



Les schémas autrement - Contenu

- Notions de base
 - Définitions des schémas (Beck, Freeman, & Davis, 2014; Young *et al.*, 2005; Cousineau, 2008)
 - Rôle et importance des schémas en psychopathologie (Cousineau, 2008)
- Aperçu du modèle et de la thérapie des schémas de Young (Young *et al.*; 2005; Cousineau, 2008)
 - Les 18 schémas précoces inadaptés
 - Les 10 modes
 - Les 3 styles d'adaptation dysfonctionnels
 - Les Questionnaires des schémas de Young (Hawke & Provencher, 2012)
 - La thérapie des schémas
 - Limites du modèle (inédit)
- Le modèle identitaire-émotionnel-comportemental (IDEMCO) des schémas
 - Les 4 schémas identitaires désagréables (SID) (Rogers *et al.*, 1977; Bower *et al.*, 1981; Derry & Kuiper, 1981; Segal, 1988; Segal & Swallow, 1993; Winter & Kuiper, 1997; Rector *et al.*, 1998; Seeds & Dozois, 2010; inédit)
 - Les deux grands axes identitaires désagréables (Dozois & Dobson, 2010; inédit)

- Les émotions associées aux 4 SID
 - Éclairage de la théorie des émotions (Lazarus, 1991; Chalout, 2008)
- Les trois grands types de réaction comportementale associés aux SID (Taylor *et al.*, 2000; inédit)
- Les facteurs de maintien des SID (Hayes *et al.*,1999; Leahy, 2001; Beck, 2005; Fishbain *et al.*, 1995; inédit)
- Le Questionnaire sur les schémas identitaires désagréables (inédit)
 - Aspects identitaires, émotionnels et comportementaux
 - Comparaison avec le Questionnaire sur les schémas de Young
- Interventions de base sur les schémas identitaires désagréables (SID)
 - Identification des événements observables dans une situation concrète
 - Distinction entre les événements observables et les SID (Hayes *et al.*,1999; Beck, 2005; Zaffron & Logan, 2011; inédit)
 - Identification du ou des duos schéma-émotion (Beck, 2005; Chalout, 2008; inédit)
 - Identification du type de réaction comportementale aux duos schéma-émotion (Taylor *et al.*, 2000; Beck, 2005; Chalout, 2008; inédit)
 - Identification du prix à payer du maintien des SID à long terme (Beck, 2005; Chalout, 2008)
 - Alternative identitaire globale aux SID
 - Distinction entre affirmation identitaire descriptive et générative (Zaffron & Logan, 2011)
 - Découverte des affirmations identitaires génératives qui conviennent au client (Hayes *et al.*,1999; inédit)
 - Impact concret des affirmations identitaires génératives (Hayes *et al.*,1999)
 - Désamorçage systématique des SID
 - Identification des avantages du maintien des SID (Hayes *et al.*,1999; Leahy, 2001; Beck, 2005; Fishbain *et al.*, 1995)

- Examen de l'impact potentiel du lâcher-prise sur ces avantages
- Identification des attentes et/ou des règles associées aux SID avec un accent porté sur la cohérence (ou logique émotionnelle) des symptômes par rapport à ces attentes ou règles (Ellis & Harper, 2015; Beck, 2005; Chalout, 2008; Ecker et al., 2012).
- Découverte d'attentes ou de règles alternatives
- Identification des processus d'auto-déresponsabilisation associés aux SID (Hayes *et al.*, 1999; inédit)
- Découverte d'une alternative d'auto-responsabilisation
- Identification de l'illusion de vérité associée aux SID (Hayes *et al.*, 1999; Beck, 2005; inédit)
- Élaboration d'une stratégie générative par rapport aux événements observables (Zaffron, & Logan, 2011; Hayes *et al.*, 1999; inédit)
 - Découverte de pensées, paroles et comportements alternatifs basés sur une affirmation identitaire générative
- Identification des obstacles potentiels à ce plan d'action (Beck, 2005; inédit)
 - Élaboration d'un système de soutien favorisant ce plan d'action
- Fiche-mémoire générative : composantes et usage (inédit)
- Stratégies d'intégration expérientielle du désamorçage et de la réaffirmation identitaires (Ecker *et al.*, 2012; inédit)

Méthode ou stratégie pédagogique :

L'exposé théorique sera intercalé d'exemples cliniques et d'histoires de cas. Les participants seront aussi appelés à faire entre eux des exercices expérientiels.

