



# FORMATION AUX APPROCHES COMPORTEMENTALES ET COGNITIVES

DE L'ACCOMPAGNEMENT ET DE LA RELATION D'AIDE  
(ACC / ICC)

En dehors des réflexes moteurs, les comportements sont déclenchés par de multiples facteurs cognitifs, c'est-à-dire reposant sur un **traitement de l'information**. Accompagner une personne dans un changement comportemental suppose donc, directement ou indirectement, de **faire évoluer certains mécanismes cognitifs**. Par exemple, lorsqu'une personne s'énerve dans la rue et s'en prend verbalement ou physiquement une autre personne qui l'a « regardée de travers », cette situation fait appel à une chaîne de traitement de l'information au cours de laquelle de multiples dysfonctionnements peuvent intervenir pour expliquer le comportement agressif. La perception est-elle juste ? La personne croisée regardait-elle vraiment l'agresseur ? Si oui, ce regard était-il réellement hostile ? L'émotion de colère était-elle appropriée ou d'une intensité adaptée à la situation ? La « décision » de réagir verbalement ou physiquement était-elle nécessaire ou efficace ? C'est à ce questionnement et à bien d'autres que les approches comportementales et cognitives vont s'intéresser pour faire évoluer les comportements

problématiques. **L'objectif est d'aider les personnes à modifier leurs mécanismes de traitement de l'information (« restructuration cognitive ») pour favoriser des comportements plus adaptés aux situations rencontrées.**

Pour atteindre cet objectif, différentes techniques de communication sont utilisées et sont l'objet de cette formation. Cet abord de la relation d'aide s'appuie sur les approches cognitives et comportementales qui ont émergé au cours du 20ème siècle et qui ont constitué une évolution importante de la psychologie. La médecine comme la psychologie s'appuie dorénavant sur l'expérimentation et les travaux de recherche pour définir les pratiques les plus adaptées à la prise en charge des patients. C'est au sein de cette psychologie fondées sur les faits (*Evidence-Based Psychology*) que se sont développées des interventions basées sur la compréhension des mécanismes de traitement de l'information à l'œuvre dans les comportements humains. Au-delà de leur intérêt thérapeutique en psychiatrie et en psychologie, l'utilisation de ces formes d'intervention se sont diffusés auprès des intervenants chargés de favoriser des évolutions de comportement chez les personnes, par exemple, en milieu éducatif ou pénitentiaire (avec la notion de pratiques correctionnelles fondamentales).

## PUBLICS

Professionnel·le·s de la relation d'aide, dans le soin, la prévention, le conseil, l'action sociale ou éducative ou pénitentiaire, dans un souci d'adaptation aux situations spécifiques rencontrées par chacun·e.

## SUPPORT

L'animation de la formation s'appuie sur des diapositives présentant les contenus théoriques, les consignes d'exercice et servant au recueil des savoirs co-construits avec les stagiaires. Un fascicule de type PDF est transmis aux participant·e·s à l'issue de chaque session de formation et comporte une synthèse des diapositives utilisées et les contributions collectives.

La formation ACC est centrée sur l'accompagnement individuel de la personne aidée, néanmoins les outils et stratégies présentés peuvent être utilisés lors de session de groupe. À l'inverse et afin d'enrichir les modalités d'intervention des professionnel·le·s de la relation d'aide, la formation sur la gestion des émotions (disponible pour les personnes ayant suivi la formation aux ACC) propose un modèle d'intervention en groupe, même si les outils et techniques présentés peuvent être utilisés lors d'intervention individuelle.

## MODALITÉS

Les thèmes de la formation sont abordés sous la forme de présentations théoriques, mais surtout dans une approche expérientielle permettant la discussion et des échanges de pratiques.

L'animation de la formation fait ainsi appel à la découverte de la théorie par l'expérimentation, à la coconstruction des savoirs complétée par des apports théoriques, à des jeux de rôles et des mises en situation, à des exercices pratiques autour des compétences, des brainstormings, etc.

Cette approche expérientielle de la formation s'attache à permettre la participation de chacun des stagiaires dans l'ensemble des exercices afin que l'expérience de formation soit partagée de la même manière par tous les participant·e·s.

## L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

L'équipe pédagogique est animée par Emeric Languérand, Psychologue et Psychothérapeute, Président de l'IPCCÉ depuis 2022.

