

CYCLE ADTCCF 2021 ATELIERS TCC POUR COUPLES  
Lundi 13 & Mardi 14 Septembre 2021 - Paris (9h30- 13h30 à 14h-18h)  
**THERAPIE DE COUPLE CENTREE SUR LA GESTION DU STRESS.**  
PROGRAMME DE FORMATION AU COPING DYADIQUE, METHODE DES 3 PHASES  
**Pr. Guy BODENMANN & Pr LINDA CHARVOZ**  
Centre Maurice Ravel – 6 av. Maurice Ravel 75012 Paris  
ADTCCF: 119 rue des Pyrénées 75020 Paris adtccf@orange.fr

**Guy Bodenmann** est un concepteur authentique, enseignant, praticien, autorisant des formations certifiées ; **Linda Charvoz** est formée à l'approche TCC et à la thérapie de couple, enseignante et praticienne. Ils Interviendront à deux dans cet atelier qui comprendra plusieurs exercices et mises en situations, permettant une supervision plus large et plus active pour ceux qui désireraient poursuivre cette formation...

**OBJECTIF DE L'ATELIER EN FRANÇAIS :**

Introduire le concept de la gestion dyadique du stress facteur d'influence majeur dans le fonctionnement du couple, sa détresse et son avenir. Les conflits au sein du couple sont souvent dus aux stressseurs externes au couple. Rapportés/importés à la maison ils affectent ensuite les interactions du couple en augmentant le risque de conflits aigus, d'escalades, de violence verbale ou physique, la rupture de la communication peut entrainer jusqu'à 50% des divorces.

**EXPLICATION THEORICO-PRACTIQUE DE LA METHODE DES TROIS PHASES**

Empiriquement validé ce Modèle, original et spécifique fait partie à part entière des grandes approches en Thérapie de Couple.

On montre au couple des chemins différents pour gérer ces situations en leur apprenant une perception dyadique du stress et sa gestion, et conceptualiser les schémas à l'origine du stress :

**Buts principaux de la gestion dyadique du stress en couple :**

- 1) Réduire le stress au sein du couple par une gestion dyadique à la place d'une gestion individuelle mutuellement inefficace.
- 2) Augmenter la compréhension mutuelle du fonctionnement de l'autre. En comprenant pourquoi l'autre réagit d'une certaine manière cela permet à l'autre partenaire de réagir différemment.
- 3) Cette compréhension crée une base d'empathie mutuelle, de partage des émotions et le renforcement des sentiments de cohésion, d'unité et de confiance.



**Guy Bodenmann**

Professeur à l'**Université de Zurich.**, séjour de recherche chez **John Gottman** de l'Université de Washington (USA). : ses domaines de recherche sont, l'influence du stress sur le fonctionnement de la relation de couple, les troubles psychiques, le divorce, l'impact des conflits conjugaux sur les enfants, prévention de la détérioration de la relation, la thérapie de couple et ses possibilités de mieux gérer les tracas quotidiens.

**Guy Bodenmann** a développé le programme antistress (Couples Coping Enhancement Training, CCET) et une approche thérapeutique au sein du couple portant sur une amélioration de la gestion du stress en commun. Focalisant sur l'écoute, l'expression des émotions et le soutien adéquate

**Linda CHARVOZ**, formée à la thérapie cognitivo-comportementale et notamment au programme antistress (CCET) dispose d'une expérience clinique en milieu hospitalier et consultations ambulatoires intervient dans ce premier module au côté du Pr G Bodenmann.



**Linda Charvoz**

Linda Charvoz est professeure à la **Haute Ecole de Travail Social et de la Santé** (HES-SO) à Lausanne.

Elle a effectué son doctorat à l'Université de Fribourg sous la supervision de Guy Bodenmann. Elle s'intéresse au fonctionnement des couples dont un des partenaires souffre d'une maladie chronique ou d'un trouble psychique.

## **ECHANGE INTERACTIF AVEC LES PARTICIPANTS A CHAQUE ETAPE DE LA FORMATION ET MISES EN SITUATION PRATIQUE**

La technique thérapeutique, *méthode des trois phases*, après chaque explication des contextes évolutifs sera pratiquée en jeux de rôle entre participant après un jeu de rôle de démonstration avec les intervenants afin de donner une idée du comment on travaille avec le couple et quels en sont les effets.

## **EVALUATION DE LA FORMATION**

QCM en fin de chaque journée pour évaluation formative et retour des intervenants sur le contenu du questionnaire.

## **BIBLIOGRAPHIE EXISTANTE**

**Bodenmann, G. (2003). *Une vie de couple heureuse*. Paris: O. Jacob.**

Bodenmann, G. (2003). *Le dépistage du divorce*. St. Maurice : Editions St. Augustin.

Bodenmann, G. *Dyadic coping and the 3-phase-method in working with couples*. In L. VandeCreek (ed.),

*Bodenmann, G. Innovations in clinical practice: Focus on group and family therapy*. Sarasota: Professional Resources Press.

CONSTANT, E., CHARVOZ, L., & BODENMANN, G. (2018). *Amélioration du coping dyadique dans le cadre des thérapies de couple reposant sur des programmes d'entraînement à la gestion du stress*. In F. ALLARD & P. ANTOINE (Eds.), *Le couple en thérapie comportementale, cognitive et émotionnelle* (pp. 83-107). Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson.

CHARVOZ, L. & BODENMANN, G. (2016). *L'entraînement à l'amélioration de la gestion du stress au sein du couple (CCET)*. In N. Favez & J. Darwiche (Eds.), *Les thérapies de couple et de famille : Modèles empiriquement validés et applications cliniques* (pp. 191-210). Bruxelles : Editions Mardaga.