



LE

**PAR
COU
RS_**



PRÉSENTATION DE L'INSTITUT

IFR : L'Institut de Formation et de Recherche dédié au modèle de Palo Alto.

L'institut de formation et de recherche dédié au modèle de Palo Alto est l'aboutissement de 15 années de formations et de consultations utilisant cette approche thérapeutique. Ce modèle est fondé sur la mise en place de stratégies de changement et la résolution de problèmes liés à des souffrances psychologiques et/ou relationnelles.

L'IFR Palo Alto, association loi 1901, a pour vocation de faire connaître et développer l'utilisation du modèle de Palo Alto dans le monde de la thérapie, mais aussi dans les entreprises et autres organisations comme l'hôpital.

Il a, ainsi, pour ambition de permettre la production et le partage de connaissances via la publication d'articles de recherche et d'ouvrages, la participation à des journées de recherche et l'organisation de colloques ou de conférences, etc.

Il a aussi comme objectif de former des professionnels à la thérapie brève systémique et stratégique.

Des thérapeutes et des formateurs passionnés se sont regroupés pour élaborer et proposer un parcours de formation modulable sur mesure capable de répondre pleinement aux besoins et objectifs de chacun d'entre vous.



PARCOURS DE FORMATION

Si vous souhaitez devenir thérapeute et recevoir des patients, vous devrez effectuer tous les modules du parcours et passer la certification. Mais si vous souhaitez seulement acquérir de nouveaux outils pour améliorer votre pratique professionnelle, vous avez la possibilité de n'effectuer que les modules qui vous intéressent. Vous ne serez alors pas thérapeute, mais vous pourrez utiliser le modèle de Palo Alto dans la pratique de votre activité professionnelle et ainsi gagner en efficacité et en disponibilité.



POUR QUI ?

Ce parcours de formation a été conçu pour les personnes souhaitant se former ou se reconvertir et devenir thérapeutes systémiques et stratégiques.

Il répond également aux préoccupations de tout intervenant amené à gérer d'autres personnes dans des petites ou grandes structures (coach, enseignant, CPE, DRH, manager, commerçant, etc.) ou désireuse de se perfectionner et renforcer ses compétences.

Enfin, il répond aux difficultés que peuvent rencontrer les professionnels de santé avec leurs patients (infirmier, médecin, dentiste, psychologue, kinésithérapeute, ostéopathe, sage-femme, etc.) telles que l'agressivité, la gestion des émotions (celles du patient, de son entourage ou celles du professionnel de santé), les réticences au traitement ou au changement, les problèmes relationnels, la gestion des situations d'urgences, etc.



LES OBJECTIFS

Au-delà de la souffrance et des symptômes, vous découvrirez des clés nouvelles de compréhension des situations. Vous apprendrez à repérer les tentatives de solution du problème et les interactions qui peuvent entretenir, voire alimenter le problème.

Vous appréhendez l'importance du contexte de vie des patients et son influence sur leurs réactions et l'évolution de leur problème.

Vous apprendrez à mettre en place des stratégies de changement pour faire vivre au patient/client de nouvelles expériences et créer des apprentissages nouveaux. Ainsi, vous amènerez vos patients à percevoir le problème différemment et trouverez de nouvelles façons (à 180°) de résoudre leur problème.

Vous découvrirez aussi des pistes pour mieux gérer votre propre stress et plus généralement vos émotions liées à certaines situations. Vous pourrez alors rester plus efficaces et disponibles dans la prise en charge de vos patients/clients/interlocuteurs et mieux vivre votre pratique.



LE PROCESSUS PÉDAGOGIQUE ET LES MODALITÉS

Ce parcours de formation modulable sur mesure vous permet de choisir les modules qui vous intéressent en fonction de vos acquis précédents, de vos besoins et de vos objectifs (parcours individuel validé et co-construit avec l'équipe pédagogique lors d'un entretien préalable).

