

# L'EMDR DANS LE TRAITEMENT DES PHOBIES SPÉCIFIQUES

avec **Monika Miravet**

**Jeudi 14 et vendredi 15 janvier 2022 - Paris**

## ■ PRÉSENTATION

Les phobies spécifiques touchent environ 10% de la population générale. Les peurs excessives 40% à 82% en fonction des études. Les thérapies comportementales et cognitives (TCC) font légion en matière de traitement depuis de nombreuses années. Cependant, de nombreuses phobies sont liées à du matériel traumatique. Des protocoles EMDR existent pour les traiter. Cette formation abordera le traitement des phobies spécifiques avec l'EMDR :

- Définition de la phobie spécifique et des notions connexes
- Approche psycho éducative
- Enseignement de techniques de self-control
- Enseignement d'outils TCC majeurs adaptés à une prise en charge en EMDR
- Conceptualisation de cas, PDC phobies spécifiques
- Adaptations du protocole EMDR
- Spécificités des phases 3 à 8
- La mise en action programmée

## ■ OBJECTIFS

- Appréhender les notions de peur, de phobie et connexes
- Apprendre des stratégies de stabilisation et d'apaisement adaptées
- Savoir utiliser la psycho-éducation de manière efficace
- Développer un plan de ciblage phobies spécifiques
- S'imprégner de stratégies EMDR particulières pour le retraitement des cibles

- Assimiler des techniques d'exposition/ de mise en action

## ■ MÉTHODOLOGIE / MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Exposés théoriques
- Cas cliniques
- Vidéos
- Exercices en grand groupe

## ■ PUBLICS

- Praticiens EMDR certifiés ou en cours de formation (niveau 2 effectué)
- 30 à 72 participants en présentiel, 30 à 150 participants en ligne.

## ■ PROGRAMME

(sous réserve de modifications)

### **Premier jour :**

- Accueil – Rappel des objectifs
- Présentation du programme
- Recueil des attentes
- Phases 1 et 2
- Le diagnostic des phobies spécifiques
- La préparation :
  - Psycho éducation : Peur, phobie et notions connexes
  - Techniques de self control
  - Exercices de stabilisation et de renforcement de ressources
- Conceptualisation de cas et Plan de traitement
  - Hiérarchiser les problématiques
  - Plan de ciblage des phobies spécifiques

### **Deuxième jour :**

Phases 3 à 8

- Ordre de retraitement des cibles
- Spécificités des Phases 3 à 8
- Protocole du futur : vidéo mentale
- Le flashforward
- La mise en situation – techniques de TCC
- Conclusion

> Formations en ligne : pour les formations organisées en ligne, le programme est identique, à l'exception de : certaines vidéos sont remplacées par des démonstrations et/ou cas cliniques détaillés permettant d'atteindre le même objectif pédagogique.

#### ■ INTERVENANT

##### **Monika Miravet**

est psychologue clinicienne en libéral à Paris. Elle intervient en tant que superviseur et facilitateur dans le cadre de la formation initiale en EMDR pour l'IFEMDR. Elle est formée aux thérapies comportementales et cognitives. Monika Miravet est membre fondatrice et ancienne vice-présidente de l'association HAP-France - devenue Trauma Aid France - et ancien membre du conseil d'administration de l'association EMDR-France.



#### ■ CRÉDITS DE FORMATION CONTINUE

• La Commission de Formation Continue et de ré-accréditation de l'association EMDR France a attribué les crédits de formation théorique et/ou pratique suivants : 1h = 1 crédit

#### ■ DURÉE ET HORAIRES

• Durée : 2 jours - 12h  
 • Horaires : (sous réserve de modifica-

tions)

- Accueil et enregistrement le vendredi, à partir de 9h
- Vendredi : de 9h30 à 12h30 (pause de 30 mn) et de 14h à 18h (pause de 30 mn)
- Samedi : de 9h à 12h (pause de 30 mn) et de 13h30 à 17h30 (pause de 30 mn)
- Suivant les lieux de formation, l'accueil sera réalisé par un membre de l'équipe administrative ou l'intervenant.

#### ■ LIEU

> Formations en présentiel :

- La formation se déroule à Paris. L'adresse précise vous sera confirmée lors de votre inscription. Un plan d'accès est disponible sur notre site [www.ifemdr.fr](http://www.ifemdr.fr) et dans votre compte personnel IFEMDR.

> Formations en ligne :

- Formation à distance par Zoom.
- Une prise en main technique de Zoom est proposée quelques jours avant, contactez nous pour vous inscrire. Un test technique est possible en amont, avant la formation, pour les participants intéressés. Nous vous proposerons plusieurs rdv avant la formation.
- Un lien vous sera envoyé la veille de la formation pour vous connecter. Il sera également disponible sur votre compte personnel.

#### ■ MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Les inscriptions se font au plus tard 1 mois avant la formation.
- Le nombre de places étant limité, nous vous conseillons de vous inscrire au plus tôt.
- Les inscriptions se font sur notre site internet [www.ifemdr.fr](http://www.ifemdr.fr).
- L'inscription sera enregistrée après réception de :

- le contrat ou la convention de formation signé
- le règlement intégral au moment de l'inscription (si inscription individuelle)
- un accord de prise en charge de la formation si elle est financée par une personne morale
- Les participants reçoivent une confirmation d'inscription par mail.

