

# Programme de formation

## Démarrer la pratique de la thérapie des schémas

### Version 1 - Référence janvier 2025

#### **Durée :**

2 jours de 7h chacun

#### **Nombre de participants :**

De 8 personnes minimum à 20 personnes maximum en présentiel

#### **Prérequis :**

- Etre Psychologue, psychothérapeute ARS, psychiatres

#### **Objectif de développement des compétences :**

1. Avoir une connaissance des différents schémas précoces inadaptés et savoir les évaluer ;
2. Savoir pratiquer le protocole de l'imagerie ;
3. Avoir une connaissance des modes et savoir les modéliser avec le modèle de conceptualisation des modes;
4. Savoir pratiquer le protocole des chaises pour travailler le mode voix critiques et le mode protecteur détaché.

#### **Contenus principaux :**

##### Jour 1 :

- Les points clés :
  - La fenêtre de tolérance
  - La théorie polyvagale

##### *Practicum 1 : en groupe exercice sur la théorie polyvagale*

- Accordage émotionnel
- Définition des besoins fondamentaux

##### *Practicum 2 : travail en binôme sur les besoins fondamentaux*

- Définition des schémas précoces inadaptés
- Le questionnaire des schémas
- Le protocole de l'imagerie

*Practicum 3 : en binôme pratiquer le protocole de l'imagerie*

- Retour d'expérience

Jour 2 :

- Résumé Jour 1
- Les modes
- Le modèle de conceptualisation des modes

*Practicum 4 : en binôme sur le modèle de conceptualisation*

- Le mode de voix critiques

*Practicum 5 : en binôme pratiquer le protocole des chaises avec le mode voix critiques*

- Le mode protecteur détaché
- Retour d'expérience
- Définition d'une prise en charge intégrative : les repères

**Méthodes pédagogiques :**

Apports théoriques, vidéos, exercices, practicums sur son propre vécu, travail avec des outils en situation réelle.

**Moyens pédagogiques :**

En présentiel : Salle équipée, vidéo projecteur, ordinateur, paperboard ou tableau pour écrire

**Encadrement pédagogique**

Christelle Ziebel

Psychologue et docteur en psychologie

Formée à la thérapie ACT (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement), à la thérapie des schémas (ISST), à la thérapie ICV

Professeur de Yoga

**Modalités et délais d'accès :**

Demande de devis sur le site [www.efficienc-academie.com](http://www.efficienc-academie.com), questionnaire d'analyse de la demande. Validation du devis.

Envoi du contrat de formation avec le règlement de 20% pour valider son inscription. Le restant est réglé avant la formation, facture envoyée avec l'attestation de suivi une fois la formation terminée.

**Contact sous 72 heures**

Responsable formation : Christelle Ziebel : [christelle.ziebel@gmail.com](mailto:christelle.ziebel@gmail.com)

Tél : 07 66 83 32 97

Contact Site internet : [www.efficienc-academie.com/contact/](http://www.efficienc-academie.com/contact/)

**Les dates et lieux** sont  
clairement indiquées sur le site.

**Horaires** : 9h30 à 17h30 jour 1 (7 H de formation) et 9H à 17 h le jour 2 (7 H de formation)

**Tarif TTC** (non soumis à la TVA) :

- 420€ pour les 2 jours à titre individuel

- 490€ pour les 2 jours au titre du financement public et mutualisé (FIFPL, institutions, France Travail, etc.)

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :**

Accessible à tout public respectant la cible (y compris personnes en situation de handicap). J'adapte les moyens et la pédagogie afin de favoriser l'inclusion de la personne en situation de handicap.

Interlocuteur, structure possible d'accueil, organisme ou référent à contacter, conditions d'accès, modalités d'accueil...

**Évaluation, suivi, bilan :**

- Évaluation préalable et finale des acquis (quiz, étude de cas et/ou évaluer la pratique)