Emeric Languérand est spécialiste des thérapies comportementales et cognitives. Il intervient auprès de personnes présentant des troubles anxieux, phobiques et des troubles de la personnalité. Il est également attaché à la consultation du Service Hospitalo-Universitaire (SHU) de l'Hôpital psychiatrique Sainte-Anne (GHU Psychiatrie & Neurosciences) à Paris où il reçoit des personnes présentant des troubles schizophréniques et où il anime un programme d'Éducation thérapeutique du patient (ETP).

En complément de ses activités de consultation à l'hôpital et en libéral, il enseigne et forme les professionnels aux Approches et thérapies comportementales et cognitives et à l'Entretien motivationnel à l'Université Côte d'Azur (Nice), à l'Université de Paris-Descartes, à l'AFTCC (Association Française de Thérapies Comportementales et Cognitives) dont il est membre de la commission d'enseignement.

Ancien président et président d'honneur de l'AFDEM, il est formateur en Entretien motivationnel depuis 2007 et est membre du Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT).

## ÉVALUATIONS

Des évaluations sont réalisées afin de mesurer l'atteinte des objectifs à l'issue de la formation. Elles couvrent l'acquisition de connaissances, le développement de compétences et la satisfaction des participant·e·s. Elles permettent de faire évoluer les contenus afin de favoriser une amélioration continue des formations.

## FORMAT DE LA FORMATION

Les deux premiers jours sont consécutifs, le troisième est à distance (de 1 à 2 mois) afin de permettre un retour sur l'expérience des stagiaires et de poursuivre avec un approfondissement des stratégies et techniques enseignées.

Les sessions peuvent être réalisées en présentiel ou en distanciel, dans les deux cas l'approche pédagogique reste la même en faisant appel à la mise en pratique et à l'expérience. Les outils actuels de vidéoconférence et d'e-learning offrant des possibilités pédagogiques équivalents à celles utilisées lors de la présence physique des participant·e·s.

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

## OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Cette formation ne vise pas à former des psychothérapeutes, mais à aider les intervenants confrontés à la question du changement des personnes accompagnées et aux difficultés de sa mise en œuvre en leur permettant d'intégrer dans leur pratique des outils issus des approches comportementales et cognitives. Une démarche qui se diffusent depuis plusieurs années auprès des acteurs chargés de favoriser des évolutions de comportement chez les personnes, par exemple, en milieu éducatif ou pénitentiaire (avec la notion de pratiques correctionnelles fondamentales). Ainsi, par exemple, les conseiller·ère·s pénitentiaires d'insertion et de probation (CPIP) se forment à l'utilisation de ces outils dans l'accompagnement des personnes placées sous main de justice (PPSMJ).

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

### SAVOIR

- ✓ Connaître et comprendre les principes de base de l'approche cognitivo-comportementale et des interventions reposant sur elle.
- ✓ Connaître les théories de base de l'apprentissage et leurs rôles dans les comportements.
- ✓ Connaître les schémas de personnalité (notamment ceux rencontrés fréquemment chez les PPSMJ).

### SAVOIR FAIRE

- ✓ Identifier et faire identifier par les personnes aidées la « chaîne comportementale » conduisant au passage à l'acte.
- ✓ Identifier les différents types de pensées.
- ✓ Utiliser des stratégies et techniques visant à faire évoluer les pensées et les représentations des personnes aidées.

# PROGRAMME

## JOURNÉE 1

### MATIN

#### *Principes et généralités des ACC*

- ✓ Psychologie scientifique;
- ✓ Les trois dimensions : comportementale, cognitive et émotionnelle;
- ✓ Notions de base des ACC théories de l'apprentissage (classique, opérant, social);
- ✓ Articulation entre le biologique, le social et la psychologie;
- ✓ (Intérêt des ACC pour la probation : rôle et limites de l'intervention des CPIP).

### APRÈS-MIDI

#### *ACC des comportements et des passages à l'acte : rôle des émotions*

- ✓ Analyse des situations : colonnes de Beck;
- ✓ Définition et fonction des émotions.

## JOURNÉE 2

### MATIN

#### *ACC des comportements et des passages à l'acte : cognitions et comportements*

- ✓ Traitement de l'information : les pensées dysfonctionnelles, les distorsions cognitives, les croyances et schémas de pensée.

