



Service Formation Permanente

La formation tout au long de la vie à l'Université Paris 8

Pratiques de la psychothérapie & psychopathologie clinique - DFSSU

Présentation de la formation

Cette formation universitaire diplômante s'adresse aux personnes exerçant, ou appelées à exercer, auprès de populations en difficulté psychique. Elle est résolument centrée sur la méthodologie et la mise en pratique, en parallèle des connaissances fondamentales et de la déontologie. Plus particulièrement, cette formation est destinée à développer ou approfondir ses compétences dans une diversité d'activités et d'applications fondamentales mais également actuelles et novatrices de la pratique psychothérapeutique (**psychologie positive, mindfulness, ACT**). Le [DFSSU](#) « Pratiques de la psychothérapie & psychopathologie clinique » est porteur de valeurs qu'il revendique dans la relation du praticien à son patient : **orientation solution, mise en application des acquis thérapeutiques, co-construction facilitatrice du changement, coopération avec le patient, confiance** dans ses ressources et dans ses capacités de rétablissement. Ce programme en part-time est **compatible avec le maintien d'une activité professionnelle**. L'équipe pédagogique du [DFSSU](#) est constituée de **psychothérapeutes aguerris**, issus de divers horizons, et d'enseignants-chercheurs experts de leurs domaines, offrant ainsi une formation théorique et pratique de haut niveau.

Objectifs

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Pratiquer le bilan psychologique afin de réaliser un diagnostic circonstancié et argumenté en regard de la symptomatologie observée,
- Elaborer des hypothèses étiologiques du trouble impliqué, envisager un pronostic en fonction de la trajectoire développementale du trouble, identifier que des axes possibles de travail,
- Proposer une solution thérapeutique adaptée à la demande et aux besoins identifiés.

Publics concernés

- Personnes autorisées à faire usage du titre de psychothérapeute (au sens du décret du 20 mai 2010 ; médecins, psychologues, psychiatres, psychanalystes et psychothérapeutes agréés par l'ARS) et désireux d'approfondir leurs compétences à travers l'acquisition de diverses méthodologies, techniques et outils sous-jacents à la pratique effective de la psychothérapie,
- Sous conditions supplémentaires, cette formation est ouverte aux professionnels concernés par l'accompagnement des publics en difficulté psychique (professionnels de la santé, du social, de l'éducation, du médico-social, de la famille, de la justice), soucieux d'acquérir de solides repères théoriques et pratiques relatifs à la psychopathologie, mais ne désirant pas, au titre de cette seule formation, candidater à l'obtention du droit à l'usage du titre de psychothérapeute.

Critères d'admission

- soit sur titre (Master 1) et sur justification d'au moins trois années d'exercice professionnel auprès de publics en difficulté,
- soit sur validation des acquis professionnels et personnels sur justification d'au moins 3 années d'expérience professionnelle.

Dans les deux cas, après examen et sélection du dossier de candidature, puis entretien avec un (ou plusieurs) membre(s) de l'équipe pédagogique. Le [DFSSU](#) « Pratiques de la Psychothérapie et Psychopathologie Clinique » ne permet pas l'obtention du droit à l'usage du titre de psychothérapeute, conformément au Décret du 20 mai 2010. Il n'est donc pas destiné à des personnes désirent par la suite postuler, au titre de cette seule formation, à l'obtention du dit titre de psychothérapeute.

Débouchés professionnels

Pratique de la psychothérapie (pour les personnes autorisées à faire usage du titre de psychothérapeute), pratique de la relation d'aide auprès des personnes en difficulté psychique.

Informations Générales

• **Date** : du 16 novembre 2020 au 24 novembre 2021 **•** **Durée** : 241,5 h. de formation + 21 h. d'évaluation (un stage facultatif est possible*) **•** **Périodicité** : 1 semaine par mois (du lundi au vendredi) **•** **Lieu de formation** : Université Paris 8, Saint-Denis **Tarif** : 3 850 € (+ 100 € de [VAPP](#) le cas échéant) **Un stage facultatif est possible allant d'une semaine, durée minimale à 5 mois, durée maximale. Le stage peut être réalisé à temps plein ou à temps partiel, de façon continue ou par périodes fractionnées.* Cette formation est éligible aux dispositifs de financement de la Formation Professionnelle Continue :(

- Financement entreprise : Plan de développement des compétences,
- Prise en charge par un organisme (ex : Pôle Emploi),
- Financement individuel partiel ou total.