La formation se fait uniquement en présentiel, parce que nous faisons un métier de relation. (Sous réserve de restrictions sanitaires strictes évidemment).

Nous privilégions des petits groupes de 12 personnes maximum.

Conscients des impératifs d'agenda et de disponibilité des personnes en activité, nous avons mis en place un parcours condensé dans le temps (6 mois pour être certifié et 1 an et demi pour la totalité du parcours avec le niveau IV). À l'issue des 6 mois de formation, sous réserve de l'obtention de la certification, vous pouvez commencer à consulter, avec la possibilité d'être supervisé.

Nous avons élaboré un parcours professionnalisant et opérationnel avec de la pratique en continu (jeux de rôles sur des cas réels traités dans nos cabinets, des mises en situation sur des problèmes amenés par les participants, du travail et des exercices en binômes ou sous-groupes, des extraits de films grand public et des extraits de séances filmées, etc.), 3 journées d'immersion dans le monde du métier de thérapeute et une journée dédiée à l'installation en libéral.

Vous bénéficierez d'un accompagnement présent tout au long du cursus de formation, mais aussi après, afin de vous sentir soutenu dans votre processus d'apprentissage, sous forme

- d'évaluations régulières
- de cours et exercices pour vous entraîner chez vous
- de journées d'immersion
- de modules spécifiques de perfectionnement
- de supervisions.

Le niveau IV vous permet d'effectuer 10 ou 20 journées de pratique supervisée en live (recommandées si vous souhaitez devenir thérapeute).

En fin de parcours, l'obtention de votre certificat de psychopraticien en thérapie brève, systémique et stratégique dépendra des notes obtenues lors du contrôle continu à partir des observations et d'une évaluation finale à partir des observations et d'une évaluation finale (mise en situation lors de la journée de certification) et de la réalisation d'un mémoire sur l'un des aspects de la thérapie brève ou du modèle de Palo Alto.



LES FORMATEURS

L'équipe pédagogique est formée de formateurs passionnés, eux-mêmes thérapeutes expérimentés, avec des parcours professionnels variés et des styles différents.

4 formateurs permanents :

Nathalie
GOUJON



Claire
ALLAIN

Christine
DORIDON



Muriel
FAES

Et des intervenants :

Béatrice
PAQUIER



Claire-Agnès
PERELLO

Anne-Gervaise
VENDANGE

Directeur de recherche :

Damien
RICHARD



PROGRAMME DE FORMATION

Parcours de formation modulable sur mesure en thérapie brève, systémique et stratégique selon le modèle de Palo Alto

NIVEAU I

S'initier au modèle & découvrir les outils

Objectifs : Découvrir et comprendre le modèle de Palo Alto

Pré-requis : Toute personne désireuse de découvrir le modèle de Palo Alto à titre personnel ou professionnel.

Durée : 4 jours soit 26h
+ 1 journée d'observation avec décryptage de séance exécuté par un formateur

Lieu : Lyon

COÛT : 230 € / jour soit 1 150 €

Module I-1 :
Epistémologie

Module I-2 :
Axiomes de la communication et outils de décryptage stratégique utiles en thérapie brève

NIVEAU II

Construire des stratégies de changement

Objectifs : Savoir utiliser les différents outils stratégiques pour amener un changement.

Pré-requis : Toute personne qui souhaite utiliser les outils du modèle de Palo Alto dans son activité professionnelle.

Durée : 9 jours soit 58,5h
+ 1 journée d'observation au côté d'un thérapeute

Lieu : Lyon

COÛT : 230 € / jour soit 2 300 €

Module II-1 :
Les outils stratégiques

Module II-2 :
La relation aux patients I

Module II-3 :
La relation aux patients II

Module II-4 :
Concrétiser le changement

NIVEAU III

Devenir thérapeute

Objectifs : Approfondir les acquis et traiter des problématiques particulières.

