

# DUVIVIER PSYCHOTHÉRAPIE COGNITIVE ÉMOTIVO-RATIONNELLE (PCER)

## MODULE D'INITIATION

« Théorie générale et méthodologie d'entretien »

### PRÉSENTATION GÉNÉRALE

La Psychothérapie Cognitive Emotivo-Rationnelle (PCER) est une méthode thérapeutique fondée par Albert Ellis, psychologue américain, dans les années 50. Cette dernière appartient à l'approche cognitive (dite de 2<sup>ème</sup> vague) en thérapie comportementale et cognitive (TCC), telle que l'Institut Albert Ellis, à New York, l'a définie.

Ce 1<sup>er</sup> cycle en PCER (1 module de 2 jours) permet d'acquérir les bases théoriques (épistémologie, analyse historique) et pratiques (conceptualisation, techniques d'entretien) de l'approche. Il ne délivre pas le statut de psychothérapeute, ni ne permet l'enseignement de la méthode, en tant qu'animateur de groupes en PCER.

La mise en place d'une méthodologie opérante imposera, de la part du participant, un engagement régulier dans sa pratique personnelle, mais aussi un déploiement de son mode d'exercice dans des contextes professionnels adaptés. En outre, son encadrement deviendra la plupart du temps probant sous la forme de supervisions (individuelles ou groupales).

### PROGRAMME

#### ▶ 1. RAPPEL DU CONTEXTE HISTORIQUE ET ÉPISTÉMOLOGIQUE DE LA PCER

Ce rappel est essentiel pour en saisir la genèse et la place vis-à-vis d'autres ancrages théoriques (psychanalyse, neurologie, thérapie cognitive de Beck...) développés à la même époque. L'intérêt de cette partie du séminaire est de permettre une meilleure compréhension des enjeux et des objectifs propres à la PCER, expliquant sa méthodologie d'entretien et la spécificité de son style thérapeutique.

#### ▶ 2. PRÉSENTATION DU MODÈLE ABCDE

##### 2.a. *L'ABCDE des pensées (méthodologie générale) :*

Cette présentation permettra de saisir les enjeux d'un séquençage méthodologique des situations problématiques d'un patient, face à la survenue d'une émotion dysfonctionnelle chez celui-ci. Chaque étape de ce séquençage sera clairement expliquée. L'objectif est l'appropriation pour les participants d'une trame générale d'entretien (modulable selon les difficultés du patient ou sa pathologie) afin de mieux s'orienter, au fur et à mesure de l'avancement d'un entretien clinique.

##### 2.b. *Confrontation aux croyances irrationnelles (approfondissement) :*

Les conditions préalables, nécessaires avant la confrontation d'un patient à ses croyances irrationnelles, seront rappelées. Puis les trois techniques majeures de disputes (dites « didactique », « socratique » et « empirique ») seront présentées, ce qui permettra d'aborder le style thérapeutique du spécialiste et la dynamique générale de l'entretien. L'objectif poursuivi est le recensement et l'agencement cohérent des différentes méthodes entre elles, afin de permettre la décentration pour le consultant de ses croyances personnelles tout en respectant sa sensibilité.

### 2.c. Conséquence de la dispute (les nouveaux effets) :

Ainsi, les conséquences directes de la dispute (dits « nouveaux effets ») perceptibles via l'émergence de nouvelles émotions plus adaptées mettront en exergue l'intrication étroite pensée/émotion et attesteront de l'efficacité de la méthode d'entretien, sur le plan pratique. L'établissement d'un listing de ces nouvelles émotions en favorisera l'appropriation directe par les participants, afin qu'ils en saisissent le rôle adaptatif ainsi que le ressenti subjectif éventuel, lié à la modification de leur propre synthèse de vie.

### ▶ 3. MISES EN SITUATIONS CONCRÈTES (JEUX DE RÔLES)

Réalisés à partir des expériences de chacun des participants, ces jeux de rôles permettront l'appropriation, individuelle et concrète, des étapes successives d'un entretien en PCER : recueil de la demande, explicitation puis dispute d'une croyance irrationnelle personnelle, clôture de la séance. Chacun d'entre eux sera ponctué par un debriefing en groupe.