Notre conseil : (Entamez vos démarches de demande de financement en formation continue en amont de votre candidature pédagogique, dans les 4 à 6 mois précédant le début de la formation.

Calendrier

Calendrier de la formation 2020-2021 :

- Lundi 16 au vendredi 20 novembre 2020- Lundi 14 au vendredi 18 décembre 2020- Lundi 11 au vendredi 15 janvier 2021- Lundi 08 au vendredi 12 février 2021- Lundi 08 au vendredi 12 mars 2021- Lundi 12 au vendredi 16 avril 2021- Lundi 17 au vendredi 21 mai 2021- Lundi 13 au vendredi 17 septembre 2021 **Examens** : 22, 23 & 24 novembre 2021 **Rattrapages** : 17, 18 & 19 janvier 2022

Contenu de la formation

Module 1 : Fondamentaux de la psychopathologie et de la pratique psychothérapeutique (38h30)

- Epistémologie de la psychopathologie (14h)
- Méthodologie de la conduite de l'entretien clinique (7h)
- Processus transversaux impliqués dans les psychothérapies : alliance, co-construction, actes de langage, recadrage, biais cognitifs (17h30)

Module 2 : Méthodologie de la sémiologie clinique : de la symptomatologie au diagnostic (38h30)

- Présentation du DSM et de la CIM, démarche diagnostique (3h30)
- Les troubles du comportement alimentaire (3h30)
- Les troubles addictifs (3h30)
- Les troubles phobiques (3h30)
- Les troubles obsessionnels (3h30)
- Les troubles anxieux (3h30)

- Les troubles dépressifs (3h30)
- Les troubles bipolaires (3h30)
- Les troubles psychotiques (7h)
- Les troubles de la personnalité (3h30)

Module 3 : Pratique de la thérapie cognitive et comportementale : fondamentaux, méthodologies, simulations et études de cas (45h30)

- Fondements théoriques des thérapies cognitives et comportementales
- Croyances irrationnelles, biais cognitifs et pensées automatiques (3h30)
- Cadre thérapeutique, structure générale et phases de l'accompagnement thérapeutique
- Analyse de la demande
- Opérationnalisation de la demande et fixation des objectifs thérapeutiques (7h)
- Première séance de la thérapie
- Entretien de diagnostic clinique, diagnostic différentiel, échelles d'évaluation
- Analyse fonctionnelle
- Structure et phases d'une séance-type de thérapie (10h30)
- Principales méthodologies en TCC
- Techniques cognitives (remédiation cognitive, techniques de la flèche descendante, etc.) et Techniques comportementales (désensibilisation, mise situation, etc.)
- Techniques d'identification et de travail des pensées automatiques
- Techniques d'identification et de travail des schémas cognitifs (17h30)
- Méthodologie de l'application des TCC aux principaux troubles : troubles dépressifs, troubles addictifs, troubles phobiques, troubles psychotiques, troubles anxieux, troubles du comportement alimentaire, troubles sexuels, troubles obsessionnels compulsifs (7h)

Module 4 : Pratique de la thérapie systémique : fondamentaux, méthodologies, simulations et études de cas (38h30)

