

## Formation Thérapie brève des troubles anxieux

Cette formation est destinée aux thérapeutes en exercice, professionnels de l'accompagnement, de la santé ou de la relation d'aide, désirant approfondir leur connaissance et leur approche des troubles anxieux et développer des techniques de thérapies brèves pertinentes et efficaces.

Sont concernés différents troubles :

- Phobie spécifique
- Trouble panique
- Agoraphobie
- Phobie sociale
- Anxiété généralisée
- Trouble obsessionnel compulsif
- Stress post traumatique

### ♦ Objectif de la formation

Cette formation vous permet d'**acquérir une connaissance et une compréhension approfondies des processus des différents troubles anxieux** et de développer une palette riche et efficace de techniques. La démarche proposée est intégrative : sélectionner dans différentes disciplines des outils pertinents dans l'optique d'une difficulté spécifique.

Différentes ressources sont utilisées :

- Approche cognitive
- Approche comportementale
- Hypnose ericksonienne
- Désensibilisation par mouvements oculaires
- Programmation neuro-linguistique
- Approche systémique et stratégique
- Approche orientée solutions
- Techniques psycho-corporelles

### ♦ A l'issue de la formation

- Vous connaîtrez et comprendrez les **processus essentiels** propres à **chacun des différents troubles anxieux**.
- Vous saurez **remettre en cause** de différentes manières la **structure de ces difficultés**.
- Vous posséderez de **nombreuses ressources stratégiques** pour aborder les différentes problématiques.
- Vous aurez une **large palette d'outils** pouvant également être utilisés dans le cadre d'autres difficultés.
- Vous obtiendrez de **très bons résultats dans l'approche des troubles anxieux**.
- Vous aurez vécu une expérience passionnante s'ouvrant sur toute la **diversité et la richesse des thérapies brèves**.
- Vous recevrez une attestation de participation à cette formation.

### ♦ Déroulement de la formation

- La formation se déroule en Normandie, dans la **région caennaise**.
- Par **volonté pédagogique**, les **groupes sont restreints** (8 à 12 personnes).
- Les **horaires** sont chaque jour de 9h30 à 12h30, puis de 14h30 à 17h30.
- Les sessions de formation, intensives et rapprochées, correspondent à une **volonté d'immersion, propice à un apprentissage efficace**.
- Un **hébergement sur place est possible** (Les places sont limitées. Merci d'en faire la demande en remplissant le formulaire d'inscription).

*Cette formation est également disponible extra-muros, sur demande.*

### ♦ Les cours

- Les cours sont constitués à **30% de théorie** et **70% de pratique**. Chaque technique est expliquée, illustrée et expérimentée.
- Des **documents écrits et audio**, constituant un **manuel complet** sont distribués à chaque participant.
- La maîtrise des techniques de communication du formateur

permet une **assimilation naturelle et efficace**, dans la **détente et la bonne humeur**.

### ♦ Structure de la formation

La formation se se divise en **deux parties** :

- 6 jours de **formation**.
- 2 jours de **supervision** post-formation (dates à définir avec les participants).

### ♦ Programme (non exhaustif)

**1) Panorama des différents troubles anxieux et de leurs processus essentiels** (phobie spécifique, trouble panique, agoraphobie, phobie sociale, anxiété généralisée, trouble obsessionnel compulsif, stress post traumatique)

**2) Panorama des différentes approches et de leur structures agissantes** (approche cognitive, approche comportementale, hypnose ericksonienne, désensibilisation par mouvements oculaires, programmation neuro-linguistique, approche systémique et stratégique, approche orientée solutions, techniques psycho-corporelles).

### 3) L'anxiété et son approche générale :

- Communication et changement : les différentes techniques conversationnelles.
- Développement de compétences.
- Travail du paradoxe et du double lien.
- Travail métaphorique.
- Prescription de tâches.

