



Filière de Formation Postgrade en Psychothérapie Comportementale et Cognitive

ANNUAIRE DES ENSEIGNEMENTS DU MAS EN TCC

Table des matières

PRÉAMBULE	5
CONNAISSANCES DE BASE EN THÉRAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE.....	7
MODULE TCC GENERALE	8
Mandat thérapeutique, procédure de diagnostic et méthodes d'analyse fonctionnelle	8
Indication thérapeutiques et planification de traitement :	
Principes généraux.....	10
Indication thérapeutique et planification de traitement : Spécificités chez les enfants et des adolescent·es	12
Instruments validés scientifiquement pour l'évaluation des psychothérapies	14
Accompagnement de la souffrance suicidaire	16
Activation comportementale	18
Techniques d'exposition.....	20
Affirmation de soi	22
Techniques de régulation des émotions	24
Techniques de pleine conscience	26
Techniques cognitives.....	28
Entretien motivationnel.....	30
Exercice d'entraînement aux compétences (EEC).....	32
Psychothérapie familiale en TCC	34
MODULE TCC ENFANT ET ADOLESCENT·E.....	36
Troubles psychiques et parentalité.....	36
Troubles du spectre de l'autisme	38
Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité.....	40
Troubles de l'humeur chez l'enfant et l'adolescent·e	42
Troubles de l'apprentissage.....	44
Milieu scolaire : refus et harcèlement.....	46
Trouble oppositionnel et trouble des conduites.....	48
Trouble de l'alimentation ou de la nutrition chez l'enfant et l'adolescent·e.....	50
Troubles du sommeil chez l'enfant et l'adolescent·e.....	53

Troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez les enfants et adolescent·es.....	55
Troubles obsessionnels-compulsifs chez l'enfant et l'adolescent·e	57
Agressions et maltraitements sur les enfants et les adolescent·es.....	59
Milieu familial : séparation, divorce et deuil.....	61
MODULE TCC ADULTE.....	63
Troubles de l'humeur chez l'adulte.....	63
Troubles anxieux chez l'adulte.....	65
Trouble de la personnalité borderline / pattern état-limite	68
Troubles obsessionnels-compulsifs à l'âge adulte.....	70
Troubles psychotiques à l'âge adulte	72
Troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez l'adulte	74
Troubles d'origine traumatique à l'âge adulte	76
Troubles psychosomatiques à l'âge adulte.....	78
Troubles sexuels	80
CONNAISSANCES APPROFONDIES EN THÉRAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE.....	82
MODULE CENTRÉ MÉTHODES.....	83
Thérapie comportementale et cognitive basée sur les inférences pour le TOC..	83
Thérapie centrée sur les émotions	85
Thérapie comportementale dialectique.....	87
Thérapie des schémas	89
MODULE SPÉCIFIQUE ADULTE.....	91
Épuisement professionnel / Burnout	91
Prévention de la rechute dans les addictions	93
Thérapie de couple.....	95
Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP).....	97
MODULE ACTUALITÉ SCIENTIFIQUE EN TCC	99
Séminaire Actualité scientifique en TCC.....	99
MODULE DE CONCEPTUALISATION ET FORMULATION DE CAS	101
Cours sur la rédaction des rapports assécurologiques	101
Cours sur la rédaction des synthèses de cas	103
Cours sur l'étude de cas approfondie.....	105
Séminaires d'encadrement des rapports assécurologiques.....	107

Séminaire d'encadrement des synthèses de cas	109
Séminaire de préparation à l'examen final	111

PRÉAMBULE

Cet annuaire contient un ensemble de descriptifs des enseignements théoriques et pratiques proposés dans le cadre du MAS interuniversitaire romand en psychothérapie comportementale et cognitive.

Le **programme présenté ici est indicatif seulement. Il est susceptible de connaître des modifications d'une volée du MAS à l'autre**, en fonction de l'évaluation de la qualité des enseignements ou des souhaits exprimés par les participant·es – et de manière à proposer un programme dynamique, notamment pour les enseignements du bloc d'approfondissement.

Le programme du volet *Connaissances et savoir-faire* organisé par la filière de formation postgrade en psychothérapie comportementale et cognitive prévoit deux voies de spécialisation : enfant-adolescent·e (EA) et adulte (A). Pour chacune de ces spécialisations, le programme est réparti de la manière suivante (cf. schéma ci-dessous) :

- 80 unités d'enseignements en compétences génériques
- 192 unités d'enseignement des bases en TCC
- 160 unités d'enseignement d'approfondissement
- 68 unités d'ateliers libres

Ces 500 unités d'enseignements théoriques et pratiques, complétées par 30 unités de conceptualisation et formulation de cas, couvrent l'ensemble des objectifs de formation exigés par les standards de qualité formulés dans l'AccredO-LPsy.

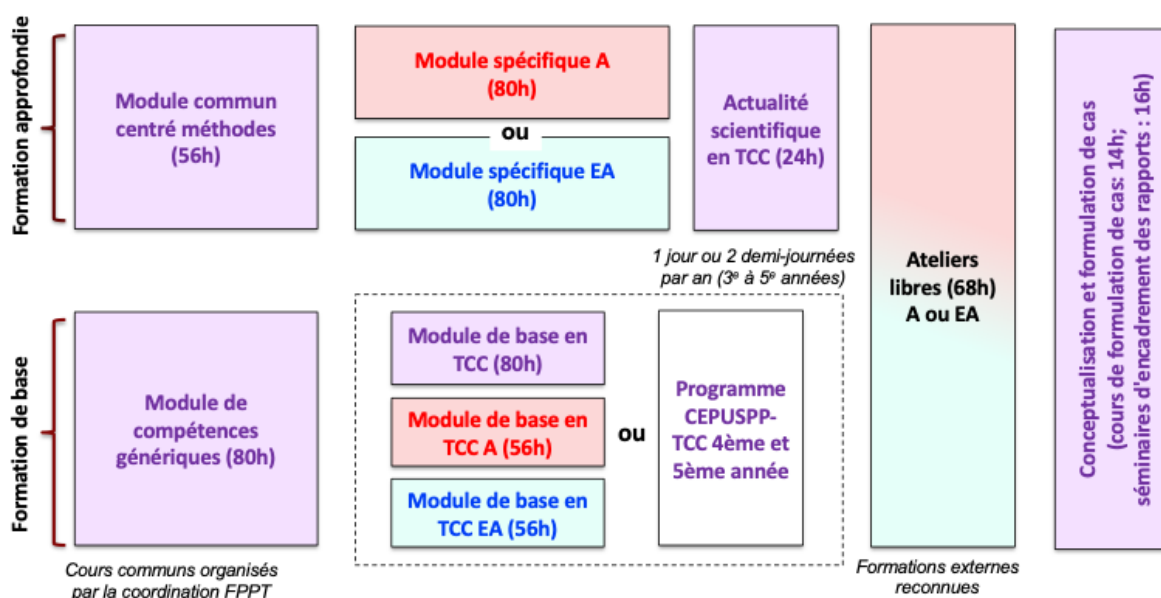
Les 80 unités de formation portant sur les compétences génériques en psychothérapie sont données sous la forme de cours communs aux trois filières de formation postgrade en psychothérapie de l'Université de Lausanne : (1) cognitivo-comportementale, (2) psychanalytique et (3) systémique. Elles sont organisées par le Pôle de coordination des filières de formation postgrade en psychothérapie. Un annuaire spécifique leur est dédié (v. [annuaire de la formation transverse](#) téléchargeable sur la page web du MAS TCC).

Les 192 unités d'enseignement des bases en TCC sont suivies au sein du MAS pour la majorité des participant·es, et via le CEPUSPP pour une minorité d'entre elles-eux. Les programmes ne sont pas identiques, mais sont conçus tous deux de manière à couvrir les bases en TCC.

Les 160 unités de la formation approfondie en TCC ne peuvent être suivies qu'au sein du MAS. Les enseignements du module centré méthodes sont suivis en commun par les participant·es des deux voies de spécialisation (EA et A), alors que les modules spécifiques de ce bloc d'approfondissement ne sont suivis par participant·es de la spécialisation concernée.

Enfin, le plan d'études du MAS prévoit 68 unités d'ateliers libres organisées de manière autonome par les participant·es. L'objectif des ateliers libres est de valoriser les formations organisées au sein des institutions psychiatriques-psychothérapeutiques et de permettre aux participant·es de suivre les formations continues qui les intéressent mais qui ne sont pas proposées dans programme du MAS. Ils doivent être applicables à leur population de spécialisation (EA ou A) et peuvent être suivis par exemple auprès de la SSTCC, de l'ASPCo, de la FARP, des institutions psychiatriques-psychothérapeutiques (DP-CHUV, HUG, etc.), ou autres organismes répondant aux critères du MAS TCC (voir mémo *Critères pour la reconnaissance des ateliers libres*). Comme le choix de ces ateliers libres diffère par nature d'un·e participant·e, ils ne sont pas présentés dans cet annuaire.

Structure du volet Connaissances et savoir-faire



Version octobre 2025

CONNAISSANCES DE BASE EN THÉRAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE

Les trois modules de base du MAS sont suivis par toutes les participant·es, quelle que soit leur voie de spécialisation (EA ou A). Ils sont répartis comme suit :

- 80 unités pour le **module de base en TCC générale**, destiné à enseigner les principes fondamentaux d'une prise en charge psychothérapeutique en thérapie comportementale et cognitive, ainsi que les outils thérapeutiques les plus courants;
- 56 unités pour le **module de base en TCC EA**, ayant pour but de donner à l'ensemble des participant·es un socle de connaissances communes dans la prise en charge en TCC des enfants et des adolescent·es, quelle que soit leur voie de spécialisation ;
- 56 unités pour le **module de base en TCC A**, ayant pour but de donner à l'ensemble des participant·es un socle de connaissances communes dans la prise en charge des adultes, quelle que soit leur voie de spécialisation.

Important : les enseignements CEPUSPP ne sont pas décrits dans cet **annuaire**. Pour les participant·es qui suivent ces enseignements à la place des trois modules de base du MAS, les descriptifs des enseignements sont consultables sur la plateforme FACIL gérée par le CEPUSPP.

Dans les pages qui suivent, vous trouverez les descriptifs des enseignements théoriques liés aux trois modules de base du MAS.

MODULE TCC GENERALE

Mandat thérapeutique, procédure de diagnostic et méthodes d'analyse fonctionnelle

Julia Maillefer

Cours de 4 unités

Cette demi-journée de formation aborde la question des premières étapes d'une psychothérapie TCC, à savoir la définition du mandat thérapeutique, les démarches diagnostiques et la réalisation de l'analyse fonctionnelle. Dans un mélange varié d'enseignement théorique et d'exercices pratiques, les participant·es sont préparé·es à se familiariser avec différents modèles d'analyse fonctionnelle.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître les différentes étapes d'une thérapie cognitivo-comportementale
- Connaître les différents niveaux d'analyse (situation, problème et cas clinique) et les concepts-clés associés (comportement, cognition, émotion, gestion des contingences, etc.)
- Connaître les différents modèles de grilles d'auto-observation et d'analyse fonctionnelle (5 colonnes, cercle vicieux, SORC-K, BASIC IDEA)
- Effectuer une analyse fonctionnelle d'un problème
- Instaurer et travailler sur une alliance thérapeutique dès le début de la prise en charge

Julia Maillefer est psychothérapeute reconnue au niveau fédéral depuis 2012. Elle se forme dans un premier temps à la psychothérapie cognitivo-comportementale, qu'elle exerce d'abord dans un cadre institutionnel au sein de l'Hôpital de Prangins (CHUV), puis en cabinet privé depuis 2011. Par la suite, elle se forme à la Thérapie Centrée sur les Emotions. Parallèlement à sa pratique privée, elle exerce comme enseignante et superviseuse au sein du MAS TCC de l'UNIL et auprès de l'Institut Suisse Centré sur les Emotions.

Version octobre 2025

Références :

Bouvet, C. (2023). Comprendre le problème avant de le traiter. Dans *Manuel pratique de thérapies comportementales, cognitives et émotionnelles : Stratégies et techniques* (pp. 29–52). Dunod.

Corrie, S., Townend, M., & Cocks, A. (2016). *Assessment and case formulation in cognitive behavioural therapy* (2nd ed.). Sage.

Kuyken, W., Padesky, C. A., & Dudley, R. (2009). *Collaborative case conceptualization*. The Guilford Press.

Mirabel-Sarron, C., & Vera, L. (2020). *L'entretien en thérapie comportementale et cognitive* (5e éd.). Dunod.

Wright, J. H., Brown, G. K., Thase, M. E., & Basco, M. R. (2017). *Learning cognitive-behavior therapy: An illustrated guide* (2nd ed.). American Psychiatric Publishing.

Indication thérapeutique et planification de traitement : Principes généraux

Sabrina Caillet-Zahler

Cours de 4 unités

Ce cours porte sur la mise en œuvre d'une thérapie cognitivo-comportementale (TCC), du premier entretien jusqu'à l'élaboration du plan de traitement. Il aborde la manière d'accueillir le·a patient·e (discuter de la demande initiale, se présenter à lui·elle et lui présenter le cadre thérapeutique ainsi que la TCC) et d'initier l'évaluation diagnostique et psychothérapeutique. Ainsi, il fait aussi le lien avec les cours sur la psychométrie et l'évaluation standardisée, ainsi qu'avec l'auto-observation et l'analyse fonctionnelle des troubles et problématiques du ou de la patient·e. Il discute également des indications et contre-indications à la psychothérapie, et en particulier à une TCC. Une large partie de ce cours est destinée à la conceptualisation de cas. Des outils comme la grille SECCA et la conceptualisation proposée par Wright sont présentées en détails et font l'objet d'exercices pratiques, d'exemples et de démonstrations (cf. plateforme Moodle avec une capsule vidéo sur la conceptualisation de cas). Enfin, le cours aborde la question de la formulation d'objectifs thérapeutiques et d'un plan de traitement en TCC. Durant le cours, les participant·es sont régulièrement sensibilisé·es à la mise en place de l'alliance thérapeutique et à l'esprit collaboratif dans la relation thérapeutique. La conceptualisation de cas est discutée en soulignant son caractère processuel et la manière dont elle doit régulièrement être mise à jour, ainsi que son utilité pour orienter et évaluer l'efficacité du traitement.

Les participant·es sont encouragé·es à présenter leurs cas cliniques durant toute la formation pour s'entraîner à utiliser et appliquer les concepts et outils présentés. Le cours encourage les échanges et les questions des participant·es en s'appuyant sur leur pratique clinique et sur les expériences cliniques de l'enseignante.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Explorer et clarifier le mandat thérapeutique
- S'entraîner au diagnostic et à la procédure diagnostique, à l'anamnèse, aux systèmes de classification de diagnostic reconnus (CIM et DSM)

Version octobre 2025

- Procéder à l'indication thérapeutique générale et différentielle
- Planifier et mettre en œuvre la thérapie, le suivi et l'ajustement continu de la procédure thérapeutique
- Conduire l'entretien psychothérapeutique, établir la relation
- Evaluer et documenter le déroulement de la thérapie et de ses résultats, à l'aide d'instruments qualitatifs et quantitatifs validés scientifiquement ; documenter les cas

Sabrina Caillet-Zahler est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP et reconnue au niveau fédéral, diplômée en psychothérapie comportementale et cognitive (CAS et DAS en TCC) des Universités de Lausanne et Fribourg. Après plusieurs années en institution, elle travaille désormais en cabinet privé à Gland et Aigle, où elle propose des suivis individuels et des groupes thérapeutiques.

Références :

Beck, J. S. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). Guilford Press.

Hallam, R. S. (2013). *Individual case formulation*. Academic Press.

Hofmann, S. G. (2014). Toward a cognitive-behavioral classification system for mental disorders. *Behavior Therapy*, 45(4), 576–587.

<https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.03.001>

Ortega, D., Rengade, C.-E., Maccaferri, G.E., & Brodard, F. (2018). Rédiger une étude de cas en TCC : Guide à l'usage des thérapeutes qui souhaitent défendre leur travail de façon rigoureuse. *Revue Francophone de Clinique Comportementale et Cognitive*, 23(3), 23–42.

Palazzolo, J. (2023a). *Les essentiels des TCC*. Hermann.

Palazzolo, J. (2023b). *Se soigner par les TCC*. Enrick B. Éditions.

Philippot, P. (2011). *Émotion et psychothérapie*. Mardaga.

Pomini, V., Darwiche, J., & Roman, P. (2016). Pratiques de la formulation de cas en psychothérapie. Dans V. Pomini & Y. de Roten (Eds.), *L'étude de cas* (pp. 223–252). Éditions Antipodes.

Indication thérapeutique et planification de traitement : Spécificités chez les enfants et des adolescent-es

Yannick Heim

Cours de 4 unités

La conceptualisation de cas est une étape centrale dans la psychothérapie. Issue des informations récoltées lors d'une phase d'évaluation, elle vise à établir une hypothèse de travail synthétique sur la problématique, en vue d'établir des axes d'interventions précis. Dans la prise en charge des enfants et des adolescent-es, le rôle de l'environnement, dont la famille et les parents en premier lieu, est primordial. Ce cours vise à développer les spécificités associées à l'intégration de l'environnement familial et scolaire dans l'évaluation, la conceptualisation et la planification de la psychothérapie.

De l'analyse de la demande à la phase d'investigation, les participant-es explorent quelques référentiels théoriques et méthodes pouvant servir à récolter les informations utiles et nécessaires à la conceptualisation de cas chez l'enfant et l'adolescent-e. Sur la base des informations récoltées, l'objectif est de parcourir différents modèles de conceptualisations de cas en vigueur chez l'enfant et l'adolescent-e. En s'appuyant sur la conceptualisation de cas, les participant-es sont amené-es à développer des référentiels afin d'articuler des pistes d'interventions cohérentes en lien avec la problématique.

Ce cours alterne des apports théoriques avec des exemples cliniques et des mises en pratique. Il est conseillé aux participant-es de réfléchir en amont à des situations cliniques qui pourraient bénéficier d'un éclairage quant à leur conceptualisation et à la planification du traitement.

Dans ce cours, les participant-es sont amené-es à :

- Acquérir des outils concrets permettant de récolter les informations nécessaires à la conceptualisation de cas chez l'enfant et l'adolescent-e
- Intégrer différents modèles de conceptualisation de cas chez l'enfant et l'adolescent-e
- Développer des compétences dans la planification de la psychothérapie et la pose d'objectifs de traitement articulés avec la conceptualisation de cas

Version octobre 2025

Yannick Heim est psychologue-psychothérapeute, formé dans les thérapies cognitivo-comportementales. Il travaille au Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV) depuis plus d'une dizaine d'années, dans des unités variées (Unité hospitalière psychiatrique pour adolescents, Centre de jour thérapeutique pour adolescents, Consultation ambulatoire générale) et confrontées à des situations complexes (diagnostics multiples, vulnérabilités familiales et psychosociales). Il travaille également à l'Université de Lausanne en tant que superviseur à la Consultation de l'enfant et de l'adolescent.

Références :

Gates, V., Hsiao, M., Zieve, G. G., Courry, R., & Persons, J. B. (2021). Relationship to CBT outcome and dropout of decision support tools of the written case formulation, list of treatment goals and plot of symptom scores. *Behaviour Research and Therapy*, 142, 103874. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2021.103874>

Kuyken, W., Padesky, C. A., & Dudley, R. (2008). The science and practice of case conceptualization. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 36(6), 757–768. <https://doi.org/10.1017/S1352465808004815>

Vera, L. (2014). TCC chez l'enfant et l'adolescent. Elsevier Masson.

Instruments validés scientifiquement pour l'évaluation des psychothérapies

Guillaume Sierro

Cours de 4 unités

Cet enseignement a pour but de fournir aux futur·es psychothérapeutes les connaissances théoriques et compétences pratiques nécessaires au bon usage des instruments scientifiquement validés pour mesurer l'évolution de leurs patient·es au cours des prises en charge.

Sur un plan théorique, ce cours dresse un panorama des instruments pertinents en psychothérapie TCC et aborde les principes de l'interprétation des résultats. Sur un plan pratique, ce cours entraîne les participant·es à la sélection des instruments pertinents et l'interprétation correcte des mesures réalisées, à travers des cas cliniques concrets.

Des exercices sont proposés sous forme de questions basées sur des vignettes cliniques et sur un listing d'instruments. Pour des raisons de droits d'auteur, les instruments ne sont pas fournis directement.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître les principaux instruments scientifiquement validés pour mesurer l'évolution des patient·es en cours de psychothérapie
- Savoir les sélectionner et les utiliser dans les problématiques fréquemment rencontrées
- Savoir interpréter les résultats de ces instruments (seuils, normes, évolution)
- Porter un regard critique sur ces derniers (utilité, qualités, limites)

Guillaume Sierro est psychologue-psychothérapeute FSP reconnu au niveau fédéral. Après l'obtention d'un Bachelor (2007) et d'un Master en psychologie (2009) à l'Université de Lausanne, il a été chercheur à l'Institut de Psychologie et obtenu un titre de docteur en neurosciences (2018). Puis, après l'obtention d'un MAS en TCC, il a ouvert, avec deux collègues psychologues psychothérapeutes, une pratique clinique privée à Chexbres.