- Construction de la réalité, visions du monde, niveaux de réalité
- Recadrage et changement (3h30)
- L'individu et son écosystème, système ouvert, relations & règles, frontières
- Homéostasie, autorégulation, rétroaction, perturbation & paradoxes de la communication, congruence
- Double lien, injonction paradoxale et méta-communication
- Symptôme & adaptation au dysfonctionnement
- Causalité linéaire intra-individuelle vs causalité circulaire interactive, état pathologique vs processus pathologique
- Centration sur les conduites vs leurs conditions d'apparition, comment vs pourquoi
- Travail des relations et fabrication d'un nouvel équilibre
- Niveaux de changement (7h)
- Croyances thérapeutiques
- Adaptation à la réalité du système, intervention dans le système
- Alliance thérapeutique, établissement d'un rapport, position basse
- Construction des possibilités de changements
- Analyse de la demande, collecter les informations, exploration du problème, construction du problème, rendre travaillable le problème, langage orienté solution
- Identification du symptôme et de sa fonction
- Questionnement circulaire, hypothèses systémiques de travail
- Opérationnalisation de la demande, objectifs à atteindre, plan d'action
- Synchronie et diachronie du système, observation des interactions (7h)
- Entretien familial, jeux de rôle, psychodrame
- Enregistrements audio et vidéo, co-thérapie, reflecting team, glace sans tain (3h30)
- Recadrer, provoquer, prescrire, utiliser les ressources, traquer les exceptions, effets boule de neige, arrimer (3h30)
- Carte des réseaux, grilles d'analyse systémique (3h30)
- Méthodologie de l'approche stratégique, de l'approche structurale, de l'approche constructiviste (3h30)
- Méthodologie de l'application de l'approche systémique : trouble schizophrénique, troubles du comportement alimentaire, troubles addictifs, troubles anxieux, troubles obsessionnels, troubles du comportement, couple, familles recomposées, crises, deuil, fratrie, adolescence, petite enfance, enfance (7h)

Module 5 : Pratique de la thérapie positive : fondamentaux, méthodologies, simulations et études de cas (21h)

- Facteurs d'entrave vs de construction de la santé psychique, limitation des émotions et comportements négatifs vs développement des émotions et comportements positifs
- Intensification des conditions, des ressources internes et des modes de fonctionnement fructueux
- Anticipation anxieuse, rumination versus instant présent
- Espérance apprise
- Emotionnalité positive et exploration de l'environnement et des possibles
- Résilience
- Développement du « bien-être », de la satisfaction et du « sens de la vie »
- Santé psychique active
- Bien-être, performance et fonctionnement optimal des individus
- Prévention des rechutes
- Mesure de l'efficacité de l'approche psychologie positive (7h)
- Méthodologies, techniques et outils de la thérapie positive : pratique de la méditation, communication affirmée et non violente, culture intentionnelle des émotions positives, du bien-être, des forces et des ressources internes, renforcement du positif, développement de l'optimisme, de la gratitude, de la confiance en Autrui, de la coopération, du respect, de l'empathie, de la créativité, de l'orientation solution, de la capacité à s'extraire, de la capacité à « profiter » et à s'épanouir ; méthodologie de l'application aux différents troubles. (14h)

Module 6 : Pratique de la thérapie de pleine conscience (mindfulness) : fondamentaux, méthodologies, simulations et études de cas (21h)

- Les origines de la pleine conscience
- Pleine conscience : MBI (Mindfulness Based Interventions), MBSR et MBCT
- Les 7 fondements de la pleine conscience (esprit du débutant, le non jugement, pas d'objectifs thérapeutiques précis, etc.)
- Les biais cognitifs (biais attentionnel, style attentionnel inflexible, réactivité cognitive, déficit méta-cognitif, évitement attentionnel, fonctionnement en pilote automatique)
- Conception du changement cognitif en pleine conscience, métacognition et prise de conscience de ses modes de fonctionnement
- Plasticité cérébrale
- Centration volontaire de l'attention, attention au moment présent et à l'expérience, observation du flot de pensées et d'émotions
- Suspension du jugement, acceptation de l'expérience telle qu'elle est
- Non factualité des pensées
- Prendre soin de soi-même
- Pratique personnelle quotidienne
- Pleine conscience et prévention des rechutes
- Mesure de l'efficacité de la démarche pleine conscience (7h)
- Méthodologies, techniques et outils de la thérapie de pleine conscience : prise de conscience du pilotage automatique (grain de raisin, bodyscan), entraînement attentionnel (pleine conscience de la respiration et du corps (ancrage), mouvements en pleine conscience), attention élargie et désengagement attentionnel ou shift métacognitif (pleine conscience des sons et des pensées / zoom-dézoom), réactivité cognitive (les pensées ne sont pas des faits), modification du mode de traitement de l'information (recul et décentration envers les cognitions), régulation émotionnelle (exposition aux émotions basée sur la pleine conscience)
- Spécificités méthodologiques de la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT)
- Spécificités méthodologiques du programme de réduction du stress basé sur la pleine conscience (MBSR)
- Méthodologie de l'application aux différents troubles (14h)

