations intimes satisfaisantes contribuent à l'épanouissement de chaque membre du couple et peuvent constituer des facteurs de protection face aux stressés extérieurs. Cependant, lorsque ces relations sont marquées par une détresse importante, des conflits destructeurs, une insatisfaction générale ou spécifiquement liée à la relation, ils peuvent également entraîner des conséquences délétères sur le plan physique et la santé psychologique chez les membres du couple.

La psychothérapie du couple d'approche cognitive-comportementale (PCCC) a pour objectifs d'aider le couple à identifier les aspects comportementaux, cognitifs et émotionnels causant et renforçant la détresse chez chacun de ses membres. L'approche cognitive et comportementale des problèmes conjugaux a fait l'objet de plusieurs études scientifiques.

La PCCC a montré son efficacité pour réduire la détresse et l'insatisfaction du couple ainsi que pour aborder la communication ou la résolution de problèmes. Des études ont également montré que de telles améliorations semblent être maintenues jusqu'à 2 ans par la plupart des couples (Christensen, A., Atkins, D. C., Yi, J., Baucom, D. H., & George, W. H. (2006).).

Objectif :

- Savoir utiliser les échelles d'évaluation spécifiques aux relations de couple
- Utiliser et adapter les outils TCC au couple hétérosexuel, homosexuel, bisexuel
- Mettre en œuvre un projet de soins en PCCC
- Repérer et réagir face aux signes de violences chez chaque membre du couple et à l'intérieur de celui-ci

Supports :

La formation se déroulera sur une demi-journée (4 heures) en visio-conférence.

Durant l'intervention, le power-point sera projeté (partage d'écrans avec les participants) et des exercices concrets seront réalisés.



Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne
9 Rue de la Voie Romaine
21310 Beire le Châtel

e-mail : contact.aptc.cb@gmail.com • site internet: www.aptc.cb.fr

APTCCB

Programme de la formation :

Le programme de la formation sera :

- Rappels sur l'Histoire et le développement des thérapies de couple selon l'approche PCCC
- Présentation des particularités de la PCCC :
 - Les étapes de la PCCC du recueil d'informations à la résolution des conflits conjugaux
 - Les dynamiques de couple (couple très perturbé, couple perturbé et désengagé, couple partenaire, couple ajusté)
 - Les comportements négatifs et les communications dysfonctionnelles au sein du couple et repérer la réciprocité positive vs négative
 - Adaptations des outils « classiques » des TCC pour le couple (restructuration cognitive, résolution de problèmes, affirmation de soi)
 - L'infidélité en tant qu'expérience traumatique interpersonnelle
- Les causes majeures des comportements-problèmes et comment les repérer au sein du couple :
 - L'analyse fonctionnelle adaptée au couple
 - Les comportements négatifs, les communications dysfonctionnelles au sein du couple et la réciprocité positive vs négative
- Questionnaires et tests validés pouvant être proposés lors de thérapies aussi bien à l'individu qu'au couple
- Rappels sur les notions de stigmatisations et auto-stigmatisations et leurs impacts cognitifs et comportementaux
- La résolution de problèmes et la restructuration cognitives pour les questions concernant la divulgation de l'orientation sexuelle, l'auto-stigmatisation, les conflits liés aux relations ou la répartition des tâches ménagères et difficultés parentales
- Les signes de violences intra ou interpersonnelle, les outils pour aider le couple à les résoudre, les possibilités légales/éthiques et déontologiques pour les adresser

Intervenant :

Mme RICHARD Cyrielle, psychologue spécialisée en neuropsychologie et thérapeute TCC



Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne
9 Rue de la Voie Romaine
21310 Beire le Châtel

e-mail : contact.aptcdb@gmail.com • site internet: www.aptcdb.fr

APTCCB

Lieu et horaires :

L'action de formation aura lieu le mardi 24 octobre de 15h à 19h. Temps total de formation : 4h.

Elle se déroulera en visio-conférence (lien Zoom fourni quelques jours avant la formation).

Public destinataire de la formation :

La formation est accessible aux médecins et psychologues (toutes spécialités) et psychothérapeutes ayant validé au moins une année de formation aux TCC.

