

TCCI Formation



Prise en charge de l'insomnie par les TCC niveau 1

Public

Psychologue Médecin Psychothérapeute

Nous dormons tous mais nous avons tous aussi des croyances erronées sur notre sommeil. Pour aider les patients à dormir, le thérapeute a besoin de connaître le sommeil dans ses aspects physiologiques, psychologiques et comportementaux. Cette formation vous permettra d'établir un diagnostic d'insomnie, de mettre en place une psychoéducation efficace avec le patient, de connaître les modèles explicatifs de l'installation et du maintien de l'insomnie. Ces connaissances vous permettront de mettre en place un plan thérapeutique adapté à chacun de vos patients en intégrant les techniques spécifiques à l'insomnie et en utilisant l'ensemble des outils des TCC.

Objectifs de l'action

- ⇒ Connaître le fonctionnement du sommeil dans ses aspects physiologiques, psychologiques et comportementaux
- ⇒ Réaliser un bilan « sommeil » complet et une analyse fonctionnelle adaptée
- ⇒ Poser le diagnostic d'une insomnie, et en reconnaître les différentes formes
- ⇒ Mettre en place une psychoéducation efficace avec le patient
- ⇒ Mettre en place un projet thérapeutique personnalisé



Jour 1	Jour 2	Jour 3
Les définitions du sommeil Les mécanismes de sommeil Chronobiologie et sommeil Les pathologies du sommeil Echelles et diagnostic différentiel	Psychoéducation Mécanisme d'éveil Modèle d'installation de l'insomnie Conceptualisation Analyse fonctionnelle à partir de l'agenda	Technique : gestion des horaires Hygiène du sommeil Cas clinique Fatigue et sommeil Traitement pharmacologique Programme de groupe

Moyens pédagogiques : Apports théoriques sous forme d'exposés /support vidéo/ exercices pratiques / cas clinique

Prérequis : Être formé aux Thérapies Comportementales et Cognitives (TCC)

Intervenant : Sylvain Dagneaux, psychologue TCC, superviseur
Formateur au DU de TECC de Lille III et à l'AFTCC
Travail depuis plus de 15 ans au sein du Réseau Morphée, réseau en IDF consacré à la prise en charge des troubles du sommeil.

Durée

3 jours / 21heures
09h00-12h30 et
13h30-17h00

Tarif

Etablissement : 820€
Individuel : 585€

Pré programme donné sous réserve de modification



Visioformation

www.TCCI.fr

SAS FS2P - Siret : 918 991 597 – RCS Evreux – Numéro de déclaration d'activité : NDA 28 27 02539 27

Siege Social : 16 rue Saint Nicolas 27250 – NEAUFLES AUVERGNY

Email : tccifformation@gmail.com

Tel : 07 86 88 33 01