



## PRESENTATION

### La thérapie des schémas : modèle de base

- Paris, France / 21 & 22 mars 2019 -  
Pierre COUSINEAU, PhD.

---

#### > PRESENTATION DU MODULE

<b>Problématique</b>	Notre expérience de formateur et superviseur nous a fait régulièrement observer que plusieurs psychothérapeutes ne possèdent pas vraiment de système conceptuel intégratif quant à l'organisation et au fonctionnement de ce qui est catégorisé comme étant la personnalité.
<b>Besoin</b>	<p>L'approche des schémas développée dans un premier temps par Jeffrey Young est l'un des systèmes conceptuels qui offre des outils pour décrire les styles d'adaptation dysfonctionnels et fonctionnels développés dans l'histoire de la personne pour chercher à répondre aux systèmes motivationnels fondamentaux (aussi appelés besoins). Elle identifie en priorité le ou les systèmes motivationnels spécifiques en déséquilibre et les solutions dysfonctionnelles qui n'arrivent pas à créer des contextes satisfaisants pour la personne.</p> <p>La thérapie des schémas a aussi la qualité d'utiliser un niveau de langage qui facilite un échange entre le thérapeute et le client quant à la formulation des problèmes présentés, des objectifs de la thérapie et des moyens pour les atteindre.</p>
<b>Clientèle</b>	Cette formation est conçue pour des psychothérapeutes – Elle pourrait par ailleurs être une source de connaissances pour d'autres intervenants en santé mentale : un modèle articulé de fonctionnement de la personnalité humaine et un langage permettant des échanges entre professionnels.
<b>Durée de la formation</b>	12 heures sur deux jours. les <b>21 &amp; 22 mars 2019</b>

<b>Préalable(s)</b>	Cette formation est une introduction à la thérapie des schémas; ne nécessite pas la connaissance préalable de cette approche.
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Comprendre dans quel contexte est apparue la thérapie des schémas ainsi que sa philosophie intégrative</li><li>○ Définir les concepts caractérisant la thérapie des schémas, particulièrement :<ul style="list-style-type: none"><li>• Les dix-huit schémas précoces inadaptés</li><li>• Les dix modes et leurs liens aux schémas</li></ul></li><li>○ Identifier les schémas et des modes par l'évaluation clinique et les questionnaires dans un contexte clinique simulé.</li><li>○ Clarifier les principales fonctions des stratégies thérapeutiques</li></ul>

<b>Contenu</b>	<p><b><u>Journée 1 Jeudi 22 Mars 2018:</u></b></p> <p>1) Prélude : Contexte et perspective</p> <p>2) Le concept des schémas précoces inadaptés (Young et al., 2005)</p> <p>3) Neuropsychologie : systèmes affectifs fondamentaux (Panksepp &amp; Biven, 2012)</p> <p>4) Les différentes modalités de mémoire (Solms &amp; Turnbull, 2002)</p> <p>5) Les dix modes ou états du soi. (Chaloult et al., 2008)</p> <p><b><u>Journée 2 vendredi 23 Mars 2018 :</u></b></p> <p>6) Les 18 schémas précoces d'inadaptation (Young et al., 2005)</p> <p>7) Exercice d'identification des modes et des schémas dans une histoire de cas</p> <p>8) L'évaluation Exemple : les quatre entrevues d'évaluation et de bilan Questionnaires sur les schémas (YSQ) et sur les parents (YPQ) et leur cotation</p> <p>9) Comment présenter le bilan de l'évaluation au client</p> <p>10) Les grands objectifs de la thérapie des schémas</p> <p>11) Aperçu de stratégies thérapeutiques A) La fiche mémo pleine conscience – intégration de dimensions : Les techniques cognitives-comportementales classiques sont aussi intégrées à cette fiche mémo (Cousineau &amp; Ngô, 2013) B) Les techniques expérientielles (Young et al., 2005) C) La relation comme expérience correctrice (Chaloult et al., 2008)</p>
<b>Méthode ou Stratégie pédagogique</b>	Exposé théorique, exemples cliniques, exercices.
<b>Attestation</b>	Une attestation de participation sera donnée aux participants

<b>Bibliographie sommaire</b>	<p>Arntz, A., &amp; van Genderen, H. (2009). <i>Schema Therapy for Borderline Personality Disorder</i>. Chichester, UK: Wiley-Blackwell.</p> <p>Chaloult, L., Ngo, T-L., Goulet, J., &amp; Cousineau, P. (2008). <i>La thérapie cognitivo-comportementale: Théorie et pratique</i>. Montréal: Gaëtan Morin.</p> <p>Cousineau, P., (2012). Mindfulness and ACT as Strategies to Enhance the Healthy Adult Mode. In Van Vreeswijk, M., Broersen, J., &amp; Nadort, M. <i>The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy : Theory, Research, and Practice</i>. Londres : Wiley-Blackwell.</p> <p>Cousineau, P., &amp; Ngô, T-L. (2013). Thérapie des schémas – ACT – Pleine Conscience. <i>Santé Mentale au Québec</i>, vol. 38, no 2, 195-213.</p> <p>Panksepp, J., &amp; Biven, L. (2012). <i>The Archeology of Mind : Neural Origins of Human Emotion</i>. New York : W.W. Norton.</p> <p>Solms, M., &amp; Turnbull, O. (2002). <i>The Brain and the Inner World : An Introduction to the Neurosciences of Subjective Experience</i>. New York : Other Press.</p> <p>Young, J.E., &amp; Klosko, J.S. (1993). <i>Je réinvente ma vie</i>. Montréal: Éditions de l'Homme, 1995, 2003.</p> <p>Young, J.E., Klosko, J.S., Weishaar, M.E. (2003). <i>La thérapie des schémas: approche cognitive des troubles de la personnalité</i>. Bruxelles : De Boeck (2005).</p>
-----------------------------------	---

## ➤ **FORMATEUR**

Pierre COUSINEAU. Docteur en psychologie (Ph.D. de University of Waterloo). Il pratique la psychothérapie depuis 40 ans. Il fait de la supervision et donne régulièrement des formations, principalement au Québec, mais aussi en Europe et au Maroc. Il a été supervisé en thérapie des schémas par le Dr Jeffrey Young, cette le père de



### **Centre d'Intervention Psychologique**

Cabinet de psychologie Saint-Jacques

12, boulevard Saint-Jacques • Hall 5 • 75014 Paris

Tél. : 06 85 40 56 89 • Mail : [cipsy.paris14@gmail.com](mailto:cipsy.paris14@gmail.com)

[www.psy-paris-14.fr/cipsy/](http://www.psy-paris-14.fr/cipsy/) • Siret : 818 024 101

.....

approche, et est certifié de l'International Society for Schema Therapy.

Il a écrit des articles et des chapitres de livres sur la thérapie des schémas et sur ACT(Acceptance and Commitment Therapy).