

---

## DEROULEMENT DE LA FORMATION

Formation **Les bases des TCC : Programme d'initiation aux thérapies cognitives et comportementales**

Date - Lieu 22, 23 et 24 juillet 2020 – Formation à distance

Formatrice **Aurélie Cretin**, Psychologue TCC et Enseignante DU de TCC (Université Médecine Lyon 1)

---

### 1ère journée (9 h 30 – 12 h 30 et 13 h 30 - 17 h 30)

#### Les bases de la TCC - Bases théoriques / Histoire

- Historique
- Conditionnement opérant
- Conditionnement classique
- Apprentissage par imitation
- Modèles cognitifs

#### Les bases de l'entretien en TCC

- Positionnement du thérapeute
- Alliance thérapeutique
- Analyse fonctionnelle
- Diachronie
- Diagnostic
- Tests
- Forme d'une séance en TCC
- Forme d'une thérapie en TCC

### 2ème journée (9 h 30 – 12 h 30 et 13 h 30 - 17 h 30)

#### Pratique de l'analyse fonctionnelle en TCC

- Les différentes grilles et leur utilisation
- Pratique de l'analyse fonctionnelle : jeux de rôles et études de cas

#### Pratique de l'entretien thérapeutique en TCC

- Jeux de rôles,
- Alliance thérapeutique
- Questionnement

### 3ème journée (9 h 30 – 12 h 30 et 13 h 30 - 17 h 30)

#### Les techniques en TCC

- Objectifs thérapeutiques
- Psychoéducation
- Techniques cognitives
- Techniques comportementales
- Techniques de relaxation

#### Présentation des techniques

- Mise en pratique et jeux de rôles
- Biographie et ouverture sur les thérapies de 3ème vague