Pré-requis : Toute personne désireuse d'approfondir sa maîtrise du modèle ou de s'installer en tant que thérapeute.

Durée : 8 jours soit 45,5h
+ 1 journée de pratique supervisée

Lieu : Lyon

COÛT : 230 € / jour soit 2 070 €

Module III-1 :
La relation thérapeute/patient

Module III-2 :
Les cas complexes

Module III-3 :
Gérer une séance

Module III-4 :
S'installer en tant que thérapeute

CERTIFICATION : Le parcours complet pour être certifié correspond à 24 jours de formation soit 156 heures, dont 3 journées d'immersion + 1 journée de certification (gratuite)

NIVEAU IV

Pratiquer de manière intensive (Facultatif)

Objectifs : Acquérir l'expérience du thérapeute dans un cadre sécurisé.

Pré-requis : Toute personne qui souhaite pratiquer la thérapie brève en tant que thérapeute.

Durée : 6 mois ou un an

Soit 10 ou 20 journées où vous recevez des patients, seul, tout en étant supervisé en live par un formateur.

Lieu : Lyon

COÛT : 250 € / jour

**PARCOURS DE FORMATION
GLOBAL
EN THÉRAPIE BRÈVE,
SYSTÉMIQUE ET
STRATÉGIQUE
SELON LE MODÈLE DE
PALO ALTO**



NIVEAU 1

S'initier au modèle
& découvrir les
outils

01

OBJECTIF : Découvrir et comprendre le modèle de Palo Alto
4 jours de 9h30-12h30 / 13h30-17h soit 26 heures de formation estimées
+ 1 journée d'observation avec décryptage de séances effectué par un formateur.

COÛT : 230 € / jour soit 1 150 €

Objectifs pédagogiques : Vous découvrirez les prémisses solides de l'École de Palo Alto : l'historique et les pères fondateurs de ce courant de pensée et la technique thérapeutique qui en découle. Vous comprendrez le principe des différents outils stratégiques et leur utilisation en thérapie brève.

MODULE I-1

Épistémologie

2 journées

- Historique et figures emblématiques du modèle de Palo Alto.
- Prémisses théoriques : Systémique, cybernétique, théories de l'information, constructivisme, etc.
- Conséquences de ces prémisses sur le travail concret en thérapie (ex : le constructivisme permet une vision non normative et non pathologisante des situations).
- Outils de décryptage stratégique : la grille de résolution de problèmes et le schéma interactionnel

Compétences acquises :

- Vous saurez replacer le modèle de Palo Alto dans son contexte historique et clinique.
- Vous découvrirez les différents outils stratégiques utilisés en thérapie brève.

Processus pédagogique : Extraits de séances filmées décryptées, extraits de films/conférences...

MODULE I - 2

Les axiomes de la communication et les outils de décryptage stratégique utilisés en thérapie brève

2 journées + 1 journée d'observation

- Décrypter les principes de la communication et de la relation au travers des 5 axiomes de Paul Watzlawick.
- Repérer tout ce qui peut être dysfonctionnel dans une communication et une relation.
- Apprendre à utiliser les outils de décryptage stratégique (grille et schéma interactionnel) qui permettent de résoudre les problématiques interactionnelles.

Compétences acquises :

- Vous saurez décrypter et analyser les éléments dysfonctionnels d'une relation ou repérer le cercle vicieux du problème.
- Vous saurez questionner de manière concrète, actuelle et interactionnelle pour pouvoir dessiner et utiliser le schéma interactionnel.
- Vous verrez comment schématiser un problème dans un système et la notion de système pertinent.
- Vous saurez repérer les tentatives de régulation (ou tentatives de solution) du patient qui maintiennent ou aggravent le problème pour mettre en place une stratégie de changement à 180°.
- Vous saurez utiliser la grille de résolution des problèmes.
- Vous saurez être attentif à la vision du monde du patient.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour illustrer les axiomes et vous entraîner à leur utilisation.



