

## CBT-E : Formation en ligne 2023-2024

En groupe de maximum 12 participants, précédée de 7 h 30 de cours de prérequis.

### Formation et supervision

#### 1. Prérequis professionnels

1. Médecin ou psychologue clinicien.
2. Détenteur ou en cours de formation en 3e ou 4e année d'un Certificat en thérapie TCC.
3. Suivre ou avoir suivi les cours de prérequis (<https://www.aemtc.be/agenda-aemtc.php>)
4. Avoir pour les ateliers de mise en pratique, la possibilité de mettre en place, pour 2 patients, les séances d'évaluation en vue d'une thérapie CBT-E, et si indication, de respecter la structure de 2 x/semaine durant le premier mois.
5. Suivre au moins 2 patients durant la formation.

#### 2. Prérequis techniques

- Ordinateur fixe ou portable (pas de smartphone)
- Zoom gratuit
- Disposer d'un des manuels de référence
  - Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders, Fairburn C. (2008) ou
  - Cognitive Behavior Therapy for adolescent with Eating Disorders, Dalle Grave R. et Calugi S. (2020)

#### 3. Cours de prérequis (5 x 1 h 30)

1. La psychopathologie des troubles alimentaires
2. Les déterminants physiologiques et cognitifs intervenant dans la prise alimentaire et le choix des aliments
3. Les déterminants socioculturels des conduites de régimes : la pression sociale à la minceur, à la réussite et à une alimentation saine, la stigmatisation de l'obésité
4. Les complications des troubles alimentaires
5. Les indications et les contre-indications thérapeutiques et la réorientation du patient si nécessaire

#### 4. Séances de formation (30 h)

- 3 ateliers théoriques de 2 h.
- Une supervision individuelle (horaire à fixer).
- Puis 9 ateliers de groupe de mise en pratique de 2 h.
- 1 supervision individuelle (horaire à fixer).
- Supervisions des conditions réelles de la mise en œuvre de la CBT-E, de la mise en place de la structure du traitement, des auto-enregistrements, de la formulation, du graphique de poids, des taches à domicile et si à partir d'enregistrements vidéo ou audio recueillis par les participants.

#### 5. Supervisions individuelles (optionnel)

Possibilité de supervision individuelle. La supervision se fait sur la base de la structure de la thérapie, d'un cahier d'auto-enregistrement, d'une formulation, et d'un graphique de poids et si possible d'enregistrements vidéo ou audio recueillis par le participant.

#### 6. Coût de la formation

- **Module CBT-E** : La thérapie cognitive et comportementale individuelle [CBT-E] et la supervision : **650 €**
- Cours de prérequis : **15 €** par cours
- Optionnel : supervisions individuelles supplémentaires, **80 €** la séance.

**10 % pour les membres des associations AEMTC, AFFORTHECC, AFTCC et ASPCo**  
**5 % pour les membres des associations CEPIA, UPPCF, FFAB.**

#### Certification

Certification à la fin de la supervision de groupe

#### Accès à un Réseau francophone d'intervision

#### Critères de participation à la formation :

- Avoir un réel désir d'apprendre la CBT-E
- Travailler avec des patients/clients souffrant de troubles alimentaires
- Être capable de recruter un ou plusieurs cas en vue de la formation, et être capable de les traiter dans le cadre des ateliers de mise pratiques.
- Être en mesure de consacrer le temps nécessaire pour suivre le cours ainsi que le temps nécessaire pour préparer les séances d'un ou plusieurs cas.
- Être rigoureux dans l'application de la procédure tant sur le plan de la structure que du contenu.
- Disposer d'un des manuels de référence

## Agenda 2023-2024

### 1. Prérequis

<https://www.aemtc.be/agenda-aemtc.php>

### 2. Ateliers théoriques

1. Mardi 7 novembre 2023 8 h 45 - 10 h 45
2. Mardi 14 novembre 2023 8 h 45 - 10 h 45
3. Mardi 21 novembre 2023 8 h 45 - 10 h 45

### 3. Ateliers de mise en pratique

Agenda provisoire à adapter (congés scolaires)

4. Mardi 28 novembre 8 h 45 - 10 h 45
5. Mardi 5 décembre 8 h 45 - 10 h 45
6. Mardi 19 décembre 8 h 45 - 10 h 45
7. Mardi 9 janvier 2024 8 h 45 - 10 h 45
8. Mardi 30 février 2024 8 h 45 - 10 h 45
9. Mardi 12 mars 2024 8 h 45 - 10 h 45
10. Mardi 2 avril 2024 8 h 45 - 10 h 45
11. Mardi 23 avril 2024 8 h 45 - 10 h 45
12. Mardi 14 mai 2024 8 h 45 - 10 h 45

## Inscription et début de la formation

- Inscription à [tcaformation@proximus.be](mailto:tcaformation@proximus.be) (indiquer « TCAFormation + CBT-E »)
- Acceptation sur dossier :
  - Nom, prénom,
  - Adresse, adresse mail, téléphone,
  - Curriculum Vitae et
  - 5 lignes de motivation
- Information sur les modalités de paiement après acceptation du dossier de candidature

## Formateurs et superviseurs

- **Yves Simon, neuropsychiatre**, qualification en soins psychothérapeutiques TCC. Enseignant dans plusieurs CU et DU universitaires en Belgique et en France.
- **Jessica Morton, psychologue clinicienne**, doctorante en psychologie, qualification en soins psychothérapeutiques TCC. Formation et pratique en CBT-E.

### En collaboration avec :



### Avec le soutien de



Centre d'Expertise  
Poids, Image et Alimentation



## Formation approfondie à la CBT-E dans le trouble alimentaire de l'adolescent, du jeune adulte et de l'adulte

### Objectif

Mise en œuvre des composantes clés de la Cognitive Behavioral Therapy-Enhanced, thérapie individuelle spécifique du trouble alimentaire fondée sur des données probantes.

Elle s'adresse tant aux comportements restrictifs (dont l'anorexie mentale) qu'aux comportements hyperphagiques (dont la boulimie).

### Introduction

Bien que la CBT-E est le traitement de première intention recommandé dans les directives thérapeutiques internationales, seul un petit nombre de patients bénéficient de ce type de traitement. Cette thérapie s'adresse à un large spectre de gravité du TCA, des formes légères (10 séances) aux formes sévères (40 séances). Dans une première étape, cette technique se centre sur les complications de la dénutrition, la restriction cognitive et les comportements de régime. Elle est structurée et s'adapte aux différents contextes environnementaux et psychopathologiques. La CBT-E s'adresse à la psychopathologie spécifique des TCA et l'intolérance émotionnelle. Elle peut être élargie à d'autres dimensions : l'estime de soi, le perfectionnisme et les relations interpersonnelles.

Cette thérapie est bien adaptée à un contexte multidisciplinaire en libéral ou institutionnel et peut être initiée en hospitalisation de jour ou résidentielle.

La CBT-E est adaptée à la téléconsultation.