



Introduction à la Thérapie Cognitive Processuelle 17 &18 septembre 2021 à Dijon – Pascal Pitois

La Thérapie Cognitive Processuelle

- une approche sûre et fiable : basées sur les outils classiques et validés des TCC
- une démarche thérapeutique cohérente et pédagogique
- accessible et soutenante pour le thérapeute débutant
- une corde supplémentaire à l'arc du praticien expérimenté en TCC
- une dimension ludique, appréciée tant par les patients que par les thérapeutes

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 de l'atelier de formation :

Cet atelier permettra aux stagiaires de se former à la **Thérapie Cognitive Processuelle** de manière pratique. À l'issue des deux jours, ils seront en mesure de la mettre en œuvre 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, surtout, de mises en application par jeux de rôles.

Contenu :

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