



## INTRODUCTION A LA THERAPIE CENTREE SUR LES EMOTIONS

Emotion-focused therapy (EFT)

**la Puissance de Transformation de l'Affect**

Inédit en France et dans les pays francophones,  
la formation animée par

**Leslie Greenberg Ph.D. (Canada)**

**les 1<sup>er</sup> et 2 octobre 2012 à Paris**

Formation traduite de l'anglais en français par des psychologues cliniciens bilingues français-anglais spécialisés dans la **Thérapie centrée sur les émotions**.

Participants : cette formation est réservée aux professionnels de la santé (médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes....)

Ce séminaire introductif de 2 jours est une première et permettra de fournir à tout professionnel de santé de solides fondations du point de vue des compétences et des tâches fondamentales requises pour utiliser directement le terrain des émotions dans leurs consultations psychothérapeutiques. Le séminaire est focalisé sur un processus expérientiel et sur l'apprentissage des processus de changement au cœur des structures émotionnelles.

**Ce séminaire introduit un cycle de formation complet (EFT Niveau 1, Niveau 2 et Niveau 3).  
Les dates pour la formation Niveau 1 sont les 19-20-21 & 22 février 2013 à Paris.**

La Thérapie Centrée sur les Emotions ajoutera à votre pratique une expertise unique, dont l'efficacité est reconnue non seulement par l'APA (Association Psychiatrique Américaine) et par nombre de pairs de Leslie Greenberg, issus de courants théoriques variés tels que celui des thérapies cognitivo-comportementales à celui des thérapies humanistes mais surtout par de nombreux travaux de recherche universitaire.

Ce séminaire introductif abordera le rôle de l'émotion et de la conscience émotionnelle fonctionnelle et dysfonctionnelle. Nous soulignerons l'importance du travail avec le processus émotionnel issu de l'amygdale. L'utilisation d'un processus de diagnostic dans l'Approche Centrée sur les Emotions sera abordée pour identifier les émotions à la fois adaptatives et mal adaptées ainsi que primaires et secondaires. Une démonstration sera faite d'une intervention différentielle basée sur le processus de diagnostic. On abordera les six principes clés de changement émotionnel en psychothérapie l'Emotion, La Conscientisation, La Régulation, La Restructuration et la Réflexion. Des exemples vidéo de cas cliniques pour évoquer et gérer les émotions liées à l'autocritique et aux blessures émotionnelles vécues avec des figures d'attachement feront l'objet de présentations et de discussions. Ce séminaire a pour objectif de fournir aux participants les compétences clés introductives de l'ajustement affectif d'instant en instant et l'utilisation des méthodes de Gestalt de dialogue avec une chaise vide entre les parties du Self et les autres figures signifiantes imaginées.

Présentation du modèle en trois phases pour travailler avec l'émotion en thérapie

- 1) La Phase du Lien : ajustement empathique de l'affect
- 2) La Phase d'Évocation : évocation et émergence de l'émotion
- 3) La Phase de Restructuration : déconstruire l'émotion et développer une nouvelle narration

Objectifs éducatifs :

1. Apprendre à identifier les différents types d'expression émotionnelle
2. Savoir déterminer le moment opportun pour réguler et celui pour accéder l'émotion
3. Apprendre à intervenir différemment avec l'émotion
4. Apprendre à accéder à l'émotion adaptative pour produire un changement
5. Apprendre à identifier les phases du processus émotionnel pour résoudre les clivages autocritiques et les sentiments persistants non résolus.

## **Jour 1**

### ***Matinée***

Etape 1 Les Emotions et leurs rôles dans la thérapie

Les Emotions : Théorie et Recherche

Les Emotions et leurs Rôles en Thérapie

Fonction adaptative de l'Emotion

Les Schèmes et les sources émotionnels

Evaluation de l'Emotion

Evaluation en vue d'une intervention différentielle

Emotion adaptative primaire

Emotion mal adaptée primaire

Emotion réactive secondaire

Emotionalité instrumentale

Etape 2 Cadre de l'intervention

Processus clés du changement émotionnel

Conscientisation

Régulation

Transformation

Réflexion

Cadre de l'intervention centrée sur l'émotion

La phase du lien

La phase d'évocation et d'exploration

La phase de restructuration

Démonstrations vidéos

### ***Après-midi***

Etape 3 & 4 Méthodes spécifiques

Démonstrations vidéo de cas cliniques et discussion sur les thèmes de l'autocritique et du processus de changement émotionnel et du dialogue avec le Self

## **Jour 2**

### **Matinée**

#### Etape 5 & 6 Méthodes spécifiques

Discussions et démonstrations vidéo de cas cliniques sur les thèmes du travail avec les émotions persistantes non résolues dans le pardon et le lâcher prise

### **Après-midi**

#### Etape 7 & 8 Autres méthodes et discussions

Discussion et démonstrations vidéo de cas cliniques sur des points méthodologiques supplémentaires

