



## Introduction à la Thérapie Cognitive Processuelle 28 & 29 juin 2019 – Pascal Pitois

La **Thérapie Cognitive Processuelle**, développée par le professeur de Oliveira, est une présentation novatrice et originale des outils classiques des TCC. Elle vise une restructuration cognitive des croyances centrales négatives (schémas) et permet au patient d'opérer des changements très significatifs.

Cette thérapie, à la fois pédagogique et structurée, avec une dimension ludique, facilite l'adhésion du patient et s'avère très étayante pour le thérapeute, notamment pour le praticien débutant.

**Objectif** : Cet atelier permettra aux stagiaires de se former à la **Thérapie Cognitive Processuelle** de manière pratique. À l'issue de ces deux jours, ils seront en mesure de la mettre en oeuvre et de la proposer à leurs patients. Tous les documents nécessaires à la thérapie (diagrammes de conceptualisation, formulaires, etc.) leur seront remis.

**Méthode pédagogique** : alternance d'exposés et de mises en application pratiques par jeux de rôles.

**Support** : vidéoprojecteur, écran

### **Contenu** :

- Présentation de la Thérapie Cognitive Processuelle
- Diagramme de conceptualisation
- 1<sup>er</sup> niveau : questionnaire des distorsions cognitives, enregistrement des pensées intra-personnelles et inter-personnelles ;
- 2<sup>ème</sup> niveau : préparation des expositions avec la hiérarchisation avec code couleur, le jeu de rôle consensuel et le plan d'action ;
- 3<sup>ème</sup> niveau : restructuration cognitive des croyances centrales négatives avec l'enregistrement des pensées basé sur le procès

**Intervenant**: Pascal Pitois, psychologue clinicien.

### **Bibliographie**

- Irismar Reis de Oliveira : Trial-Based Cognitive Therapy (Clinical Topics in Psychology and Psychiatry), Routledge; 20 Oct 2014
- Irismar Reis de Oliveira : Trial-Based Cognitive Therapy: Distinctive features (CBT Distinctive Features) Routledge; 7 Jun. 2016