Module 7 : Pratique de la thérapie d'acceptation et d'engagement : fondamentaux, méthodologies, simulations et études de cas (21h)

- Les origines de l'ACT, ACT et contextualisme fonctionnel, la notion de changement en ACT, l'ACT et la « 3e vague » des TCC
- Changement des contenus privés négatifs vs changement de leur contexte
- Evitements expérientiels, contrôle, absence de contact avec la réalité présente

- Evitement et maintien des problématiques
- Pensée et langage, dangers du langage, fusion cognitive
- Langage et évitement expérientiel
- Métacognition et auto-observation des pensées automatiques, prise de distance par rapport aux émotions et aux pensées
- Désespoir créatif et acceptation
- Valeurs et engagement des actions au service des mobiles choisis
- Pleine conscience et appréhension des différentes facettes de l'expérience
- Flexibilité psychologique, ouverture des possibles, changement comportemental
- Mesure de l'efficacité de la démarche ACT (7h)
- Méthodologies, techniques et outils psychothérapeutiques de l'ACT pour le développement de : la défusion, l'acceptation, l'attention au moment présent, l'identification des valeurs, l'engagement et l'action, le « soi comme contexte » ; utilisation de l'outil « hexaflex »
- Méthodologie de l'application aux différents troubles (14h)

Module 8 : Supervision de tutorat de mémoire (17h30)

- Séminaires de tutorat de l'élaboration du mémoire professionnel théorico-pratique *Un stage facultatif est possible allant d'une semaine, durée minimale à 5 mois, durée maximale. Le stage peut être réalisé à temps plein ou à temps partiel, de façon continue ou par périodes fractionnées.*

Méthodes pédagogiques

- Alternance théorie, méthodologie et pratique.
- Forte centration sur l'exploitation d'études de cas, la mise en application (simulations, jeux de rôle), l'application effective (en intersession), le débriefing critique et la consolidation des acquis.
- Travaux pratiques complémentaires d'approfondissement, en sous-groupes de pairs autonomes (en présentiel ou en visioconférence, hors temps de formation) : reprise des études de cas et des jeux de rôle, réalisation de fiches outils personnalisées, mise en place de stratégies et débriefing des applications en mode co-développement, etc.
- Réel accompagnement individualisé de chaque participant dans sa mise en application de ses acquis de formation (supervision), ainsi que dans le cadre de l'élaboration de son mémoire professionnel (tutorat).
- Dispositif intranet dédié permettant la préparation, le suivi et l'approfondissement des regroupements, ainsi que l'interaction avec l'équipe pédagogique et les autres participants.
- *Un stage facultatif est possible allant d'une semaine, durée minimale à 5 mois, durée maximale. Le stage peut être réalisé à temps plein ou à temps partiel, de façon continue ou par périodes fractionnées.*

Validation des enseignements

- L'assiduité aux enseignements, aux séminaires de supervision de la pratique et de l'élaboration du mémoire.
- Les contrôles écrits de connaissance.
- La rédaction et la soutenance d'un mémoire professionnel théorico-pratique.

Diplôme délivré

Le diplôme délivré (pour les personnes ayant suivi et validé la totalité des modules) est un diplôme de formation supérieure spécialisée d'université ([DFSSU](#)) de niveau baccalauréat + 5, « Pratiques de la Psychothérapie et Psychopathologie Clinique ».

