



THERAPIE CENTREE SUR LES EMOTIONS

Emotion-focused Therapy (EFT)

Fondateur L. Greenberg, PhD (Canada)

Principes fondamentaux de l'EFT - Niveau 1

animée par **Robert Elliott, PhD**

co-fondateur & co-auteur d'ouvrages avec L. Greenberg

du 11 au 14 avril 2016 à Paris

Formation traduite de l'anglais en français par des psychologues cliniciens bilingues français-anglais spécialisés dans la **Thérapie centrée sur les émotions (EFT)**.

Participants : cette formation est réservée aux professionnels de la santé psychique (médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes...)

Initialisé dans les pays francophones de façon inédite depuis trois ans, ce cycle de formation à l'EFT constitue une opportunité unique pour les cliniciens francophones d'être formés par un des co-fondateurs de la Thérapie Centrée sur les Emotions (EFT) Robert Elliott, PhD.

Ce premier séminaire Niveau 1 de quatre jours fournira à tout professionnel de santé psychique de solides fondations du point de vue des compétences psychothérapeutiques et des tâches fondamentales requises pour utiliser directement le terrain des émotions dans les consultations.

Vous apprendrez à construire une solide alliance thérapeutique avec vos patients pour travailler avec leur expérience émotionnelle en séance, à travailler avec les patients trop ou trop peu régulés émotionnellement, à développer vos compétences pour transformer l'impact de pertes liées à l'attachement, des traumatismes, des négligences et des abus, à faciliter un changement de plus en plus profond et durable et enfin à ancrer vos patients dans la sagesse de l'intelligence émotionnelle. L'utilisation d'un processus de diagnostic dans l'Approche Centrée sur les Emotions sera abordée pour identifier les différents types d'émotions.

La Thérapie Centrée sur les Emotions (EFT) renforce l'efficacité des autres pratiques thérapeutiques en agrégeant un travail constructif sur les émotions et en dépassant la question du *pourquoi* les troubles se maintiennent. Elle fournit un niveau de compréhension plus enrichi sur Soi et sur les relations interpersonnelles précoces.

L'EFT est reconnue non seulement par l'APA (Association Psychiatrique Américaine), par nombre de pairs de Leslie Greenberg, issus de courants théoriques variés, allant des thérapies cognitivo-comportementales aux thérapies humanistes et surtout grâce à de nombreux travaux de recherche universitaire. Ces derniers ont validé une efficacité comparable à celle des TCC dans le traitement de la dépression en général et supérieure pour ce qui concerne la dépression relationnelle. On obtient un taux de réussite de 75% en 16 à 20 semaines de traitement. L'EFT est également préconisée pour les troubles du comportement alimentaire, de l'anxiété et pour les patients souffrant de traumatismes.

Cette formation s'appuie sur un apprentissage expérientiel des processus de changement, au cœur des structures émotionnelles en combinant apports théoriques, démonstrations de cas cliniques vidéo et pratiques supervisées en direct. Les participants auront l'opportunité en petits groupes de prendre alternativement le rôle de thérapeute et de patients, en travaillant sur leur propre matériau émotionnel et appréhender ainsi le processus de changement.

Le cycle complet de formation EFT de 17 jours au total sur plusieurs années, comprenant le Niveau 1, 2 & 3 et deux sessions sur l'Ajustement Empathique dans l'EFT. Le Niveau 1 est un prérequis pour participer au Niveau 2. Seuls les professionnels ayant suivi le cycle complet seront admissibles au niveau 3.

Chaque niveau fera l'objet d'une attestation nominative et d'une inscription sur la liste des professionnels formés à l'EFT.

Objectifs pédagogiques :

A la fin de cette première session de formation EFT, les participants pourront

1. Avoir un premier aperçu des principes fondamentaux de l'EFT & les mettre en œuvre
2. Identifier les différents types de réponses émotionnelles
3. Déterminer à quel moment contenir les patients émotionnellement et à quel moment faire émerger l'émotion
4. Aider les patients à travailler les émotions difficiles en séance
5. Faciliter le travail émotionnel pour l'amener à une résolution, travailler les réactions problématiques, les clivages conflictuels et les enjeux non résolus

JOUR 1 - FONDAMENTAUX DE L'EFT ET THEORIE SUR LES EMOTIONS

Caractéristiques spécifiques de l'EFT : principes néo-humanistes & principes thérapeutiques