Discussions

Application de la thérapie à des populations différentes

Indications et contre-indications pour le travail centré sur les émotions

### **A propos du Dr Leslie Greenberg**

Leslie Greenberg, Ph.D. est un éminent Professeur Chercheur en psychologie à l'Université de York à Toronto, Ontario - Canada. Il dirige la Clinique en Recherche en Psychothérapie de l'Université de York. Il est le fondateur de l'Approche Centrée sur les Emotions en psychothérapie et l'auteur en collaboration de nombreuses publications sur les Approches Centrées sur les Emotions dans le traitement thérapeutique. Parmi ces ouvrages, voici quelques titres : *Emotion in Psychotherapy* (1986) ; *Emotionally Focused Therapy for Couples* (1988) ; *Facilitating Emotional Change* (1993) ; *Working with Emotions in Psychotherapy* (1997) ; *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through emotions* (2002) ; and *Emotion-focused therapy of Depression* (2006). Plus récemment il a publié les ouvrages suivants : *Emotion-focused couples therapy: The dynamics of emotion, love and power* (2008), *Emotion-focused therapy: Theory and practice* (2010), *Working with Narrative in Emotion-focused Therapy: Changing Stories, Healing Lives*. (2011), and *Therapeutic Presence*. (2011). Membre Fondateur de la Société d'Exploration de l'intégration psychothérapeutique (SEPI - Society of the Exploration of Psychotherapy Integration) et ancien Président de la Société pour la Recherche en Psychothérapie (SPR - Society for Psychotherapy Research), qui lui a attribué en 2004 le prix de l'excellence pour la Carrière en Recherche ainsi que le prix Carl Rogers de l'Association en Psychologie américaine (APA - American Psychology Association). Il a également reçu le Prix de l'Excellence en formation professionnelle du Programme Professionnel en psychologie du Conseil Canadien et le titre professionnel de l'Association Professionnelle en Psychologie canadienne pour ses contributions d'excellence à la psychologie pour les professionnels.

Il a fait partie de comités de rédaction de nombreux magazines en psychothérapie, dont actuellement the *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *Journal of Psychotherapy Integration*, *Journal of Clinical Psychology*, *Journal of Constructivist Psychology*, *Gestalt Review* et the *Journal of Marital and Family Therapy*. Il a formé à la Thérapie Centrée sur les Emotions de nombreux professionnels de santé à travers le monde, notamment en Amérique (Canada, Etats-Unis, Mexique, Equateur), en Asie (Chine, Hong Kong, Singapore) et en Europe (Danemark, Norvège, Allemagne, Autriche, Irlande, Ecosse, Pays-Bas, Italie, Portugal, Espagne, Suisse, Turquie) et en Israël.

Ses ouvrages ont été traduits en allemand, Italien, espagnol, portugais, chinois et coréen.

## Reconnaissance des travaux de Leslie Greenberg, Ph.D. par ses pairs

« Greenberg est sans aucun doute à la fois le pionnier et le premier investigateur du domaine, ayant fourni une somme remarquable sur l'application des bases de la recherche sur les émotions à la psychothérapie.....un fabuleux agrégé de stratégies pour travailler avec les émotions. » **Marsha M. Linehan, Ph.D.**

« D'une valeur inestimable pour les psychothérapeutes de toute obédience... théoriquement innovant et cliniquement pratique. »  
**Michael J. Mahoney, Ph.D.**

« La plupart des psychothérapeutes et des théories psychothérapeutiques reconnaissent d'une façon ou d'une autre le rôle essentiel, que jouent les émotions à la fois dans la psychopathologie et le changement thérapeutique. La thérapie centrée sur les émotions du Docteur Greenberg constitue une des approches, potentiellement utile à tous les thérapeutes. »  
**Morris Eagle, Ph.D.**

« Même s'il est reconnu depuis de nombreuses années que les émotions jouent un rôle significatif dans le développement, le maintien et le changement de la plupart des troubles cliniques, les méthodologies à suivre pour travailler avec les émotions ont à ce jour toujours fait défaut. Etat de fait démenti par celles développées par Greenberg...empreint de lucidité, éliminant tout jargon....une contribution à marquer dans les annales. »  
**Marvin R. Goldfried, Ph.D.**

« Travail tout simplement remarquable pour tout chercheur et praticien en psychothérapie ».  
**David H. Barlow, Ph.D.**

### Commentaires sur l'ouvrage :

*Emotion-focused therapy - Coaching clients to work through their feelings*

« Cet ouvrage est un must pour les psychothérapeutes de toutes orientations théoriques »

**Louis Castonguay**

Professeur Associé

Université de l'Etat de Pennsylvanie

Président de la Société nord-américaine en recherche psychothérapeutique

« ....pourvoyeur d'une précieuse sagesse pratique sur ....l'expérience émotionnelle »

**Mike Mahoney**

Professeur en Psychologie

Université de Nord du Texas

« Excellent complément au travail traditionnel des thérapeutes cognitivo-comportementalistes »

**Arthur Bohart**

Professeur de Psychologie

Université de l'Etat de Californie