Fin du Niveau I : Une journée d'observation avec décryptage de séances effectué par un formateur. Avec votre groupe de formation, vous assisterez à des séances menées par un thérapeute expérimenté et commentées par un formateur.

NIVEAU 2

Construire
des stratégies
de changement

02

OBJECTIF: Savoir utiliser les différents outils stratégiques pour amener un changement

9 jours de 9h30-12h30 / 13h30-17h soit 58,5 heures de formation estimées
+ 1 journée d'observation à côté d'un thérapeute

COÛT : 230 € / jour soit 2 300 €

Objectifs pédagogiques : Vous apprendrez à questionner pour repérer les tentatives de régulation (non opérantes) mises en place par le patient pour résoudre son problème. Vous pourrez dessiner le schéma interactionnel et utiliser la grille de résolution du problème. Vous saurez comment analyser et gérer les interactions dysfonctionnelles ou gérer les émotions submergeantes pour mettre en place une stratégie de changement.

Les outils stratégiques

3 journées

- Questionnement, schéma interactionnel et grille de résolution du problème
- Le cercle vicieux
- Le passage à la classe de comportements : le thème des tentatives de régulation – le thème thérapeutique à 180°
- L'alternative stratégique
- Le but conscient
- Le combat processif/réflexif

Compétences acquises :

- Vous saurez établir le schéma interactionnel et identifier les tentatives de régulation du patient (qu'est-ce que le patient a essayé de faire pour résoudre son problème et qui maintient ou aggrave malheureusement la situation ?)
- Vous saurez trouver le thème de ces tentatives de régulation (c'est-à-dire l'intention globale et logique).
- Vous saurez repérer et gérer les comportements dysfonctionnels et intervenir sur le système concerné.
- Vous saurez construire et formuler une alternative stratégique pour aider votre patient à se déterminer entre continuer à agir comme il le fait et choisir une autre voie.
- Vous saurez repérer et « débrancher » un but conscient qui empêche la personne d'avancer.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner à identifier les tentatives de régulation du problème et les différentes interactions dans le système du problème.

La relation aux patients I

2 journées

- La reformulation.
- La vision du monde.
- Le recadrage.
- L'alliance avec le patient pour l'amener en douceur vers le changement, s'il le souhaite.
- La construction d'une histoire écologique pour le patient avec laquelle il pourra vivre.

Compétences acquises :

- Vous saurez reformuler ce que le patient a exprimé en commençant à recadrer sa façon de voir le problème.
- Vous saurez repérer et respecter sa vision du monde pour normaliser et apaiser.
- Vous saurez recadrer la vision du monde du patient pour le rendre réceptif au changement.
- Vous saurez reformuler le problème pour rendre répulsives les tentatives de régulation qui sont inopérantes, voire qui aggravent.

Processus pédagogique : Extraits de séances de thérapie, extraits de films grand public, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner à recadrer en douceur la vision du problème et ouvrir de nouvelles pistes de solutions.

La relation aux patients II

2 journées

- Élaborer et utiliser des métaphores.
- Le langage hypnotique et l'apport de l'hypnose en thérapie systémique et stratégique.

Compétences acquises :

- Vous saurez utiliser le vocabulaire du patient et autres techniques d'adaptation (Calibrage, VAKOG, etc.)
- Vous saurez élaborer et utiliser des métaphores et analogies pour mieux transmettre une information.
- Vous apprendrez à construire des métaphores sur mesure, sur la base de ce qu'amène votre patient.
- Vous saurez utiliser l'hypnose et le langage d'influence dans votre pratique professionnelle.
- Vous saurez quand et comment utiliser l'humour.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner à entrer en relation avec le patient et le guider vers le changement.

Concrétiser le changement

2 journées

- L'élaboration et la prescription de tâche comportementale.
- La « vente » de tâche.
- Le retour de tâche.

