

## Formation

# COMMENT UTILISER LES SCHÉMAS AVEC LES ENJEUX PROBLÉMATIQUES DE PERSONNALITÉ (TRAITS - TROUBLES)

3 journées de formation avec Pierre COUSINEAU, Ph.D

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Mieux intervenir auprès de patients présentant des enjeux problématiques de personnalité**

À l'issue de la formation, le participant devra être capable de :

- Percevoir un problème de personnalité selon une perspective dimensionnelle (versus catégorielle).
- Utiliser les concepts de schémas précoces inadaptés et de modes de la Thérapie des schémas pour définir cette perspective dimensionnelle.
- Comprendre que tout symptôme présenté en thérapie est cohérent.
- Être capable de faire la différence entre des interventions visant à gérer un schéma et des interventions visant à le modifier.
- Faire l'expérience de quelques interventions visant à gérer ou modifier un schéma.
- Comprendre comment tout trouble de personnalité est fondé sur le principe de stratégies visant à se protéger de ce que l'on qualifie de « pire souffrance » en Thérapie de la cohérence. Ces stratégies viennent elles-aussi avec leur propre lot de souffrances (qualifiées de « moindre souffrance ») dont la personne est prête à assumer (implicitement) les coûts afin d'éviter cette « pire souffrance ».

## MODALITÉS TECHNIQUES, PÉDAGOGIQUES & D'ENCADREMENT

**Modalités pédagogiques:** Le formateur accorde une grande importance au plus grand équilibre possible entre le conceptuel et le clinique, l'un enrichissant l'autre. Il y aura donc une interaction entre pédagogie, exemples cliniques et exercices.

Cette formation est une synthèse de formations en Thérapie des schémas et en Thérapie de la cohérence, toutes deux accréditées par l'Ordre des Psychologues du Québec.

*Par ailleurs, la formation fait régulièrement référence à ces deux ouvrages :*

- Cousineau, P., & Côté, S. (paru en juin 2023). *Pratiquer la Thérapie des schémas : Transformer les modèles prédictifs avec la reconsolidation de la mémoire.* Paris : Dunod.
- Côté, S., & Cousineau, P. (2022). *La reconsolidation thérapeutique de la mémoire : Transformer les schémas émotionnels avec la Thérapie de la cohérence.* Paris : Dunod.

**Les matériels utilisés:** PowerPoint

**Les documents remis aux participants:** Manuel ou téléchargement des diapositives de la formation. Accès à des questionnaires et documents cliniques.

**Natures des travaux demandés aux participants:** Exercices cliniques, compléter le Questionnaire sur les schémas.

## PARTICIPANTS CIBLES & PRÉREQUIS

Formation destinée aux psychologues, psychiatres, médecins, psychothérapeutes.

Aucun pré-requis nécessaire.

Pas de restriction concernant le champ de pratique thérapeutique du participant.

## MODALITÉS & DÉLAIS D'ACCÈS

Pour toute demande d'inscription, merci d'adresser un email à [chapelle.formation@gmail.com](mailto:chapelle.formation@gmail.com) pour obtenir le dossier de candidature.

Instruction des dossiers: 10 jours ouvrés à réception de votre dossier complet.

*Merci de nous informer en amont si une situation de handicap se présente afin que les conditions d'accueil ainsi que le contenu de la formation soient adaptés au mieux.*

## INFOS PRATIQUES

ÎLE DE LA REUNION: 12-13-14/09/2024

PARIS: 19-20-21/ 09/2024

AIX EN PROVENCE: 26-27-28/ 09/2024

Horaires: 09h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00

Durée: 21h00

Tarifs: individuel = 590 € / étudiant = 460 € / organismes de financement = 840 €

Date limite d'inscription: 1 mois avant

Nombre max d'inscriptions: 35

## CONTACT

Journées de formation organisées  
par Frédéric CHAPELLE

 06 22 00 34 89

 [chapelle.formation@gmail.com](mailto:chapelle.formation@gmail.com)

 [Frédéric CHAPELLE \(Formation\)](#)

 [Frédéric CHAPELLE \(MD PhD\)](#)

## PRÉSENTATION DU CONFÉRENCIER



Dr Pierre Cousineau, Ph.D. est psychologue depuis plus de quarante-cinq ans. Il pratique la Thérapie des schémas depuis le milieu des années 90 après avoir eu l'immense honneur d'être supervisé par son fondateur, le Dr Jeffrey Young. Il est un thérapeute et un superviseur reconnu par l'International Society for Schema Therapy. Il intervient comme superviseur-formateur au Québec, en France et au Maroc.

Il est aussi formateur associé au Coherence Psychology Institute et s'intéresse particulièrement à l'impact de la reconsolidation thérapeutique de la mémoire sur les schémas précoces inadaptés qui jouent un rôle fondamental dans les enjeux problématiques de personnalité.

