INSTITUT DE FORMATION EN
RÉGULATION EMOTIONNELLE NANTAIS

5, rue Cruçy
44000 Nantes
N° Siren : 929617215
N° de déclaration d'activités : 52441189144

# Thérapie Comportementale Dialectique – Niveau 1 – Animer les groupes de compétences de la TCD

Version Juillet 2026

## Descriptif

La TCD a été développée à l'origine par Marsha Linehan, Ph.D., comme un traitement pour les personnes ayant des comportements auto-dommageables et/ou des idées suicidaires. Les personnes qui présentent ces difficultés depuis longtemps peuvent avoir reçu un diagnostic de trouble de la personnalité limite (TPL). Plus de 20 ans de recherche dans le monde entier ont soutenu cette approche. Au fil du temps, la TCD a été adaptée pour traiter une série de troubles présentant des difficultés similaires, tels que les troubles de l'alimentation et les addictions.
La TCD est une thérapie structurée qui comprend quatre piliers essentiels : le suivi individuel, les groupes de compétences, le coaching téléphonique et la consultation d'équipe. Cette formation propose de vous former à l'animation des groupes de compétences de la TCD ainsi qu'aux stratégies principales de cette thérapie.

## Objectifs généraux

A l'issue de la formation, vous serez en mesure d'animer des groupes de compétences de la TCD et d'utiliser les techniques thérapeutiques spécifiques dans l'accompagnement du groupe et des participants individuellement dans le groupe.

## Objectifs opérationnels

- Identifier le trouble de la personnalité borderline parmi les troubles de la personnalité dans une perspective DSM-V
- Expliquer les fondements philosophiques de la TCD
- Définir la structure des groupes de compétences issues de la TCD
- Utiliser des stratégies de validation, d'engagement et de contingences
- Expliquer et expérimenter les compétences issus de la TCD
- Utiliser efficacement les outils de la TCD en vue de la mise en place des groupes

## Moyens pédagogiques

Plusieurs moyens pédagogiques seront mobilisés :

1) Apports théoriques
2) Présentation avec diaporama
3) Vidéos explicatives
4) Cas cliniques
5) Jeux de rôle
6) Supports pédagogiques : fichiers numériques pédagogiques

## Programme

| | Jour 1 : Titre | Jour 2 : | Jour 3 : Titre | Jour 4 : | Jour 5 : |
|---|---|---|---|---|---|
| Matin | Prét-test ; présentations de la formation et recueil des attentes<br><br>Rappel théorique sur le trouble de la personnalité borderline<br><br>Modèle théorique de M. Linehan sur le trouble de la personnalité borderline | Stratégies de contingence<br><br>Techniques d'animation de groupe | Module « Régulation es émotions » Apports théoriques Exercices expérientiels | Module « Sentiment d'Efficacité Interpersonnel » Apports théoriques Exercices expérientiels | Retour d'expérience<br><br>Consultation d'équipe |
| Après-midi | Structure générale de la TCD : postulats de base et cible de la TCD.<br><br>Stratégies de validation et stratégie d'engagement<br><br>Bilan de la journée Réponse aux questions | Module « pleine conscience » Apports théoriques Exercices expérientiels<br><br>Bilan de la journée Réponse aux questions | Module « Tolérance à la détresse » Apports théoriques Exercices expérientiels<br><br>Bilan de la journée Réponse aux questions | Comportements interférant avec la thérapie<br><br>Bilan de la journée Réponse aux questions | Résolution de problèmes<br><br>Ressources complémentaires<br><br>Test final<br><br>Bilan de la formation<br><br>Questionnaire de satisfaction |

## Public et pré-requis

Public visé : tout professionnel médical ou paramédical, psychologues et psychothérapeutes souhaitant mettre en place les groupes de TCD

Pré-requis : être diplômé dans le secteur médical ou paramédical (bac+3 et plus) et disposer d'un numéro ADELI / RPPS. La formation s'adresse également aux étudiants Master 2 de psychologie et aux internes en psychiatrie.

Version Novembre 2026

## Modalités d'accès à la formation :

L'inscription s'effectue par mail : contact@if-ren.fr . Elle peut se faire 15 jours maximum avant le début de la formation.

Un CV et une lettre de motivation sont attendus (votre numéro RPPS ou une copie de vos diplômes sont nécessaires).

### Accessibilité/handicap

Si vous êtes en situation de handicap, merci de prendre contact avec l'IFREN afin d'évaluer si des adaptations vous permettant d'accéder à la formation sont possibles.

Cette formation est accessible à la plupart des personnes en situation de handicap. Toutefois, nos référents en la matière Samuel Rocher et Caroline Chiron au contact@if-ren.fr se tiennent à votre écoute pour évaluer la faisabilité de votre projet de formation et anticiper les éventuels aménagements nécessaires et possibles.

## Moyens de suivre l'exécution de la formation et les résultats :

A l'issue de l'action de formation les stagiaires recevront :
- un questionnaire permettant d'évaluer la qualité de l'intervention du formateur,
- une évaluation afin d'évaluer vos connaissances et vos capacités à appliquer en situation réelle vos connaissances nouvellement acquises.
- une attestation de présence.

### Effectif

24 personnes maximum

## Dates et horaire

**Lieu :** Ibis Nantes centre gare sud, 3 allée baco, 44000 Nantes

**Les formateurs :** Caroline Chiron et Samuel Rocher (psychologues)

**Dates :** 10, 11 et 12 Février 2027 ; 13 et 14 Mai 2027 (5 jours)
**Horaires :** 9h30-17h30
**Durée :** 5 x 7 heures = 35 heures

### Tarifs de la formation

Tarif : 1250 euros les 5 jours (net de taxe)

Dont acompte à la signature de la convention : 350 euros (net de taxe)

IFREN
INSTITUT DE FORMATION EN RÉGULATION EMOTIONNELLE NANTAIS

Version Novembre 2026

contact@if-ren.fr
5, rue Cruçy
44000 Nantes
N° Siren : 929617215