Version octobre 2025

Références :

Bouvard, M., & Cottraux, J. (2010). Protocoles et échelles d'évaluation en psychiatrie et en psychologie (5e éd.). Elsevier-Masson.

Fried, E. I., Flake, J. K., & Robinaugh, D. J. (2022). Revisiting the theoretical and methodological foundations of depression measurement. *Nature Reviews Psychology*, 1(6), 358–368. <https://doi.org/10.1038/s44159-022-00050-2>

Reichert, M., & Schmid, H. (2016). L'approche psychométrique dans l'analyse du cas singulier. Dans P.-A. Genoud & M. Reicherts (Éds.), *L'analyse du cas singulier dans la pratique et la recherche psychosociales* (pp. 101–115). ZKS-Verlag.

Van Scoyoc, S. (2017). The use and misuse of psychometrics in clinical settings. In B. Cripps (Ed.), *Psychometric testing: Critical perspectives* (pp. 187–196). John Wiley & Sons.

Accompagnement de la souffrance suicidaire

Carole Kapp, Alberto Garcia, Nadejda Lambert, Thibaut Gogniat

Atelier de 8 unités

Le matin, deux ateliers parallèles (groupes de 18 personnes max), interactifs et comportant une mise en situation en sous-groupe (3-4 personnes) permettent une mise en pratique de la rencontre et de l'accompagnement de personnes présentant une souffrance suicidaire. Les enjeux de cette rencontre sont abordés avec comme objectif d'avoir une évolution de la posture, encore souvent marquée par la stigmatisation et le tabou, autour de la thématique du suicide.

L'après-midi, les spécificités de la rencontre avec une personne en souffrance suicidaire présentant des traits de trouble de la personnalité sont présentées.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Travailler la posture des participant·es dans l'accueil et l'accompagnement de personnes en souffrance suicidaire
- Aborder ouvertement les idées et comportements suicidaires
- Connaître les bases théoriques et les recommandations internationales récentes dans l'accompagnement de personnes en souffrance suicidaire
- Connaître quelques spécificités applicables lors de l'accompagnement de personnes présentant des traits de trouble de la personnalité borderline
- Avoir des notions sur les traitements spécialisés indiqués, tels que ASSIP

Carole Kapp, MD, médecin adjointe, cheffe de la filière « Hospitalisation et Urgences/Crises » du Service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, SUPEA-CHUV, membre du comité scientifique et formatrice des formateurs de la formation continue « Prévention du suicide : Rencontrer et accompagner » de l'UNIL, vice-présidente du Groupe romand prévention suicide (GRPS), thérapeute AdoASSIP certifiée.

Alberto Garcia, médecin hospitalier, responsable de l'unité de crise et de liaison UCL, SUPEA-CHUV, animateur de la formation « Prévention du suicide : Rencontrer et accompagner » de l'UNIL, membre du GRPS.

Version octobre 2025

Nadejda Lambert, responsable prévention ciblée, STOP SUICIDE, Master en psychologie appliquée, orientation psychologie sociale, formatrice de la formation « Prévention du suicide : Rencontrer et accompagner » de l'UNIL.

Thibaut Gogniat, chargé de projet, STOP SUICIDE, Master en études des migrations et de la citoyenneté, sciences sociales.

Références :

Greiner, C., von Rohr-De Pree, C., Michaud, L., Besch, V., Debbané, M., Large, M., Huber, J., & Prada, P. (2024). Risque suicidaire et hospitalisation : un changement de paradigme est-il nécessaire? *Revue Médicale Suisse*, 20(887), 1654–1656. <https://doi.org/10.53738/REVMED.2024.20.887.1654>

Haustein, T., Bornand, L., Berger, G., Michel, K., Häberling, I., Edan, A., & Kapp, C. (2022). AdoASSIP : un nouvel outil thérapeutique dans la prévention du suicide des jeunes. *Revue Médicale Suisse*, 18(796), 1740–1743. <https://doi.org/10.53738/REVMED.2022.18.796.1740>

Hawton, K., Lascelles, K., Pitman, A., Gilbert, S., & Silverman, M. (2022). Assessment of suicide risk in mental health practice: Shifting from prediction to therapeutic assessment, formulation, and risk management. *The Lancet Psychiatry*, 9(11), 922–928. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00232-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00232-2)

Kapp, C., Novatti, A., Plessen, K. J., & Forte, A. (2024). Comportements autodommageables sans intention suicidaire à l'adolescence : Rôle des intervenant·e·s en première ligne. *Revue Médicale Suisse*, 20(887), 1646–1649. <https://doi.org/10.53738/REVMED.2024.20.887.1646>

Moran, P., Chandler, A., Dudgeon, P., Kirtley, O. J., Knipe, D., Pirkis, J., & Christensen, H. (2024). *The Lancet Commission on self-harm. Lancet*, 404(10461), 1445–1492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)01121-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)01121-8)

National Institute for Health and Care Excellence. (2022). *Self-harm: assessment, management and preventing recurrence (NICE guideline NG225)*. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng225/chapter/Recommendations#risk-assessment-tools-and-scales>

Activation comportementale

Christian Follack

Atelier de 8 unités

Cette formation couvre les principes fondamentaux de l'activation comportementale, un outil thérapeutique utilisé principalement dans le traitement de la dépression mais dont l'application peut être transdiagnostique. Les participant·es apprennent à identifier et évaluer les différents comportements d'évitement et à planifier des activités qui augmentent l'engagement et améliorent l'humeur. La formation inclut des extraits vidéo, des exercices pratiques sur des vignettes cliniques, des jeux de rôle et des discussions sur l'intégration de cette technique dans la pratique clinique quotidienne.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les bases théoriques de l'activation comportementale et connaître le modèle comportemental de la dépression
- Apprendre à identifier et évaluer à l'aide d'échelles les activités actuelles et les comportements d'évitement chez les patient·es
- Développer des compétences pour planifier et mettre en œuvre des activités thérapeutiques
- Évaluer l'efficacité de l'activation comportementale dans le traitement de la dépression
- Intégrer l'activation comportementale dans la pratique clinique quotidienne et l'application à d'autres troubles (approche transdiagnostique)

Christian Follack travaille en cabinet privé à Bulle depuis 2015 et a comme formation de base la thérapie cognitive et comportementale (TCC). Il intègre dans sa pratique clinique des outils thérapeutiques tels que la pleine conscience, l'EMDR, l'intégration du cycle de vie et la psychologie positive. Il est actif également comme enseignant et superviseur TCC reconnu, ainsi que comme animateur de groupes de développement personnel en psychologie positive.

Version octobre 2025

Références :

Blairy, S., Baeyens, C., & Wagener, A. (2020). *L'activation comportementale : Traitement des évitements comportementaux et de la rumination mentale*. Mardaga.

Cuijpers, P., Karyotaki, E., Harrer, M., & Stikkelbroek, Y. (2023). Individual behavioral activation in the treatment of depression: A meta-analysis. *Psychotherapy Research*, 33(7), 886-897. <https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2197630>

Martell, C. R., Dimidjian, S., & Herman-Dunn, R. (2022). *Behavioral Activation for Depression : A Clinician's Guide* (2nd ed.). The Guilford Press.

Stein, A. T., Carl, E., Cuijpers, P., Karyotaki, E., & Smits, J. A. J. (2021). Looking beyond depression: A meta-analysis of the effect of behavioral activation on depression, anxiety, and activation. *Psychological Medicine*, 51(9), 1491–1504. <https://doi.org/10.1017/S0033291720000239>

Techniques d'exposition

Christian Follack

Atelier de 8 unités

Cet atelier aborde les principes et les techniques de la thérapie d'exposition, une méthode efficace pour traiter les troubles anxieux et les phobies. Les participant·es apprennent à concevoir et à mettre en œuvre des plans d'exposition graduée et à intégrer ces méthodes dans leur pratique clinique. La journée de formation inclut des vidéos, des exercices à partir de vignettes de cas, des jeux de rôle et des discussions sur les défis et les bonnes pratiques en thérapie d'exposition.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les bases théoriques de la thérapie d'exposition, ses indications et contre-indications
- Apprendre à identifier les stimuli anxiogènes et les stratégies d'évitement afin d'élaborer des plans d'exposition
- Développer des compétences pour guider les patient·es à travers des exercices d'exposition graduée
- Évaluer à l'aide d'échelles l'efficacité de la thérapie d'exposition dans le traitement des troubles anxieux
- Intégrer la thérapie d'exposition dans la pratique clinique quotidienne

Christian Follack travaille en cabinet privé à Bulle depuis 2015 et a comme formation de base la thérapie cognitive et comportementale (TCC). Il intègre dans sa pratique clinique des outils thérapeutiques tels que la pleine conscience, l'EMDR, l'intégration du cycle de vie et la psychologie positive. Il est actif également en tant qu'enseignant et superviseur TCC reconnu et anime des groupes de développement personnel en psychologie positive.

Références :

Abramowitz, J. S., Deacon, B. J., & Whiteside, S. P. H. (2019). *Exposure therapy for anxiety: Principles and practice* (2nd ed.). The Guilford Press.

Version octobre 2025

Eraldi-Gackière, D., & Graziani, P. (2007). *Exposition et désensibilisation en thérapie comportementale et cognitive*. Dunod.

McLean, C. P., Levy, H. C., Miller, M. L., & Tolin, D. F. (2022). Exposure therapy for PTSD: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 91, 102115. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102115>

Smits, J. A. J., Jacquart, J., Abramowitz, J., Arch, J. J., & Margraf, J. (2022). *Clinical guide to exposure therapy*. Springer.

Stein, A., Carl, E., Karyotaki, E., Cuijpers, P., & Smits, J. (2021). Looking beyond depression: A meta-analysis of the effect of behavioral activation on depression, anxiety, and activation. *Psychological Medicine*, 51(9), 1491–1504. <https://doi.org/10.1017/S0033291720000239>

Affirmation de soi

Valentina Prontera

Atelier de 8 unités

Cette formation est conçue pour fournir une compréhension la plus exhaustive possible des compétences d'affirmation de soi et de ses applications pratiques.

Le contenu de la formation commence par la définition de l'affirmation de soi et ses objectifs, en établissant un lien entre cette dernière et l'estime de soi. Les participant·es se familiarisent avec les techniques générales d'affirmation de soi, l'analyse du comportement à travers l'analyse fonctionnelle et l'utilisation d'outils spécifiques dans des situations relationnelles variées.

Une attention particulière est portée aux contextes d'utilisation de l'affirmation de soi, ainsi qu'aux éléments fondamentaux de la communication et aux autres types de comportements.

La formation inclut également des exercices sous forme de jeux de rôle, permettant aux participant·es de mettre en pratique les concepts théoriques enseignés et d'exercer les outils thérapeutiques durant la formation.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Apprendre les bases de la communication, les types de comportements et les objectifs de communication respectifs
- Comprendre les outils d'affirmation de soi et les contextes d'utilisation appropriés
- Savoir quand intervenir dans une thérapie avec des outils d'affirmation de soi
- S'initier à la technique thérapeutique du jeu de rôle

Valentina Prontera est psychologue psychothérapeute FSP reconnue au niveau fédéral depuis 2018. Elle a été formée au sein de l'unité de thérapie cognitive et comportementale du CHUV, d'abord à l'hôpital de Prangins, puis à la policlinique de Nyon, où elle a travaillé avec une population adulte. Depuis 2018, elle exerce également un mandat d'encadrement des psychologues assistant·es et stagiaires, contribuant ainsi à la formation de futur·es professionnel·les dans le domaine.

Version octobre 2025

Références :

Bricout, L., & Chaperon, A. F. (2020). *L'affirmation de soi pour les enfants et les adolescents* (2e éd.). Dunod.

Cariou-Rognant, A. M., Chaperon, A. F., & Duchesne, N. (2024). *L'affirmation de soi par le jeu de rôle en thérapie comportementale et cognitive* (4e éd.). Dunod.

Doré, C. (2017). L'estime de soi : analyse de concept. *Recherche en Soins Infirmiers*, 129, 18–26. <https://doi.org/10.3917/rsi.129.0018>

Parray, W. M., Kumar, S., & David, B. E. (2020). Investigating the impact of assertiveness training on assertiveness and self-esteem of high school students. *Polish Psychological Bulletin*, 51(3), 171–176. <https://doi.org/10.24425/ppb.2020.134724>

Techniques de régulation des émotions

Dominique Page

Atelier de 8 unités

Après avoir défini l'émotion, différentes conceptualisations théoriques sont évoquées, dont le modèle de l'ouverture émotionnelle de Michaël Reicherts. L'atelier fait ensuite un point de situation sur les connaissances physiologiques et développementales, en relevant l'impact de deux facteurs centraux à la régulation des émotions : le style d'attachement et les événements adverses voire traumatiques.

Les étapes et compétences nécessaires à la régulation des émotions sont abordées de même que les dimensions et les manifestations symptomatologiques de la dysrégulation des émotions, la zone optimale d'activation des émotions et ses débordements (hyperactivation et hypoactivation). Plusieurs outils d'évaluation, chez l'adulte, chez l'adolescent·e et chez l'enfant sont discutés.

Les participant·es pratiquent différents exercices de régulation des émotions : le lieu apaisant en imagination, la respiration au carré, voler comme un oiseau, renforcer une expérience positive, la marche en pleine conscience, mobiliser les compétences de description avec le jeu des 7 différences, l'exercice de l'arbre, le discours d'anniversaire, complétion de la DOE et de la DERS pour s'auto-évaluer, s-e p-o-s-e-r / a-d-o-u-c-i-r / c-r-e-m-e, la liste des émotions, la roue des émotions, la validation, mimer les émotions, le 5-4-3-2-1.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Être en mesure de proposer un modèle de compréhension des émotions
- Être à l'aise avec le repérage de la dysrégulation des émotions
- Savoir mesurer les compétences de régulation et de dysrégulation des émotions
- Saisir l'opportunité d'une expérimentation personnelle des émotions et des outils de régulation
- Comprendre et être en mesure d'enseigner plusieurs outils de régulation des émotions

Dominique Page est docteure en psychologie, spécialiste en psychothérapie TCC. Elle s'intéresse aux problématiques émotionnelles et à l'apprentissage de la régulation des

Version octobre 2025

émotions depuis de nombreuses années, notamment dans le contexte de la prise en charge de personnes souffrant de trouble de personnalité borderline. Elle puise ses outils cliniques dans différents modèles psychothérapeutiques : Luise Reddemann et la PITT, la thérapie narrative STAIR de Marylène Cloître, Marsha Linehan et la thérapie comportementale dialectique (DBT), la DBT adaptée au TSPT-complexe de Martin Bohus, la théorie polyvagale de Stephen Porges, la thérapie de l'acceptation et de l'engagement de Steven Hayes, les dimensions de l'« Ouverture émotionnelle » de Michaël Reicherts, les pratiques de pleine conscience de John Kabat-Zinn et l'hypnose de Milton Erickson.

Références :

Beauchaine, T. P., & Crowell, S. E. (Eds.). (2020). *The Oxford handbook of emotion dysregulation*. Oxford University Press.

Bo, K., & Wager, T. D. (2024). Mapping the neural mechanisms of emotion regulation: Insights from a novel fMRI study. *Nature Neuroscience*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1038/s41593-024-01234-5>

Cortal, G., Finkel, A., Paroubek, P., & Ye, L. (2023). Emotion recognition based on psychological components in guided narratives for emotion regulation. *IEEE Transactions on Affective Computing*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1109/TAFFC.2023.3141598>

Desseilles, M., & Mikolajczak, M. (Eds.). (2012). *Traité de régulation des émotions*. De Boeck Supérieur.

Herzog, S., Schneck, N., Galfalvy, H., Choo, T. H., Schmidt, M., Michel, C. A., Sublette, M. E., Burke, A., Ochsner, K., Mann, J. J., Oquendo, M. A., & Stanley, B. H. (2024). A neural signature for reappraisal as an emotion regulation strategy: Relationship to stress-related suicidal ideation and negative affect in major depression. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2024.08.011>

Monachesi, B., Grecucci, A., Ahmadi Ghomroudi, P., & Messina, I. (2023). Understanding the neural architecture of emotion regulation by comparing two different strategies: A meta-analytic approach. *Frontiers in Psychology*, 14, 1429361. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1429361>

Scherer, K. R., & Sander, D. (2019). *Traité de psychologie des émotions*. Dunod.

Techniques de pleine conscience

Miroslava Stankovic Minuz

Atelier de 8 unités

Cet atelier vise à comprendre les fondamentaux de la mindfulness et son lien avec la thérapie cognitivo-comportementale. Nous examinons les preuves scientifiques relatives à l'efficacité de cette approche et ses liens avec les neurosciences. Nous faisons également un survol des divers programmes de mindfulness, afin de comprendre les différentes applications possibles dans la prise en charge thérapeutique de patient·es présentant des troubles variés. Enfin, nous voyons les applications qui peuvent être faites avec des enfants et des adolescent·es, ainsi que les ajustements à faire avec les seniors.

L'accent est mis sur les différentes techniques utilisées en pleine conscience, autant dans un setting de groupe qu'individuel. Certaines de ces techniques sont présentées et expérimentées lors de l'atelier. Le travail en petits groupes permet également de s'exercer à la conduite de cette approche.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître les fondamentaux de la mindfulness
- Connaître les différents programmes et les diverses applications cliniques
- Connaître les similitudes et les différences entre la mindfulness et la TCC
- Expérimenter et pratiquer des exercices de pleine conscience durant l'atelier et à domicile
- Se questionner sur les différentes étapes à suivre pour devenir instructeur·rice

Miroslava Stankovic Minuz est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP depuis février 2005. Elle exerce actuellement en cabinet privé, tout en enseignant au CEPUSPP et au MAS de Lausanne. Elle fait partie des superviseur·es accrédité·es de l'ASPCo et de la formation postgrade de Lausanne. En 2004, elle se forme avec le Prof. Z. Segal à la Mindfulness-Based Cognitive Therapy. De 2004 à 2009, elle enseignera ces techniques visant à gérer le stress aux équipes soignantes pluridisciplinaires (médecins, infirmier·ères, assistant·es sociaux·ales, etc.) du Département de Psychiatrie du CHUV.

Version octobre 2025

Références :

Datko, M., Lutz, J., Gawande, R., Comeau, A., Gan, J., To, M. N., Desbordes, G., Griswold, T., King, J., Loucks, E., Napadow, V., & Schuman-Olivier, Z. (2025). Neural regulation of pain anticipation is associated with mindful behavior change in patients with anxiety or depression: A pilot study. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 347, 111941. <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2024.111941>

Deplus, S., & Lahaye, M. (2015). *La pleine conscience chez l'enfant et l'adolescent*. Mardaga.

Goleman, D., & Davidson, R. J. (2017). *Altered traits: Science reveals how meditation changes your mind, brain, and body*. Avery Publishing.

Miller-Chagnon, R. L., Shomaker, L. B., Prince, M. A., Krause, J. T., Rzonca, A., Haddock, S. A., Zimmerman, T. S., Lavender, J. M., Sibinga, E., & Lucas-Thompson, R. G. (2024). The benefits of mindfulness training for momentary mindfulness and emotion regulation: A randomized controlled trial for adolescents exposed to chronic stressors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 92(12), 800–813. <https://doi.org/10.1037/ccp0000910>

Siew, S., & Yu, J. (2023). Mindfulness-based randomized controlled trials led to brain structural changes: An anatomical likelihood meta-analysis. *Scientific Reports*, 13, 18469. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-45765-1>

Techniques cognitives

Sigrid Malandain

Atelier de 8 unités

Cette formation est axée sur l'enseignement pas à pas de différentes méthodes de restructuration cognitive, suivi de la mise en application concrète des outils enseignés, en petits groupes.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Définir l'indication d'une méthode plutôt qu'une autre selon les situations cliniques
- Utiliser ces outils adéquatement avec les patient·es
- S'approprier les techniques de restructuration cognitive de manière active et pratique
- Consolider les compétences nécessaires pour les utiliser dans la pratique avec les patients

Sigrid Malandain, psychologue-psychothérapeute travaille au Département de Psychiatrie du CHUV, au service ambulatoire de psychiatrie adulte. Elle est responsable de l'Unité de Thérapie Comportementale de la polyclinique et psychologue responsable au DP, SPANO, région Ouest. Elle est formatrice/superviseure au CHUV, au MAS ainsi qu'à l'ASPCO.

Références :

Beck, J. S. (2011). *Cognitive therapy: Basics and beyond* (2nd ed.). The Guilford Press.

Cungi, C., & Note, Y.-D. (2007). *Faire face à la dépression. Une démarche efficace pour guérir*. Retz.

DeRubeis, R. J., Webb, C. A., Tang, T. Z., & Beck, A. T. (2010). Cognitive therapy. Dans K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive behavioral therapies* (3rd ed., pp. 277–316). The Guilford Press.

Version octobre 2025

Ezawa, I. D., & Hollon, S. D. (2023). Cognitive restructuring and psychotherapy outcome: A meta-analytic review. *Psychotherapy*, 60(3), 396–406. <https://doi.org/10.1037/pst0000474>

McMullin, R. E. (2000). *The new handbook of cognitive therapy techniques*. W. W. Norton & Company.

Rusineck, S. (2024). *Soigner les schémas de pensée : Une approche de la restructuration cognitive* (2e éd.). Dunod.