Il a récemment publié avec sa collègue Sophie Côté deux ouvrages :

Cousineau, P., & Côté, S. (2023). *Pratiquer la Thérapie des schémas : Transformer les modèles prédictifs avec la reconsolidation de la mémoire.* Paris : Dunod.

Côté, S., & Cousineau, P. (2022). *La reconsolidation thérapeutique de la mémoire: Transformer les schémas émotionnels avec la Thérapie de la cohérence.* Paris : Dunod.

## Formation

# COMMENT UTILISER LES SCHÉMAS AVEC LES ENJEUX PROBLÉMATIQUES DE PERSONNALITÉ (TRAITS - TROUBLES)

3 journées de formation avec Pierre COUSINEAU, Ph.D

## PLAN DE LA FORMATION

### I. Neuropsychologie de l'adaptation

- 1.1 L'affect comme fondement de la conscience et comme mesure de ce qui est important pour nous.
- 1.2 Le cerveau et les niveaux de traitement de l'information.
- 1.3 Les différents types de mémoire et leur intérêt pour la thérapie.
- 1.4 Exercice : à quel niveau de traitement de l'information et sur quel type de mémoire intervenez-vous habituellement ?

### II. Thérapie des schémas : le concept de mode et son utilité clinique

- 2.1 Les modes liés à la non-réponse à des besoins psychologiques fondamentaux.
- 2.2 Exercice à partir d'une vignette clinique
- 2.3 Les modes liés à des stratégies afin d'éviter la « pire souffrance » - la caractéristique observable des enjeux de personnalité.
- 2.4 Exercice : Trouver des exemples cliniques de cette fonction stratégique tirés de sa pratique.
- 2.5 L'objectif en Thérapie des schémas est d'augmenter la sphère d'influence des modes Enfant Heureux (Spontané) et Adulte Sain.
- 2.6 Exercice : que pensez-vous du concept de mode Adulte Sain ?

### III Thérapie des schémas : les schémas précoces inadaptés

- 3.1 La perception est une prédiction (confirmée ou non)
- 3.2 Un schéma est une mémoire prédictive
- 3.3 Les schémas précoces inadaptés tels que d'abord définis par Young.
- 3.4 Les schémas précoces inadaptés inscrits dans le modèle anatomique d'un modèle (devenu) problématique de la réalité.
- 3.5 Exercice : Identifier des schémas et des modes dans une histoire de cas.

### IV Clinique

- 4.1 Le Questionnaire sur les schémas
- 4.2 Démonstration d'une intervention par le formateur avec un.e participant.e jouant un.e patient.e.
- 4.3 Matrice du processus perceptuel à la base des schémas – locus optimal d'intervention pour modifier un schéma
- 4.4 Exercice en sous-groupes d'interventions à partir de scénarios proposés par le formateur

## MODALITÉS D'ÉVALUATION DES CONNAISSANCES

Auto-évaluation des acquis en fin de formation par questionnaire.

## VALIDATION DE LA FORMATION

Attestation d'assiduité délivrée à l'issue de la formation

## INFOS PRATIQUES

ÎLE DE LA REUNION: 12-13-14/09/2024

PARIS: 19-20-21/ 09/2024

AIX EN PROVENCE: 26-27-28/ 09/2024

Horaires: 09h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00

Durée: 21h00

Tarifs: individuel = 590 € / étudiant = 460 € /  
organismes de financement = 840 €

Date limite d'inscription: 1 mois avant

Nombre max d'inscriptions: 35

## CONTACT

Journées de formation organisées  
par Frédéric CHAPELLE

 06 22 00 34 89

 [chapelle.formation@gmail.com](mailto:chapelle.formation@gmail.com)

 [Frédéric CHAPELLE \(Formation\)](#)

 [Frédéric CHAPELLE \(MD PhD\)](#)

## PRÉSENTATION DU CONFÉRENCIER



Dr Pierre Cousineau, Ph.D. est psychologue depuis plus de quarante-cinq ans. Il pratique la Thérapie des schémas depuis le milieu des années 90 après avoir eu l'immense honneur d'être supervisé par son fondateur, le Dr Jeffrey Young. Il est un thérapeute et un superviseur reconnu par l'International Society for Schema Therapy. Il intervient comme superviseur-formateur au Québec, en France et au Maroc.

Il est aussi formateur associé au Coherence Psychology Institute et s'intéresse particulièrement à l'impact de la reconsolidation thérapeutique de la mémoire sur les schémas précoces inadaptés qui jouent un rôle fondamental dans les enjeux problématiques de personnalité.

Il a récemment publié avec sa collègue Sophie Côté deux ouvrages :

Cousineau, P., & Côté, S. (2023). Pratiquer la Thérapie des schémas : Transformer les modèles prédictifs avec la reconsolidation de la mémoire. Paris : Dunod.

Côté, S., & Cousineau, P. (2022). La reconsolidation thérapeutique de la mémoire: Transformer les schémas émotionnels avec la Thérapie de la cohérence. Paris : Dunod.