Attestation

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

Références

Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. D. (2014). *Cognitive therapy of personality disorders*. (3e éd.). New York: Guilford Press.

- Beck, J. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems*. New York: Guilford Press.
- Bower, G. H., Gilligan, S. G., & Monteiro, K. P. (1981). Selectivity of learning caused by affective states. *Journal of Experimental psychology: General*, *110*, 451-473.
- Chaloult, L. (2008). *La thérapie cognitivo-comportementale. Théorie et pratique*. Montréal : Gaëtan Morin.
- Cousineau, P. (2008). Les aspects théoriques de la thérapie des schémas selon Jeffrey Young. Dans L. Chaloult. *La thérapie cognitivo-comportementale. Théorie et pratique*. Montréal : Gaëtan Morin.
- Cousineau, P. (2008). Les aspects pratiques de la thérapie des schémas selon Jeffrey Young. Dans L. Chaloult. *La thérapie cognitivo-comportementale. Théorie et pratique*. Montréal : Gaëtan Morin.
- Derry, P. A., & Kuipner, N. A. (1981). Schematic processing and self-reference in clinical depression. *Journal of Abnormal Psychology*, *90*, 286-297.
- Ecker, B., Ticic, R., & Hulley, L. (2012). *Unlocking the emotional brain*. New York: Routledge.
- Ellis, A., & Harper, R. A. (2015). *La thérapie émotive-rationnelle*. Paris : Ambre.
- Fishbain, D. A., Rosomoff, H. L., Cutler, R. B., & Steele Rosomoff, R. (1995). Secondary gain concept: a review of the scientific evidence. *Clinical Journal of Pain*, *11*, 6-21.
- Hawke, L. D., & Provencher, M. D. (2012). The Canadian French Young Schema Questionnaire: confirmatory factor analysis and validation in clinical and nonclinical samples. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, *44*, 40-49.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy: an experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Kirsh, G. A., & Kuiper, N. A. (2002). Individualism and relatedness themes in the context of depression, gender, and a self-schema model of emotion. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, *43*(2), 76-90.
- Lachenal-Chevalier, K., Mauchand, P., Cottraux, J., Bouvard, M., & Martin, R. (2006). Factor analysis of the Schema Questionnaire-Short Form in a nonclinical sample. *Journal of Cognitive Psychotherapy: an International Quarterly*, *20*, 311-318.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York : Oxford University Press.
- Leahy, R. L. (2001). *Overcoming resistance in cognitive therapy*. New York : Guilford Press.
- Petersen, L.-E., Stahlberg, D., & Dauenheimer, D. (2000). Effects of self-schema

elaboration on affective and cognitive reactions to self-relevant information. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 126(1), 25-42.

Rector, N. A., Segal, Z. V., & Gemar, M. (1998). Schema research in depression: a Canadian perspective. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 30, 213-224.

Rogers, T. B., Kuipner, N. A., & Kirker, W. S. (1977). Self-reference and the encoding of personal information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 677-688.

Seeds, P. M. & Dozois, D. J. A. (2010). Prospective evaluation of a cognitive vulnerability-stress model of depression: the interaction of schema self-structures and negative life events. *Journal of Clinical Psychology*, 66, 1307-1323.

Segal, Z. V., & Swallow, S. R. (1993). Schematic self-representation in emotional disorders: conceptual and methodological considerations. *Australian Psychologist*, 28, 145-150.

Segal, Z. V. (1988). Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. *Psychological Bulletin*, 103, 147-162.

Stahlberg, D., Petersen, L.-E., & Dauenheimer, D. (1999). Preferences for and evaluation of self-relevant information depending on the elaboration of the self-schemata involved. *European Journal of Social Psychology*, 29, 489-502.

Taylor, S. E., Klein, L. C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A., & Updegraff, J. A. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: tend-and-befriend, not fight or flight. *Psychological Review* 107, 411-429.

Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2005). *La thérapie des schémas. Approche cognitive des troubles de la personnalité*. (trad. de B. Pascal). Louvain : De Boeck.

Young, J. E., & Klosko, J. S. (1993). *Je réinvente ma vie*. Montréal : Éditions de l'Homme.

Winter, K. A., & Kuiper, N. A. (1997). Individual differences in the experience of emotions. *Clinical Psychology Review*, 17, 791-821.

Zaffron, S., & Logan, D. (2011). *The three laws of performance*. San Francisco: Jossey-Bass.