### APRÈS-MIDI

#### *Abord de différentes techniques de restructuration cognitive et de changement comportemental (TEMPS 1)*

- ✓ Généralités;
- ✓ Questionnement socratique, la découverte guidée;
- ✓ Prise d'information, psychoéducation;
- ✓ Résolution de problèmes;
- ✓ Explorer les conséquences des comportements;
- ✓ Identification des situations à risque;
- ✓ Pensées alternatives et comportements alternatifs.

## JOURNÉE 3

### MATIN

#### *Retour d'expériences*

- ✓ Retour d'expérience et attitude à mettre en œuvres;
- ✓ Évaluation des acquis et de l'intégration des compétences.

### APRÈS-MIDI

#### *Abord de différentes techniques de restructuration cognitive et de changement comportemental (TEMPS 2)*

- ✓ Mise à niveau d'après-évaluation;
- ✓ Construire une alliance avec la personne;
- ✓ Authenticité, modelage et limites, clarification des rôles;
- ✓ Principes de motivation;
- ✓ De la motivation externe à la motivation interne.

3 jours

soit 19h30 de face-à-face pédagogique.

Ce programme est susceptible d'être partiellement modifié ou réorganisé selon la dynamique de groupe et dans le respect des objectifs fixés.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

**Aucune formation avec inscription individuelle n'est dispensée.**

Toute structure souhaitant inscrire ses équipes à une formation doit en faire la demande via le formulaire de contact de notre site [www.ipcce.org](http://www.ipcce.org) ou par courrier électronique à [secretariat@ipcce.org](mailto:secretariat@ipcce.org). Un devis sera établi suite à un entretien avec le demandeur en fonction des attentes et besoins de la structure.

## DÉLAIS

La formation pourra être effectuée dans un délai à partir de deux mois après la signature de la convention ou l'établissement du bon de commande en fonction de la disponibilité des équipes, de la structure demandeuse et de la pertinence pédagogique.

## TRANSPORT, HÉBERGEMENT, RESTAURATION, ETC

Les transports, hébergement, restauration et autres frais annexes ne sont pas pris en charge par l'IPCCÉ. Les Stagiaires doivent se rapprocher de la structure demandeuse afin de connaître l'éventuelle prise en charge de ces prestations.

## FORMATION SUR SITE

L'IPCCÉ propose aux institutions, associations et entreprises des actions de formation :

- ✓ en présentiel ;
- ✓ à distance via l'enseignement en ligne et les webinaires.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

L'IPCCÉ s'appuie sur l'AGEFIPH, le FIPHFP, leurs partenaires et leurs prestataires externes afin de favoriser l'accès des formations proposées aux personnes en situation de handicap.

# INFORMATIONS PRATIQUES

## (suite)

### TARIFS

Politique de prix: **uniquement sur devis.** (Le devis est établi sous 15 jours ouvrés après réception des informations nécessaires à son établissement.)

Les tarifs des formations sont communiqués sous la forme d'un devis remis à la structure demandeuse. Celui-ci prend en compte les objectifs pédagogiques et le programme qui en découle, le nombre de participant·e·s, la localisation de la formation, les coûts de déplacement et d'hébergement de le·la formateur·trice.

Le montant forfaitaire de l'ensemble de nos formations est établi sur la base ci-dessous :

Forfait groupe : de 12 à 18 stagiaires.

Montant par jour : 1 300 euros TTC\* \*\* (mille trois cents euros)

\* Hors frais de déplacement et d'hébergement de le·la formateur·trice en cas de formation hors Île-de-France, de frais administratifs, de frais pédagogiques et de frais liés à l'achat ou à la location de matériel spécifique sur présentation de justificatifs.

\*\* TVA non applicable, article 293 B du Code général des impôts.

Les autres modalités financières sont décrites à l'article 4 de nos conditions générales de vente.

### DES QUESTIONS ?

Pour toute demande complémentaire d'informations commerciales, pédagogiques, d'accessibilité de financement ou de devis, vous pouvez nous contacter via notre formulaire de contact sur notre site [www.ipcce.org](http://www.ipcce.org) ou par courrier électronique à [secretariat@ipcce.org](mailto:secretariat@ipcce.org).



13 bis avenue de La Motte-Picquet 75007 Paris – 01 89 16 54 44 – [secretariat@ipcce.org](mailto:secretariat@ipcce.org)

N° Siret : 491 028 890 00037 — N° QUALIOP1 : B01792

Organisme de formation enregistré n° 11 75 54897 75 auprès du Préfet de Région Ile-de-France