Wenzel, A. (Ed.). (2021). *Handbook of cognitive behavioral therapy: Overview and approaches* (Vol. 1). American Psychological Association.

Entretien motivationnel

Daniela Dunker-Schneuer

Cours de 4 unités

Ce cours porte sur l'approche motivationnelle dans la conduite d'un entretien, afin de favoriser l'engagement et la motivation du ou de la patient·e dans la thérapie. Il s'agit d'identifier quelles sont les attitudes du ou de la thérapeute qui augmentent ou freinent le processus de changement, et notamment le réflexe correcteur. Le cours aborde aussi le repérage de l'ambivalence et la résistance du ou de la patient·e au changement. Au cœur de cette approche, les participant·es sont amené·es à comprendre la construction d'une relation thérapeutique de confiance, de l'empathie et de l'acceptation, ainsi que de la manière de favoriser l'autonomie des patient·es par rapport au changement. Ainsi, les différents processus impliqués dans l'entretien motivationnel sont expliqués et travaillés. Les participant·es sont rendus attentifs à leur utilisation des outils de l'entretien motivationnel, en particulier l'écoute réflexive, la valorisation et la manière de formuler des questions. Des exercices sont réalisés afin de s'entraîner à les utiliser.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître l'approche motivationnelle et ses principales techniques
- Reconnaître l'ambivalence et la résistance du patient
- Utiliser des outils d'entretien motivationnel au sein de la thérapie
- Augmenter la motivation du ou de la patient·e au changement
- Veiller à sa propre attitude en tant que thérapeute
- Etablir et travailler sur le maintien de l'alliance thérapeutique

Daniela Dunker Scheuner est psychologue spécialiste fédérale en psychothérapie d'orientation cognitivo-comportementale. Elle est responsable de l'Unité d'enseignement des thérapies comportementales et cognitives au Département de psychiatrie du CHUV depuis 2014. Forte d'une expérience de 14 ans au sein du Service de médecine des addictions du CHUV (anciennement Service d'alcoologie), elle exerce désormais en cabinet privé dans la région de Morges. Co-traductrice et coéditrice des ouvrages de

Version octobre 2025

référence sur la prévention de la rechute, elle enseigne le programme MBRP depuis de nombreuses années en Suisse romande, et est reconnue comme formatrice MBRP par l'équipe fondatrice de Seattle.

Références :

Fortini, C., & Daeppen, J.-B. (2010). *Comment aider mes patients à changer leurs comportements liés à la santé ? Introduction à la pratique de l'entretien motivationnel*. CEMCAM-CHUV.

Gache, P., & Sommer, J. (2023). L'entretien motivationnel. Son histoire, son évolution et ses liens avec l'éducation thérapeutique du patient. *Éducation thérapeutique du patient*, 15(2), 38–42. <https://doi.org/10.1051/tpe/2024007>

Rollnick, S., & Miller, W. R. (2019). *Motivational interviewing: Helping people change* (3rd ed.). The Guilford Press.

Rollnick, S., Miller, W. R., & Butler, C. C. (2007). *Motivational interviewing in health care: Helping patients change behaviour*. The Guilford Press.

Rosengren, D. B. (2017). *Building motivational interviewing skills: A practitioner workbook*. The Guilford Press.

Wagner, C. C., & Ingersoll, K. S. (2012). *Motivational interviewing in groups*. The Guilford Press.

Exercice d'entraînement aux compétences (EEC)

Dominique Page

Cours de 4 unités

L'entraînement aux compétences (EEC) est une approche essentielle pour ancrer durablement les changements comportementaux, cognitifs et émotionnels chez les patient·es. Cette formation interactive propose d'explorer en profondeur l'utilisation des EEC à travers des jeux de rôle et des mises en situation pratiques.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les fondements théoriques des EEC et leur impact sur l'efficacité thérapeutique
- Apprendre à concevoir, prescrire et superviser des exercices adaptés aux besoins des patient·es
- Développer des stratégies pour surmonter les obstacles à la mise en pratique des EEC
- Expérimenter des techniques d'accompagnement favorisant l'engagement et l'autonomisation des patient·es

Dominique Page, docteure en psychologie et spécialiste en TCC, jongle entre milieu institutionnel, cabinet privé et formations, avec une mission en tête : aider ses patient·es à réguler leurs émotions. Elle s'intéresse tout particulièrement aux personnes souffrant de dysrégulation émotionnelle et cherche sans cesse des outils concrets pour transformer ces difficultés en opportunités de changement. Les exercices d'entraînement aux compétences (EEC) sont au cœur de sa pratique. Convaincue que l'apprentissage passe par l'action, elle intègre dans ses accompagnements les principes de la généralisation des acquis à l'environnement naturel, qui sont au cœur des processus en jeu dans les EEC.

Version octobre 2025

Références :

- Behary, W. T., Farrell, J. M., Vaz, A., & Rousmaniere, T. (2023). Exercise 12. Implementing behavioral pattern breaking through homework assignments. In W. T. Behary, J. M. Farrell, A. Vaz, & T. Rousmaniere, *Deliberate practice in schema therapy* (pp. 145–154). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000326-014>
- Brooks, K. (2013). *Client's perspective on outcome of types of therapy homework* (Publication No. 1522900) [Doctoral dissertation, Southern Connecticut State University]. ProQuest Dissertations & Theses.
- Dobson, K. S. (2021). A Commentary on the Science and Practice of Homework in Cognitive Behavioral Therapy. *Cognitive Therapy and Research*, 45(2), 303–309. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10217-5>
- Jaycox, L. H., Langley, A. K., & Dean, K. L. (2009). *Support for students exposed to trauma: The SSET program*. RAND Corporation.
- Kazantzis, N. (2005). *Using homework assignments in cognitive behavior therapy*. Routledge.
- Kazantzis, N., & Miller, A. R. (2022). A comprehensive model of homework in cognitive behavior therapy. *Cognitive Therapy and Research*, 46(1), 247–257. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10247-z>
- Rosenthal, H. G., & Ellis, A. (2011). *Favorite counseling and therapy homework assignments* (2nd ed.). Routledge.

Psychothérapie familiale en TCC

Bertrand Crottet

Cours de 4 unités

En clinique infanto-juvénile, il est souhaitable voire nécessaire de travailler, en parallèle d'une psychothérapie individuelle, avec les parents – et parfois avec la famille dans son ensemble. Ces prises en charge sont complexes en raison du nombre de personnes présentes en séance, des types d'interactions entre les membres de la famille, de la définition des situations problèmes, ainsi que de l'application des stratégies d'intervention individuelles et familiales.

Cet atelier théorico-clinique a pour objectif de présenter différents modèles de conceptualisation et d'intervention auprès des familles. L'accent est principalement mis sur le modèle TCC du Dr Frank M. Dattilio. Un accent particulier est également mis sur les stratégies qui permettent de mettre en évidence les interactions et les relations implicites entre les membres de la famille. Cet aspect constitue fréquemment un facteur de maintien des problématiques pour lesquelles la famille consulte. Sont aussi abordées d'une part des techniques spécifiques à la gestion des séances de famille (activation des ressources), et d'autre part des stratégies comportementales de résolution de problème (situations de crise). Des présentations de vignettes cliniques, ainsi que des exercices en jeu de rôle permettent aux participant·es d'intégrer les différentes notions abordées.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Évaluer et conceptualiser les interactions familiales selon l'approche de Dattilio
- Repérer les interactions familiales
- Circulariser l'information
- Identifier les processus relationnels intrafamiliaux
- Utiliser les techniques spécifiques permettant l'identification et l'activation des ressources
- Pratiquer les interventions TCC pour les familles en crise

Bertrand Crottet est psychologue FSP et psychothérapeute reconnu au niveau fédéral. Il exerce au Centre de psychothérapie et de médecine intégrative (CPMIF) à Fribourg et au CHUV, dans le domaine de la prise en charge de la maltraitance intrafamiliale. Spécialiste

Version octobre 2025

des thérapies cognitivo-comportementales, de l'approche systémique et de la psychotraumatologie (EMDR), il a également dirigé le Service Intercommunal de Psychologie, Logopédie et Psychomotricité de Fribourg et collabore à des activités de formation et de supervision clinique en Suisse romande.

Références :

Bevilacqua, L. J., & Dattilio, E. M. (2001). *Brief family therapy homework planner*. John Wiley & Sons.

Bitter, J. M. (2009). *Theory and practice of family therapy and counseling*. Brooks/Cole.

Dattilio, F. M. (2012). *Thérapies cognitivo-comportementales pour les couples et les familles*. De Boeck.

MODULE TCC ENFANT ET ADOLESCENT·E

Troubles psychiques et parentalité

Yannick Heim

Atelier de 8 unités

Le développement précoce de l'enfant repose en grande partie sur la qualité du lien qu'il entretient avec ses principales figures d'attachement. Ce lien dépend notamment de la capacité des parents (ou de leurs substituts) à s'ajuster de manière stable, prévisible et chaleureuse à ses besoins.

La présence d'une psychopathologie chez un parent peut altérer sa disponibilité affective, constituant un facteur de risque important dans l'apparition de troubles psychiques chez l'enfant. La littérature scientifique décrit différentes trajectoires de risque, impliquant des facteurs biologiques (génétiques, périnataux) et des pratiques parentales affectées.

Par ailleurs, la présence d'une psychopathologie chez l'enfant peut, en retour, impacter la santé mentale de ses parents : ces effets transactionnels et bidirectionnels sont également étudiés.

Cet atelier vise à sensibiliser les participant·es à ces enjeux, en offrant des repères pour le dépistage, l'évaluation et l'intégration de cette dimension dans la prise en charge de l'enfant et de l'adolescent·e.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Acquérir une vision claire des risques associés à la présence de troubles psychiques parentaux sur le développement de l'enfant
- Développer des compétences en dépistage et en évaluation de la souffrance psychique parentale
- Intégrer la dimension parentale dans les prises en charge des enfants et des adolescent·es

Version octobre 2025

Références :

Biel, M. G. (2018). Parental psychiatric symptoms and children's outcomes: Toward understanding and responding to intergenerational risk in child psychiatry. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 57(9), 632–633.

<https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.06.010>

Everett, Y., Martin, C. G., & Zalewski, M. (2021). A systematic review focusing on psychotherapeutic interventions that impact parental psychopathology, child psychopathology and parenting behavior. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24(3), 579–598. <https://doi.org/10.1007/s10567-021-00355-3>

Pascal, B. (2018). *La thérapie des schémas: Principes et outils pratiques* (2^e éd.). Elsevier Masson.

Wesseldijk, L. W., Dieleman, G. C., van Steensel, F. J. A., Bleijenberg, E. J., Bartels, M., Bögels, S. M., & Middeldorp, C. M. (2018). Do parental psychiatric symptoms predict outcome in children with psychiatric disorders? A naturalistic clinical study. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 57(9), 669–677. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.05.017>

Troubles du spectre de l'autisme

Nadia Chabane

Cours de 4 unités

Ce cours intègre les connaissances actualisées sur le trouble du spectre de l'autisme (TSA) chez l'enfant, l'adolescent·e et l'adulte. Il aborde les aspects sémiologiques, étiopathogéniques, neurocognitifs ainsi que les stratégies recommandées dans l'accompagnement spécifique du TSA, en mettant l'accent sur les dimensions développementales et cognitivo-comportementales.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Acquérir de solides connaissances concernant la présentation hétérogène du TSA
- Apprendre à évaluer le TSA et les troubles comorbides
- Apprendre à évaluer l'indication d'une TCC dans le cadre d'un TSA, en articulation avec d'autres approches thérapeutiques et d'accompagnement

Nadia Chabane est psychiatre et titulaire d'un doctorat en neurosciences. Depuis 2015, elle est professeure ordinaire à la Faculté de biologie et de médecine de l'UNIL. Elle dirige le Département des troubles du spectre autistique et apparentés au CHUV, qui se consacre à l'accompagnement des enfants et des adultes. Ce département s'intéresse particulièrement aux troubles neurodéveloppementaux et aux principales comorbidités associées au TSA. Avec son équipe, elle développe un réseau cantonal de soutien intégrant les secteurs éducatif, médical, social et pédagogique à tous les stades de la vie. Ses travaux de recherche portent notamment sur les spécificités développementales de l'intégration sensorielle et sur l'évaluation de programmes de soutien.

Références :

Barthélémy, C., & Cohen, D. (2018). *L'autisme aujourd'hui : Comprendre les troubles du spectre de l'autisme*. Odile Jacob.

Bonnet-Brilhault, F. (Éd.). (2017). *Troubles du spectre de l'autisme : Diagnostic et interventions*. Dunod.

Murad, A. (2017). *TCC dans l'autisme et le retard mental : Aider l'adulte à s'épanouir*. Elsevier Masson.

Version octobre 2025

Rogé, B. (2022). *Autisme : Comprendre et agir* (Collection La vie de l'enfant). Érès.

Wood, J. J., Rosenau, K. A., Muscatello, V., Cooper, K., Wood, K. S., Kendall, P. C., & Storch, E. A. (2025). Cognitive behavioral therapy for autistic school-aged children with interfering anxiety: Impact on caregiver-defined goals. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10803-025-06852-6>

Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité

Karen Dieben

Cours de 4 unités

Le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) est un trouble neurodéveloppemental à forte prévalence. Il concerne environ 6 à 7 % des enfants et environ 4 % des adultes. Le TDAH persiste donc, dans la majorité des cas, tout au long de la vie. Il se manifeste à la fois par des difficultés attentionnelles et par une hyperactivité/impulsivité. Ce trouble a des répercussions importantes, tant sur le plan psychologique (faible estime de soi, difficultés dans la régulation des émotions, dysrégulation comportementale) que fonctionnel (échecs scolaires ou professionnels, difficultés interpersonnelles, implication dans des conduites à risque ou délinquantes, etc.).

Cet atelier est consacré à l'adaptation de la thérapie comportementale dialectique (TCD) à la symptomatologie du TDAH. Les différents domaines habituellement ciblés dans la prise en charge des personnes souffrant de ce trouble sont passés en revue : régulation de l'attention, organisation et planification, régulation émotionnelle, et relations interpersonnelles. Pour chacun de ces axes, certaines compétences spécifiques sont présentées et peuvent être adaptées à tout âge.

Dans ce cours, les participant-es sont amené-es à :

- Comprendre et s'entraîner à prendre en charge les difficultés de régulation de l'attention, d'organisation et de planification chez les personnes souffrant d'un TDAH
- Comprendre et s'exercer aux prises en charge des difficultés de régulation émotionnelle
- Développer des compétences pour intervenir sur les difficultés dans les relations interpersonnelles

Karen Dieben est psychologue-psychothérapeute FSP, spécialisée dans le trouble de la personnalité borderline et dans le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Formée initialement à la psychothérapie cognitivo-comportementale, elle s'est également spécialisée en thérapie comportementale

Version octobre 2025

dialectique (TCD) et en thérapie basée sur la mentalisation (TBM). Elle travaille depuis 19 ans dans l'unité TRE, où elle assure les évaluations d'entrée, la psychothérapie individuelle, ainsi que l'animation de groupes thérapeutiques. Elle a également contribué à plusieurs études menées dans son institution.

Références :

Desseilles, M., Perroud, N., & Weibel, S. (2020). *Manuel de l'hyperactivité et du déficit de l'attention. Le TDAH chez l'adulte*. Eyrolles.

Ferreira, D. A., & Osório, F. L. (2025). Are there associations between executive functions and theory of mind in attention deficit hyperactivity disorder? Results from a systematic review with meta-analysis. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 1–17. <https://doi.org/10.1017/S1355617725000190>

Martin, A. F., Rubin, G. J., Rogers, M. B., Wessely, S., Greenberg, N., Hall, C. E., Pitt, A., Logan, P. E., Lucas, R., & Brooks, S. K. (2025). The changing prevalence of ADHD? A systematic review. *Journal of Affective Disorders*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.119427>

Perroud, N., Nicastro, R., Zimmermann, J., Prada, P., & Aubry, J. M. (2015). *Déficit de l'attention hyperactivité chez l'adulte : psychopharmacologie et psychothérapie*. Médecine et Hygiène.

Weibel, S., Menard, O., Ionita, A., Boumendjel, M., Cabelguen, C., Kraemer, C., Micoulaud Franchi, J. A., Bioulac, S., Perroud, N., Sauvaget, A., Carton, L., Gachet, M., & Lopez, R. (2020). Practical considerations for the evaluation and management of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adults. *L'Encéphale*, 46(1), 30–40. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.06.005>

Zylowska, L. (2015). *Pleine conscience et troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité chez l'adulte* (Préface de D. Siegel.; Traduction de T. Hergueta). De Boeck Supérieur.

Troubles de l'humeur chez l'enfant et l'adolescent·e

Alberto Forte

Cours de 4 unités

Dans ce cours, nous commençons par offrir un rappel des critères diagnostiques tels que définis dans le DSM-5-TR et la CIM-11, tout en soulignant les différences symptomatiques observées entre l'enfant et l'adolescent·e. Une attention particulière est portée aux comorbidités fréquentes, notamment le TDAH, le trouble oppositionnel avec provocation (TOP) et les troubles anxieux.

Nous portons ensuite notre attention sur les signes précoces et trajectoires développementales, en nous intéressant aux prodromes de la dépression – tels que l'inhibition, la tristesse inexprimée ou une faible estime de soi – et aux trajectoires menant potentiellement vers un trouble bipolaire. La question de l'irritabilité, dans le diagnostic différentiel, est également abordée. Il s'agit de différencier cliniquement l'irritabilité de la colère et de l'agitation, en introduisant notamment le diagnostic du trouble disruptif avec dysrégulation de l'humeur (DMDD) et ses distinctions avec le trouble bipolaire. Enfin, la dernière partie du cours est consacrée aux outils cliniques, aux traitements et à l'intégration des données.

Plusieurs vignettes cliniques sont présentées, afin d'illustrer ces différents points.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Décrire les particularités développementales des troubles de l'humeur chez les enfants et les adolescent·es
- Identifier les signes précoces et atypiques de la dépression et du trouble bipolaire
- Définir et caractériser l'irritabilité comme symptôme transdiagnostique
- Utiliser la K-SADS pour guider le diagnostic différentiel (dépression vs DMDD vs trouble bipolaire vs TOP)
- Intégrer les données issues de l'anamnèse développementale et de l'évaluation comportementale dans le raisonnement clinique

Version octobre 2025

Alberto Forte est psychiatre spécialiste FMH, avec une solide expérience dans les aspects développementaux des troubles de l'humeur et des conduites suicidaires. Il occupe actuellement un poste de médecin associé et de maître d'enseignement et de recherche à l'Hôpital universitaire de Lausanne (CHUV), au sein du Service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), où il dirige l'unité d'hospitalisation psychiatrique pour adolescent·es. Il est également chercheur associé au GRIP, où il concentre ses recherches sur les facteurs de risque développementaux précoces du suicide chez les adolescent·es.

Références :

Axelson, D. A., Birmaher, B., Findling, R. L., Fristad, M. A., Kowatch, R. A., Youngstrom, E. A., ... Strober, M. A. (2015). Course of subthreshold bipolar disorder in youth: Diagnostic progression from bipolar spectrum disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 54(12), 1001–1006. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2015.08.017>

Kaufman, J., Birmaher, B., Brent, D., Rao, U., Flynn, C., Moreci, P., ... Ryan, N. (2016). *K-SADS-PL DSM-5*. Yale University.

Malhi, G. S., Jadidi, M., & Bell, E. (2023). The diagnosis of bipolar disorder in children and adolescents: Past, present and future. *Bipolar Disorders*, 25(6), 469–477. <https://doi.org/10.1111/bdi.13367>

Leibenluft, E., Allen, L. E., Althoff, R. R., Brotman, M. A., Burke, J. D., Carlson, G. A., Dickstein, D. P., Dougherty, L. R., Evans, S. C., Kircanski, K., Klein, D. N., Malone, E. P., Mazefsky, C. A., Nigg, J., Perlman, S. B., Pine, D. S., Roy, A. K., Salum, G. A., Shakeshaft, A., Silver, J., ... Stringaris, A. (2024). Irritability in youths: A critical integrative review. *The American Journal of Psychiatry*, 181(4), 275–290. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20230256>

Walter, H. J., Abright, A. R., Bukstein, O. G., Diamond, J., Keable, H., Ripperger-Suhler, J., & Rockhill, C. (2023). Clinical practice guideline for the assessment and treatment of children and adolescents with major and persistent depressive disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 62(5), 479–502. <https://doi.org/10.1016/>

Troubles de l'apprentissage

Roland Hifler

Cours de 4 unités

Le cours est une introduction à la thérapie cognitivo-comportementale des troubles de l'apprentissage. Il commence par décrire le modèle cognitif appliqué à la fonction d'apprentissage et à discuter de son application dans le domaine des troubles du développement et des difficultés d'apprentissage. Au moyen de vidéos d'entretiens, des entraînements sont présentés pouvant être proposés dans le cadre d'interventions avec des enfants ou des adolescent·es qui font face à des défis dans la capacité d'apprentissage, les troubles de l'hyperactivité et du déficit d'attention, la dyspraxie et/ou l'autisme. Cette sélection n'est pas exhaustive mais permet à chacun·e de se familiariser avec le modèle de psychoéducation d'orientation cognitive.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître le modèle du système intelligent et du système apprenant avec une meilleure visibilité des processus cognitifs impliqués dans l'apprentissage
- Favoriser le mécanisme de régulation des émotions avec l'importance du positionnement de l'intervenant·e dans le processus
- Entraîner la capacité à extraire le sens dans les TSA, des premiers outils jusqu'au décodage plus complexe dans les interactions sociales et le langage
- Favoriser le pilotage des conduites et des buts mentalisés pour les enfants qui présentent un trouble du développement
- Entraîner la régulation du comportement et de la pensée chez les enfants TDAH

Roland Hifler est psychopédagogue clinicien en éducation et thérapie cognitive pour les troubles du développement et les difficultés d'apprentissage. Il a développé un centre d'intervention clinique à Genève et à Epalinges, avec une équipe pluridisciplinaire de psychologues-psychopédagogues, de psychomotricien·nes et de logopédistes. Il est également directeur d'École et Cognition Genève pour des enfants présentant des troubles du développement et de l'apprentissage. Il met en place un programme annuel de formation pratique et clinique de 200 heures pour les professionnel·les de la santé,

Version octobre 2025

médecins, psychologues, enseignant·es et éducateur·rices spécialisé·es appelé HCLP (Human Cognition Learning Program).