Compétences acquises :

- Vous saurez élaborer des stratégies de changement à 180°.
- Vous saurez construire des tâches comportementales utiles pour vos patients qui leur permettront de vivre une expérience émotionnelle correctrice.
- Vous saurez comment opérationnaliser le changement dans la vie du patient.
- Vous saurez questionner votre patient pour évaluer si la tâche a été efficace et dans quelle mesure.
- Vous saurez poursuivre la stratégie de changement et l'adapter à l'évolution du patient.
- Vous saurez prendre en compte les objectifs du patient (qui ne sont pas forcément les vôtres) et rester humble quant au changement généré.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner à mettre en place une stratégie de changement en créant des tâches sur mesure pour le patient. Vous apprendrez ensuite à « vendre » ces tâches.



Fin du Niveau II : Une journée d'observation à côté d'un thérapeute qui reçoit ses patients. À fixer en individuel en fonction des agendas de chacun.

NIVEAU 3

Devenir
Thérapeute

OSB

OBJECTIF : Approfondir les acquis et traiter des problématiques particulières
8 jours de 9h30-12h30 / 13h30-17h soit 52 heures de formation estimées
+ 1 journée d'immersion (vous recevez des patients tout en étant supervisé)

COÛT : 230 € / j soit 2070 €

Objectifs pédagogiques : Vous perfectionnerez votre utilisation du modèle de Palo Alto dans votre pratique en abordant des aspects de la relation et des cas plus complexes. Vous obtiendrez toutes les réponses aux questions que vous vous posez pour vous installer et devenir thérapeute.

La relation thérapeute / patient

2 journées

- La position haute ou la position basse face au patient.
- L'escalade symétrique.
- La métacommunication.

Compétences acquises :

- Vous saurez comment vous positionner face au patient en fonction de sa vision du monde et/ou de son comportement.
- Vous saurez permettre à la relation thérapeutique de retrouver son équilibre si déséquilibré il y a pour le bien du patient.
- Vous saurez désamorcer une crise d'angoisse ou un stress avec les symptômes qui l'accompagnent.
- Vous saurez gérer des émotions et des symptômes.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour devenir expert dans la relation.

Les cas complexes

3 journées

- Les tâches difficiles à vendre.
- Les patients difficiles ou qui font peur.
- La remise en question du thérapeute.

Compétences acquises :

- Vous saurez traiter des cas difficiles.
- Vous saurez appréhender et gérer vos propres peurs ou questionnements en tant que thérapeute.
- Vous saurez vous remettre en question si une tâche ne fonctionne pas, si vous vous êtes trompés de stratégie ou si votre patient est réticent face à ce que vous lui demandez de mettre en place entre les séances.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner sur des cas difficiles.

Gérer une séance

2 journées

- Le cadre.
- La consolidation en fin de séance.
- L'évolution au fil des séances : retour de tâches et suivi dans le temps.

Compétences acquises :

- Vous saurez gérer une séance de A à Z.
- Vous saurez construire et poser votre cadre de travail en début de thérapie en fonction de votre style.
- Vous saurez évaluer l'évolution de votre patient par rapport à ses objectifs et adapter la stratégie de changement et les tâches en fonction.
- Vous apprendrez à consolider un changement et finaliser une histoire écologique donnant du sens au problème et à sa résolution.
- Vous saurez quand et comment mettre fin à la thérapie.

Processus pédagogique : Extraits de séances ou films, jeux de rôles et autres exercices pour vous entraîner sur des cas difficiles.

S'installer en tant que thérapeute

1 journée

- « Questionnement existentiel » du thérapeute : Combien de séances dois-je faire ? Combien dois-je me faire payer ? Comment entretenir mon niveau en tant que thérapeute ? Quand reconnaître mon incompetence et demander de l'aide à mes pairs ou à un superviseur ?
- « Questionnement opérationnel » : Où ? Avec qui ? Dans quel local ? À quel prix ? Sous quelle structure ? Au bout de combien de temps serai-je installé ?

