

Thérapie centrée sur la compassion et TCA

Le protocole CFT-E : compassion focused therapy for eating disorders

INSCRIPTION

L'inscription se fait en ligne en suivant le lien <http://elearningcfdc.com/wp/catalogue/> ou en le tapant dans votre navigateur internet

DATES : 12 au 14 octobre 2026

PRESENTATION

Formation d'une durée de 21h : 3 jours en visio-formation

Animée par Isabelle Leboeuf, docteure en psychologie et Florian Saffer diététicien, thérapeute comportementaliste et ingénieur en pédagogie

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ☐ **Renforcer la présence thérapeutique et la régulation émotionnelle** : développer la capacité à se relier à soi et au patient, à stabiliser l'attention par la respiration, et à accueillir la vulnérabilité dans l'entretien.
- ☐ **Explorer et cultiver la compassion dans la relation au corps et à l'alimentation** : identifier les processus de (dé)connexion au corps, différencier critique et compassion, et développer les attributs et comportements compassionnés, notamment face à la souffrance corporelle et alimentaire.
- ☐ **Acquérir des outils pratiques en psychoéducation émotionnelle et imagerie mentale** : intégrer des approches concrètes pour accompagner les patients dans la compréhension de leurs émotions et l'usage thérapeutique de l'imagerie.

METHODE PEDAGOGIQUE

La formation sera assurée par Florian Saffer, diététicien, thérapeute comportementaliste et titulaire d'un Master en Sciences de l'éducation et par Isabelle Leboeuf, docteure en psychologie

La pédagogie reposera sur plusieurs outils visant une articulation adaptée entre les savoirs et les savoir-faire : Diaporama / Jeux de rôle / Apprentissage vicariant (démonstration) / Travail collaboratif

PROGRAMME

Jour 1

☐ Matin (9h30 – 13h00)

- Introduction personnelle et attentes des participants
- Définition de la compassion et exploration des Fears/Blocks/Resistances
- Présentation du modèle CFT-E et initiation à l'imagerie mentale
- Validation émotionnelle et exposition comme expériences de compassion
- Initiation au rythme respiratoire apaisant

✂️ Après-midi (14h00 – 17h30)

- Modèle des trois cercles : sécurité, menace, activation
- Utilisation des chaises pour explorer la dynamique émotionnelle
- Processus d'attachement et comportements alimentaires
- Exercice d'imagerie (safe place)

Jour 2

☐ Matin (9h30 – 13h00)

- Les 3 flux de compassion et les attributs associés
- Idéal de compassion (partage et imagerie)
- Exercice de self-compassion et auto-compassion par l'image de l'enfant

✂️ Après-midi (14h00 – 17h30)

- Rédaction d'une lettre d'auto-compassion
- Activations corporelles de la compassion (ex. mains sur le cœur)
- Dialogue entre autocritique et compassion (exercice de chairwork)

Jour 3

☐ Matin (9h30 – 13h00)

- Autocritique et troubles du comportement alimentaire (TCA)
- Honte, culpabilité et analyse fonctionnelle
- Exercice d'imagerie autour des émotions complexes

✂️ Après-midi (14h00 – 17h30)

- Développer l'auto-compassion dans les TCA (théorie et pratique)
- Imagerie guidée « le canapé de la compassion »
- Bilan : résumé, transfert clinique, engagement post-formation

EVALUATION DES ACQUIS

L'évaluation se situera en plusieurs temps :

L'autoévaluation des compétences aura lieu en début de formation et en fin de formation afin d'évaluer l'évolution du stagiaire.

En parallèle de ceci il évaluation formative continue sera réalisée pendant l'atelier :

- L'évaluation des connaissances sera évaluée par divers outils : questionnaires à choix multiple, texte à trou

- L'évaluation des savoir-faire sera réalisée en continue par la pratique de cas clinique qui seront débriefés par le formateur

L'évaluation de la satisfaction des stagiaires sera réalisée en fin de formation par un questionnaire anonyme.

A l'issue de cette formation le stagiaire recevra une attestation attestant sa participation à l'atelier et sa maîtrise des compétences visées par celui-ci.

NATURE DE LA FORMATION

La Formation s'inscrit dans le cadre des actions de formation prévues par les articles L.6313-1 et L.6313-9 du Code du Travail - LOI n°2018-771 du 5 septembre 2018 - art. 4

Elle constitue une action concourant au développement des compétences qui entre dans le champ d'application des dispositions relatives à la formation professionnelle sous le qualificatif :

Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.

PUBLIC ET PREREQUIS

Formation ouverte uniquement aux diététiciens diplômés

ACCESSIBILITE

Afin de garantir l'accessibilité pédagogique des formations à tous, notre organisme de formation peut réaliser des adaptations à la demande (adaptation des rythmes, des supports...). Nous vous invitons dans ce cas à nous contacter au plus vite.

TARIF

Tarif ordinaire : 490 euros

Tarif réduit : 420 euros (abonnés Mon suivi diet, adhérents ADL, demandeur d'emploi et étudiants)