Références :

Boekaerts, P., Pintrich, P. R., & M. Zeidner (Eds.) (2000). *Handbook of self-regulation*. Academic Press.

Gepner, B. (2008). Une nouvelle approche de l'autisme : Des désordres de la communication neuronale aux désordres de la communication humaine. *Interactions*, 1(1), 25-40.

Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451–502). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3>

Sweller, J., Ayres, P., & Kalyuga, S. (2011). *Cognitive load theory*. Springer.

Milieu scolaire : refus et harcèlement

Yannick Heim

Cours de 4 unités

Le refus scolaire anxieux (RSA) constitue une problématique courante, qui peut mettre en difficulté le·la psychothérapeute en raison de la multiplicité des enjeux :

- La question diagnostique : le RSA peut refléter différents diagnostics sous-jacents
- La question du réseau : de nombreux·ses intervenant·es issu·es des milieux scolaire, socio-éducatif et médical doivent pouvoir communiquer et articuler leurs pratiques
- La question des conséquences : un RSA non traité implique des conséquences lourdes sur le développement de l'enfant et de l'adolescent·e, notamment sur le plan de l'insertion socio-professionnelle
- La question de la temporalité : la durée de déscolarisation étant directement corrélée à la réussite de la reprise scolaire, il s'agit d'intervenir rapidement

Les situations de RSA exigent donc des réponses rapides, soutenues et coordonnées. Ce cours vise dès lors à proposer un modèle de prise en charge en différentes étapes :

- Comment réaliser une investigation diagnostique et fonctionnelle du RSA
- Comment réaliser une conceptualisation de cas spécifique pour le RSA
- Sur la base de cette conceptualisation, comment définir des pistes d'interventions au niveau des intervenant·es du réseau, de la famille et de l'enfant/adolescent·e

Le harcèlement scolaire constitue un des facteurs pouvant mener ultérieurement à un RSA, ainsi qu'à d'autres pathologies psychiatriques. Ce phénomène sera donc intégré à ce cours, avec la présentation d'un cadre de référence pour des interventions.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Acquérir une compréhension globale de la problématique
- Développer un modèle d'investigation, de conceptualisation et d'interventions, intégrant le réseau, la famille et l'enfant/adolescent·e
- Augmenter le sentiment d'auto-efficacité du·de la thérapeute et la motivation à prendre en charge des situations de RSA

Version octobre 2025

Yannick Heim est psychologue – psychothérapeute, formé aux thérapies cognitivo-comportementales. Il travaille au Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (SUPEA-CHUV) depuis plus d’une dizaine d’années, dans des unités variées (Unité hospitalière psychiatrique pour adolescent·es, Centre de jour thérapeutique pour adolescent·es, Consultation ambulatoire générale) et est confronté à des situations complexes (diagnostics multiples, vulnérabilités familiales et psychosociales). Il travaille également à l’Université de Lausanne en tant que superviseur à la Consultation de l’enfant et de l’adolescent·e.

Références :

Gallé Tessonneau, M., & Dahéron, L. (2022). *Comprendre et soigner le refus scolaire anxieux : Psychothérapie de la phobie scolaire* (2e éd.). Dunod.

Denis, H. (2005). Le refus scolaire anxieux : Prise en charge par une équipe multidisciplinaire. *Enfances & Psy*, 28(3), 98–106. <https://doi.org/10.3917/ep.028.0098>

Heyne D. (2023). Practitioner review: Signposts for enhancing cognitive-behavioral therapy for school refusal in adolescence. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 51(1), 61–76. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000899>

Holzer, L., & Halfon, O. (2006). Le refus scolaire. *Archives de Pédiatrie*, 13(9), 1252–1258. <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2006.05.010> journals.openedition.org/15

Trouble oppositionnel et trouble des conduites

Benoit Dutray

Cours de 4 unités

Ce cours aborde les différentes dimensions du trouble oppositionnel avec provocation (TOP) et du trouble des conduites. Il examine leurs étiologies, les bases génétiques, les facteurs environnementaux et sociaux, ainsi que les données d'épidémiologie et de physiopathologie. Les troubles associés et les diagnostics différentiels sont également traités.

Une attention particulière est portée aux modalités de traitement et à l'élaboration du plan de soins, notamment à travers des jeux de rôles et des mises en situation. L'approche proposée est multifocale : interventions auprès des parents (Groupe Barkley, Parent Management Training), interventions scolaires, thérapies individuelles ciblant la gestion de la colère et des émotions, ainsi qu'un volet de psychopharmacologie.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Identifier les critères diagnostiques du trouble oppositionnel avec provocation et du trouble des conduites selon le DSM-5-TR
- Évaluer l'impact des facteurs environnementaux, génétiques et neurobiologiques dans le développement et le maintien de ces troubles
- Connaître et savoir mettre en œuvre des approches thérapeutiques personnalisées, fondées sur les données probantes
- Apprendre à coordonner efficacement le plan de soins avec les différents membres du réseau (école, famille, soins) afin d'optimiser les résultats cliniques

Le Dr méd. Benoit Dutray est psychiatre et psychothérapeute pour enfants et adolescent·es ; il travaille actuellement au Service des troubles du spectre de l'autisme (CHUV). Il a exercé en France et au Québec, notamment comme chef de service et professeur adjoint de clinique. Spécialiste des troubles du neurodéveloppement (TSA, TDA/H, troubles des apprentissages, syndrome de Tourette), il s'intéresse particulièrement à la gestion des troubles disruptifs et troubles du comportement. Son expertise repose sur la psychoéducation (parents, enfants, intervenant·es) et la psychopharmacologie.

Version octobre 2025

Références :

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. (2007). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with oppositional defiant disorder. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 46(1), 126–141. <https://doi.org/10.1097/01.CHI.0000246060.62706.AF>

Barkley, R. A. (2013). *Defiant children: A clinician's manual for assessment and parent training*. Guilford Press.

Burke, J., Evans, C., & Carlson, G. (2022). Debate: Oppositional defiant disorder is a real disorder. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(3), 280–282. <https://doi.org/10.1111/camh.12588>

Kazdin, A. E. (2005). *Parent management training: Treatment for oppositional, aggressive, and antisocial behavior in children and adolescents*. Oxford University Press.

Matthys, W., & Lochman, J. E. (2017). *Oppositional defiant disorder and conduct disorder in childhood* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.

Trouble de l'alimentation ou de la nutrition chez l'enfant et l'adolescent·e

Sabrina Caillet-Zahler

Cours de 4 unités

Ce cours porte sur les troubles des conduites alimentaires (TCA), en particulier l'anorexie et sa prise en charge en thérapie cognitivo-comportementale pour la population enfants et adolescent·es. En effet, cette maladie se déclare souvent à l'adolescence et les études montrent que plus on la prend rapidement en charge, déjà dans ses manifestations subcliniques, plus on a de chance de permettre au·à la jeune patient·e de guérir.

Dans ce cours, nous passons rapidement en revue les questions des participant·es au sujet des principaux diagnostics des troubles de l'alimentation ou de la nutrition selon la CIM-11 et le DSM-5-TR en discutant de la manière de les différencier sachant qu'il y a de nombreux symptômes qui se chevauchent, ainsi que des diagnostics différentiels et des comorbidités. Le cours évoque notamment la différence entre l'anorexie et le trouble de l'alimentation évitante/restrictive, qui commence également souvent dans la prime enfance.

Quelques éléments d'informations sur l'épidémiologie des TCA sont mis à disposition et discutés selon les besoins des participant·es, surtout pour faire le lien avec la prise en charge selon le type et l'étape de l'anorexie. Les tests et questionnaires spécifiques aux troubles alimentaires sont présentés. Le cours aborde aussi l'utilisation du carnet alimentaire comme un outil pour mieux cerner les difficultés des patient·es et faire la psychoéducation, travailler la motivation et monitorer la thérapie. Le cours présente quelques modèles explicatifs des troubles alimentaires en général, et notamment de l'anorexie, en TCC pour soutenir l'analyse fonctionnelle et la conceptualisation de cas. Puis, le cours porte plus spécifiquement sur quelques stratégies thérapeutiques développées pour traiter l'anorexie, tels que le travail sur le schéma alimentaire. Les participant·es travaillent surtout sur l'importance d'impliquer la famille dans la prise en charge des TCA avec la thérapie familiale centrée sur l'alimentation. Le traitement familial (FBT, également connu sous le nom de méthode Maudsley) est un traitement important pour les troubles de l'alimentation des adolescent·es, y compris l'anorexie mentale, la boulimie nerveuse et d'autres troubles spécifiques de l'alimentation. Le cours évoque également l'importance du travail en réseau et les enjeux de la renutrition, de l'hospitalisation, etc. Des exemples et des illustrations (vignettes, vidéos) sont présentés

Version octobre 2025

durant cette formation et les participant·es seront encouragé·es à échanger autour de leurs cas cliniques. Selon le temps à disposition et la demande des participant·es, des exercices pratiques seront réalisés sous la supervision de l'enseignante.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Effectuer le diagnostic et la procédure de diagnostic, l'anamnèse et comprendre les systèmes de classification de diagnostic reconnus (CIM et DSM) pour les TCA
- Réaliser l'indication thérapeutique générale et différentielle, se familiariser avec les méthodes et techniques de traitement générales et spécifiques aux TCA, comprendre l'efficacité des méthodes et techniques de traitement enseignées
- Planifier et mettre en œuvre la thérapie, s'assurer du suivi et de l'ajustement continu de la procédure thérapeutique dans le contexte d'une TCC des TCA
- Conduire l'entretien psychothérapeutique, établir de la relation dans le contexte d'une TCC des troubles alimentaires
- Evaluer et documenter le déroulement de la thérapie et de ses résultats, utiliser les instruments qualitatifs et quantitatifs validés scientifiquement de l'évaluation des thérapies au niveau du patient qui présente des TCA

Sabrina Caillet-Zahler est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP et reconnue au niveau fédéral, diplômée en psychothérapie comportementale et cognitive (CAS et DAS en TCC) des Universités de Lausanne et Fribourg. Après plusieurs années en institution, elle travaille désormais en cabinet privé à Gland et Aigle, où elle propose des suivis individuels et des groupes thérapeutiques.

Références :

Beckers, D., Burk, W., & Larsen, J. (2024). The bidirectional associations between self-esteem and problematic eating behaviors in adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 57(1), 104–115. <https://doi.org/10.1002/eat.24083>

Cook-Darzens, S. (2014). *Approches familiales des troubles du comportement alimentaire de l'enfant et de l'adolescent*. Érés.

Dalle Grave, R. (2022). Enhanced cognitive behavior therapy for eating disorders. In V. Patel & V. Preedy (Eds.), *Eating disorders* (pp. 1–17). Springer.

Lock, J., & Le Grange, D. (2005). Family-based treatment of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 37(S1), S64–S67. <https://doi.org/10.1002/eat.20122>

Monteleone, A. M., Cascino, G., Marciello, F., Abbate-Daga, G., Baiano, M., Balestrieri, M., ... Monteleone, P. (2022). Treatment of eating disorders: A systematic meta-review of meta-analyses and network meta-analyses. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 142, 104857. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2022.104857>

Perroud, A. (2025). *100 questions-réponses sur les troubles alimentaires*. De Boeck Supérieur.

Wittek, T., Zipfel, S., Wendt, H., Akgül, S., Bauer, S., ... Moessner, M. (2023). The Maudsley model of anorexia nervosa treatment for adolescents and emerging adults: A multi-centre cohort study. *European Eating Disorders Review*, 31(6), 747–762. <https://doi.org/10.1002/erv.2996>

Troubles du sommeil chez l'enfant et l'adolescent·e

Virginie Bayon

Cours de 4 unités

Ce cours aborde tout d'abord les bases physiologiques du sommeil chez l'enfant et l'adolescent·e. Les différentes pathologies du sommeil dans cette population sont ensuite présentées, ainsi que les moyens d'investigation à disposition.

La prise en charge des insomnies comportementales de l'enfant est détaillée, à travers différentes approches psychoéducatives, comportementales et cognitives.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Pouvoir effectuer une anamnèse somnologique complète
- Connaître les principales pathologies du sommeil de l'enfant et de l'adolescent·e
- Savoir orienter ou réorienter un·e patient·e vers un enregistrement de sommeil si nécessaire
- Être en mesure de prendre en charge une insomnie comportementale chez le jeune enfant

Virginie Bayon est médecin cadre au Centre d'investigation et de recherche sur le sommeil du CHUV à Lausanne, depuis 2018. Formée en somnologie pédiatrique, elle est actuellement responsable de la Consultation du sommeil de l'enfant.

Références :

American Academy of Sleep Medicine. (2023). *International classification of sleep disorders* (3rd ed., text rev.). American Academy of Sleep Medicine.

Bruni, O., Angriman, M., Miano, S., DelRosso, L. M., Spruyt, K., Mogavero, M. P., & Ferri, R. (2024). Individualized approaches to pediatric chronic insomnia: Advancing precision medicine in sleep disorders. *Sleep Medicine Reviews*, 76, 101946. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2024.101946>

Bruni, O., Breda, M., Nobili, L., Fietze, I., Capdevila, O. R. S., & Gronfier, C. (2024). European expert guidance on management of sleep onset insomnia and melatonin use in typically developing children. *European Journal of Pediatrics*, 183(7), 2955–2964. <https://doi.org/10.1007/s00431-024-05556-w>

Version octobre 2025

Dewald-Kaufmann, J. F., de Bruin, E. J., & Gradisar, M. (2019). Cognitive behavioral therapy for insomnia (CBT-i) in school-aged children and adolescents. *Sleep Medicine Clinics*, 14(2), 155–165. <https://doi.org/10.1016/j.jsmc.2019.02.002>

Mombelli, S., Bacaro, V., Curati, S., Berra, F., Sforza, M., Castronovo, V., Ferini-Strambi, L., Galbiati, A., & Baglioni, C. (2023). Non-pharmacological and melatonin interventions for pediatric sleep initiation and maintenance problems: A systematic review and network meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 70, 101806. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2023.101806>

Troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez les enfants et adolescent·es

Svetlana Dimova

Cours de 4 unités

Cet enseignement a pour objectif d'offrir une compréhension non seulement des troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez les enfants et adolescent·es, mais à leur compréhension dans une perspective développementale, centrée sur les fonctions qu'ont les conduites addictives dans cette période de remaniements multiples que peut être l'adolescence.

L'accent est mis sur la consommation des produits les plus répandus parmi les jeunes, à savoir le cannabis et l'alcool. Une attention particulière est accordée à l'évaluation de l'utilisation des substances, ainsi qu'aux conduites addictives et leurs conséquences. La formation aborde également l'épidémiologie et la prévalence de ces troubles. Les comorbidités sont également explorées.

Les participant·es apprennent à porter une attention particulière aux facteurs de vulnérabilités et aux facteurs protecteurs afin de les inclure dans leur prise en charge. Ils sont également familiarisé·es avec es outils TCC ciblant ces troubles.

Le cours inclut des exercices à partir de vignettes cliniques, des jeux de rôles et des discussions sur les défis et les attitudes facilitantes dans la conduite d'une thérapie TCC auprès d'adolescent·es souffrant de troubles liés à l'utilisation de substances.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître et comprendre les troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez les enfants et adolescent·es
- Mieux comprendre les spécificités de la consommation à l'adolescence (principalement alcool et cannabis) et pouvoir l'appréhender de manière globale
- Savoir repérer les facteurs de vulnérabilités individuels et sociaux et les intégrer dans le traitement
- Être en mesure d'évaluer les conduites addictives et adapter la prise en charge aux spécificités des enfants et adolescent·es
- Se familiariser avec les outils utilisés en TCC pour aborder ces troubles

Version octobre 2025

Svetlana Dimova est psychologue psychothérapeute FSP. Elle a été formée au sein du Service de médecine des addictions et du Centre du jeu excessif. Elle a poursuivi son parcours au CHUV en tant que psychologue associée au Service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent (SUPEA), au sein du Programme DEPART, où elle a travaillé avec des adolescent·es consommateur·rices jusqu'en juin 2025. Depuis 2022, elle exerce également en cabinet privé.

Références :

Ambresin, A., & Leuchter, R. (2024). Enfance, adolescence et risque d'addiction : Une perspective développementale. *Revue Médicale Suisse*, 20(862), 377-381. <https://doi.org/10.53738/REVMED.2024.20.862.377>

Boudoukha, A. H., Denis, H., & Villemonteix, T. (à paraître). Efficacité de la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) chez l'adolescent. *EMC Psychiatrie*. [https://doi.org/10.1016/S0246-1072\(23\)43625-5](https://doi.org/10.1016/S0246-1072(23)43625-5)

Graziani, P., & Romo, L. (2023). *Soigner les addictions par les TCC*. Elsevier.

Vera, L., & Vera, L. (2025). *TCC chez l'enfant et l'adolescent*. Elsevier.

Troubles obsessionnels-compulsifs chez l'enfant et l'adolescent·e

Alexandra Lebrun

Cours de 4 unités

Ce cours porte sur la prise en charge en TCC du trouble obsessionnel-compulsif (TOC), ainsi que de troubles associés tels que les troubles sexuels, l'insomnie et le handicap mental. Les participant·es apprennent à conceptualiser un cas à l'aide de modèles d'analyse fonctionnelle spécifiques, à poser l'indication d'une TCC et à planifier le traitement. Le module inclut l'utilisation d'outils psychométriques et de moyens de monitoring pour l'évaluation pré- et post-test, ainsi que la mise en œuvre des méthodes d'intervention cognitives et comportementales. Une attention particulière est accordée à la psychoéducation, au respect des principes éthiques et déontologiques dans le suivi psychothérapeutique et à l'intégration de la TCC dans le réseau de soins pluridisciplinaire. Le cours aborde enfin les adaptations nécessaires selon l'âge des patient·es, le format de la prise en charge (individuelle, groupale, de couple ou familiale) et le contexte professionnel (cabinet, ambulatoire, hôpital, structures communautaires).

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Repérer les informations capitales pour l'anamnèse
- Réaliser l'analyse fonctionnelle diachronique et synchronique pour enfants et adolescent·es avec un TOC
- Faire de la psychoéducation sur le TOC (guidance parentale et des explications des bases TCC à l'enfant et l'adolescent·e selon l'âge du ou de la patient·e)
- Connaître et savoir utiliser les principaux outils liés au traitement comportemental, cognitif et émotionnel du TOC (l'exposition avec prévention de la réponse, le système de renforcement avec les parents et l'enfant, l'externalisation du TOC, le scénario catastrophe, les outils de relaxation)
- Transmettre aux participant·es une sensibilisation dans la manière d'agir avec l'enfant et l'adolescent·e (attitude du·de la thérapeute, supports adaptés selon l'âge de l'enfant)
- Connaître les étapes de la prise en charge du TOC

Il est demandé aux participant·es de revoir les critères diagnostiques de ce trouble, selon le DSM ou la CIM, avant le cours.

Version octobre 2025

Alexandra Lebrun est psychologue-psychothérapeute reconnue au niveau fédéral. Elle a travaillé en psychologie scolaire à la Fondation Astrame à Lausanne, fondation spécialisée dans le deuil et la séparation parentale, et au SPEA de Nyon (CHUV). Elle s'est ensuite installée en cabinet privé à la Tour-de-Peilz où elle reçoit des enfants, des jeunes et leurs parents. Au niveau de son parcours de formation, Alexandra Lebrun s'est d'abord formée en thérapie cognitivo-comportementale – orientation dans laquelle elle a obtenu son titre de psychothérapeute. Ensuite, elle a suivi différentes formations en thérapie systémique afin d'avoir une lecture adéquate et des outils pour recevoir les parents et les familles. Elle est également thérapeute praticienne EMDR pour les adultes et les enfants, et se forme régulièrement en psychotraumatologie.