## ■ VALIDATION ET ATTESTATION

- La validation nécessite :
  - > Formations en présentiel : la présence et la participation active à l'ensemble de la formation.
  - > Formations en ligne : la présence, la participation active à l'ensemble du programme et la validation de 75% des questions posées dans un QCM de validation.
- Une attestation de présence est envoyée aux participants à la l'issue de la formation. Elle est également disponible sur votre compte personnel IFEMDR.
- Un questionnaire d'évaluation sera complété à l'issue de la formation.

## ■ TARIFS TTC (2022)

- Un tarif préférentiel est proposé pour les inscriptions faites plus de 3 mois avant.
- Prise en charge individuelle :
  - pour les inscriptions au plus tard 3 mois avant le séminaire : 457 € TTC
  - pour les inscriptions entre moins de 3 mois et 1 mois avant le séminaire : 497 € TTC
- Prise en charge par une personne morale : 592 € TTC
- Les tarifs comprennent l'enseignement, les documents pédagogiques, les pauses-café.
- Les tarifs ne comprennent pas l'hébergement, le transport, les repas.

## ■ MODALITÉS DE REGLEMENT

Les règlements se font :

- à titre individuel : par carte bancaire en ligne lors de l'inscription
- si la formation est prise en charge par une personne morale : au plus tard 1 mois après la fin de la formation
- Pour les tarifs préférentiels proposés pour les inscriptions faites plus de 3 mois avant les formations : la date retenue pour l'application du tarif préférentiel est la date de paiement mentionnée sur le compte bancaire d'IFEMDR (inscription à titre individuel).

## ■ CONDITIONS GÉNÉRALES

- Les conditions générales détaillées (et notamment conditions d'annulation, de report et de remplacement) sont disponibles sur le site [www.ifemdr.fr](http://www.ifemdr.fr).

## ■ FORMATIONS ORGANISÉES EN DISTANCIEL

- Pour faciliter votre participation, vous recevrez à l'avance :
  - les accès nécessaires pour rejoindre la réunion : le lien pour vous connecter à la formation sera disponible sur votre compte personnel IFEMDR dès que votre formation sera confirmée. Il vous sera également envoyé par mail la veille de la formation.
  - les documents pédagogiques (manuel de formation et annexes) afférents à télécharger : les supports pédagogiques seront téléchargeables sur votre compte personnel IFEMDR. Ils seront disponibles environ 7 jours avant et jusqu'à 3 jours après la formation.
  - si besoin un accompagnement gracieux dans la prise en main technique de notre outil de vidéo conférence. Une prise en main technique de Zoom est proposée quelques jours avant, contactez nous

pour vous inscrire.

- Et, à l'issue de votre formation tous les documents administratifs habituels.

- Un article sur les questions techniques et recommandations est disponible en ligne

#### ■ DIVERS

- Pendant la formation, les participants ne sont autorisés à enregistrer aucun matériel didactique (images et/ou sons).

- La formation ne poursuit que des objectifs cliniques et de recherche. Au terme de ces seules journées, les participants ne sont pas autorisés à assumer des activités de formation impliquant la thérapie EMDR.

#### ■ AVERTISSEMENTS

- Les présentations théoriques peuvent comprendre des études de cas pouvant susciter des réactions personnelles.

#### ■ COMPTE PERSONNEL IFEMDR

- Chaque participant dispose d'un compte personnel IFEMDR.

- Nous l'avons créé pour simplifier votre accès aux formations et consigner les documents administratifs et pédagogiques nécessaires à votre parcours.

- Dans cet espace confidentiel, vous avez la possibilité de : mettre à jour vos coordonnées, demander des devis, visualiser votre planning de formation, télécharger vos programmes des formations, télécharger vos factures, pour les forma-

tions en distanciel : retrouver le lien de connexion et télécharger vos supports de formation numériques, vous inscrire sur l'annuaire des professionnels formés par notre institut...

- Votre compte personnel est accessible ici : <https://www.ifemdr.fr/espace-personnel/>

#### ■ CERTIFICATION QUALITÉ, ODPC ET DATADOCK

- Essentia Conseils – Institut Français d'EMDR bénéficie d'une certification qualité Qualiopi qui vous garantit une réponse aux critères qualité qui sont demandés par les organismes financeurs (OPCA, Etat, Régions et Pôle Emploi) et donc de pouvoir bénéficier de leurs financements. La certification qualité a été délivrée au titre des actions de formation. Les infos détaillées sont sur notre site : <https://www.ifemdr.fr/certificat-qualiopi/>

- Essentia Conseils – Institut Français d'EMDR est référencé dans Datadock.

- Essentia Conseils – Institut Français d'EMDR est également référencée auprès de l'agence nationale de DPC

- Essentia Conseils – Institut Français d'EMDR est également référencée auprès de l'agence nationale de DPC



#### ■ HANDICAP

- Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'un aménagement spécifique pour suivre une formation chez nous, contactez Valérie Le Chaix, notre référent handicap, sur [valerie@essentia.fr](mailto:valerie@essentia.fr)

## Institut français d'EMDR

30-32, Place Saint-Georges - 75009 Paris - [www.ifemdr.fr](http://www.ifemdr.fr)

**Inscription individuelle :** Cathy Bonnet - [cathy@essentia.fr](mailto:cathy@essentia.fr) et Alicia Dufour - [alicia@essentia.fr](mailto:alicia@essentia.fr)

**Inscription par une personne morale :** Muriel Impérial - [muriel@essentia.fr](mailto:muriel@essentia.fr)

**Comptabilité :** Valérie Le Chaix - [compta@essentia.fr](mailto:compta@essentia.fr)

**Standard :** 01 83 62 77 71, du lundi au vendredi, de 10h à 15h