



**Arnaud Pictet**

Adjoint scientifique au Pôle Santé Social (PSS), Division de la formation et des étudiants (DIFE)

Dr en psychologie,  
DAS en psychothérapie cognitive et comportementale  
Université de Genève, Suisse

Enseignant attiré de la Filière en psychothérapie comportementale et cognitive des universités de Lausanne, Genève et Fribourg

La fréquence des troubles mentaux et l'efficacité partielle des traitements actuels tels que les TCC exige un renouvellement du paradigme thérapeutique actuelle. Les troubles sont complexes, hétérogène et souvent comorbides, et par conséquent les interventions doivent s'affranchir des catégories diagnostiques pour aller vers une approche soit hautement individualisée, soit universelle et transdiagnostique qui traite des mécanismes communs. Bien que l'efficacité de certains traitements soit démontrée, on sait peu de choses sur les mécanismes d'action des traitements TCC. Les développements récents de la recherche expérimentale en psychopathologie cognitive ont permis d'identifier toutes sortes de biais ou de déficits cognitifs, de processus émotionnels et comportementaux impliqués dans la vulnérabilité émotionnelle. Des paradigmes d'intervention spécifiquement ciblés sur la modification d'un de ces processus ont été testé en laboratoire et sur des populations cliniques, donnant lieu à l'émergence d'une nouvelle génération d'interventions processuelles appliquées à un symptôme ou à une dimension spécifique et centrale du trouble.

L'objectif de l'atelier sera de décrire les enjeux et les défis que posent le renouvellement du modèle de prise en charge thérapeutique. Les questions relatives au potentiel des technologies mobiles dans ce processus de renouvellement, à l'intégration de ces nouvelles méthodes dans les pratiques actuelles, aux enjeux de la recherche et aux perspectives futures seront abordées. Des exemples d'interventions processuelles inspirées de l'approche cognitive et comportementale seront présentés, en décrivant le processus de développement, le potentiel offert par les technologies mobiles récentes, et l'intégration de ces outils dans la pratique clinique.

Arnaud Pictet est psychologue-psychothérapeute dans un cabinet médical à Genève et adjoint scientifique au Pôle Santé Social (PSS) de l'Université de Genève. Ses recherches s'intéressent à l'influence de l'imagerie mentale et des biais cognitifs dans le développement et le maintien des troubles psychologiques. Il s'intéresse également au développement d'interventions mobiles (sur ordinateur ou sur smartphone) axées sur la modification des processus cognitifs et comportementaux impliqués dans la dépression.

### **Littérature :**

Pictet, A., Jermann, F., & Ceschi, G (2016). When less could be more: Investigating the effects of a brief internet-based imagery cognitive bias modification intervention in depression. *Behaviour Research and Therapy*, 45-51.

Blackwell, S. E. et al. (2015). Positive imagery-based cognitive bias modification as a Web-based treatment tool for depressed adults. A randomized controlled trial. *Clinical Psychological Science*, 91-111.

---