

# PSYCHOTHÉRAPIE COGNITIVE ÉMOTIVO-RATIONNELLE (PCER)

## MODULE COMPLEMENTAIRE

« Applications concrètes 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 2<sup>ème</sup> cycle en PCER (1 module de 2 jours) permet d'appréhender les applications concrètes et diverses de l'approche, tant sur le plan interpersonnel (couple, parentalité, travail, société) que dans la gestion des émotions inadaptées (colère, angoisse, dépression, honte, culpabilité, jalousie, envie). 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. ANALYSE DES BLOCAGES EMOTIONNELS

Ce rappel est essentiel afin de saisir le rôle et la fonction de chacune des émotions génératrices de souffrance psychique. À ce titre, le but de cette partie est de favoriser la compréhension de l'aspect fonctionnel ou dysfonctionnel d'un même type d'émotion, tel que le modèle PCER le prévoit, via l'explication de la notion dite de synthèse de vie propre à chaque individu. Dès lors, le participant sera en mesure d'en fournir une explication claire et détaillée, si besoin, à un consultant éventuel.

#### ▶ 2. PRÉSENTATION DES EMOTIONS DYSFONCTIONNELLES

##### *2.a. Listing des émotions inadaptées (explication générale) :*

L'établissement d'un listing des émotions dites dysfonctionnelles, ainsi que de leurs manifestations comportementales les plus fréquentes permettra l'appropriation rapide et aisée du modèle ABCDE, quelles que soient les difficultés du patient ou sa pathologie, au fur et à mesure de l'avancement d'un entretien clinique. La mise en place d'une démonstration concrète, à destination du bénéficiaire, sera délivrée au participant afin d'optimiser le travail de décentration vis-à-vis de ses croyances personnelles délétères.

##### *2.b. Etablissement des croyances irrationnelles (méthodologie pratique) :*

L'objectif de cette partie sera l'établissement, pour chaque type d'émotion, de ses manifestations les plus fréquentes (sur les plans physiologique, cognitif et comportemental) décelables chez la plupart des patients. En parallèle, le traitement de chacune d'entre elles, via les techniques majeures issues de l'approche REBT (dites cognitives, émotionnelles et comportementales) sera dispensé, afin d'optimiser la décentration pour le consultant de ses croyances personnelles tout en respectant sa sensibilité, selon le type d'émotion néfaste préjudiciable chez celui-ci.

### ▶ 3. ANALYSE DES RELATIONS INTERPERSONNELLES

#### 3.a. Typologies relationnelles (analyse socio-historique et culturelle) :

Depuis ses origines, la Psychothérapie Cognitive Emotivo-Rationnelle (PCER) s'est largement penchée sur la question de l'altérité et du rapport à l'autre. En dépit de cela, son application à la sphère sociale (couple, famille, collectif de travail) reste largement méconnue en France. Le but de cette partie consiste en un rappel des « valeurs de base » inhérentes au modèle, et favorisant la notion de grégarité comme de non jugement entre un consultant et son entourage immédiat.

#### 3.b. Applications concrètes (couple, parentalité, travail) :

Selon la plainte du consultant (conjugalité, soutien parental, souffrance au travail...), le participant sera en mesure d'adapter son dispositif de prise en charge via une méthodologie d'entretien particulière. Le but de cette partie est de permettre la mise en place d'un « canevas » d'entretien, adaptable au cas par cas, selon la demande de prise en charge du bénéficiaire : individuelle, couple, famille, groupe...

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

La sélection de divers récits de patients ayant bénéficié de sessions d'entraînement auprès de spécialistes formés à la PCER permettra au participant d'apprécier la diversité des motifs de consultation associée à la pratique de terrain. L'objectif de cette partie est d'augmenter sa capacité d'adaptation, de manière saine et circonstanciée, à la diversité des demandes de prise en charge via la généralisation des techniques inhérentes à la méthode sur deux axes : interpersonnel (couple, parentalité, travail...) et émotionnel (angoisse, tristesse, colère...).

## PROGRAMME DU SÉMINAIRE

### JOUR 1

#### MATIN

(Didier Pleux, intervenant)

- I. PCER ET DISPUTE DES « SYNTHÈSES DE VIE »
  - ▶ L'émotion est un « Dasein »
  - ▶ Origine des émotions : du « biologique » à l'histoire personnelle
  - ▶ Des synthèses émotionnelles aux synthèses rationnelles
  - ▶ Émotions fonctionnelles et philosophie de vie.
- II. TRAVAIL EMOTIONNEL EN PCER
  - ▶ PCER et pathologies d'intolérance aux frustrations
  - ▶ Colère
  - ▶ Angoisse
  - ▶ Dépression
  - ▶ Honte et culpabilité

#### APRÈS-MIDI

(Martin DUVIVIER, intervenant)

- I. MISE EN SITUATIONS PRAGMATIQUES  
(JEUX DE RÔLES)
  - ▶ Evocation de situations problématiques
  - ▶ Mise en place de binômes
  - ▶ Application de la méthode PCER
  - ▶ Analyse et debriefing
- II. ÉTUDES DE CAS
  - ▶ Présentation de documents écrits
  - ▶ Analyse de la documentation
  - ▶ Conceptualisation et réflexion groupale

### JOUR 2

#### MATIN

(Martin DUVIVIER, intervenant)

- I. PCER ET ANALYSE DES RELATIONS À AUTRUI
  - ▶ Une philosophie de vie « humaniste et non dogmatique »
  - ▶ Thérapie : de la souffrance de l'ego à l'inconfort émotionnel
  - ▶ Des valeurs de base à la notion de grégarité
  - ▶ Acceptation inconditionnelle d'autrui et de la vie
- II. TRAVAIL RELATIONNEL EN PCER
  - ▶ PCER et pathologies de la relation interpersonnelle
  - ▶ Couple
  - ▶ Parentalité
  - ▶ Travail
  - ▶ Citoyenneté

#### APRÈS-MIDI

(Didier Pleux, intervenant)

- I. MISE EN SITUATIONS PRAGMATIQUES  
(JEUX DE RÔLES)
  - ▶ Evocation de situations problématiques
  - ▶ Mise en place de binômes
  - ▶ Application de la méthode PCER
  - ▶ Analyse et debriefing
- II. ÉTUDES DE CAS
  - ▶ Présentation de documents écrits
  - ▶ Analyse de la documentation
  - ▶ Conceptualisation et réflexion groupale

## 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 : Jeudi 30 Novembre 2023 et Vendredi 01 Décembre 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 DE PERFECTIONNEMENT 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 :