Références :

- Adam, J., Goletz, H., Dengs, S., Klingenger, N., Könnecke, S., Vonderbank, C., Hautmann, C., Hellmich, M., Plück, J., & Döpfner, M. (2022). Extended treatment of multimodal cognitive behavioral therapy in children and adolescents with obsessive-compulsive disorder improves symptom reduction: A within-subject design. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16, 99. <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00537-z>
- Crétin, A. (2013). *Vivre mieux avec les émotions de son enfant*. Odile Jacob.
- Kendall, P. C. (2006). *Child and adolescent therapy: Cognitive-behavioral procedures* (3rd ed.). Guilford Press.
- Sauteraud, A. (2005). *Le trouble obsessionnel-compulsif: Le manuel du thérapeute*. Odile Jacob.
- Turgeon, L., & Parent, S. (2012). *Intervention cognitivo-comportementale auprès des enfants et des adolescents*. Presses de l'Université du Québec.
- Véra, L. (2004). *Troubles obsessionnels compulsifs chez l'enfant et l'adolescent*. Dunod.

Agressions et maltraitances sur les enfants et les adolescent·es

Fabrice Brodard

Cours de 4 unités

Ce cours propose une introduction approfondie à la compréhension et à la prise en charge des situations d'agressions et de maltraitances vécues par les enfants et les adolescent·es. Après avoir défini les différentes formes de violences (physiques, psychologiques, sexuelles, négligence, exposition à la violence conjugale) et discuté de leur prévalence, le cours aborde les principaux modèles explicatifs et les conséquences psychologiques, comportementales et développementales de ces expériences (troubles anxieux, dépression, troubles liés au stress post-traumatique, difficultés relationnelles).

Un temps est consacré aux méthodes d'évaluation clinique : repérage des symptômes traumatiques, analyse fonctionnelle des comportements, et utilisation d'outils standardisés. Les stratégies thérapeutiques TCC sont ensuite détaillées : psychoéducation, techniques de régulation émotionnelle, coping cognitif et restructuration cognitive, construction d'un narratif de l'événement traumatique. Le rôle du·de la thérapeute est envisagé non seulement auprès de l'enfant ou de l'adolescent·e, mais aussi dans l'accompagnement des parents, afin de soutenir leur fonction protectrice et leur implication dans le processus thérapeutique.

Le cours met également en lumière les dimensions éthiques et déontologiques (confidentialité, obligations de signalement, prévention de la retraumatisation) ainsi que la nécessité d'un travail en réseau pluridisciplinaire (psychologues, pédopsychiatres, travailleur·euses sociaux·ales, école). Enfin, des études de cas, des exercices pratiques et des références à des programmes validés scientifiquement (TF-CBT) viennent illustrer les apports théoriques et favoriser la réflexion clinique.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les notions d'agression et de maltraitance
- Identifier les conséquences psychologiques et comportementales
- Évaluer les situations cliniques et les symptômes traumatiques
- Découvrir les interventions TCC adaptées

Version octobre 2025

Fabrice Brodard est docteur en psychologie, professeur titulaire à l'Université de Lausanne. Il est responsable du Centre de recherche sur la famille et le développement (FADO) qui a pour objectifs de promouvoir les activités de recherche dans les domaines de la psychologie de la famille, de la psychologie clinique et du développement et de favoriser le dialogue entre la recherche et la pratique. Il préside aussi le comité scientifique de l'observatoire de la maltraitance envers les enfants (OME). Ses recherches portent sur les pratiques parentales en Suisse et en Afrique, et sur la prévention de la maltraitance infantile. En tant que psychologue spécialiste de l'enfant et psychothérapeute, il propose des thérapies en TCC et EMDR pour les jeunes et les familles.

Références :

Chen, C.-J., Chen, Y.-W., & Feng, J.-Y. (2022). Screening tools for child abuse used by healthcare providers: A systematic review. *Journal of Nursing Research*, 30(1), e193. <https://doi.org/10.1097/JNR.0000000000000475>

Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (Eds.). (2012). *Trauma-focused CBT for children and adolescents: Treatment applications*. Guilford Press.

Suffren, S., La Buissonnière-Ariza, V., Tucholka, A., Nassim, M., Séguin, J. R., Boivin, M., ... Maheu, F. S. (2022). Prefrontal cortex and amygdala anatomy in youth with persistent levels of harsh parenting practices and subclinical anxiety symptoms over time during childhood. *Development and Psychopathology*, 34(3), 957–968. <https://doi.org/10.1017/S0954579420001716>

Milieu familial : séparation, divorce et deuil

Alexandra Lebrun

Cours de 4 unités

Ce cours propose d'explorer le thème du deuil et de la séparation chez l'enfant et l'adolescent·e en articulant théorie et pratique. Il commence par une présentation des repères théoriques permettant de comprendre les réactions liées à ces expériences de vie. Il offre ensuite un espace pour découvrir et exercer différents outils cliniques, avec un accent particulier sur l'approche cognitivo-comportementale. Une attention est également portée à l'accompagnement des parents, au travers de la guidance parentale. Le cours se centre sur des aspects précis de la séparation et du deuil, tout en laissant en arrière-plan les problématiques plus complexes comme la maltraitance ou les traumatismes multiples, qui ne font pas l'objet d'un travail approfondi.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Présenter les fondements théoriques relatifs au deuil et à la séparation chez l'enfant
- Familiariser les participant·es avec des outils pratiques issus de la prise en charge cognitivo-comportementale pour les enfants et adolescent·es
- Montrer comment accompagner les parents dans leur rôle à travers la guidance parentale

Alexandra Lebrun est psychologue-psychothérapeute reconnue au niveau fédéral. Elle a travaillé en psychologie scolaire à la Fondation Astrame à Lausanne, fondation spécialisée dans le deuil et la séparation parentale, et au SPEA de Nyon (CHUV). Elle s'est ensuite installée en cabinet privé à la Tour-de-Peilz où elle reçoit des enfants, des jeunes et leurs parents. Au niveau de son parcours de formation, Alexandra Lebrun s'est d'abord formée en thérapie cognitivo-comportementale – orientation dans laquelle elle a obtenu son titre de psychothérapeute. Ensuite, elle a suivi différentes formations en thérapie systémique afin d'avoir une lecture adéquate et des outils pour recevoir les parents et les familles. Elle est également thérapeute praticienne EMDR pour les adultes et les enfants, et se forme régulièrement en psychotraumatologie.

Version octobre 2025

Références :

Breen, L. J., Greene, D., Rees, C. S., Black, A., Cawthorne, M., & Egan, S. J. (2023). A co-designed systematic review and meta-analysis of the efficacy of grief interventions for anxiety and depression in young people. *Journal of Affective Disorders*, 335, 289-297. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.032>

MODULE TCC ADULTE

Troubles de l'humeur chez l'adulte

Valentina Prontera

Atelier de 8 unités

Cet enseignement vise à offrir une compréhension des troubles de l'humeur et de leur manifestation chez les patient·es adultes qui en souffrent. Le contenu de la formation aborde en premier lieu la définition des troubles de l'humeur ainsi que leur épidémiologie, permettant aux participant·es de saisir l'étendue et la prévalence de ces affections. La classification des troubles de l'humeur est ensuite examinée, incluant des syndromes spécifiques qui nécessitent une classification distincte. Une attention particulière est accordée au diagnostic différentiel, de manière à distinguer les troubles de l'humeur d'autres affections similaires. Les comorbidités fréquemment associées aux troubles de l'humeur sont également explorées.

Les participant·es apprennent à porter une attention particulière à certaines manifestations symptomatiques rapportées par les patient·es et à utiliser divers outils diagnostiques pour identifier les signes cliniques. Les techniques de TCC appropriées selon la symptomatologie, ainsi que la formulation d'un plan de traitement sont discutées. À travers l'étude de vignettes cliniques, les participant·es s'entraînent à mettre en pratique leurs connaissances théoriques dans des situations réalistes.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître et comprendre les troubles de l'humeur chez l'adulte
- Être capable de diagnostiquer les troubles de l'humeur : en identifier les symptômes et les signes cliniques à travers l'anamnèse et les outils diagnostiques
- Savoir repérer dans l'historique du ou de la patient·e les facteurs biologiques, psychologiques et sociaux impliqués
- Se sensibiliser aux enjeux liés aux troubles de l'humeur et à leur prise en charge

Version octobre 2025

Valentina Prontera est psychologue-psychothérapeute FSP reconnue au niveau fédéral depuis 2018. Elle a été formée au sein de l'unité de thérapie cognitive et comportementale du CHUV, d'abord à l'hôpital de Prangins, puis à la policlinique de Nyon, où elle a travaillé avec une population adulte. Depuis 2018, elle exerce également un mandat d'encadrement des psychologues assistant·es et stagiaires, contribuant ainsi à la formation de futur·es professionnel·les dans le domaine.

Références :

Perrotta, G. (2019). Bipolar disorder: Definition, differential diagnosis, clinical contexts and therapeutic approaches. *Journal of Neuroscience and Neurological Surgery*, 5(1). <https://doi.org/10.31579/2578-8868/097>

Perrotta, G. (2019). Depressive disorders: Definitions, contexts, differential diagnosis, neural correlates and clinical strategies. *Archives of Depression and Anxiety*, 5(2), 9–33. <https://doi.org/10.17352/2455-5460.000038>

Schaeuffele, C., Rubel, J., Witthöft, M., Krampen, G., & Hoyer, J. (2024). A systematic review and meta-analysis of transdiagnostic cognitive behavioural psychotherapy for emotional disorders. *Nature Human Behaviour*, 8, 153–167. <https://doi.org/10.1038/s41562-023-01787-3>

Troubles anxieux chez l'adulte

Sabrina Caillet-Zahler

Atelier de 8 unités

Cet atelier porte sur les troubles anxieux et leur prise en charge en thérapie cognitivo-comportementale. Lors de la journée, nous passons en revue les principaux diagnostics des troubles anxieux selon le DSM-5 et la CIM-11, en discutant également des limites d'une approche purement catégorielle, ainsi que des diagnostics différentiels et des comorbidités (notamment les traumatismes, la dépression, les addictions et le risque suicidaire).

Les tests et questionnaires spécifiques aux troubles anxieux sont présentés, ainsi que les modèles explicatifs en TCC des différents troubles anxieux (attaque de panique, trouble panique avec ou sans agoraphobie, trouble anxieux généralisé, anxiété sociale, phobies spécifiques).

Cela permet d'aborder les différentes stratégies thérapeutiques développées pour traiter ces problématiques, telles que les différentes modalités d'exposition, les outils portant sur la régulation de l'anxiété (contrôle respiratoire, relaxation, biofeedback, etc.), l'affirmation de soi et le jeu de rôle, la restructuration cognitive (scénario catastrophe, expérimentation comportementale, recherche d'hypothèses alternatives, travail sur le processus attentionnel, flèche descendante, résolution de problème, etc.), la pleine conscience et d'autres stratégies issues des thérapies de troisième vague (thérapie des schémas, ACT, thérapie fondée sur la compassion, psychologie positive, etc.). Enfin, quelques autres modalités de traitement sont présentées, telles que l'EMDR, la thérapie virtuelle ou les groupes thérapeutiques.

Les participant·es travailleront tout particulièrement sur la planification du traitement de chacun de ces troubles et sur l'adaptation des différentes stratégies d'intervention à ces problématiques. Dans l'application de ces outils et le déroulement de la thérapie, les participant·es seront sensibilisé·es à l'importance de travailler et d'évaluer l'alliance thérapeutique et la motivation du·de la patient·e pour augmenter les chances de succès de la prise en charge. L'atelier aborde également l'intérêt de collaborer avec les proches et la famille des patient·es, notamment pour travailler sur les bénéfices secondaires et assurer un soutien efficace au changement.

Version octobre 2025

Des exemples et des illustrations (vignettes, vidéos) sont présentés durant cette formation, et les participant·es seront encouragé·es à échanger autour de leurs cas cliniques. Des exercices pratiques sont réalisés sous la supervision de l'enseignante.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Effectuer l'anamnèse et la procédure de diagnostic, en se référant aux systèmes de classification reconnus (CIM et DSM)
- Réaliser l'indication thérapeutique générale et différentielle, les méthodes et techniques de traitement générales et spécifiques aux troubles anxieux, et comprendre leur efficacité
- Planifier et mettre en œuvre la thérapie, assurer le suivi et l'ajustement continu de la procédure thérapeutique dans le contexte d'une TCC des troubles anxieux
- Conduire l'entretien psychothérapeutique et établir la relation dans ce même contexte
- Evaluer et documenter le déroulement de la thérapie et de ses résultats au moyen d'instruments validés scientifiquement

Sabrina Caillet-Zahler est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP et reconnue au niveau fédéral, diplômée en psychothérapie comportementale et cognitive (CAS et DAS en TCC) des Universités de Lausanne et Fribourg. Après plusieurs années en institution, elle travaille désormais en cabinet privé à Gland et Aigle, où elle propose des suivis individuels et des groupes thérapeutiques.

Références :

Barlow, D, et Durand, M. (2016). *Psychopathologie : une approche intégrative*. De Boeck.

Cottraux, J. (2017). *Les psychothérapies cognitives et comportementales*. 6e édition. Elsevier.

Fontaine, O, et Fontaine, P. (2015). *Guide clinique de thérapie comportementale et cognitive*. Retz.

George, M. G., Roberge, P., Provencher, M. D., & Norton, P. J. (2024). The effectiveness of transdiagnostic cognitive behavioural therapy for anxiety disorders: the role of and

impact of comorbid depression. *Cognitive Behaviour Therapy*, 53(1), 105–118.
<https://doi.org/10.1080/16506073.2023.2274290>

Hofmann, S. G., Kasch, C., & Reis, A. (2025). Effect sizes of randomized-controlled studies of cognitive behavioral therapy for anxiety disorders over the past 30 years. *Clinical Psychology Review*, 117, 102553. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2025.102553>

Servant, D. (2022). *Gestion du stress et de l'anxiété*. Paris, Elsevier.

Palazzolo, J. (2023). *Cas cliniques en thérapie comportementale et cognitive*. Elsevier.

Trouble de la personnalité borderline / pattern état-limite

Dominique Page

Atelier de 8 unités

L'atelier commence par définir la personnalité et le trouble de la personnalité, ce qui permet de passer ensuite en revue les perspectives catégorielles proposées par le DSM-5-TR et la bientôt obsolète CIM-10, ainsi que les perspectives dimensionnelles de la CIM-11. Quelques données européennes et suisses permettent de chiffrer l'ampleur de cette souffrance dans la population générale et dans la patientèle suivie en milieu hospitalier et ambulatoire.

L'atelier s'intéresse ensuite au trouble de la personnalité borderline (DSM) ou trouble de la personnalité, pattern état-limite (CIM-11), et à ses manifestations symptomatiques, chez l'adulte et chez l'adolescent·e. C'est au travers du modèle biosocial développé par Marsha Linehan que les participant·es apprennent à saisir les aspects développementaux de ce trouble.

Sont ensuite abordées quelques-unes des méthodes d'évaluation (entretiens semi-structurés, inventaires, échelles, questionnaires auto-administrés) utilisées dans la littérature scientifique pour mesurer la présence et l'intensité du trouble de la personnalité borderline chez l'adulte et chez l'adolescent·e. Enfin, l'atelier fait un point de situation sur les traitements que l'on peut proposer aux adultes et aux adolescent·es souffrant de ce trouble, ainsi que sur les prédictions pronostiques.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Maîtriser les conceptualisations catégorielles et dimensionnelles des troubles de la personnalité
- Être à l'aise avec la CIM-11 et la manière de poser un diagnostic de trouble de la personnalité versus de difficultés de personnalité, notamment lorsque le pattern état-limite est présent
- Modéliser le développement et le maintien du trouble de la personnalité borderline
- Modéliser le lien existant entre dysrégulation des émotions et dysrégulation des relations interpersonnelles, des comportements, des cognitions et du sens de soi
- Savoir comment mener à bien une évaluation structurée pour vérifier la présence d'un trouble de la personnalité borderline chez l'adulte et chez l'adolescent·e

Version octobre 2025

- Avoir connaissance des traitements validés pour faire face à ce trouble

Dominique Page est docteure en psychologie, spécialiste en psychothérapie TCC. Elle s'intéresse au trouble de personnalité borderline depuis de nombreuses années et a développé une expertise dans la prise en charge de cette souffrance spécifique auprès d'une population adulte essentiellement. Elle partage actuellement son temps professionnel entre une pratique en cabinet privé et des cours et formations dispensés dans différents contextes.

Références :

Antoine, S. M., Fredborg, B. K., Streiner, D., Guimond, T., Dixon-Gordon, K. L., Chapman, A. L., Kuo, J., Links, P., & McMain, S. (2023). Subgroups of borderline personality disorder: A latent class analysis. *Psychiatry Research*, 323, 115131. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115131>

Blüml, V., & Doering, S. (2021). ICD-11 personality disorders: A psychodynamic perspective on personality functioning. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 502. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.654026>

Pull, C. B., & Janca, A. (2021). Personality disorder(s) across diagnostic systems: What to assess and how. *Current Opinion in Psychiatry*, 24(1), 36–38. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000661>

Troubles obsessionnels-compulsifs à l'âge adulte

Sigrid Malandain

Cours de 4 unités

Cet enseignement est axé sur la prise en charge des TOC. Des éléments d'épidémiologie et d'étiologie sont passés en revue, mais le cours se focalise essentiellement sur l'enseignement pratique et sur les questions liées à la prise en charge : conceptualisation des troubles obsessionnels-compulsifs selon les modèles utilisés en TCC ; évaluation du ou de la patiente et de ses symptômes en début de prise en charge et au cours du suivi ; psychoéducation ; hiérarchisation des expositions ; traitement par expositions avec prévention de la réponse (EPR) ; et intégration cognitive. Quelques notions de thérapie basée sur les inférences (TCC-BI) sont également présentés.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les TOC, leurs symptômes et leurs manifestations
- Revoir les théories de l'apprentissage sous-jacentes
- Proposer des interventions efficaces et ciblées pour ce type de trouble

Sigrid Malandain, psychologue-psychothérapeute, travaille au Département de psychiatrie du CHUV, dans le service ambulatoire de psychiatrie adulte. Elle est responsable de l'Unité de Thérapie Comportementale, unité spécialisée dans la prise en charge des TOC. Elle est psychologue responsable au DP, SPANO, région Ouest. Elle est également formatrice/superviseuse au CHUV, dans le cadre du MAS en TCC, ainsi qu'à l'ASPCo.

Références :

Gillihan, S. J., Williams, M. T., Malcoun, E., Yadin, E., & Foa, E. B. (2012). Common pitfalls in exposure and response prevention (EX/RP) for OCD. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 1(4), 251–257.
<https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2012.05.002>

Version octobre 2025

McKay, D., Abramowitz, J. S., & Storch, E. A. (2020). Mechanisms of harmful treatments for obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 27(2), e12337. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12337>

Öst, L.-G., Havnen, J., Hansen, B., & Kvale, G. (2022). Cognitive behavior therapy for obsessive-compulsive disorder: A meta-analysis of effectiveness studies. *Behaviour Research and Therapy*, 157, 104189. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104170>

Spencer, S. D., Stiede, J. T., Wiese, A. D., Guzick, A. G., Cervin, M., McKay, D., & Storch, E. A. (2023). Things that make you go hmm: Myths and misconceptions within cognitive-behavioral treatment of obsessive-compulsive disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 37, 100805. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2023.100805>

Troubles psychotiques à l'âge adulte

Sabrina Bardy-Linder

Cours de 4 unités

Ce cours propose une familiarisation avec certains enjeux liés au diagnostic et à l'annonce au·à la patient·e de troubles psychotiques. Des techniques d'intervention cognitive et comportementale centrées sur la symptomatologie positive (remise en question verbale des preuves, entraînement au raisonnement hypothétique) sont également abordées.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Être capable de faire de la psychoéducation et de la normalisation des symptômes auprès des patient·es souffrant de psychose, et se familiariser avec quelques échelles d'évaluation
- Pratiquer quelques interventions spécifiques centrées sur : les hallucinations auditives, les idées délirantes et les distorsions cognitives augmentées dans la psychose

Sabrina Bardy-Linder est psychologue-psychothérapeute spécialisée en psychothérapie comportementale et cognitive et en psychotraumatologie. Elle a commencé sa carrière de psychologue au sein du CHUV, où elle a exercé durant 12 ans (Unité de recherche en épidémiologie et psychopathologie, Unité de réhabilitation, puis Psychiatrie générale – section spécialisée dans les troubles du spectre de la schizophrénie). Durant ces années, elle a mené une activité clinique et de recherche et s'est formée à la psychothérapie d'orientation TCC (CAS et DAS de l'UNIL). Elle est installée en cabinet privé depuis fin 2018 et partage aujourd'hui son temps entre une activité clinique principale, des activités d'enseignement (CEPUSPP, UNIL ; IFFORTHECC, HES-SO La Source) et de supervision (CHUV, MAS).

Version octobre 2025

Références :

Conus, P., & Söderström, D. (Eds.). (2021). *Approche psychothérapeutique des psychoses*. RMS Édition.

Favrod, J., Rexhaj, S., Bardy, P., Conus, P., & Bonsack, C. (2014). Sustained antipsychotic effect of metacognitive training in psychosis: A randomized-controlled study. *European Psychiatry*, 29(5), 275–281. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2013.08.003>

Franck, N. (2023). *Remédiation cognitive*. Elsevier Masson.

