

## Formation : colères normales et pathologiques

**Adresse** : <https://asadis.net/fr/formation/coleres-normales-pathologiques/>

**Durée** : 1h30

**Nature** : Action de formation professionnelle

**Lieu** : Formation en ligne

**Tarif individuel** : \$72.00

**Présentation** :

### **Supports et moyens pédagogiques :**

Une formation théorique illustrée d'exemples cliniques. Cette formation est composée de vidéos de 5 à 15 minutes chacune. Le PowerPoint du cours est disponible en téléchargement.

**Public** : Cette formation s'adresse à tous les professionnels de la santé mentale.

### **Le formateur**

Dr. Didier Pleux est docteur en psychologie du développement et clinicien spécialiste de la psychothérapie cognitive-comportementale. Dans les années 1980, il a été formé aux approches cognitives avec Albert Ellis et son équipe. Depuis, il dirige l'Institut français de thérapie cognitive et enseigne à l'Université populaire de Caen, France. Il est l'auteur de 21 ouvrages sur l'éducation et l'approche émotivo-rationnelle, dont "Les 10 commandements du bon sens éducatif", "De l'enfant roi à l'enfant tyran", et "Un enfant heureux".

Depuis une quarantaine d'années, il travaille sur le nécessaire équilibre entre « plaisir et réalité », démontrant que l'intolérance aux frustrations serait à l'origine de nombreux dysfonctionnements psychologiques et pathologiques. La carence éducative est, selon lui, responsable de nombreux maux et les thèses de Françoise Dolto sont dénoncées comme étant anachroniques. Pour le Dr Pleux, toute approche psychothérapique doit désormais envisager les pathologies de l'hypertrophie du Moi, de l'absence de la conscience morale et du déficit d'accommodation au réel. Par ailleurs, les approches

cognitive-comportementales doivent donner plus d'importance à l'histoire affective du patient. Il importe donc de proposer une véritable « psychothérapie existentielle » où la genèse des synthèses de vie du patient est recherchée et « disputée » pour accéder à une véritable philosophie de vie singulière.

### **Plan de la formation**

PowerPoint

Introduction

#### Comprendre les différentes colères

Les "bonnes colères"

Les "mauvaises colères"

Les "colères irrationnelles"

#### Décortiquer la colère irrationnelle

Exemples de colères irrationnelles

Colères et "intolérance aux frustrations"

Les raisons des colères irrationnelles

#### Agir et transformer

La méthode "ABCDE" d'Ellis

Vers une philosophie de vie

Conclusion

**Délais d'accès** : Une fois l'inscription confirmée, vous (ou l'apprenant) pouvez commencer la formation à tout moment, de manière autonome et à votre propre rythme. Vous pouvez accéder à la formation tant qu'Asadis détient les droits légaux de la diffuser (typiquement 10 ans).

**Des questions ?** N'hésitez pas à nous contacter à [contact@asadis.net](mailto:contact@asadis.net)