

## **Formation : la thérapie comportementale et cognitive de la dépression avec ou sans conduites suicidaires**

**Adresse:** <https://asadis.net/fr/formation/therapie-comportementale-cognitive-depression-avec-sans-conduites-suicidaires/>

**Durée:** 2h30

**Nature :** Action de formation professionnelle

**Lieu :** Formation en ligne

**Tarif individuel:** \$96.00

### **Présentation:**

La dépression constitue un trouble mental courant, caractérisé par la tristesse, la perte d'intérêt ou de plaisir, des sentiments de culpabilité ou de faible estime de soi, des troubles du sommeil ou de l'appétit, d'une sensation de fatigue et d'un manque de concentration. Elle peut être de longue durée ou récurrente, et porte essentiellement atteinte à la capacité des personnes à fonctionner à la maison, au travail ou à gérer les situations de la vie quotidienne. Dans les cas les plus graves, la dépression peut conduire au suicide. Or, une grande partie des personnes qui présentent ce trouble ne sont pas traitées. Pourtant, la dépression peut être évaluée et traitée de façon fiable dans le cadre de soins de santé primaire. Lors de cette formation, vous allez vous familiariser à la thérapie comportementale et cognitive pour traiter la dépression et au plan de sécurité pour conduites suicidaires. Pour ce faire, en plus de l'introduction et de la conclusion, 18 modules théoriques et pratiques seront présentés en incluant 2 vignettes cliniques. Aux termes de cette formation, vous devriez être mieux outillé pour accompagner les personnes présentant une dépression dans le cadre de soins de santé primaire. Recrutement terminé ! Par ailleurs, cette formation fait l'objet d'une recherche. Le Laboratoire d'étude sur les troubles de l'humeur de l'UQAM réalise présentement un projet de recherche pour évaluer une formation sur le plan de sécurité pour conduites suicidaires. Le but de cette étude est d'évaluer votre satisfaction et vos apprentissages, afin d'optimiser la formation pour les professionnels et professionnelles de la santé et des services sociaux francophones. Cette recherche sera effectuée entièrement en ligne. Le projet se déroulera pendant l'hiver 2022. Votre participation consistera : 1) à visionner la formation sur le plan de sécurité dans un délai d'un mois (deuxième partie de la formation annoncée sur la plateforme ASADIS, d'une durée d'environ 1h00); 2) à répondre à des questionnaires en ligne avant et après la formation, ainsi qu'un mois après (environ 30 à 45 minutes chaque fois). Tout cela demeurera strictement confidentiel.

### **Objectifs pédagogiques:**

1. Définir la dépression et les modèles comportementaux et cognitifs qui l'expliquent
2. Expliquer l'ampleur et la principale complication de la dépression
3. Expliquer les concepts de bases et les principes fondamentaux de la TCC de la dépression
4. Réaliser une évaluation dans un format standard de la TCC de la dépression
5. Appliquer les principales stratégies d'intervention associées aux protocoles de la TCC de la dépression
6. Concevoir un plan de sécurité pour conduites suicidaires

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

Un cours théorique illustré par des exemples cliniques. Ce cours est composé de vidéos de 5 à 15 minutes chacune. Le PowerPoint de la formation à télécharger.

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

### **Les formateurs**

Réal Labelle, psychologue, M. Ps., Ph. D., est professeur titulaire en psychologie clinique à l'Université du Québec à Montréal et chercheur régulier au Centre de recherche et d'intervention sur le suicide, enjeux éthiques et pratiques de fin de vie et au Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal. Il est spécialisé en psychologie clinique d'approche comportementale et cognitive. Ses travaux portent sur l'étude, l'évaluation et le traitement psychologique des troubles de l'humeur avec ou sans comportements suicidaires. Au cours des dernières années, il est régulièrement invité en Europe, au Moyen-Orient et en Afrique pour enseigner.

Olivier Bourdon a complété son doctorat en psychologie clinique à l'Université du Québec à Montréal, sous la direction du professeur Réal Labelle. Son essai doctoral, intitulé : *Adaptation et évaluation d'une formation sur le plan de sécurité pour conduites suicidaires*, est accueilli favorablement par la communauté scientifique et communautaire.

Aujourd'hui, Olivier Bourdon œuvre à titre de psychologue au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke. Il pratique en santé mentale jeunesse et en pédopsychiatrie depuis 2021. Avant d'être psychologue, il compte deux années d'expériences comme intervenant au Centre de prévention de suicide de la Haute-Yamaska et aux Centres jeunesse de Montréal, ainsi que cinq années de services en recherche comme professionnel de recherche sur des projets de grandes envergures.

### **Plan de la formation**

PowerPoint

Introduction

Objectifs de la formation

Partie A – La thérapie comportementale et cognitive de la dépression

Présentation de Réal Labelle

Qu'est-ce que la dépression ?

Terminologie

Quels sont les symptômes et l'ampleur de la dépression?

Manifestations et chiffres

Quelles sont les causes et la principale complication de la dépression?

Étiologie et suicide

Quels sont les principes de la TCC de la dépression?

Théories et vignette

Quels sont les protocoles d'intervention et les phases de la TCC de la dépression?

Soins et traitements

En quoi consiste la première phase de la TCC de la dépression?

L'évaluation psychologique

En quoi consiste la deuxième phase de la TCC de la dépression?

La psychoéducation

En quoi consiste la troisième phase de la TCC de la dépression?

L'intervention comportementale et cognitive

L'intervention émotionnelle et existentielle

En quoi consiste la quatrième phase de la TCC de la dépression?

L'intégration et la prévention

### Partie B – Le plan de sécurité pour conduites suicidaires

Présentation d'Olivier Bourdon

Qu'est-ce que les conduites suicidaires ?

Terminologie

Quelle est l'ampleur des conduites suicidaires et de la crise suicidaire?

Chiffres et manifestations

Comment prévient-on les conduites suicidaires?

Le plan de sécurité

Quoi faire avant d'établir un plan de sécurité ?

Vignette et protocole - étapes 1 à 5

Quoi faire pour établir un plan de sécurité ?

Protocole - étape 6

Quoi faire après l'établissement d'un plan de sécurité ?

Protocole - étapes 7 et 8

### Conclusion

Rappel et mot de la fin

Bibliographie

### **Évaluation :**

Afin de valider l'atteinte des objectifs pédagogiques, une évaluation finale, sous forme de questions vrai/faux, est proposée. Elle doit être complétée pour obtenir l'attestation de réussite.

En complément, une auto-évaluation facultative est proposée au début et à la fin du parcours, afin de vous

permettre de mesurer votre progression sur les compétences visées.

Ces démarches ne sont pas notées et visent avant tout à soutenir votre réflexion professionnelle.

**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).

**Accessibilité et accompagnement** : Cette formation est proposée en format vidéo enregistré, sans sous-titrage. Si vous êtes en situation de handicap, nous pouvons vous proposer une alternative adaptée (assistance technique au visionnage ou supervision). Pour toute demande, veuillez contacter notre référent handicap à l'adresse suivante : [contact@asadis.net](mailto:contact@asadis.net)

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