



ROBERTA MILANESE, séminaire 17 et 18 septembre 2027

2 jours 14,00 heures

Programme de formation

Public visé

Cet atelier s'adresse aux professionnels de santé, aux psychologues et aux psychothérapeutes reconnus ARS ayant un n°ADELI.

Informations tarifs

Tarif plein : 450 €

Tarif adhérent : 420 €*
Tarif étudiant : 360 €

Lors de votre pré-inscription, le tarif plein est appliqué par défaut. Rassurez-vous : nous vérifions votre situation avant de valider votre inscription et d'éditer la facture, afin d'ajuster le tarif si nécessaire. N'hésitez pas à nous contacter pour toute question !

*L'adhésion annuelle à l'AREPTA est fixée à 30 €. Elle vous donne accès gratuitement à neuf visioconférences et supervisions, organisées un jeudi par mois environ, de septembre à juin. Elle vous permet également de bénéficier de réductions sur les événements et les séminaires proposés tout au long de l'année.

Si vous souhaitez adhérer, merci de nous l'indiquer lors de votre inscription.

Pré-requis

Aucune compétence en hypnose médicale n'est requise au préalable de la formation.

Informations sur l'admission

Documents à nous transmettre (si première inscription à l'AREPTA) :

- Une copie de votre ou de vos diplôme(s) de professionnel de santé ou de psychologue
- L'attestation ARS avec votre numéro ADELI ou RPPS ou, à défaut, un CV et une lettre de motivation

N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande spécifique.

Objectifs pédagogiques

1. **Analyser les mécanismes perceptifs et réactionnels** qui entretiennent les difficultés d'estime de soi, les sentiments d'insuffisance, la colère, le ressentiment et la rancune.
2. **Identifier les tentatives de solution dysfonctionnelles et les schémas récurrents** qui alimentent ces difficultés, afin de définir des objectifs thérapeutiques adaptés à chaque situation clinique.





3. Mobiliser des stratégies d'intervention et des techniques de communication spécifiques pour accompagner ces difficultés en thérapie brève stratégique, en adaptant l'intervention aux caractéristiques du patient et du problème rencontré.

Description / Contenu

AU DELA DES PROTOCOLES.

La thérapie brève stratégique en l'absence de trouble

Dans la pratique clinique, nous rencontrons souvent des personnes qui demandent de l'aide pour des difficultés et des formes de souffrance qui ne correspondent pas à un trouble psychopathologique spécifique.

Les problèmes d'**estime de soi**, la **peur de ne pas être à la hauteur**, les **difficultés à gérer la colère**, le ressentiment et la rancune ne sont que quelques exemples de situations dans lesquelles nous ne pouvons pas simplement nous fier à un protocole déjà défini.

C'est précisément de cette observation qu'est née l'idée de ce séminaire de deux jours, consacrés à la façon d'utiliser la logique de l'intervention stratégique même en l'absence de trouble, en construisant l'intervention sur les caractéristiques spécifiques de la personne, du problème et des mécanismes qui l'alimentent.

1ère journée

Jamais à la hauteur : quand l'estime de soi est toujours remise en question

Intervention stratégique sur les problèmes d'estime de soi

Un approfondissement consacré à l'une des formes de souffrance les plus répandues dans la pratique clinique contemporaine : le sentiment d'insuffisance et la peur de ne pas être à la hauteur, sous les différentes formes sous lesquelles ils peuvent se manifester, de la peur du jugement et du rejet au besoin constant de plaire et d'obtenir l'approbation, jusqu'à la recherche exaspérée de la perfection.

- L'importance de la première séance avec les problèmes liés à l'estime de soi : de la définition du problème à celle de l'objectif thérapeutique
- Des peurs individuelles de ne pas être à la hauteur à l'identification des scripts redondants qui maintiennent l'insécurité
- Modes de communication et stratégies efficaces pour intervenir dans les principaux scénarios liés au fait de ne jamais se sentir assez
- **Le people pleaser** : le besoin de plaire à tout prix
- **Le gagnant** : rester emprisonné dans son propre masque de réussite
- **Le rejeté** : se protéger du rejet jusqu'à le provoquer
- **L'éternel étudiant** : quand la préparation ne suffit jamais
- **L'imposteur présumé** : tôt ou tard, ils me découvriront



- **Le douteux** : ne jamais faire assez confiance à son jugement
- **Le perfectionniste** : si je ne suis pas parfait, je suis inadéquat
- Lorsque le symptôme n'est que la pointe de l'iceberg : identifier le script sous-jacent et la procédure correcte de l'intervention
- Peur de ne pas être assez ou certitude de ne pas l'être ? Comment adapter les stratégies et la communication en fonction du système perceptif-réactif du patient.

2ième journée :

C'est plus fort que moi. Quand la colère prend le dessus

L'intervention stratégique pour gérer la colère et la transformer en ressource thérapeutique
Parcours dédié aux outils stratégiques pour comprendre et intervenir dans les différentes formes de colère : de celle qui explose et fait perdre le contrôle à celle retenue ou réprimée, jusqu'à la colère « froide » du ressentiment et de la rancune.

Les déclencheurs, les auto-illusions perceptives et les tentatives de solution qui l'alimentent seront analysés, ainsi que les principaux scénarios perceptifs et émotionnels à travers lesquels il peut se manifester. Une attention particulière sera accordée aux stratégies, techniques et méthodes de communication utiles pour aider le patient à gérer et à canaliser la colère, jusqu'à transformer son énergie en une véritable ressource thérapeutique

- Quand la colère devient un problème : comprendre ses déclencheurs, ses auto-illusions perceptives et les tentatives de solution qui l'alimentent et la maintiennent
- De la colère qui explose à la colère contenue : stratégies et techniques pour gérer efficacement la colère du patient dans la relation avec lui-même et avec les autres
- Colère et effets psychosomatiques : quand c'est le corps qui exprime la colère
- Changer les perceptions qui font flamber la colère : modes de communication et restructurations pour modifier les perceptions, les attentes et les interprétations qui l'alimentent
- Quand c'est l'autre qui se fâche : des stratégies pour gérer efficacement la colère des autres
- Quand la colère se refroidit et se mêle à la douleur : des stratégies pour intervenir sur le ressentiment et la rancune
- Intervenir efficacement sur les principaux scénarios redondants liés à la colère
- Le moralisateur : je sais ce qu'il faut faire



- Le méfiant : faire confiance c'est bien, ne pas faire confiance c'est mieux
- Le passif-agressif : l'harmonie à tout prix (“j'obéis mais je n'exécute pas”)
- Le sacrificateur : quand le plaisir nié se transforme en colère
- Transformer la colère en une ressource thérapeutique : utiliser stratégiquement son énergie pour favoriser le changement et débloquer d'autres émotions.

Modalités pédagogiques

L'approche pédagogique de ce séminaire se veut pratique et théorique. Des exemples et des cas pratiques seront démontrés tout au long de ce séminaire.

Moyens et supports pédagogiques

Des supports de cours sont proposés par chaque formateur et permettent aux étudiants de retrouver le déroulé pédagogique jour après jour. Ces supports de cours sont enregistrés dans les espaces extranets des participants et consultables à tout moment.

Des apports bibliographiques sont proposés par chaque formateur en fonction de leur intervention.

Modalités d'évaluation et de suivi

Une évaluation est réalisée par les formateurs à chaque session par des grilles de notation reprenant chaque compétence à acquérir.

Informations sur l'accessibilité

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information particulière concernant un handicap, une allergie. Nous mettons tout en œuvre pour vous accueillir.