Accéder à l'émotion et la travailler en séance :

Introduction à la théorie sur les émotions

Expérience du processus émotionnel : les schèmes émotionnels,

Evaluation de l'émotion, Types de réponses émotionnelles & Principes de changement émotionnel

Régulation émotionnelle (Focusing)

Pratique des compétences

JOUR 2 - MARQUEURS & TACHES THERAPEUTIQUES ASSOCIEES ; ELABORATION DES EXPERIENCES EMOTIONNELLES QUI POSENT PROBLEME

Résumé de la théorie sur les émotions du point de vue du patient

Analyse & Résumé des tâches EFT et des Marqueurs associés

Exploration empathique, Empathie évocatrice, Conjecture Empathique

Déroulé Systématique Evocateur

Démonstration in situ

Pratique des tâches

Accéder aux Emotions Primaires Inadaptées & Reconstitution des Schèmes Emotionnels ; Soutien empirique

Technique du dialogue avec la chaise vide et Enjeux Non Résolus

Soutenir l'accès aux besoins primaires

Lâcher-prise sur les besoins non satisfaits

Pratique des compétences

Validation scientifique de l'EFT et les thérapies humanistes

JOUR 3 – MODES DE REPONSE EXPERIENTIELLE DU THERAPEUTE

Modèles Constructiviste Dialectique du Soi

Dialogue avec la technique du dialogue avec les deux chaises et clivages

Faire émerger les émotions problématiques et accéder aux réponses adaptées

Démonstration Vidéo

Pratique des compétences

Accéder aux schèmes émotionnels problématiques

Palette de différents clivages

Travailler avec la partie du Soi, qui expérimente lors du dialogue avec la chaise vide

Pratique des compétences

Jour 4 – SAVOIR IDENTIFIER LES PRINCIPALES TACHES EFT ; DEMARRER LE TRAVAIL AVEC LES MARQUEURS

Revue des principales tâches EFT (Focusing, DSE, Enjeux Non Résolus, Clivages internes)

Stratégies pour identifier et sélectionner les tâches thérapeutiques EFT

Pratique des compétences

Applications personnalisées

Paramètres pratiques

Indications pour la dépression, l'ESPT, l'anxiété sociale et tout processus de vulnérabilité émotionnelle

A propos du Professeur et Chercheur en Psychologie, Robert Elliott, Ph.D

Robert Elliott, PhD est Professeur de en psychothérapie dans le département de Psychothérapie de l'Université de Strathclyde, où il dirige son institut de recherche et enseigne la recherche en Psychothérapie et la Thérapie Centrée sur les Emotions. Professeur émérite de psychologie à l'Université de Toledo (Ohio, Etats-Unis), il est co-auteur des ouvrages « *Facilitating emotional change* (1993) », « *Learning process-experiential psychotherapy* (2004) », et « *Research methods in clinical psychology* (2002) » ainsi que 140 articles publiés dans des magazines spécialisés et des chapitres d'ouvrages. Préalablement, il a collaboré à la publication des ouvrages suivants « *Psychotherapy Research* », et « *Person-Centered Counseling and Psychotherapies* », et est Membre des Divisions de la psychologie et la psychothérapie humaniste et de la psychologie clinique de l'Association Américaine de Psychologie. Il a reçu le Prix d'Excellence de la Carrière en Recherche de la Société en Recherche Psychothérapeutique de l'Association Américaine de Psychologie et le Prix Carl Rogers de la Division de la Psychologie Humaniste de l'Association Américaine de Psychologie. Il forme à la Thérapie Centrée sur les Emotions en Ecosse, aux Pays-Bas, en Belgique entre autre et allie pratique et recherche sur l'EFT pour le trouble d'anxiété sociale.

