

# EURL Centre de gestion des ressources

27 rue André Vasseur

31200 Toulouse

Email : s.brune@cegeress.fr

Tel : 06 22 52 93 67

## Psychothérapie de l'insomnie - niveau 3 -

*Formation qui permet de se spécialiser et/ou de s'affilier au réseau du centre de l'insomnie en tant que médecin psychiatre (ou médecin formé en psychothérapie) ou en tant que psychologue/psychothérapeute*

**Durée:** 14.00 heures (2.00 jours)

### Profils des apprenants

- Psychologues /Psychothérapeutes (n°ADELI obligatoire)
- Médecins (psychiatres ou formé en psychothérapie)
- Professionnel de santé formé en psychothérapie (validation sur dossier)

### Prérequis

- Etre un professionnel de santé mentale
- Avoir suivi le module "Le trouble insomnie: du diagnostic aux traitements actuels" de niveau 2 ou formation équivalente (validation sur dossier)

### Accessibilité et délais d'accès

Notre centre de formation est accessible à toute personne à mobilité réduite. Pour tout besoin particulier, merci de nous contacter, nous mettrons tout en oeuvre pour adapter la formation à vos besoins.

4 semaines

### Qualité et indicateurs de résultats

Nouveauté 2024.

Nos indicateurs Qualité sont basés sur la satisfaction des stagiaires au regard de la réponse à leurs attentes et besoins initiaux (taux de satisfaction et nombre de stagiaires).

## Objectifs pédagogiques

- Identifier les spécificités des comorbidités psychiatriques dans la prise en charge de l'insomnie
- Comprendre l'impact des traumatismes sur le sommeil
- Acquérir des techniques d'abaissement de l'hyperéveil mental et émotionnel associées aux troubles anxieux
- S'entraîner en pratique aux techniques de prise en charge intégratives de l'insomnie avec des études de cas cliniques et des cas complexes

## Contenu de la formation

- Troubles de l'humeur et insomnie
  - Clinique des troubles de l'humeur et insomnie
  - Spécificité des troubles bipolaires
  - Dépression saisonnière: symptômes et traitement
- Troubles anxieux et hyperéveil
  - TAG, trouble de l'adaptation et insomnie
  - Phobie du coucher et technique de désensibilisation systématique
  - Hyperéveil mental et émotionnel; prises en charge complémentaires
- Prise en charge des cas complexes et autres comorbidités psychiatriques
  - Quelle place du traitement de l'insomnie dans la prise en globale?

EURL Centre de gestion des ressources | 27 rue André Vasseur Toulouse 31200 | Numéro SIRET : 49207745800023 |

Numéro de déclaration d'activité : 73 31 08 031 31 (auprès du préfet de région de : Occitanie)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

# EURL Centre de gestion des ressources

27 rue André Vasseur

31200 Toulouse

Email : s.brune@cegeress.fr

Tel : 06 22 52 93 67

- Syndrome de Stress Post Traumatique, cauchemars et insomnie
- Troubles de la personnalité, TDAH, TSA: spécificités et impact sur le sommeil
- Hypersomnie: conduite à tenir en psychothérapie?
- Études de cas cliniques
  - Etude de cas cliniques complexes et prise en charge intégrative e l'insomnie avec comorbidité
  - Difficultés rencontrés, points de vigilance et analyse de pratique

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Séverine Brune, fondatrice du centre de l'insomnie, psychologue formatrice enseignante

### Ressources pédagogiques et techniques

- Pédagogie active avec échange d'expérience
- Etudes de cas cliniques en petits groupes
- Mises en situation
- Support synthétique sous forme de fiches pratiques à télécharger en fin de formation
- Diaporama du stage à télécharger en fin de formation

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuille de présence
- Mises en situation
- Analyse d'une étude de cas clinique
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation
- Questionnaire à une mois de la formation afin d'évaluer l'apport du contenu sur la pratique professionnelle
- Attestation de compétences en fin formation

**Prix : 780.00**