### ▶ 4. ÉTUDES DE CAS (DOCUMENTS ÉCRITS)

L'illustration par des récits de patients, ayant bénéficiés de sessions d'entraînement dispensés par des professionnels spécialisés en PCER, renforcera la compréhension de l'approche et ses applications multiples. Le but sera d'optimiser la généralisation des techniques propres à la PCER, malgré la diversité des demandes de prise en charge auxquels les participants devront pouvoir faire face, tout en étant capable d'en faire un usage sain et circonstancié.

## PROGRAMME DU SÉMINAIRE

### JOUR 1

#### MATIN

Aspects théoriques  
(Didier Pleux, intervenant)

#### I. PRÉSENTATION ÉPISTÉMOLOGIQUE ET PHILOSOPHIQUE

- ▶ Histoire de la PCER
- ▶ Origine des pensées irrationnelles
- ▶ PCER et psychanalyse existentielle
- ▶ Absolus de pensée (soi, les autres et la vie)

#### II. L'ABC DES PENSÉES

- ▶ Événement activateur
- ▶ Ses conséquences émotionnelles et comportementales
- ▶ Mise en évidence des croyances irrationnelles
- ▶ Confrontation aux croyances irrationnelles
- ▶ Mise en place des pensées rationnelles (nouveaux effets)

#### APRÈS-MIDI

Mise en pratique  
(Martin DUVIVIER, intervenant)

#### I. MISES EN SITUATION CONCRÈTES

- ▶ Sélection de situations problématiques
- ▶ Formation de binômes (soignants/patients)
- ▶ Application du modèle PCER
- ▶ Debriefing et analyse

#### II. ÉTUDES DE CAS (DOCUMENTS ÉCRITS)

- ▶ Lecture d'études de cas
- ▶ Analyse individuelle de documents
- ▶ Conceptualisation méthodologique de groupe
- ▶ Contres indications (éventuelles)

### JOUR 2

#### MATIN

Aspects théoriques  
(Martin DUVIVIER, intervenant)

#### I. CONFRONTATION AUX CROYANCES IRRATIONNELLES (APPROFONDISSEMENT)

- ▶ Prérequis nécessaires
- ▶ Dispute didactique
- ▶ Dispute socratique
- ▶ Dispute empirique
- ▶ Style thérapeutique général

#### II. CONSÉQUENCES DE LA DISPUTE (LES NOUVEAUX EFFETS)

- ▶ Mise en place de nouvelles émotions
- ▶ Emergence de comportements adaptés, fonctionnels
- ▶ Listing des émotions
- ▶ Poursuite et fin de la thérapie

#### APRÈS-MIDI

Mise en pratique  
(Didier Pleux, intervenant)

#### I. MISES EN SITUATION CONCRÈTES

- ▶ Sélection de situations problématiques
- ▶ Formation de binômes (soignants/patients)
- ▶ Application du modèle PCER
- ▶ Debriefing et analyse

#### II. ÉTUDES DE CAS (DOCUMENTS ÉCRITS)

- ▶ Lecture d'études de cas
- ▶ Analyse individuelle de documents
- ▶ Conceptualisation méthodologique de groupe
- ▶ Contres indications (éventuelles)

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Les savoirs théoriques et la méthode d'entretien issus de la Psychothérapie Cognitive Emotivo Rationnelle (PCER) sont dispensés sous la forme « d'ateliers pédagogiques appliqués » : après la présentation d'un diaporama et la remise de documents écrits aux participants, des mises en situation (jeux de rôles supervisés) favorisent l'application concrète de l'enseignement reçu.

## PRÉ-REQUIS

Connaissances préalables : L'enseignement de type démonstratif et expérientiel de ce module en permet l'accès aux professionnels de la relation d'aide ne disposant pas de connaissances préalables en TCC.

Métiers concernés : Professionnels de la relation d'aide (psychologues, psychiatres, psychothérapeutes, médecins, éducateurs, assistants sociaux, conseillers conjugal, médiateurs, gestionnaires des ressources humaines, coachs).

Conditions particulières : Chaque candidature fera l'objet d'une étude au cas par cas, pour les non psychologues et les non psychiatres, afin de déterminer le degré de pertinence de la demande de participation au séminaire (modes d'exercices, statuts et qualifications).