### 4) Le modèle de thérapie brèves adapté à chaque trouble anxieux :

- Aborder le psycho-corporel
- Remettre en cause les cognitions
- Générer de nouveaux comportements
- Travailler les émotions
- Intervenir au niveau systémique

### ♦ Le formateur

Entre autres compétences, **Jérôme Boutillier** possède un master en **hypnose ericksonienne** et en **programmation neuro-linguistique**. Il est également formé à la **systémique** et l'**orientation solutions**. Thérapeute et coach réputé, **enseignant certifié** par la Society of NLP (fondée par R. Bandler), il sait mobiliser chez chacun avec pertinence et bonne humeur les ressources nécessaires à un apprentissage efficace. Son **enseignement** est issu de la **connaissance des techniques** mais aussi d'une **pratique professionnelle riche et approfondie**. Auteur d'**ouvrages de traitement de référence** (En terminer avec l'agoraphobie, En terminer avec l'anxiété sociale...), J. Boutillier est considéré comme un **spécialiste de l'approche des troubles anxieux** depuis déjà une dizaine d'années.

### ♦ Tarifs

Le coût de la formation est de **1000,00 euros TTC**. Le paiement est encaissé au premier jour de formation. Différentes possibilités de paiement sont possibles.

### ♦ Calendrier

**Dates disponibles** : du 30 novembre au 5 décembre 2010 inclus (6 jours) + 2 jours de supervision post-formation (dates à définir avec les stagiaires).

### ♦ Contact

**Renseignements administratifs** : [contact@inctb.net](mailto:contact@inctb.net)

### Responsable pédagogique :

- Par mail : [JB@inctb.net](mailto:JB@inctb.net)
- Par téléphone : 06 24 56 54 81

## Bulletin d'inscription

*Ce bulletin est à envoyer accompagné de votre règlement en chèque(s). Une convocation regroupant toutes les informations nécessaires vous sera envoyée avant la formation.*

**Mr, Mme Mlle** (rayer les mentions inutiles)

**Nom** : ..... **Prénom** : ..... **Société** : .....

**Adresse** :

.....  
.....

**Code postal** : ..... **Ville** : ..... **Pays** : .....

**Tél** : ..... **Mail** : ..... **Profession** : .....

**Je souhaite participer à la formation suivante :**

### **THERAPIE BREVE des TROUBLES ANXIEUX**

*Merci de cocher les cases correspondantes*

**Je m'inscris à la formation Thérapie brève des troubles anxieux**

**Dates disponibles** : du 30 novembre au 5 décembre 2010 inclus (6 jours) + 2 jours de supervision post-formation (dates à définir avec les stagiaires), à CAEN.

Je règle l'intégralité de la formation : **1000 euros**

Je souhaite régler ma formation

En un chèque au comptant à l'ordre de l'INCTB

En ..... mensualités (2 à 6 mensualités possibles). *Joindre l'ensemble des chèques au bulletin d'inscription, le premier sera encaissé au premier jour de formation, les suivants chaque mois suivant.*

*Je souhaite bénéficier de l'hébergement sur place en chambre individuelle (20,00 euros par jour à régler séparément lors du stage).*

**Mentions légales faisant office de contrat de formation :**

- Cette formation ne saurait être une thérapie. Il s'agit d'apprendre à utiliser des techniques, non de résoudre des problèmes personnels.
- Aucun règlement n'est encaissé avant le début d'une formation
- Les frais d'hébergement de transport ou de restauration ne sont pas à la charge de l'INCTB
- Dans le cas d'un désistement annoncé par écrit au moins un mois avant le début de la formation, les sommes versées pour la dite formation seront remboursées.
- En cas de désistement tardif, un avoir sera créé, valable sur les formations suivantes.
- Une facture ou attestation de formation est fournie sur demande.
- En cas de problème important ou d'effectif insuffisant, l'INCTB se réserve le droit d'annuler une formation. Les chèques de paiement seront retournés.

*Je déclare avoir pris connaissance des mentions légales présentes dans ce bulletin d'inscription et faisant office de contrat de formation.*

A.....

Le.....

Signature :