Golay, P., Romain, J., Moulin, V., Laraki, Y., & Bonsack, C. (2023). The differential impact of duration of untreated psychosis on functioning and quality of life: A threshold analysis. *Early Intervention in Psychiatry*, 17(4), 354–360. <https://doi.org/10.1111/eip.13330>

Jardri, R., Favrod, J., & Larøi, F. (2016). *Psychothérapie des hallucinations*. Elsevier Masson.

Troubles liés à l'utilisation de substances ou à des conduites addictives chez l'adulte

Daniela Dunker-Schneuer

Cours de 4 unités

Ce cours introduit les modèles comportementaux et cognitifs du développement et du maintien d'un trouble de l'utilisation des substances, ainsi qu'à la prise en charge de cette pathologie en lien avec ces modèles. Le cours explore en particulier les modèles d'apprentissage, le modèle cognitif de l'abus de substance de Beck, ainsi que les modèles émotionnels et les techniques psychothérapeutiques qui y sont rattachés. Le cours présente aussi quelques outils d'évaluation de ces troubles. En se basant sur une vignette clinique, l'enseignante et les participant·es travaillent sur les spécificités de la conceptualisation de cas d'un·e patient·e avec des pensées qui favorisent la consommation et les envies de substances. Plusieurs stratégies d'intervention sont expliquées et exercées, notamment les suivantes : contrôle du stimulus, développement de comportements opposés à la consommation, exposition au produit avec prévention de la réponse, programme de gestion des contingences, identification et restructuration de différents types de pensées favorisant la consommation.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Connaître les critères diagnostiques et les procédures de dépistage des troubles de l'utilisation des substances
- Utiliser les modèles explicatifs spécifiques pour effectuer une conceptualisation de cas et planifier le traitement d'un·e patient·e présentant un tel trouble
- Mener un entretien thérapeutique et établir l'alliance thérapeutique avec des patient·es souffrant d'addiction
- Appliquer des méthodes d'intervention comportementale et cognitive pour la prise en charge de ces patient·es
- Intégrer la prise en charge en TCC dans le suivi global du·de la patient·e

Il est demandé aux participant·es de connaître le diagnostic des troubles de l'utilisation des substances du DSM-5 et de la CIM-10 et la CIM-11.

Version octobre 2025

Daniela Dunker Scheuner est psychologue spécialiste fédérale en psychothérapie d'orientation cognitivo-comportementale. Elle est responsable de l'Unité d'enseignement des thérapies comportementales et cognitives au Département de psychiatrie du CHUV depuis 2014. Forte d'une expérience de 14 ans au sein du Service de médecine des addictions du CHUV (anciennement Service d'alcoologie), elle exerce désormais en cabinet privé dans la région de Morges. Co-traductrice et coéditrice des ouvrages de référence sur la prévention de la rechute, elle enseigne le programme MBRP depuis de nombreuses années en Suisse romande, et est reconnue comme formatrice MBRP par l'équipe fondatrice de Seattle.

Références :

Cungi, C. (2005). *Faire face aux dépendances*. Retz.

Daeppen, J.-B. (2004). *Vademecum d'alcoologie*. Médecine & Hygiène.

Daeppen, J.-B. (2009). *La dépendance à l'alcool : Guide de traitement combiné*. Flammarion.

Kiluk, B. D., Nich, C., & Carroll, K. M. (2022). New developments in behavioral treatments for substance use disorders. *Current Psychiatry Reports*, 24(3), 143–151. <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01296-4>

Romo, L., & Graziani, P. (2013). *Soigner les addictions par les TCC*. Elsevier Masson.

Troubles d'origine traumatique à l'âge adulte

Olivier Piedfort-Marin

Atelier de 8 unités

La CIM-11 a consacré un changement de perspective notable dans le diagnostic des troubles d'origine traumatique, avec l'introduction du diagnostic de trouble de stress post-traumatique complexe et un chapitre entièrement révisé pour les troubles dissociatifs. Cela implique une nouvelle manière de réfléchir aux séquelles, à l'âge adulte, d'événements traumatisants, en particulier ceux vécus durant les années de développement.

Cette journée de formation passe en revue les effets de ce nouveau paradigme à travers des vignettes cliniques et l'étude de plusieurs modèles théoriques relatifs au TSPT complexe. Ensuite, l'atelier aborde la question du traitement psychothérapeutique. Les participant·es sont introduit·es aux défis de la recherche sur l'efficacité de la psychothérapie des troubles d'origine traumatique ainsi qu'aux propositions parfois opposées qui font débat.

Une attention particulière est donnée à la gestion cognitivo-comportementaliste des symptômes post-traumatiques complexes, en tenant compte des différents types de symptômes, notamment : réviviscence, évitement, hyperactivation et hypoactivation. Une introduction est également proposée sur les spécificités de la relation thérapeutique avec ces patient·es.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Différencier les diagnostics CIM-11 des troubles d'origine traumatique
- Conceptualiser un plan de traitement adapté
- Apprendre différentes interventions de stabilisation des symptômes post-traumatiques

Olivier Piedfort-Marin est docteur en psychologie et psychothérapeute reconnu au niveau fédéral, installé en cabinet privé à Lausanne. Ses principaux domaines d'intérêt sont l'évaluation et la psychothérapie des troubles anxieux, du TSPT, du TSPT complexe et des troubles dissociatifs, ainsi que la supervision et l'enseignement dans ces domaines. Après une formation de base en TCC, il a été formé à l'EMDR en 2004 (superviseur et

Version octobre 2025

facilitateur EMDR Europe), en hypnose, et a suivi un enseignement intensif sur la théorie de la dissociation structurelle de la personnalité et le traitement du trouble dissociatif de l'identité. Il est président de l'association EMDR Europe, et président d'honneur de l'Association Francophone du Trauma et de la Dissociation (AFTD). En 2023, il a reçu le prix de l'ESTD – *European Society for Trauma and Dissociation* – pour sa « contribution à l'avancement de la culture scientifique dans le champ des troubles d'origine traumatique et dissociatifs. »

Références :

Cloitre, M., Cohen, L. R., Ortigo, K. M., Jackson, C., & Koenen, K. C. (2021). *Treating survivors of childhood abuse and interpersonal trauma: STAIR narrative therapy*. Guilford Press.

Maercker, A., Bernays, F., Rohner, S. L., & Thoma, M. V. (2022). A cascade model of complex posttraumatic stress disorder centered on childhood trauma and maltreatment, attachment, and socio-interpersonal factors. *Journal of Traumatic Stress, 35*(2), 446–460. <https://doi.org/10.1002/jts.22756>

Page, D., & Piedfort-Marin, O. (2024). *Réguler ses émotions pour vivre mieux*. Odile Jacob.

Piedfort-Marin, O. (2020). La théorie de la dissociation structurelle de la personnalité : une théorie pour conceptualiser les troubles d'origine traumatique. *Revue Francophone de Clinique Cognitive-Comportementale, 25*(3), 24–36.

Piedfort-Marin, O., & Reddemann, L. (2016). *Psychothérapie des traumatismes complexes: Une approche intégrative basée sur la théorie des états du Moi et des techniques hypno-imaginatives*. Satas.

Reddemann, L., & Piedfort-Marin, O. (2017). Stabilization in the treatment of complex post-traumatic stress disorders: Concepts and principles. *European Journal of Trauma and Dissociation, 1*, 11–17. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2017.01.009>

Troubles psychosomatiques à l'âge adulte

Katarina Ledermann

Cours de 4 unités

Donné en anglais

Ce cours propose une vue d'ensemble approfondie des cadres diagnostiques et des interventions de thérapie cognitivo-comportementale (TCC) appliquées aux troubles psychosomatiques chez l'adulte. L'accent est mis sur le trouble à symptomatologie somatique, les syndromes douloureux chroniques, les acouphènes et les manifestations psychosomatiques en cardiologie, en tenant compte des présentations cliniques associées. Le cours examine les critères diagnostiques actuels, le diagnostic différentiel ainsi que les fondements biopsychosociaux des troubles psychosomatiques.

Lors de ce cours, les participant·es se familiarisent avec les modèles et techniques de TCC fondés sur les données probantes, en évaluant de manière critique leur efficacité et leur applicabilité à travers différents troubles psychosomatiques. Des vignettes cliniques et des résultats de recherche sont intégrés afin de favoriser la compréhension des mécanismes thérapeutiques et des prédictors de résultats, dans le but de relier les connaissances scientifiques actuelles à la pratique clinique.

Katharina Ledermann est maître-assistante au Département de Psychologie de l'Université de Fribourg ainsi que psychothérapeute certifiée pour le traitement de la douleur chronique à l'Hôpital universitaire de Zurich, dans le Département de psychiatrie de liaison et de psychosomatique. Ses intérêts de recherche comprennent l'investigation des fondements neurobiologiques de la douleur chronique, ainsi que le développement de contenus psychothérapeutiques pour les patients souffrant de douleur chronique à l'aide d'approches intégratives et de technologies en ligne.

Références :

Giacomelli, L., Martin Sölch, C. & Ledermann, K. (2024). The effect of virtual reality interventions on reducing pain intensity in chronic pain patients : A systematic review. *Virtual Reality*, 28(126), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s10055-024-00994-1>

Version octobre 2025

Ledermann, K., & Martin-Sölch, C. (2018). Chronic Pain, Dopamine and Depression: Insights from Research on Fibromyalgia. In V. Vanaclocha and N. Saiz-Sapena (Eds.), *Chronic Pain-Physiopathology and Treatment*. IntechOpen.

Lynae Roberts, R., Ledermann, K, Garland, E. L. (2022). Mindfulness-oriented recovery enhancement improves negative emotion regulation among opioid-treated chronic pain patients by increasing interoceptive awareness. *Journal of Psychosomatic Research*, 152, 110677. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2021.110677>

Tandon, T., Piccolo, M., Ledermann, K., McNally, R. J., Gupta, R., Morina, N., & Martin-Soelch, C. (2024). Mental health markers and protective factors in students with symptoms of physical pain across WEIRD and non-WEIRD samples—a network analysis. *BMC psychiatry*, 24(1), 318. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05767-3>

Troubles sexuels

Coraline Bénon

Cours de 4 unités

Chaque personne se vit de manière singulière dans sa sexualité (ou son absence), dans son rapport au corps, dans son rapport à l'autre, dans son orientation sexuelle/romantique ou encore dans son rapport à son propre genre. Des souffrances peuvent concerner ces différents aspects et méritent d'être considérés en psychothérapie. Pour offrir un accompagnement de qualité, il est nécessaire de penser la sexualité de la personne dans son contexte spécifique, afin de fixer des objectifs ajustés et proposer des interventions thérapeutiques pertinentes.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Passer en revue les différents diagnostics (CIM-11 et DSM-5) des troubles sexuels, avec un regard critique
- Se sensibiliser aux diversités des sexualités et proposer l'agentivité sexuelle comme objectif en sexothérapie
- Connaître différentes interventions psychothérapeutiques TCC et intégratives
- Réfléchir sur la posture thérapeutique en sexothérapie

Coraline Bénon est psychologue spécialiste en psychothérapie TCC. Après s'être formée à la pleine conscience, elle s'est dirigée vers la psycho-traumatologie (notamment la thérapie EMDR), puis a complété son expertise en se formant en sexologie clinique et en sexothérapie. Elle travaille comme indépendante dans son cabinet à Neuchâtel depuis 2017. Elle accompagne toute personne adulte (demandes sexologiques et autres thématiques). Elle se situe dans une approche affirmative et inclusive.

Références :

Lafortune, D., & Bolideau, F. (2021). L'apport des approches cognitivo-comportementales au traitement des dysfonctions sexuelles. In D. Medico (Éd.), *La sexologie clinique : Une pratique psychothérapeutique inclusive et intégrative* (pp. 61-80). Presses de l'Université du Québec.

Version octobre 2025

Mahar, E. A., Stephensen, K. R., & Brotto, L. (2025). A randomized controlled trial of online mindfulness and cognitive-behavioral interventions for sexual interest/arousal disorder in women: eSense. *Behaviour Research and Therapy*, 188, 104276. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2025.104732>

Medico, D., & Lavigne, J. (2024). L'agentivité sexuelle comme objectif thérapeutique en psychothérapie et sexologie. In G. Fonte & S. Lelaurain (Éds.), *Épistémologies féministes et psychologie : Savoirs situés, pratiques situées* (pp. 197–219). Hermann.

CONNAISSANCES APPROFONDIES EN THÉRAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE

Les ateliers décrits dans les pages qui suivent visent un approfondissement des connaissances et des compétences en TCC et en approches intégratives. Ils peuvent porter par exemple sur des approches psychothérapeutiques de 3^e vague, sur des troubles spécifiques à une population donnée ou sur des problématiques cliniques complexes.

Le programme des enseignements des modules de connaissances approfondies est régulièrement mis à jour. **Attention : les exemples d'enseignements présentés dans cette section ne représentent pas nécessairement les ateliers qui seront organisés pour votre volée – en particulier ceux du module centré méthodes.**

En effet, d'une édition du MAS à une autre, les ateliers proposés changent, de manière à offrir un programme qui puisse être suivi par des participant·es des éditions précédentes ayant des unités de formation à rattraper ou devant compléter des unités d'ateliers libres.

Quand le format le permet, certains ateliers peuvent être suivis en tant que formation continue par des participant·es externes.

Les enseignements de la formation approfondie se répartissent de la manière suivante :

- 56 unités appartenant au **module centré méthodes**, présentant différentes approches ou méthodes psychothérapeutiques, généralement transdiagnostiques et intégratives
- 80 unités pour chacun des modules abordant uniquement des troubles et techniques spécifiques à une population de spécialisation : **module spécifique EA** ou **module spécifique A¹**.
- 24 unités relatives à **l'actualité scientifique en TCC**, visant à donner aux participant·es du MAS le réflexe de se tenir au courant des dernières avancées de la recherche dans le domaine de la TCC et des approches intégratives, durant leur MAS et au-delà

¹ Le programme d'approfondissement organisé par le MAS entre 2024 et 2026 est un programme de spécialisation adulte uniquement, raison pour laquelle seuls des exemples d'enseignements liés au module spécifique adulte sont listés dans les pages qui suivent.

MODULE CENTRÉ MÉTHODES

Thérapie comportementale et cognitive basée sur les inférences pour le TOC

Sigrid Malandain

Atelier de 24 unités

dont 16 unités dans le module centré méthodes

et 8 unités dans le module spécifique A pour la journée d'exercices pratiques

Le trouble obsessionnel-compulsif (TOC) se caractérise par la présence d'obsessions et/ou de compulsions générant une souffrance importante et un retentissement significatif sur le fonctionnement quotidien. Si la thérapie cognitive-comportementale (TCC) associée à une pharmacothérapie constitue le traitement de référence selon les *Expert Consensus Guidelines* (March, Frances & Carpenter, 1997), une proportion non négligeable de patient·es demeure réfractaire à la TCC classique.

La Thérapie Cognitive-Comportementale Basée sur les Inférences (TCC-BI) propose une approche innovante spécifiquement adaptée aux particularités du TOC. Développée par Kieron O'Connor et Frederick Aardema, elle cible le rôle du doute obsessionnel, les processus imaginaires à l'origine des obsessions, ainsi que les distorsions narratives et sensorielles caractéristiques du TOC. En recentrant le traitement sur le récit obsessionnel plutôt que sur le contenu des pensées, cette méthode ouvre de nouvelles pistes d'intervention validées scientifiquement.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Découvrir les fondements théoriques de l'approche basée sur les inférences (TCC-BI)
- Comprendre les spécificités du doute obsessionnel et du raisonnement par inférence dans le TOC
- Identifier les cibles thérapeutiques distinctes de celles de la TCC classique
- S'initier à l'application de la TCC-BI à travers des démonstrations vidéo, des cas cliniques et des exercices pratiques

Version octobre 2025

Sigrid Malandain est psychologue-psychothérapeute FSP, spécialisée dans la prise en charge du trouble obsessionnel-compulsif. Elle est responsable au sein du SPANO (Service de psychiatrie nord) du Département de psychiatrie du CHUV. Elle s'est formée à la Thérapie Basée sur les Inférences (TCC-BI) et développe cette approche dans sa pratique clinique. Elle accompagne également les clinicien·nes dans l'appropriation de cette méthode dans le cadre de formations spécialisées.

Références :

Aardema, F., Bouchard, S., Koszycki, D., Lavoie, M., Audet, J-S, O'Connor, K. (2022). Evaluation of inference-based cognitive-behavioral therapy for obsessive-compulsive disorder: A multi-center randomized controlled trial with three treatment modalities. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 91(5), 348-359. <https://doi.org/10.1159/000524425>

Aardema, F., & O'Connor, K. (2007). The menace within: Obsessions and the self. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 21(3), 182-197. <https://doi.org/10.1891/088983907781494573>

Küçük, L., Hoffart, A., Haug, T., Hansen, B., & Kvale, G. (2022). *Cognitive behavior therapy for obsessive-compulsive disorder in routine clinical care: A systematic review and meta-analysis*. *Behaviour Research and Therapy*, 159, 104207. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104207>

March, J. S., Frances, A., Carpenter, D., & Kahn, D. A. (1997). The expert consensus guideline series: Treatment of obsessive-compulsive disorder. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 58(Suppl 4), 1-72.

O'Connor, K., & Aardema, F. (2012). *The clinician's OCD manual: Inference based therapy*. Wiley.

O'Connor, K., Aardema, F., & Péliissier, M.-C. (2005). *Beyond reasonable doubt: Reasoning processes in obsessive-compulsive disorder and related disorders*. John Wiley & Sons.

O'Connor, K., & Robillard, S. (1995). Inference processes in obsessive-compulsive disorder: Some clinical observations. *Behaviour Research and Therapy*, 33(8), 887-896. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00042-V](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00042-V)

Thérapie centrée sur les émotions

Julia Maillefer et Sigrid Malandain

Atelier de 24 unités

dont 16 unités dans le module centré méthodes

et 8 unités dans le module spécifique A pour la journée d'exercices pratiques

La thérapie centrée sur les émotions (Emotion Focused Therapy - EFT) est une approche validée scientifiquement qui permet de travailler directement sur les émotions en séance. Elle offre aux thérapeutes des stratégies et des techniques permettant d'améliorer la capacité du traitement émotionnel de leurs patient·es. Les principes centraux sont l'acceptation, la gestion et la transformation des expériences émotionnelles douloureuses. L'EFT vise à modifier les émotions inadaptées en faisant émerger une nouvelle émotion davantage adaptée.

Dans un mélange varié d'enseignement théorique, de démonstrations vidéos et d'exercices en petits groupes, les participant·es seront initié·es aux bases théoriques de la thérapie centrée sur les émotions ainsi qu'à ses principaux concepts thérapeutiques et ses méthodes.

Les participant·es seront invité·es à apprendre la distinction entre les différents types d'émotions (diagnostic des émotions), les principes de la transformation émotionnelle, les principaux marqueurs des difficultés de gestion émotionnelle et les tâches correspondantes pour résoudre ces difficultés, ainsi que la mise en acte du dialogue sur deux chaises pour résoudre un clivage auto-critique.

Lors des exercices pratiques en petits groupes, des jeux de rôle seront proposés en invitant le·a participant·e à occuper tantôt le rôle du·de la thérapeute, tantôt le rôle du·de la patient·e. Dans la mesure du possible, il est demandé aux participant·es d'amener du matériel émotionnel personnel sur lequel travailler lors de ces exercices pratiques.

Julia Maillefer est psychothérapeute reconnue au niveau fédéral depuis 2012. Elle se forme dans un premier temps à la psychothérapie cognitivo-comportementale, qu'elle exerce d'abord dans un cadre institutionnel au sein de l'Hôpital de Prangins (CHUV), puis en cabinet privé depuis 2011. Par la suite, elle se forme à la Thérapie Centrée sur les Emotions au sein de l'Institut Suisse Centré sur les Emotions (IEFT.ch) et obtient une certification isEFT. Parallèlement à sa pratique privée, elle exerce comme enseignante et superviseuse

Version octobre 2025

au sein du MAS TCC de l'UNIL et de différentes formations au sein de l'Institut Suisse Centré sur les Emotions.

Sigrid Malandain est psychologue-psychothérapeute FSP, spécialisée dans la prise en charge du trouble obsessionnel-compulsif. Elle est responsable au sein du SPANO (Service de psychiatrie nord) du Département de psychiatrie du CHUV. Elle s'est formée à la Thérapie Basée sur les Inférences (TCC-BI) et développe cette approche dans sa pratique clinique. Elle accompagne également les clinicien·nes dans l'appropriation de cette méthode dans le cadre de formations spécialisées.

Références :

Greenberg, L. (2020). *La thérapie centrée sur les émotions* (Trad. de Chrisophe Billon et Révision de Denise Schiffmann). De Boeck.

Greenberg, L. & Goldman, R. (2019). *The Clinical Handbook of emotion-focused therapy*. Washington, D.C. American Psychological Association.

Greenberg, L. & Watson, J. (2006). *Emotion-focused therapy for depression*. American Psychological Association.

Kramer, U. & Ragama, E. (2015). *La psychothérapie centrée sur les émotions*. Elsevier Masson.