## VALIDATION DU MODULE

La présence à la totalité des heures de dispense de l'enseignement (théorique et pratique) et la participation aux mises en situation permettent la validation du module.

## MESURES COVID

L'accès au séminaire est soumis à l'obligation de présenter un pass sanitaire mis à jour, selon les mesures prises par le gouvernement.

## CAS JUSTIFIANT UN REPORT DE LA FORMATION

Dans le cas d'un nouveau confinement imposé par le gouvernement ou d'un nombre insuffisant de participants inscrits (15 minimum), le séminaire sera reporté à une date ultérieure transmise dans les meilleurs délais. Aucun remboursement ne sera envisageable.

Le nombre de participants maximum s'élève à 30.

## TARIFS

Normal (individuel, financement personnel) ..... 550 €  
Formation continue ..... 750 €

## MODALITÉS DE PAIEMENT

Le bulletin d'inscription doit être accompagné du paiement de l'intégralité du séminaire via un des modes de règlement suivants :

**Chèque (en euros)**, à l'ordre de *SARL MARTIN DUVIVIER*.

**Virement sur le compte** de *SARL MARTIN DUVIVIER* (copie du bordereau de versement à joindre mentionnant le nom du payeur, s'il est différent du nom du stagiaire). Les coordonnées bancaires sont les suivantes :

IDENTIFIANT NATIONAL DE COMPTE BANCAIRE - RIB				
Code établissement	Code guichet	Numéro de compte	Clé RIB	Domiciliation
11425	00200	08001947403	94	CE NORMA.
IDENTIFIANT INTERNATIONAL DE COMPTE BANCAIRE - IBAN				
FR76 1142 5002 0008 0019 4740 394				
BANK IDENTIFICATION CODE - Code BIC				
CEPAFRPP142				

Après réception du bulletin d'inscription et de son règlement, l'inscription sera effective.

## **ANNULATION OU ABANDON**

Les annulations sont possibles au plus tard 15 jours avant le séminaire par demande écrite (cachet de la poste faisant foi). Dans un tel cas, une retenue de 20% du prix du séminaire, incluant les frais administratifs et de gestion sera réalisée.

En cas d'abandon, au cours du séminaire, aucun remboursement ne sera envisageable.

## **LIEU DU SEMINAIRE**

Hôtel Mercure Caen Centre (Port de Plaisance)

1 rue de Courtonne

CS 43086

14 000 CAEN

01 31 47 24 24

## **DATES ET HORAIRES**

Dates : Vendredi 31 mars 2023 et Samedi 1er avril 2023.

Horaires : 9h30 - 12h30 / 14h - 17h

Total : 12h d'enseignement

## **FORMATION CONTINUE**

Les stagiaires ayant constitués un dossier pour une prise en charge relative à la formation continue pourront, si besoin, obtenir une attestation délivrée par l'IFFORTHECC, permettant d'attester de leur présence et de leur assiduité.

L'IFFORTECC est un institut de formation privé, organisme de Développement Professionnel Continu (DPC). Il a pour objectif l'enseignement de méthodes comportementales et cognitives dans le domaine de la médecine, de l'entreprise, de la psychothérapie et de l'enseignement.

# MODULE D'INITIATION PCER

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Prénom, NOM : .....  
Profession : .....  
Adresse : ..... Ville : .....  
Code postal : ..... Pays : .....  
Téléphone (portable, fixe) : .....  
Adresse mail : .....

M'inscris à la formation en :

Thérapie Émotive Rationnelle se déroulant à (ville) : .....  
et en accepte les conditions financières.

Je m'inscris au tarif :

Normal (soit ..... €)  
 Étudiant (soit ..... €)

Je souhaite réaliser le paiement par :

Virement sur le compte de *SARL MARTIN DUVIVIER* (dans le cas d'un payeur différent du nom du stagiaire, joindre une copie du bordereau de versement)

Chèque (postal ou bancaire) libellé en euros à l'ordre de *SARL MARTIN DUVIVIER*. Si paiement en plusieurs fois, merci de préciser le nombre de chèques (3 maximum) et les dates de dépôts.

Merci de faire parvenir le bulletin d'inscription complété accompagné de son paiement à l'adresse suivante :

Regroupement de Psychologie, 15 avenue de la Croix Guerin, 14 000 CAEN.

DATE : .....

SIGNATURE :