Thérapie Comportementale Dialectique : initiation

PSYCHIATRIE ET SANTE MENTALE

Ref : ECSPS08U

Compétences visées

S'initier au fonctionnement de la Thérapie Comportementale Dialectique (TCD) et expérimenter les stratégies partagées en TCD.

Objectifs et contenus

Comprendre les fondements cliniques et la posture dialectique de la Thérapie Comportementale Dialectique

- La TCD dans le champ des approches cognitivo-comportementales et la contextualisation de son développement.
- Les principes centraux de la dialectique, fondés sur l'articulation permanente entre acceptation et changement.
- L'identification des spécificités de la posture professionnelle en Thérapie Comportementale Dialectique, notamment dans la relation thérapeutique et le travail avec des situations cliniques complexes.
- Les enjeux cliniques du trouble de la personnalité borderline, en lien avec les difficultés de régulation émotionnelle, d'impulsivité et de relations interpersonnelles.

Analyser le fonctionnement émotionnel et les comportements problématiques

- L'exploration du fonctionnement des émotions, de leur rôle adaptatif et de leur place dans la compréhension des comportements.
- La compréhension des mécanismes de la dysrégulation émotionnelle et de leurs conséquences sur le vécu subjectif et relationnel des personnes accompagnées.
- L'analyse en chaîne des comportements, comme outil central de compréhension clinique, permettant de relier émotions, pensées, comportements et conséquences.
- La mise en perspective des comportements dits « problématiques » comme des tentatives de régulation, afin de soutenir une lecture clinique non-stigmatisante.

Identifier les modalités et outils structurants de la TCD

- L'organisation multimodale de la Thérapie Comportementale Dialectique et la complémentarité de ses dispositifs : suivi individuel, groupe d'entraînement aux compétences, consultation téléphonique et consultation d'équipe.
- La compréhension du rôle spécifique de chaque modalité dans le maintien de l'alliance thérapeutique et de la prévention des ruptures de suivi.
- La découverte des outils stratégiques de la TCD et de leur intérêt clinique : validation, techniques d'engagement, stratégies dialectiques et interventions ciblées sur les comportements à risque.
- La place du travail en équipe et du soutien aux professionnels dans des contextes cliniques exigeants.

Objectifs complémentaires

Expérimenter les compétences clés de la Thérapie Comportementale Dialectique dans une perspective professionnelle

- La découverte de la pleine conscience comme compétence de base favorisant l'observation de l'expérience interne et la régulation attentionnelle.
- L'expérimentation des stratégies de tolérance à la détresse, visant à traverser les situations émotionnelles intenses sans recours à des comportements dommageables.
- Le travail de l'efficacité interpersonnelle, en lien avec l'affirmation de soi, la gestion des relations et le maintien des liens.
- La compréhension des principes de la régulation des émotions et l'identification des leviers concrets pour soutenir l'adaptation émotionnelle dans les situations de soin.

Méthodes

- Apports conceptuels.
- Outils pratiques.
- Ateliers permettant de comprendre les compétences partagées en TCD.

Personnes concernées

Personnel soignant exerçant dans le domaine de la psychiatrie et la santé mentale.

Valeur ajoutée

Cette formation permet de s'initier à la Thérapie Comportementale Dialectique en expérimentant ses potentialités et ses intérêts dans l'accompagnement des personnes vivant avec un trouble psychique.

Pré-requis

Aucun

Dispositif d'évaluation

L'ÉVALUATION SERA RÉALISÉE À L'AIDE DES CRITÈRES SUIVANTS :

- Les attentes des participants seront recueillies par le formateur lors du lancement de la formation et confrontées aux objectifs de formation.
- Les acquis / les connaissances seront évalués en début et en fin de formation par l'intermédiaire d'un outil proposé par le formateur (quiz de connaissances, questionnaire, exercice de reformulation, mise en situation…).
- La satisfaction des participants à l'issue de la formation sera évaluée lors d'un tour de table, le cas échéant en présence du commanditaire de la formation, et à l'aide d'un questionnaire individuel « à chaud » portant sur l'atteinte des objectifs, le programme de formation, les méthodes d'animation et la qualité globale de l'intervention.
- A distance de la formation : il appartiendra aux stagiaires d'analyser les effets de la formation sur les pratiques individuelles et collectives de travail , notamment lors de leur entretien professionnel. Des outils pourront être suggérés pendant la formation (plans d'action, préfiguration d'un plan d'amélioration des pratiques individuelles et collectives, grille de suivi personnalisé de mesure d'impact…).

À noter

Cette formation s'appuie sur les recommandations et référentiels suivants

- Linehan, M. M. (2015). *DBT skills training manual* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- National Institute for Health and Clinical Excellence. (2009). *Borderline personality disorder: Recognition and management* (Clinical Guideline CG78). London: NICE.

Formation Inter & Intra

Paris - Novembre 2026

>> Du 09-11-2026 au 10-11-2026

Intervenant :
RADMACHER Aurélie

- IPA en Pôle de psychiatrie, santé mentale et addictologie.
- Infirmière DE.

Prix
Tarif Inter **750 €** Net de taxe
Tarif Intra **Nous Contacter**

Paris - Novembre 2027

>> Du 15-11-2027 au 16-11-2027

Intervenant :
RADMACHER Aurélie

- IPA en Pôle de psychiatrie, santé mentale et addictologie.
- Infirmière DE.

Prix
Tarif Inter **750 €** Net de taxe
Tarif Intra **Nous Contacter**

Mise à jour le : **08/06/2026**