A propos du Professeur et Chercheur en Psychologie clinique, Leslie Greenberg, PhD

Leslie Greenberg, PhD est Professeur émérite, Chercheur en psychologie à l'Université de York à Toronto, Ontario - Canada. Il dirige la Clinique en Recherche en Psychothérapie de l'Université de York. Il est le fondateur de l'Approche Centrée sur les Emotions en psychothérapie et l'auteur en collaboration de nombreuses publications sur les Approches Centrées sur les Emotions dans le traitement thérapeutique. Parmi ces ouvrages, voici quelques titres : *Emotion in Psychotherapy* (1986) ; *Emotionally Focused Therapy for Couples* (1988) ; *Facilitating Emotional Change* (1993) ; *Working with Emotions in Psychotherapy* (1997) ; *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through emotions* (2002) ; and *Emotion-focused therapy of Depression* (2006). Plus récemment il a publié les ouvrages suivants : *Emotion-focused couples therapy: The dynamics of emotion, love and power* (2008), *Emotion-focused therapy: Theory and practice* (2010), *Working with Narrative in Emotion-focused Therapy: Changing Stories, Healing Lives.* (2011), and *Therapeutic Presence.* (2011). Membre Fondateur de la Société d'Exploration de l'intégration psychothérapeutique (SEPI - Society of the Exploration of Psychotherapy Integration) et ancien Président de la Société pour la Recherche en Psychothérapie (SPR - Society for Psychotherapy Research), qui lui a attribué en 2004 le prix de l'excellence pour la Carrière en Recherche ainsi que le prix Carl Rogers de l'Association en Psychologie américaine (APA - American Psychology Association). Il a également reçu le Prix de l'Excellence en formation professionnelle du Programme Professionnel en psychologie du Conseil Canadien et le titre professionnel de l'Association Professionnelle en Psychologie canadienne pour ses contributions d'excellence à la psychologie pour les professionnels.

Il a fait partie de comités de rédaction de nombreux magazines en psychothérapie, dont actuellement the *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *Journal of Psychotherapy Integration*, *Journal of Clinical Psychology*, *Journal of Constructivist Psychology*, *Gestalt Review* et the *Journal of Marital and Family Therapy*. Il a formé à la Thérapie Centrée sur les Emotions de nombreux professionnels de santé à travers le monde, notamment en Amérique (Canada, Etats-Unis, Mexique, Equateur), en Asie (Chine, Hong Kong, Singapore) et en Europe (Danemark, Norvège, Allemagne, Autriche, Irlande, Ecosse, Pays-Bas, Italie, Portugal, Espagne, Suisse, Turquie) et en Israël.

Ses ouvrages ont été traduits en allemand, Italien, espagnol, portugais, chinois et coréen.

Reconnaissance des travaux de Leslie Greenberg, PhD par ses pairs

« Greenberg est sans aucun doute à la fois le pionnier et le premier investigateur du domaine, ayant fourni une somme remarquable sur l'application des bases de la recherche sur les émotions à la psychothérapie.....un fabuleux agrégé de stratégies pour travailler avec les émotions. » **Marsha M. Linehan, PhD**

« D'une valeur inestimable pour les psychothérapeutes de toute obédience... théoriquement innovant et cliniquement pratique. » **Michael J. Mahoney, PhD**

« La plupart des psychothérapeutes et des théories psychothérapeutiques reconnaissent d'une façon ou d'une autre le rôle essentiel, que jouent les émotions à la fois dans la psychopathologie et le changement thérapeutique. La thérapie centrée sur les émotions du Docteur Greenberg constitue une des approches, potentiellement utile à tous les thérapeutes. » **Morris Eagle, PhD**

« Même s'il est reconnu depuis de nombreuses années que les émotions jouent un rôle significatif dans le développement, le maintien et le changement de la plupart des troubles cliniques, les méthodologies à suivre pour travailler avec les émotions ont à ce jour toujours fait défaut. Etat de fait démenti par celles développées par Greenberg...empreint de lucidité, éliminant tout jargon....une contribution à marquer dans les annales. »

Marvin R. Goldfried, PhD

« Travail tout simplement remarquable pour tout chercheur et praticien en psychothérapie ». **David H. Barlow, PhD**

Commentaires sur l'ouvrage :

Emotion-focused therapy - Coaching clients to work through their feelings

« *Cet ouvrage est un must pour les psychothérapeutes de toutes orientations théoriques* » **Louis Castonguay**
Professeur Associé, Université de l'Etat de Pennsylvanie, Président de la Société nord-américaine en recherche psychothérapeutique

« *....pourvoyeur d'une précieuse sagesse pratique surl'expérience émotionnelle* » **Mike Mahoney**, Professeur en Psychologie, Université de Nord du Texas

« *Excellent complément au travail traditionnel des thérapeutes cognitivo-comportementalistes* » **Arthur Bohart**, Professeur de Psychologie, Université de l'Etat de Californie