Sutter, M. & Greenberg, L. (2024). *Pratiquer la thérapie centrée sur les émotions*. Dunod.

Timulak, L., Dailey, J., Lunn, J., & McKnight, J. (2024). Transdiagnostic emotion-focused therapy for couples with co-morbid relational and mood, anxiety and related difficulties. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 55, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10879-024-09645-7>

Thérapie comportementale dialectique

Dominique Page

Atelier de 24 unités
dont 16 unités dans le module centré méthodes
et 8 unités dans le module spécifique A pour la journée d'exercices pratiques

Élaborée par Marsha Linehan, la thérapie comportementale dialectique (TCD) est un traitement intégratif tant sur le plan des modalités d'intervention (individuel, groupe, consultations téléphoniques, interventions familiales, équipe de consultation) que des techniques (d'acceptation et de changement). Elle vise l'acquisition des compétences psychologiques et sociales de régulation et de gestion des émotions et la cessation des comportements qui mettent en péril la vie, l'intégrité physique et la qualité de vie des patient·es. Ce modèle de prise en charge a été validé dans différents contextes psychopathologiques dont le trouble de personnalité borderline pour lequel il a été initialement conçu.

Cette formation est destinée à des professionnel·les ayant une base en TCD. Elle vise trois objectifs : (1) la présentation de concepts théoriques, (2) l'apprentissage de plusieurs outils via des mises en situation systématiques, des jeux de rôle, des illustrations cliniques et des exercices expérientiels, et (3) une intégration favorisée dans la pratique clinique via la réalisation d'exercices d'entraînement aux compétences (EEC) entre chaque journée de formation.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Renforcer les stratégies d'alliance et d'engagement auprès des patient·es dysrégulé·es durant la première journée
- Manier les consultations téléphoniques pour en faire un outil psychothérapeutique efficace durant la deuxième journée
- Construire une équipe de consultation TCD pour maintenir la motivation du thérapeute et enrichir ses compétences durant la troisième journée

Dominique Page a débuté sa carrière auprès de personnes souffrant de toxicodépendances. Elle fait alors connaissance de la professeure Wies van den Bosch, à qui l'on doit d'avoir introduit la TCD aux Pays-Bas et de l'avoir adaptée aux

Version octobre 2025

problématiques d'abus de substances. Enthousiasmée par ces perspectives novatrices, elle se forme auprès de la Dre Annabel McQuillan, ancienne responsable du programme Care des HUG, et s'associe au Dr Pierre Wehrlé de Strasbourg pour traduire les deux premiers ouvrages de Marsha Linehan et les rendre accessibles au public francophone. Depuis plus de vingt ans, elle pratique la TCD dans différents contextes - hospitalier, hôpital de jour, ambulatoire, cabinet privé, majoritairement auprès d'une patientèle adulte souffrant de dysrégulation des émotions et notamment de trouble de personnalité borderline.

Références :

Edwards, E. R., Kober, H., Rinne, G. R., Griffin, S. A., Axelrod, S., & Cooney, E. B. (2021). Skills-homework completion and phone coaching as predictors of therapeutic change and outcomes in completers of a DBT intensive outpatient programme. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 94(3), 504–522. <https://doi.org/10.1111/papt.12325>

Landes, S. J., Chalker, S. A., Comtois, K. A., & McCauley, E. (2021). Challenges and potential solutions to implementing phone coaching in dialectical behavior therapy. *Cognitive and Behavioral Practice*, 28(1), 66–76. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2019.10.005>

Linehan, M. M. (2017). *Manuel d'entraînement aux compétences TCD* (2e éd.; Traduction de P. Prada, R. Nicastro, & N. Perroud). Médecine et Hygiène. (Ouvrage original publié en 2015).

Noll, L. K., Swenson, C. R., Brodsky, B. S., & Linehan, M. M. (2020). Initiating a DBT consultation team: Conceptual and practical considerations for training clinics. *Training and Education in Professional Psychology*, 14(3), 167–175. <https://doi.org/10.1037/tep0000252>

Page, D. (2006). *Borderline. Retrouver son équilibre*. Odile Jacob.

Page, D., & Piedfort-Marin, O. (2024). *Réguler ses émotions pour mieux vivre*. Odile Jacob.

Thérapie des schémas

Sabrina Caillet-Zahler

Atelier de 24 unités

dont 16 unités dans le module centré méthodes

et 8 unités dans le module spécifique A pour la journée d'exercices pratiques

Cet atelier aborde les fondements de la thérapie des schémas développés par Jeffrey Young et qui a donné lieu aujourd'hui à la thérapie des modes. Il s'agit d'une approche intégrative appartenant à la troisième génération des TCC.

Les 18 schémas selon Young sont d'abord définis, ainsi que leur regroupement dans les différents modes. L'atelier discute des styles parentaux et des besoins fondamentaux non satisfaits ayant donné lieu au développement de ces schémas/modes. Des outils pour le dépistage des schémas, tels que les questionnaires, les fiches d'auto-observation et l'imagerie diagnostique, sont présentés. L'atelier discute également de la relation thérapeutique comme espace de travail, tant pour identifier les schémas que pour commencer à les modifier.

L'atelier aborde plus spécifiquement la thérapie des modes. Après avoir présenté les quatre grands modes (Enfants, Parent intériorisé, Adulte sain, Style de coping) et les raisons de se référer à ce modèle en thérapie, l'enseignante explique la notion de cartographie des modes d'un·e patient·e. Cela permet aux participant·es de s'exercer à des stratégies comme le reparentage en imagerie mentale, ainsi que le dialogue à une chaise (pour discuter avec une partie plus critique, par exemple) ou le dialogue entre plusieurs modes (plusieurs chaises).

Les participant·es s'exercent aussi aux outils plus classiques de la thérapie cognitivo-comportementale utilisés en thérapie des schémas/modes. Des illustrations, des démonstrations et des exercices en binômes ou petits groupes sont réalisés entre les différentes parties abordant les aspects théoriques.

La troisième journée, qui a lieu environ 3 semaines après les deux premiers jours, vise à approfondir certains outils déjà vus, notamment avec des exercices expérientiels, mais également à discuter des cas cliniques et expériences des participant·es qui ont déjà mis en pratique les techniques entre ces deux étapes du cours.

Version octobre 2025

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre les fondements théoriques de la thérapie des schémas (TS) et des modes (TM)
- Identifier les schémas précoces inadaptés et les modes chez leurs patient·es
- Utiliser des outils d'évaluation et des techniques d'intervention spécifiques
- Expérimenter des exercices pratiques (imagerie mentale, dialogues avec une ou plusieurs chaises, etc.)
- Commencer à appliquer la thérapie des schémas et des modes dans leur pratique clinique

Références :

Cousineau, P., & Côté, S. (2023). *Pratiquer la thérapie des schémas : Transformer les modèles prédictifs avec la reconsolidation de la mémoire*. Dunod.

Pascal, B. (2018). *La thérapie des schémas : Principes et outils pratiques*. Elsevier Masson.

Peeters, N., van Passel, B., & Krans, J. (2022). The effectiveness of schema therapy for patients with anxiety disorders, OCD, or PTSD: A systematic review and research agenda. *The British Journal of Clinical Psychology*, 61(3), 579–597. <https://doi.org/10.1111/bjc.12324>

Ubico, E. et al. (2025). La thérapie des schémas est-elle pertinente pour une population adulte souffrant de TSPT et de TSPT-complexe ? Une revue de littérature systématique qualitative. *Annales Médico-psychologiques*, 183(6), 662-672. <http://dx.doi.org/10.1016/j.amp.2024.09.010>

Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2017). *La thérapie des schémas : Approche cognitive des troubles de la personnalité*. De Boeck supérieur.

MODULE SPÉCIFIQUE ADULTE

Épuisement professionnel / Burnout

Estelle Jacques

Atelier de 8 unités

Cette formation a pour objectif de développer les compétences nécessaires à l'évaluation et à la prise en charge du burnout. Elle propose dans un premier temps une présentation des modèles théoriques, des outils d'évaluation et des critères diagnostiques de la CIM-11. Elle aborde ensuite la prise en charge cognitivo-comportementale des patient·es concerné·es, en mettant l'accent sur la définition des objectifs thérapeutiques, l'utilisation d'outils spécifiques, l'accompagnement vers une reprise optimale, ainsi que le travail interdisciplinaire. Une attention particulière est consacrée à la prévention du burnout et de la fatigue compassionnelle chez les psychothérapeutes. L'ensemble est illustré par des vignettes cliniques, enrichi par des exercices pratiques et consolidé par des mises en situation au travers de jeux de rôle.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Maîtriser le concept de burnout et les critères pour poser un diagnostic
- Développer une aisance dans la gestion d'un premier entretien d'un·e patient·e avec burnout (en identifier les signaux, poser le diagnostic, parler d'un éventuel arrêt de travail, etc.)
- Acquérir et entraîner des techniques pratiques pour assurer une prise en charge cognitivo-comportementale
- Connaître les livres et ressources utiles pour les patient·es
- Développer des outils protecteurs de prévention du burnout et la fatigue compassionnelle pour soi, en tant que thérapeute

Estelle Jaques est psychologue spécialisée en neuropsychologie et psychothérapie cognitivo-comportementale (et thérapie centrée sur les émotions depuis 2024). Après de nombreuses années en milieu hospitalier, elle exerce depuis 2021 en cabinet privé. Parallèlement à sa pratique clinique, elle a un brevet fédéral en management et soutient

Version octobre 2025

de nombreux cadres, équipes et collaborateur·rices. Elle anime des formations sur des thèmes variés.

Références :

Brillon, P. (2021). *Entretenir ma vitalité d'aidant : Guide pour prévenir la fatigue de compassion et la détresse professionnelle*. Éditions de l'Homme.

Cohen, C., Pignata, S., Bezak, E., Tie, M., & Childs, J. (2023). Workplace interventions to improve well-being and reduce burnout for nurses, physicians and allied healthcare professionals: A systematic review. *BMJ Open*, 13(6), e071203. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-071203>

Delbrouck, B., & Delbrouck, M. (2022). *Le burn-out, comment le prévenir ou en sortir ? Je (re)prends ma vie en main*. De Boeck Supérieur.

Leclercq, C., & Hansez, I. (2025). Les stades du burnout selon une perspective temporelle : Revue narrative. *Annales Médico-Psychologiques, Revue Psychiatrique*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2025.01.004>

Li, J., Xue, E., & He, Y. (2023). Investigating the effect of cognitive-behavioral, mindful-based, emotional-based intervention and professional training on teachers' job burnout: A meta-analysis. *Behavioral Sciences*, 13(10), 803. <https://doi.org/10.3390/bs13100803>

Vasey, C. (2012). *Vivant au travail : Prévenir le burnout le temps d'une pause*. Noburnout Éditions.

Prévention de la rechute dans les addictions

Daniela Dunker Schneuer

Atelier de 8 unités

Cet atelier propose tout d'abord une exploration approfondie des évolutions récentes du modèle de prévention de la rechute développé par Marlatt, pilier des approches cognitivo-comportementales dans la prise en charge des addictions. Ce modèle insiste sur l'identification des situations à risque et la régulation des émotions comme leviers essentiels de la prévention de la rechute à long terme.

L'atelier met également un accent particulier sur la thérapie cognitive de l'abus de substances développée par Beck, telle qu'adaptée par Liese, ainsi que sur les stratégies de gestion du craving.

Enfin, une attention spécifique est portée au programme Mindfulness-Based Relapse Prevention (MBRP), dont plusieurs exercices sont présentés et pratiqués en formation expérientielle.

Au travers d'apports théoriques, démonstrations cliniques, études de cas et exercices interactifs, les participant·es sont amené·es à :

- Réaliser une analyse fonctionnelle d'un cas d'addiction à partir du modèle de Marlatt et de la thérapie cognitive de Beck (adaptée par Liese)
- Maîtriser les principes de la thérapie cognitive de l'abus de substances
- Intervenir sur le craving et ses déclencheurs, y compris dans le cadre de groupes thérapeutiques
- Découvrir le programme MBRP et expérimenter des exercices issus de cette approche

Daniela Dunker Scheuner est psychologue spécialiste fédérale en psychothérapie d'orientation cognitivo-comportementale. Elle est responsable de l'Unité d'enseignement des thérapies comportementales et cognitives au Département de psychiatrie du CHUV depuis 2014. Forte d'une expérience de 14 ans au sein du Service de médecine des addictions du CHUV (anciennement Service d'alcoologie), elle exerce désormais en cabinet privé dans la région de Morges. Co-traductrice et coéditrice des ouvrages de référence sur

Version octobre 2025

la prévention de la rechute, elle enseigne le programme MBRP depuis de nombreuses années en Suisse romande, et est reconnue comme formatrice MBRP par l'équipe fondatrice de Seattle.

Références :

Bowen, S., Witkiewitz, K., & Strober, M. A. (2023). Mindfulness-based relapse prevention (MBRP) for substance use disorders: A review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 319, 114–127. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.114127>

Chiron, C., Bierma, S., & al. (2022). *Addictions : prévenir la rechute : Programme en 10 séances*. De Boeck.

Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>

Kuyken, W., Smith, J., & al. (2021). Effectiveness of mindfulness-based relapse prevention in preventing relapse to substance use in adults: A systematic review. *Journal of Clinical Psychology*, 77(4), 789–803. <https://doi.org/10.3390/bs11100133>

Liese, B. S., & Beck, A. T. (2022). *Cognitive-Behavioral Therapy of Addictive Disorders*. The Guilford Press.

Marlatt, G. A., & Donovan, D. M. (2022). *Relapse prevention: Maintenance strategies in the treatment of addictive behaviors* (3rd ed.). The Guilford Press.

Thérapie de couple

Guy Bodenmann

Atelier de 8 unités

Cet atelier donne une introduction à la thérapie cognitivo-comportementale du couple. Les méthodes principales de cette approche sont présentées, telles que l'entraînement à la réciprocité (renforcement positif mutuel visant à accroître la positivité dans la relation), l'entraînement à la communication constructive (méthode guidant les couples à exprimer leurs émotions et à pratiquer l'écoute active), l'entraînement à la résolution conjointe des problèmes quotidiens (schéma structuré pour faciliter cette résolution), ainsi que la méthode des trois phases, qui permet de renforcer la gestion dyadique du stress (communication du stress et écoute active), afin de promouvoir la compréhension mutuelle et l'intimité au sein du couple. L'atelier alterne éléments théoriques, exemples cliniques, démonstrations et jeux de rôle.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Comprendre le déroulement d'une thérapie TCC de couple et se familiariser avec ses principales méthodes
- Identifier les indications et les objectifs d'une thérapie de couple
- Explorer les settings dyadique et triadique
- Comprendre l'importance de l'impartialité thérapeutique dans ce type de prise en charge
- Découvrir les différentes techniques utilisées
- Approfondir quelques méthodes clés

Le Prof. Dr Guy Bodenmann est professeur ordinaire en psychologie clinique à l'Université de Zurich. Il est thérapeute cognitivo-comportemental, formateur et superviseur. Il dirige un programme de formation continue en psychothérapie cognitivo-comportementale pour enfants et adolescent·es, ainsi que le service ambulatoire universitaire de thérapie de couple de l'Université de Zurich.

Version octobre 2025

Références :

Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T. A. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33–49). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11031-002>

Bodenmann, G. (2007). Dyadic coping and the 3-phase-method in working with couples. In L. VandeCreek (Ed.), *Innovations in clinical practice: Focus on group and family therapy* (pp. 235–252). Professional Resources Press.

Bodenmann, G. (2010). New themes in couple therapy: The role of stress, coping and social support. In K. Hahlweg, M. Grawe, & D. H. Baucom (Eds.), *Enhancing couples: The shape of couple therapy to come* (pp. 142–156). Hogrefe Publishing.

Bodenmann, G., Kessler, M., Kuhn, R., Hocker, L., & Randall, A. K. (2020). Cognitive-behavioral and emotion-focused couple therapy: Similarities and differences. *Clinical Psychology in Europe*, 2(3), e2741. <https://doi.org/10.32872/cpe.v2i3.2741>

Bodenmann, G., Pihet, S., & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485–493. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.3.485>

Bradbury, T. N., & Bodenmann, G. (2020). Interventions for couples. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 99–123. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071519-020546>

Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28–46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002>

Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP)

Ulrich Kramer

Atelier de 16 unités

Le modèle psychothérapeutique du *Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy* (CBASP), développé par James McCullough, est l'une des seules psychothérapies spécifiquement adaptées aux patient·es présentant un trouble dépressif persistant et recommandée par les lignes directrices européennes en psychiatrie. Le CBASP propose deux volets d'intervention spécifiquement adaptés : l'analyse de situation et les techniques interpersonnelles basées sur la notion de transfert (i.e., utilisation de l'anamnèse des personnes significatives, la responsivité contingente, l'exercice de discrimination interpersonnelle). L'efficacité du modèle CBASP a été démontrée par de nombreuses études scientifiques.

Dans cet atelier, les participant·es sont amené·es à :

- Se former au modèle CBASP
- S'exercer à pratiquer les techniques et interventions présentées dans des jeux de rôle, en utilisant le matériel de leurs patient·es

Le Prof. Ueli Kramer est privat-docent au Département de psychiatrie de l'Université de Lausanne et membre de l'Institut universitaire de psychothérapie (IUP) du CHUV. Ses travaux de recherche portent principalement sur les mécanismes de changement en psychothérapie, notamment dans le traitement des troubles de la personnalité. Il s'intéresse particulièrement à l'étude de la thérapie centrée sur les émotions (Emotion-Focused Therapy), à la formulation de cas, à la relation thérapeutique, à la régulation émotionnelle, à l'autocritique et à la manière dont ces processus émotionnels et interpersonnels influencent l'issue thérapeutique. Il mène aussi des recherches dans le contexte naturel (études en routine clinique) pour évaluer l'efficacité et les effets spécifiques vs communs des interventions thérapeutiques. Sur le plan académique, il collabore avec plusieurs laboratoires internationaux, notamment le *Emotion Change Lab*, et a exercé en tant que visiting researcher ou professeur adjoint à l'étranger.

Version octobre 2025

Références :

Klein, D. N., Leon, A. C., Li, C., D'Zurilla, T. J., Black, S. R., Vivian, D., Dowling, F., Arnow, B. A., Manber, R., Markowitz, J. C., & Kocsis, J. H. (2011). Social problem solving and depressive symptoms over time: A randomized clinical trial of cognitive-behavioral analysis system of psychotherapy, brief supportive psychotherapy, and pharmacotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(3), 342–352. <https://doi.org/10.1037/a0023208>

McCullough J. P., Jr (2021). Characteristics of the optimal cognitive behavioral analysis system of psychotherapy (CBASP) therapist role. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 609954. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.609954>

McCullough, J. P., Schramm, E., Penberthy, J. K., Kramer, U., Dunker Scheuner, D., Gay, B., & Wenger, O. (2025). *Traitement spécifique du trouble dépressif persistant : L'approche CBASP*. Médecine & Hygiène.

Wiersma, J. E., van Schaik, D. J. F., Hoogendorn, A. W., et al. (2014). The effectiveness of the Cognitive behavioral analysis system of psychotherapy for chronic depression: A randomized controlled trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(5), 263–269. <https://doi.org/10.1159/000362739>

MODULE ACTUALITÉ SCIENTIFIQUE EN TCC

Séminaire Actualité scientifique en TCC

Gaëtan Cousin

Séminaire de 24 unités, réparti en six demi-journées

Ce séminaire porte sur les publications des deux à cinq dernières années dans le champ de la psychothérapie pouvant avoir un impact sur la manière dont nous pratiquons la TCC.

Parmi les thèmes abordés, nous examinerons par exemple l'utilisation des nouvelles technologies dans les traitements, les dernières données en termes de protocoles et de bonnes pratiques, ainsi que les nouvelles méthodes et approches en TCC ou méthodes intégratives. S'ils-elles le souhaitent, les participant-es auront également la possibilité d'approfondir un article récent en lien avec leur étude de cas approfondie.

L'objectif du séminaire est de donner aux futur-es psychothérapeutes le réflexe et l'envie de se tenir à jour des dernières données scientifiques en matière de traitements psychothérapeutiques en psychothérapie cognitivo-comportementale et intégrative.

Après un bref rappel des manières de juger de la validité d'une publication et d'en interpréter les résultats, les participant-es sont amenés à présenter un article récent portant sur un thème qui les intéressent en lien avec l'évolution actuelle des TCC, parmi une sélection de publications proposées. Ils-elles auront pour tâche d'en extraire le message principal, de faire le lien avec leur pratique clinique et d'ouvrir une discussion avec les autres participant-es du séminaire sur les implications concrètes de l'article sur leur pratique de psychothérapeute.

Gaëtan Cousin est docteur en psychologie et psychologue-psychothérapeute FSP et reconnu au niveau fédéral. Après un parcours dans la recherche, notamment auprès du Département de psychiatrie de l'Université d'Oxford au Royaume-Uni, il a exercé dans différentes institutions psychiatriques-psychothérapeutiques, puis s'est installé en cabinet privé. Il est l'auteur de plusieurs articles scientifiques, ainsi que d'ouvrages grand

Version octobre 2025

public en psychologie. Depuis novembre 2023, il est directeur exécutif du MAS interuniversitaire romand en psychothérapie comportementale et cognitive.

