



Filière de Formation Postgrade en Psychothérapie Comportementale et Cognitive

Guide de l'expérience thérapeutique personnelle

CADRE GENERAL DE L'EXPERIENCE THERAPEUTIQUE PERSONNELLE

L'OFSP précise que l'expérience thérapeutique personnelle doit permettre d'analyser son vécu et son comportement pour développer votre personnalité et pour mener une réflexion critique sur votre comportement relationnel en vue de votre future profession de psychothérapeute.

Au cours du MAS en TCC, vous devez réaliser **100 unités¹ d'expérience thérapeutique personnelle uniquement en TCC** attestées dont **au moins 50 unités dans un setting individuel**.

Il est prévu que vous participiez à un groupe d'expérience sur soi de 20 unités compris dans l'organisation du MAS. Les 30 unités restantes peuvent donc être faites dans un setting de votre choix, soit en individuel, soit en groupe. Dans ce dernier cas, veillez à ce que le **groupe de thérapie sur soi** comporte **au maximum douze participants**, composé de psychologues ou médecins psychiatres, ou encore de patient·e·s tout-venant.

L'organisation et le financement de l'expérience thérapeutique personnelle est sous votre responsabilité. Le groupe proposé dans le MAS est compris dans la finance d'inscription.

LE GROUPE D'EXPERIENCE SUR SOI ORGANISE PAR LE MAS

En début de MAS, vous pourrez vous inscrire à l'un des groupes d'expérience sur soi proposés au sein du cursus.

Il s'agit de groupes de 20 unités. Les thèmes portent généralement sur des domaines qui sont abordés dans les enseignements du MAS.

Votre participation est obligatoire. Vous pourrez vous inscrire, selon les places disponibles, dans le groupe de votre choix via la plateforme Moodle. Vous trouverez de plus amples informations dans le flyer présentant l'offre de groupe ou auprès de la coordinatrice.

QUAND COMMENCER MA THERAPIE PERSONNELLE ?

Seule l'expérience thérapeutique personnelle effectuée en TCC et **après l'obtention de votre Master** peut être validée.

¹ Par unité, on entend une période de 45 minutes.

QUEL·LE THERAPEUTE CHOISIR ?

Il s'agit de choisir un·e thérapeute-formateur·rice parmi la liste des **superviseurs et thérapeutes TCC agréés par notre filière**. Cette liste est disponible sur la plateforme Moodle. Nous vous recommandons de bien vérifier que votre thérapeute figure sur la liste avant de débiter votre thérapie personnelle. La liste des thérapeutes reconnu·e·s par le MAS est mise à jour annuellement (annonce officielle faite sur Moodle).

L'expérience thérapeutique personnelle effectuée chez un membre de votre famille et un·e supérieur·e hiérarchique n'est pas admise, même si cette personne fait partie de la liste des thérapeutes-formateurs·rices reconnu·e·s.

Pour des raisons déontologiques, un thérapeute d'expérience personnelle ne peut tenir le rôle d'expert pour l'évaluation des rapports de cas (synthèse de cas, rapports assécurologiques, étude de cas approfondie). Soyez donc attentif à ne pas choisir l'un de vos experts (cf. attribution transmise par la coordination) comme thérapeute personnel.

De plus, le·a superviseur·e et le·a thérapeute d'expérience personnelle ne peuvent pas être simultanément la même personne.

CONFIDENTIALITE ET DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Votre thérapeute est strictement soumis·e au **secret professionnel**. Votre expérience thérapeutique personnelle est légiférée par la confidentialité exigée pour toute prise en charge psychothérapeutique.

COMMENT VALIDER L'EXPERIENCE THERAPEUTIQUE PERSONNELLE ?

L'expérience thérapeutique personnelle fait l'objet de la complétion par votre thérapeute de l'attestation officielle du MAS que vous trouverez sur la **plateforme Moodle**.