

# Traumas complexes et thérapie des processus cognitifs

## Qu'est-ce que la thérapie des processus cognitifs ?

La thérapie des processus cognitifs (TPC) fait partie des psychothérapies retenues par l'*International Society for Traumatic Stress Studies* comme étant efficaces dans la prise en charge des troubles de stress post-traumatiques en particulier sous leur forme complexe (TSPTc).

Issue des TCCE, la TPC aide à déconstruire les croyances rigides de honte, de culpabilité ou d'impuissance et permet aux patients de se réapproprier leur récit personnel et de réguler leurs émotions. Cette approche structurée offre des outils pour mieux comprendre les distorsions cognitives et retrouver un sentiment de sécurité et d'autonomie dans la vie quotidienne.

## Objectifs et méthodes pédagogiques

- Connaître les critères cliniques et diagnostics des TSPTc
- Connaître les principales psychothérapies efficaces du trouble de stress post-traumatique et situer les TPC au sein de cette constellation.
- Savoir mettre en place une thérapie des processus cognitifs

Ces objectifs seront atteints par le biais d'un enseignement présentiel et de la mise en pratique autour de cas cliniques.

## Plan de la formation (2 jours)

### Séquence 1 (jour 1) : Critères diagnostiques et cliniques

- Définition du traumatisme psychique
- Continuum trauma simple / complexe
- Modèles théoriques et physiopathologie
- Manifestations cliniques du TSPTc
- Critères diagnostiques
- Complications

### Séquence 2 (jour 1) : Place de la TPC parmi les différentes thérapies validées du TSPT

- Les différentes psychothérapies du TSPT
- Avantages et inconvénients des différentes approches thérapeutiques
- Introduction à la TPC : cadre théorique, questionnement socratique...

### Séquence 3 (jour 2) : Mise en place d'une TPC séance par séance

1. Introduction et psychoéducation
2. Signification de l'évènement
3. Identification des pensées / sentiments
4. Remémoration de l'évènement traumatique
5. Deuxième récit traumatique
6. Questions complexes
7. Schémas de pensée pathologiques
8. Problèmes liés à la sécurité
9. Problèmes liés à la confiance
10. Problèmes liés au pouvoir et au contrôle
11. Problèmes liés à l'estime
12. Problèmes liés à l'intimité et la signification de l'évènement

## Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis à l'entrée et en fin de formation (QCM)

## Validation de la formation

Délivrance d'une attestation de participation en fin de formation

# Smart & Care

Be smart, take care

## Informations pratiques

Lieu : Toulouse

Dates : 18 et 19 janvier  
2025

Durée : 12 heures (2 x 6h)

Tarif : 475€

Nombre maximal  
d'inscriptions : 15

Public cible :  
Psychologues, psychiatres  
(expérience en TCC  
souhaitable)

## Contact par mail

[contact@smartandcare.academy](mailto:contact@smartandcare.academy)

## Présentation du formateur



Le Dr Simon TAIB est psychiatre et thérapeute en TCC. Après avoir exercé plusieurs années auprès de patients atteints de troubles de personnalité borderline en unité d'hospitalisation, puis comme médecin référent au Centre Expert du Stress Traumatique au CHU de Toulouse, il est installé aujourd'hui en tant que psychiatre libéral.

Il est l'auteur de nombreuses publications en psychiatrie dans des revues internationales, traitant notamment de la question du traumatisme psychique.

[www.smartandcare.academy](http://www.smartandcare.academy)

SAS Smart and Care – SIRET n° 931 787 444

12, rue Saint Hyacinthe 31500 Toulouse - Mail : [contact@smartandcare.academy](mailto:contact@smartandcare.academy)