Equipe pédagogique

Comité de pilotage

- **Xavier BRIFFAULT**, chercheur en santé mentale (CNRS), HDR, expert auprès de l'HAS, psychothérapeute
- Marie-Carmen CASTILLO, maître de conférences, directrice de l'UFR de psychologie
- **Samuel DEMARCHI**, maître de conférences en psychologie sociale
- **Geneviève EMILE**, psychologue, doctorante en psychologie
- **Marie KOENING**, docteur en psychologie clinique, psychologue clinicienne, psychothérapeute (Hôpital René DUBOIS)
- **Fanny MARTEAU**, docteur en psychopathologie clinique, psychologue clinicienne, psychothérapeute (libéral)
- **Michèle MONTREUIL**, professeur des universités en psychopathologie clinique
- **Alain BLANCHET**, professeur des universités en psychopathologie clinique

Enseignants-chercheurs

- **Alain BLANCHET**,
- **Mikkel BORCH-JACOBSEN**, professeur des universités en philosophie (Université de Washington)
- **Xavier BRIFFAULT**,
- **Samuel DEMARCHI**,
- **Nathalie DURIEZ**, maître de conférences en psychopathologie clinique (Université Paris 8)
- **Bernard GRANGER**, professeur en psychiatrie (Université Paris 5), psychiatre, psychothérapeute
- **Annamaria LAMMEL**, maître de conférences en psychologie interculturelle (Université Paris 8)
- **Michèle MONTREUIL**,
- **Philippe PIGNARRE**, essayiste, éditeur (Les empêcheurs de penser en rond)
- **Arnaud PLAGNOL**, professeur des universités en psychopathologie clinique (Université Paris 8)
- **Jacques VAN RILLAER**, professeur émérite de psychologie (Université catholique de Louvain), psychothérapeute
- **Evelyne ROSSET**, docteur en psychologie, chercheur associé (Université de Grenoble)

Intervenants (sous réserve)

- **Georgia ARAPAKI**, psychologue clinicienne, psychothérapeute (libéral)
- **Céline ATTIAS**, psychologue du travail, praticienne en psychologie positive, sophrothérapeute
- **Albert BARBARO**, médecin, sexologue, psychothérapeute (libéral)
- **Jean-Claude CHOURAQUI**, psychologue, psychothérapeute (libéral)
- **Barbara COCHET**, psychologue clinicienne, psychothérapeute
- **Julien CORNIQUET**, psychologue
- **Auréli DOCTEUR**, docteure en psychopathologie clinique, psychologue clinicienne, psychothérapeute (Hôpital Sainte-Anne)
- **Damien FOUQUES**, docteur en psychopathologie clinique, psychologue clinicien, psychothérapeute
- **Thierry HERGUETA**, psychiatre
- **Marie HULEUX**, psychologue clinicienne, psychothérapeute (libéral)
- **Maria GODI**, psychologue, psychothérapeute
- **Céline JOUANNE**, docteur en psychopathologie clinique, psychologue clinicienne, psychothérapeute (Hôpital Albert Chenevier)
- **Marie KOENING**, docteur en psychologie clinique, psychologue clinicienne (Hôpital René Dubos), psychothérapeute
- **Michel MAESTRE**, psychologue clinicien, psychothérapeute (Clinique du couple)
- **Fanny MARTEAU**, docteur en psychopathologie clinique, psychologue clinicienne, psychothérapeute (libéral)
- **Thierry MELCHIOR**, psychologue clinicien, psychothérapeute (institut Milton Erickson, Belgique)
- **Pascal OLIVIER**, psychologue, psychothérapeute (libéral)
- **Emmanuelle PEYRET**, médecin addictologue, praticien hospitalier, psychothérapeute (Hôpital Robert Debré)
- **Anastasia TOLIOU**, psychologue clinicienne, psychothérapeute
- **Luis VERA**, pédopsychiatre, psychothérapeute (Hôpital Sainte-Anne)
- **Thomas SCHWAB**, psychologue, psychothérapeute
- **Rebecca SHANKLAND**, psychologue.

Document non contractuel