Compétences acquises :

- Vous aurez les réponses à toutes les questions que vous vous posez en tant que jeune thérapeute qui souhaite s'installer et recevoir des patients en consultation.

Processus pédagogique : Outils et partages d'expérience donnés par des thérapeutes en activité.



Fin du Niveau III :

Une journée d'immersion totale où vous êtes le thérapeute ! Vous recevrez des patients comme lors d'un intensif (Niveau IV) sous la supervision d'un formateur.

CERTIFICATION :

+ Une soirée de remise des diplômes

NIVEAU IV

Pratiquer
de manière intensive

04

- Vous recevrez des patients au Centre de Thérapie Brève et Stratégique sous la supervision « en live » d'un formateur à l'aide du système vidéo et bénéficierez de remarques personnalisées.
- Vous poursuivrez ainsi votre parcours de progression en vous mettant dans une posture d'apprenti supervisé et encouragé par ses pairs.
- Vous assisterez aux séances des autres thérapeutes de votre groupe et profiterez de leurs apprentissages.
- Vous pourrez vous appuyer sur la bienveillance d'un groupe de pairs en apprentissage comme vous.
- Vous réfléchirez sur vos nouveaux acquis et les principes épistémologiques employés, sous forme de compte-rendu de séances.
- Vous verrez comment gérer la relation thérapeutique et construire des stratégies de changement à 180° en les fabriquant vous-même en direct.

DATES PARCOURS DE FORMATION





DATES DU PARCOURS DE FORMATION :

PARCOURS DE FORMATION : THÉRAPIE BRÈVE ET STRATÉGIQUE SELON L'ÉCOLE DE PALO ALTO

Horaires : 9h30-12h30 / 13h30-17h
Lieu : 30 cours Suchet – 69002 LYON

NIVEAU I – S'INITIER AU MODÈLE ET DÉCOUVRIR LES OUTILS

MODULE I-1 : Épistémologie - 2 journées
14 et 15 octobre 2021 ou 06 et 07 décembre 2021.

MODULE I-2 : Les axiomes de la communication et les outils de décryptage stratégique utilisés en thérapie brève – 2 journées
13 et 14 décembre 2021.

+ 1 journée d'observation
15 décembre 2021.

NIVEAU II – CONSTRUIRE DES STRATÉGIES DE CHANGEMENT

MODULE II-1 : Les outils stratégiques – 3 journées
10, 11 et 12 janvier 2022

MODULE II-2 - La relation I - 2 journées
24 et 25 janvier 2022

**MODULE II- 3 - La relation II – 2 journées
7 et 8 février 2022**

**MODULE II-4 - Concrétiser le changement – 2 journées
10 et 11 mars 2022**

+ 1 journée d’observation à côté d’un thérapeute qui reçoit ses patients :
date à fixer individuellement.

Niveau III : DEVENIR THÉRAPEUTE

**MODULE III-1 - La relation thérapeute/patient - 2 journées
28 et 29 mars 2022**

**MODULE III-2 - Les cas complexes – 3 journées
11, 12 et 13 avril 2022**

**MODULE III-3 - Gérer une séance - 2 journées
5 et 6 mai 2022**

**MODULE III-4 – S’installer en tant que thérapeute - 1 journée
30 mai 2022**

**+ 1 journée d’immersion où vous êtes le thérapeute
31 mai 2022.**

→ CERTIFICATION : 17 juin 2022
+ Une soirée de remise des diplômes (à définir)

Niveau IV : PRATIQUER DE MANIÈRE INTENSIVE

Journées espacées de 15 jours/ 3 semaines à fixer : 10 dates sur 6 mois
ou 20 dates sur un an.



ifr-therapiebreve.com

30, cours Suchet

69002 LYON

06 89 77 02 46