

DES PEURS ANTICIPATOIRES AUX PEURS CONSTITUEES

Concepteur

Dr Eric Bardot, psychiatre,
pédopsychiatre, psychothérapeute

Formateurs

Solen MONTANARI, psychologue,
psychothérapeute
Stéphane ROY, psychologue et
psychothérapeute

Public

La formation s'adresse aux
professionnels de santé ayant une
pratique clinique (Psychiatres,
Psychologues, Psychothérapeutes) et
praticiens de la relation d'aide.

Prérequis

Bac +3, formation 1^{ère} année TLMR

Organisation

Horaires journaliers : 9h00-12h30 et
14h00- 17h30 soit 7 heures par jour

Durée de la formation : 21 heures

Effectif : 18 personnes

Présentation

L'inconnu, la nouveauté nous sort de notre monde relationnel familial. Même si celui-ci est fait de souffrances, nous nous y sommes habitués. S'engager dans un processus de changement, c'est accepter de traverser une phase de déstabilisation, d'incertitude, l'inconnu, de nouveauté, bref de crise. La vie, à chaque changement de cycle, nous y invite. C'est alors que peuvent apparaître des peurs anticipatoires. « Si je me mets en mouvements, est-ce que les expériences négatives du passé ne vont pas à nouveau s'inviter ? Ne vais-je pas me retrouver à nouveau seul... dans un monde de désolation ? » Nous aborderons les peurs constituées, la phobie, les tocs comme tentatives de sécurisation dysfonctionnelles.

Vous apprendrez à utiliser la crise comme outil thérapeutique, à engager le travail de séparation en lien à la fin de la thérapie.

Compétences professionnelles visées

- Perfectionner sa pratique de la TLMR,
- S'adapter aux situations de crise et les intégrer dans le processus thérapeutique.

Objectifs de la formation

- Travailler avec les problématiques de séparation, les peurs constituées, les phobies et les obsessions,
- Utiliser les modélisations spécifiques sur la peur, sur la colère et les divers niveaux d'intervention qui permettent d'amener le patient à expérimenter le processus de séparation en lien.

Moyens pédagogiques

- Formation théorique et pratique,
- Séances de formation en salle,
- Manuels pédagogiques,
- PowerPoint,
- Paperboard,
- Présentation et analyse d'expériences,
- Mises en situation,
- Démonstrations.

Modalités de suivi et appréciation des résultats :

- Fiches de présence émargées,
- Feuilles d'évaluation,
- Mises en situation.

JOUR 1 - Peurs constituées, phobies, obsessions : problématiques de séparation

- 1 Objectif : alternative réaliste, évaluer les risques du changement
- amener à une expérience corporelle dans l'ici et maintenant,
 - orienter vers l'expérience sécurisée
 - amener à une action dans la relation à soi, à l'autre et au monde
- 2 Du traumatisme à la peur
- Trauma : déshyponotiser de l'emprise
 - Phobies, obsessions : désuggestionner de l'emprise
- 3 Différence entre processus phobique et processus obsessionnel
- Les niveaux de mentalisation
 - Les compulsions comme tentatives de solutions
 - Phobie en lien avec une situation traumatique (modélisation peurs anticipatoires)
 - Phobie non traumatique (recherche de l'action qui contient l'intention et les effets sur lesquels porte la peur.
- 4 Des peurs anticipatoires aux problématiques phobiques et obsessionnelles constituées
- Déconstruction :
 - questionnements,
 - désuggestionnement,
 - recadrages,
 - provocatif
 - Questionnement stratégique en HTSMA
 - Questionnement de sursaturation
 - Métaphorisation /externalisation
 - Recadrages (peur, désir), peurs de ce qui est déjà là
- 5 Les phobies d'impulsion
- Sursaturation stratégie du pire / travail sur la confiance
 - Utilisation des tiers qui entretiennent qui autorisent
- 6 Panphobie et psychotraumatisme

JOUR 2 - Problématiques de séparation et modélisations en TLMR (HTSMA)

Modélisations en TLMR

- Reprise des modélisations peurs anticipatoires :
 - Processus phobique (peur) agir corporel dans la relation au monde
 - Stratégie du pire
 - Intention paradoxale
 - Processus obsessionnel (maîtrise et agressivité) (agir mental dans la relation à soi)
 - Sursaturation, pourcentages, recadrage obsession/peur
 - Utilisation des mouvements alternatifs dans les obsessions :
 - ▲ Déconnexion du mental
 - ▲ Amplification de la focalisation dans l'ici et maintenant
 - ▲ Mobilisation du couple (histoire, pensée de dévalorisation)
- Question des soutiens qui entretiennent le problème
- Question de la relation d'attachement : entre dépendance et autonomie

Séparation et problématiques d'attachement

Séparation et cycles de vie

Séparation, dépendance et autonomie

JOUR 3 - Utilisation des modélisations spécifiques

- Techniques en TLMR : internalisation du lien et processus de séparation
- Modélisations spécifiques :
 - Lorsque la personne anticipe une menace de séparation
 - Lorsque la personne est dans une situation de séparation
 - Lorsque la personne est physiquement séparée

Conformément aux Conditions Générales, l'Institut MIMETHYS se réserve la possibilité, en cas de nécessité, de changer de formateur ainsi que l'ordre du programme.