



## Atelier pratique de thérapie de la cohérence

(Volet 1)

### Contenu

1. Introduction et bref historique de la thérapie de la cohérence
2. Limites de la réponse et de la durabilité de la réponse aux traitements pharmacologiques et psychologiques des troubles psychologiques
3. Explication de ces limites dans l'optique de la reconsolidation thérapeutique de la mémoire
  - 3.1. Terminologie
  - 3.2. Apprentissages émotionnels
  - 3.3. Modèles
4. Bienfaits prometteurs des interventions axées sur la reconsolidation thérapeutique de la mémoire
5. Modèle de reconsolidation de la mémoire de la thérapie de la cohérence
  - 5.1. L'identification des symptômes
    - 5.1.1. Les catégories
    - 5.1.2. La procédure
    - 5.1.3. La position anti-symptôme
  - 5.2. La découverte de la position pro-symptôme (qui produit et maintient les symptômes)
    - 5.2.1. Les éléments de la position pro-symptôme à découvrir
    - 5.2.2. Les quatre niveaux hiérarchiques (*order*) de la position pro-symptôme
    - 5.2.3. Les techniques d'exploration
  - 5.3. L'intégration de la position pro-symptôme
    - 5.3.1. La synthèse pro-symptôme et anti-symptôme
    - 5.3.2. Le tournant de l'agence (*pivot in agency*)
    - 5.3.3. La fiche-rappel dans un langage émotif («limbique»)
  - 5.4. La transformation de la position pro-symptôme
    - 5.4.1. La mise à profit de la tendance de l'esprit à modifier sa représentation de soi ou du monde (son apprentissage émotionnel passé) quand elle apparaît discordante (*mismatch*)
    - 5.4.2. La recherche de l'information expérientielle contradictoire par rapport à l'apprentissage émotionnel passé
  - 5.5. La vérification de l'annulation de la position pro-symptôme
6. Analogies illustrant le modèle
7. Attitudes du thérapeute durant la thérapie de la cohérence

- 7.1. Présume la cohérence des symptômes avec un ensemble d'apprentissages émotionnels (un schéma) qui, au départ, échappe à la conscience du client
- 7.2. Manifeste une attitude empathique envers la façon dont les symptômes sont souffrants et semblent inévitables pour le client, compte tenu de son schéma à découvrir
- 7.3. Ne cherche pas à contrecarrer ou apaiser le symptôme en lui-même
- 7.4. Recherche la spécificité de la position pro-symptôme et la clarté de sa compréhension
- 7.5. Plutôt que d'interpréter, reste centré sur le client dans un esprit de curiosité à propos de la façon dont les choses lui apparaissent à des niveaux de plus en plus profonds
- 7.6. Cherche à produire un impact thérapeutique expérientiel chez le client
8. Pratique des trois premières étapes de la thérapie de la cohérence en groupe de deux et en alternant les rôles de client et de thérapeute
9. Feedback personnalisé de l'animateur sur les résultats obtenus par la personne dans le rôle du thérapeute lors des trois pratiques en groupe de deux

### **Méthode ou stratégie pédagogique**

Exposé théorique; exemples cliniques; outils mnémotechniques pour favoriser le rappel des principales catégories du modèle et les techniques à utiliser; pratique des trois premières étapes de la thérapie de la cohérence en groupe de deux (en alternant les rôles de client et de thérapeute), avec feedback personnalisé de l'animateur sur les résultats de la pratique en duo.

### **Attestation**

Une attestation de participation sera remise aux participants. L'attestation mentionnera le nombre d'heures de participation réelle du participant.