Pré requis nécessaires au suivi de la formation :

Appartenir aux catégories socio-professionnelles mentionnées ci-dessus. La formation s'appuiera sur des exercices élaborés à partir des cas concrets apportés par les participants. Ceux-ci sont invités à apporter des situations rencontrées lors de leurs suivis.

La formation se déroulant à distance, en visio-conférence, le participant peut participer à la formation depuis le lieu de son choix du moment qu'il est dans un endroit propice à l'apprentissage.

Il s'engage, d'une part, à être équipé d'une connexion internet de bonne qualité, d'un casque, d'un micro et d'une caméra et, d'autre part, à connaître l'utilisation de l'outil de visio Zoom®. Afin de se connecter, le participant recevra un mail d'invitation avec le lien de la réunion.

Modalités d'accès à la formation :

L'inscription s'effectue via le bulletin d'inscription disponible par mail ou sur le site internet de l'APTCCB. Elle peut se faire 15 jours maximum avant le début de la formation.

Si vous êtes en situation de handicap, merci de prendre contact avec l'APTCCB afin d'évaluer si des adaptations vous permettant d'accéder à la formation sont possibles.



Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne
9 Rue de la Voie Romaine
21310 Beire le Châtel

e-mail : contact.aptcbb@gmail.com • site internet: www.aptcbb.fr

APTCCB

Moyens pédagogiques :

Au cours de la formation, les informations essentielles seront exposées au travers d'un power point. Les stagiaires pourront repartir avec le texte de l'intervention du formateur. Le formateur transmettra les outils de communication au moyen d'exercices pratiques.

Technique d'encadrement :

Mme RICHARD s'assurera que la formation se déroule dans les meilleures conditions possibles. Elle sera supervisée par un membre de l'APTCCB.

Moyens de suivre l'exécution de la formation et les résultats :

A l'issue de l'action de formation les stagiaires recevront :

- un lien google forms vous permettant d'évaluer la qualité de l'intervention du formateur,
- un questionnaire afin d'évaluer vos connaissances et vos capacités à appliquer en situation réelle vos connaissances nouvellement acquises.
- une attestation de présence.

Tarifs :

Le prix de l'action de formation est fixé à 50 euros pour le module de 4 heures, tarif adhérent à l'APTCCB.

Le tarif pour les non-adhérents à l'APTCCB et les personnes s'inscrivant au tarif formation continue est fixé à 80 € pour le module de 4 heures.

Le stagiaire s'engage à payer la prestation dans son intégralité au moment de son inscription. Passé un délai de rétractation de quinze jours et sauf maladie ou accident, aucun remboursement ne sera effectué.



Association des Praticiens en Thérapie Cognitive et Comportementale de Bourgogne
9 Rue de la Voie Romaine
21310 Beire le Châtel

e-mail : contact.aptcbb@gmail.com • site internet: www.aptcbb.fr

Bibliographie :

- Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The effect of cognitive-behavioral group marital therapy on marital happiness and problem solving self-appraisal. *American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103–118.
- Charest, R.-M. (2008). *Manuel clinique des psychothérapies de couple* (J. Wright, Y. Lussier, & S. Sabourin, Eds.; 1st ed.). Presses de l'Université du Québec.
- Christensen, A., Atkins, D. C., Yi, J., Baucom, D. H., & George, W. H. (2006). Couple and individual adjustment for 2 years following a randomized clinical trial comparing traditional versus integrative behavioral couple therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1180–1191
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2002). *Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach*. American Psychological Association
- Gurman AS, Lebow JL, Snyder DK, editors. (2015). *Clinical Handbook of Couple Therapy*. New York: Guilford Press
- Jacobson NS, & Margolin G. (1979). *Marital Therapy: Strategies Based on Social Learning and Behavior Exchange Principles*. New York: Brunner/Mazel
- Scuka, R. F. (2015). A clinician's guide to helping couples heal from the trauma of infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 14(2), 141–168
- Stuart, R. B. (1969). Operant-interpersonal treatment for marital discord. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(6), 675–682