Exemples d'articles proposés :

Aday, J. S., Horton, D., Fernandes-Osterhold, G., O'Donovan, A., Bradley, E. R., Rosen, R.C., Woolley, J. D. (2024). Psychedelic-assisted psychotherapy: Where is the psychotherapy research? *Psychopharmacology*, 24, 1517–1526. <https://doi.org/10.1007/s00213-024-06620-x>

Adhibai et al. (2024). Depressive symptom screening in elderly by passive sensing data of smartphones or smartwatches: A systematic review. *PlosOne*, 1-20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0304845>

Han A., Kim T.H. (2023). Effects of self-compassion interventions on reducing depressive symptoms, anxiety, and stress: A meta-analysis. *Mindfulness*, 14, 1-29. 1553-1581. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02148-x>

Lin, T., Heckman, T. G., & Anderson, T. (2021). The efficacy of synchronous teletherapy versus in-person therapy: A meta-analysis of randomized clinical trials. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 29(2), 167-178. <http://dx.doi.org/10.1037/cps0000056>

Power, N., Noble, L., Simmonds-Buckley, M. et al. (2022). Associations between treatment adherence-competence-integrity (ACI) and adult psychotherapy outcomes : a systematic review and meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 90(5), 427-445. <https://doi.org/10.1037/ccp0000736>

MODULE DE CONCEPTUALISATION ET FORMULATION DE CAS

Cours sur la rédaction des rapports assécurologiques

Sabrina Caillet-Zahler

Cours de 4 unités

Ce cours porte sur la rédaction de deux types de rapports assécurologiques : (a) les demandes de poursuite de la psychothérapie après 30 séances, adressées aux médecins-conseils des caisses d'assurance-maladie ; (b) les demandes de mesure ou de rente à l'assurance invalidité, selon le protocole du canton de Vaud.

Lors de cette formation, les participant·es apprennent à adapter leurs réponses selon le but et le·la destinataire du rapport, de manière efficace et efficiente. Le cours discute de certains pièges à éviter, notamment en matière de respect du secret professionnel et de parcimonie. Enfin, le cours aborde brièvement les spécificités des rapports pour les patient·es mineur·es. Plusieurs exemples sont présentés et discutés avec l'auditoire.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

- Communiquer sur le ou la patient·e et la thérapie menée de manière déontologique et en respectant les exigences de l'AOS et de l'AI
- Répondre aux questions posées selon les protocoles standards de la demande de poursuite de la psychothérapie à l'assurance maladie, et de la demande de rente ou de mesure dans le cadre de l'assurance invalidité
- Mobiliser ses compétences dans le domaine de la pose de diagnostic et de la rédaction d'un statut psychiatrique
- Être capable de justifier la thérapie menée, d'établir un pronostic et de formuler une demande de poursuite de la prise en charge en tenant compte des enjeux économiques, scientifiques et d'efficacité
- Adapter le style et le contenu du rapport assécurologique en fonction des objectifs et du ou de la destinataire du rapport

Version octobre 2025

- Faire preuve de professionnalisme et d'éthique dans les communications à des tiers·es, en collaboration avec les autres thérapeutes et le ou la patient·e concerné·e

Sabrina Caillet-Zahler est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP et reconnue au niveau fédéral, diplômée en psychothérapie comportementale et cognitive (CAS et DAS en TCC) des Universités de Lausanne et Fribourg. Après plusieurs années en institution, elle travaille désormais en cabinet privé à Gland et Aigle, où elle propose des suivis individuels et des groupes thérapeutiques.

Références :

Association pour la Méthodologie et la Documentation en Psychiatrie (AMDP) (2000). *Le système AMDP. Manuel de documentation de la psychopathologie* (3^e éd). Hogrefe.

Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2007). Le recueil de données cliniques, le diagnostic et les méthodes de recherche (M. Gottschalk, Trans.). In D. H. Barlow & V. M. Durand (Eds.), *Psychopathologie : une perspective multidimensionnelle* (2^e éd., pp. 113-168). De Boeck.

Pewzner-Apeloig, E. (2011). *Introduction à la psychopathologie de l'adulte*. Armand Colin.

Fédération suisse des psychologues (2025). Processus et formulaires relatifs à la demande de poursuite de la psychothérapie au-delà de la 30^e séance. <https://www.psychologie.ch/fr/extranet/fsp/pages/processus-et-formulaires>

Office de l'assurance invalidité pour le canton de Vaud (2025). Formulaires de demandes de prestations. <https://aivd.ch/formulaires/>

Cours sur la rédaction des synthèses de cas

Valentino Pomini

Cours de 4 unités

Ce cours est dédié à la présentation générale des contenus attendus pour la rédaction des synthèses de cas. La présentation est assortie d'exemples (extraits de rapports de cas) qui sont examinés et critiqués plus en détail. Le cours sert également de rappel du rôle plus général de la conceptualisation et formulation de cas dans la pratique de la thérapie comportementale et cognitive. Plus concrètement, il situe la rédaction, la remise et l'évaluation des synthèses de cas dans l'ensemble du module Conceptualisation et formulation de cas qui fait partie du volet de formation Connaissance et savoir-faire du MAS.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

1) Se rappeler :

- la place de la rédaction des synthèses de cas dans le plan d'étude du MAS et plus généralement la place de la documentation de cas dans les standards de qualité OFSP en matière de formation postgrade à la psychothérapie
- les exigences formulées dans le règlement d'étude du MAS relatives au volet de la formation dédiée à la conceptualisation et formulation de cas (en particulier les modalités d'évaluation des travaux ainsi que leur place dans l'évaluation continue et finale des compétences)
- les directives concrètes concernant l'encadrement, la remise et l'évaluation des synthèses de cas durant le cours de la formation

2) Connaître :

- un modèle de structure générale d'une synthèse de cas
- les contenus attendus dans une synthèse de cas (introduction, anamnèse, statut et diagnostic psychiatriques, analyse fonctionnelle et hypothèses de traitement, objectif, plan et déroulement du traitement, résultats, discussion, conclusion)

Version octobre 2025

- la grille contenant les critères d'évaluation des synthèses de cas utilisée par les expert·es pour l'évaluation des travaux.

Professeur en psychologie clinique à l'université de Lausanne depuis 2011, psychothérapeute TCC reconnu sur le plan fédéral, V. Pomini a été un des premiers thérapeutes TCC au sein du Département de Psychiatrie du CHUV. Il a travaillé une vingtaine d'années à l'unité de réhabilitation (Service de psychiatrie communautaire) d'un côté, mais également dans les unités hospitalières spécialisées dans l'accueil de personnes souffrant de troubles anxieux et de l'humeur. Avant sa nomination à l'Institut de psychologie de l'UNIL, V. Pomini a été responsable de la formation en TCC au sein de l'Institut Universitaire de Psychothérapie du DP-CHUV. Il a dans un premier temps mis en place la formation postgrade en TCC pour les médecins psychiatres (CEPUSPP) avant de l'étendre progressivement aux psychologues avec, pour aboutissement, la création du MAS interuniversitaire romand actuel en TCC (Universités de Lausanne, Fribourg et Genève) dont il est aujourd'hui le président.

Références :

Eells, T. D. (2007). History and current status of psychotherapy case formulation. In T. D. Eells (Éd.), *Handbook of psychotherapy case formulation* (2nd ed., p. 3-32). The Guilford Press.

Frank, R. I., & Davidson, J. (2014). Why we need a transdiagnostic road map. In R. I. Frank & J. Davidson (Eds.), *The transdiagnostic road map to case formulation and treatment planning: Practical guidance for clinical decision making* (pp. 3-12). New Harbinger Publications.

Persons, J. B. (2008). What is the case formulation approach to cognitive-behavior therapy? In J. B. Persons (Éd.), *The case formulation approach to cognitive-behavior therapy: Vol. chap. 1* (p. 1-16). The Guilford Press.

Master of Advanced Studies en psychothérapie comportementale et cognitive (2025). Règlement, plan d'études et guides des rapports cliniques faisant partie du processus d'évaluation du MAS. <https://www.formation-continue-unil-epfl.ch/formation/tcc-mas/>

Ordonnance du DFI du 25 novembre 2013 sur l'étendue et l'accréditation des filières de formation postgrade des professions de la psychologie (935.811.1 AccredO-LPsy; RO 2013 4319; état le 1er janvier 2014). RO 2013 4319.

Cours sur l'étude de cas approfondie

Valentino Pomini

Cours de 2 unités

Ce cours est dédié à la présentation générale des exigences formelles relatives à l'étude de cas approfondie. Il en précise les contenus attendus, décrit les variantes envisageables pour sa structure générale ou ses différents chapitres, et présente enfin les modalités d'encadrement et de soutenance de ce qui représente en quelque sorte le mémoire de fin d'études du MAS. Le cours s'appuie sur des extraits choisis d'études de cas servant d'exemples illustratifs dont les qualités et les défauts sont discutés. Le cours propose aussi une comparaison entre étude de cas approfondie et synthèses de cas afin que les participant·es soient mieux en mesure de comprendre les points communs et les différences entre les deux types de rapports de cas.

Dans ce cours, les participant·es sont amené·es à :

1) Se rappeler :

- la place de la rédaction de l'étude de cas approfondie dans le règlement et le plan d'étude du MAS
- les directives concrètes concernant l'encadrement, la remise et l'évaluation de l'étude de cas approfondie

2) Connaître :

- un modèle de structure générale utilisable pour toute étude de cas approfondie ainsi que des variantes possibles selon les types de traitement décrits (thérapies individuelles, de groupe, protocoles spécialisés, suivis au long cours, etc.)
- les contenus attendus au sein des chapitres usuels d'une étude de cas approfondie (introduction, présentation du cas, analyse fonctionnelle et hypothèses de traitement, objectif, plan et déroulement du traitement, résultats, discussion, conclusion)
- les points communs et les différences entre l'étude de cas approfondie et les synthèses de cas

Version octobre 2025

- la grille contenant les critères d'évaluation de l'étude de cas approfondie utilisée par les expert-es
- les exigences relatives à la soutenance de l'étude de cas approfondie lors de l'examen final du MAS ainsi que les attentes du jury d'examen pour la présentation de l'étude de cas lors de cette soutenance

Professeur en psychologie clinique à l'université de Lausanne depuis 2011, psychothérapeute TCC reconnu sur le plan fédéral, V. Pomini a été un des premiers thérapeutes TCC au sein du Département de Psychiatrie du CHUV. Il a travaillé une vingtaine d'années à l'unité de réhabilitation (Service de psychiatrie communautaire) d'un côté, mais également dans les unités hospitalières spécialisées dans l'accueil de personnes souffrant de troubles anxieux et de l'humeur. Avant sa nomination à l'Institut de psychologie de l'UNIL, V. Pomini a été responsable de la formation en TCC au sein de l'Institut Universitaire de Psychothérapie du DP-CHUV. Il a dans un premier temps mis en place la formation postgrade en TCC pour les médecins psychiatres (CEPUSPP) avant de l'étendre progressivement aux psychologues avec, pour aboutissement, la création du MAS interuniversitaire romand actuel en TCC (Universités de Lausanne, Fribourg et Genève) dont il est aujourd'hui le président.

Références :

Ingram, B. L. (2006). *Clinical case formulations: Matching the integrative treatment plan*. John Wiley & Sons.

Kuyken, W., Padesky, C. A., & Dudley, R. (2009). *Collaborative case conceptualization: Working effectively with clients in cognitive-behavioral therapy*. The Guilford Press.

Ortega, D., Rengade, C.-E., Maccaferri, G. E., & Brodard, F. (2018). Rédiger une étude de cas en TCC : Guide à l'usage des thérapeutes qui souhaitent défendre leur travail de façon rigoureuse. *Revue Francophone de Clinique Comportementale et Cognitive*, 13(3), 23-42.

Persons, J. B. (2008). *The case formulation approach to cognitive-behavior therapy*. The Guilford Press.

Sturmey, P. (2008). *Behavioral case formulation and intervention: A functional analytic approach*. John Wiley & Sons Ltd.

Séminaires d'encadrement des rapports assécurologiques

Odile Bonjour et Cécile Campiotti

Séminaire de 4 unités

Ce séminaire a pour but de lancer la rédaction des premières synthèses et rapports assécurologiques. Il fournit un espace de travail interactif. Il s'agit de réaliser un travail collégial de réflexion autour de la rédaction des synthèses et des rapports sous l'encadrement d'enseignant·es et expert·es de ces domaines apparentant à la Commission d'évaluation du MAS. Il ne s'agit donc pas d'encadrement ou d'une supervision individuelle. Ces séminaires permettent la formulation orale de cas (p.ex. hypothèses de travail, résumés de traitement) et la préparation à la rédaction des synthèses de cas et des rapports assécurologiques sur la base de cas cliniques issus de l'activité psychothérapeutique des participant·es. Cela permet également aux participant·es qui ont apporté leur premier jet de ces documents de pouvoir profiter des feedbacks du groupe et des enseignants pour s'auto-corriger et apporter des améliorations à leur travail.

Dans ce séminaire, les participant·es sont amené·es à :

- Réaliser une auto-évaluation de la qualité du travail réalisé à partir des critères énoncés dans la grille d'évaluation et formuler des propositions d'amélioration pour y correspondre
- Se préparer à la rédaction (par exemple, choix du cas, réflexion sur la structure, analyse fonctionnelle, etc.) avec soutien des pairs pour les synthèses de cas et les rapports assécurologiques

Les participant·es sont invité·es à apporter un rapport assécurologique sur lequel travailler durant le séminaire.

Odile Bonjour est assistante sociale plurilingue installée dans la région lémanique. Titulaire d'une licence en sciences sociales de l'Université de Lausanne, elle compte plus de vingt ans d'expérience dans le travail social. Elle a exercé notamment à l'Hospice

Version octobre 2025

Général de Genève puis au Centre social régional de Nyon, où elle a acquis des compétences en droit des assurances sociales, en gestion budgétaire et dans l'accompagnement de personnes en difficulté. Spécialisée dans le domaine de la psychiatrie et du coaching, elle travaille aujourd'hui en indépendante, offrant à la fois un soutien social et un accompagnement personnalisé.

Cécile Campiotti est psychiatre et psychothérapeute FMH d'orientation psychodynamique. Diplômée en médecine de l'Université de Lausanne, elle s'est spécialisée dans la prise en charge des troubles du comportement alimentaire. Depuis 2010, elle exerce comme cheffe de clinique au Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) à l'abC, un service dédié à cette problématique. En parallèle à son activité hospitalière, elle reçoit également des patient·es en cabinet privé à Lausanne pour des suivis psychothérapeutiques individuels. Son parcours témoigne d'un engagement constant dans le soin psychiatrique, à la croisée entre la pratique hospitalière et le suivi ambulatoire.

Références :

Loi fédérale sur le contrat d'assurance (LCA). RS 221.229.1. Confédération suisse.
https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/24/719_735_717/fr

Loi fédérale sur l'assurance-accidents (LAA). RS 832.20. Confédération suisse
https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/1982/1676_1676_1676/fr

Loi fédérale sur l'assurance-maladie (LAMal). RS 832.10. Confédération suisse
https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/1995/1328_1328_1328/fr

Séminaire d'encadrement des synthèses de cas

Dominique Page et Sabrina Caillet-Zahler

Séminaire de 4 unités

Il s'agit d'un séminaire d'encadrement qui fournit un espace de travail interactif spécifiquement consacré aux synthèses de cas. Il consistera en un travail collégial de réflexion autour de la rédaction, qu'elle soit déjà amorcée ou encore en préparation. Les participant·es sont réparti·es en sous-groupes afin de travailler sur les textes des un·es et des autres, en fonction de leur niveau d'avancement ou des difficultés rencontrées. Celles et ceux qui ont déjà rédigé une synthèse de cas, partiellement ou totalement, sont invités à en apporter 4 exemplaires anonymisés. Les autres préparent l'ensemble des données cliniques nécessaires à la future rédaction.

Dans ce séminaire, les participant·es sont amené·es à :

- Évaluer et améliorer la qualité des synthèses en s'appuyant sur la grille d'évaluation et en réfléchissant aux manières de répondre à ses exigences
- Trouver des solutions aux difficultés de rédaction grâce aux échanges en petits et grands groupes, ainsi qu'au soutien des animatrices

Dominique Page est docteure en psychologie, spécialiste en psychothérapie TCC. Elle s'intéresse aux problématiques émotionnelles et à l'apprentissage de la régulation des émotions, notamment dans le contexte de la prise en charge de personnes souffrant de trouble de personnalité borderline. Elle partage actuellement son temps professionnel entre une pratique en cabinet privé et des cours et formations dispensés dans différents contextes.

Sabrina Caillet-Zahler est psychologue spécialiste en psychothérapie FSP et reconnue au niveau fédéral, diplômée en psychothérapie comportementale et cognitive (CAS et DAS en TCC) des Universités de Lausanne et Fribourg. Après plusieurs années en institution, elle travaille désormais en cabinet privé à Gland et Aigle, où elle propose des suivis individuels et des groupes thérapeutiques.

Version octobre 2025

Références :

Eells, T. D. (2007). History and current status of psychotherapy case formulation. In T. D. Eells (Éd.), *Handbook of psychotherapy case formulation* (2nd ed., p. 3-32). The Guilford Press.

Frank, R. I., & Davidson, J. (2014). Why we need a transdiagnostic road map. In R. I. Frank & J. Davidson (Eds.), *The transdiagnostic road map to case formulation and treatment planning: Practical guidance for clinical decision making* (pp. 3-12). New Harbinger Publications.

Persons, J. B. (2008). What is the case formulation approach to cognitive-behavior therapy? In J. B. Persons (Éd.), *The case formulation approach to cognitive-behavior therapy: Vol. chap. 1* (p. 1-16). The Guilford Press.

Séminaire de préparation à l'examen final

Valentino Pomini & Gaëtan Cousin

Séminaire de 4 unités

Ce séminaire vise tout d'abord à informer les participant·es en fin de cursus sur l'organisation de l'examen oral final du MAS (épreuve 6 du Règlement d'études) et de leur en rappeler les aspects réglementaires. Il donne ensuite une série d'informations détaillées sur les objectifs, le contenu, la structure et le déroulement de l'examen oral, ainsi que sur la composition du jury et les critères d'évaluation.

Plusieurs options sont ensuite offertes aux participant·es, qui peuvent choisir par exemple de s'entraîner en sous-groupes à la présentation de leur étude de cas approfondie, de mener un travail critique sur des extraits ou des passages de leur étude de cas approfondie (seuls ou en sous-groupe) ou de mener une réflexion sur les types de questions qui peuvent être posées durant l'oral – de manière à s'entraîner à y répondre.

En fin de séminaire, des informations sont également transmises sur l'édition des titres, le droit de pratique cantonal et le droit de facturation aux caisses d'assurance-maladie.

Professeur en psychologie clinique à l'université de Lausanne depuis 2011, psychothérapeute TCC reconnu sur le plan fédéral, Valentino Pomini a été un des premiers thérapeutes TCC au sein du Département de Psychiatrie du CHUV. Il a travaillé une vingtaine d'années à l'unité de réhabilitation (Service de psychiatrie communautaire) d'un côté, mais également dans les unités hospitalières spécialisées dans l'accueil de personnes souffrant de troubles anxieux et de l'humeur. Avant sa nomination à l'Institut de psychologie de l'UNIL, Valentino Pomini a été responsable de la formation en TCC au sein de l'Institut Universitaire de Psychothérapie du DP-CHUV. Il a dans un premier temps mis en place la formation postgrade en TCC pour les médecins psychiatres (CEPUSPP) avant de l'étendre progressivement aux psychologues avec, pour aboutissement, la création du MAS interuniversitaire romand actuel en TCC (Universités de Lausanne, Fribourg et Genève) dont il est aujourd'hui le président.

Version octobre 2025

Gaëtan Cousin est docteur en psychologie et psychologue-psychothérapeute FSP et reconnu au niveau fédéral. Après un parcours dans la recherche, notamment auprès du Département de psychiatrie de l'Université d'Oxford, au Royaume-Uni, il a exercé dans différentes institutions psychiatriques-psychothérapeutiques, puis s'est installé en cabinet privé. Il est l'auteur de plusieurs articles scientifiques, ainsi que d'ouvrages grand public en psychologie. Depuis novembre 2023, il est directeur exécutif du MAS interuniversitaire romand en psychothérapie comportementale et cognitive.

Références :

Master of Advanced Studies en psychothérapie comportementale et cognitive (2025). Règlement, plan d'études et processus d'évaluation du MAS. <https://www.formation-continue-unil-epfl.ch/formation/tcc-mas/>

État de Vaud (2025). Demandes d'autorisation de pratiquer et/ou d'admission à pratiquer à charge de l'AOS. <https://www.vd.ch/prestation/demander-une-autorisation-de-pratiquer-et-ou-une-admission-a-pratiquer-a-charge-de-laos-une-attestation-c-pour-psychologue-psychotherapeute-neuropsychologue>

Loi fédérale sur les professions relevant du domaine de la psychologie (LPsy). RS 935.81. Confédération suisse. <https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2012/268/fr>

Ordonnance du DFI sur l'étendue et l'accréditation des filières de formation postgrade des professions de la psychologie (AccredO_LPsy). RS 935.811.1. Confédération suisse. <https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2013/768/fr>