



## Parcours 4 : TCC du trouble panique et de l'agoraphobie

Réf : P4/TPA/2021



Tarif inscription individuelle\* : 149 €

Tarif inscription Formation Continue\*\* : 219 €

Tarif étudiant\*\*\* : (nous contacter à [secretariat@ifforthecc.org](mailto:secretariat@ifforthecc.org))

DPC : Action 28222100007

Ce parcours de formation **éligible au DPC**, rappelle ce que sont les attaques de panique, l'agoraphobie, le trouble panique, les critères diagnostics (DSM) et l'évolution du processus agoraphobique. Des échelles d'évaluation sont présentées et téléchargeables : questionnaire des peurs (Marks et Matthews), échelle PPAG (Cottraux)...

### Pourquoi suivre cette formation ?

Vous débutez en TCC et/ou avez à cœur de revoir vos compétences de **praticien TCC** ? Cette formation vous permet d'assimiler les fondements théoriques indispensables à une bonne **pratique** des Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC) du **Trouble Panique et de l'Agoraphobie** (TP ou TPA).

Dans leur dernière version, les classifications internationales (DSM et CIM) séparent le trouble panique et l'agoraphobie en deux diagnostics distincts. Pour de nombreuses raisons nous choisissons de les traiter dans le même parcours. Dans le trouble panique, l'attaque de panique inaugurale est au cœur du diagnostic. C'est la peur d'une nouvelle attaque qui construit le trouble au fil du temps. La terreur, l'urgence, la survie constituent un tableau clinique indiscutablement atypique au sein des troubles anxieux. Dans l'agoraphobie, la peur, l'anxiété et l'attaque de panique s'invitent dans des situations particulières de la vie du patient ou de tout un chacun.

Ce parcours spécifique présente les définitions et les modèles théoriques qui permettent de comprendre ces deux troubles souvent liés et leurs spécificités. Les principes spécifiques de **l'alliance thérapeutique** et de la **conceptualisation de cas** y sont abordés autour d'un exemple de thérapie : sujet souffrant de trouble panique ou d'agoraphobie. Ce parcours illustré de schémas, d'animations, d'exemples et de vidéos est créé pour que vos processus de mémorisation soient activés successivement et optimisés. En le suivant pas à pas, vous explorez et apprenez les spécificités de la conceptualisation de cas et des modèles théoriques sur lesquels s'organisent les **TCC du Trouble Panique et de l'Agoraphobie** (TPA) dans les meilleures conditions.

### Objectifs de formation :

Ce parcours de formation a été créé pour vous par les enseignants de l'IFFORTHECC. Sous la direction du **Dr Jean COTTRAUX**, le **Dr Jean-Luc BELAUBRE** et le **Dr Philippe MANESSE** ont participé à sa création et à son développement. Ce parcours tient compte des recherches récentes des Neurosciences cognitives et comportementales à propos des processus de mémorisation et de l'apprentissage. En suivant chaque étape vous augmentez vos connaissances sans efforts de manière ludique et agréable.

Dans ce parcours, découvrez les chapitres (**capsules de formation**) suivants :

- Définitions et diagnostics du trouble panique et de l'agoraphobie
- Modèles théoriques du trouble panique et de l'agoraphobie
- Alliance thérapeutique et conceptualisation de cas
- Modèles et outils de la thérapie
- Une TCC d'un trouble panique et une TCC d'une agoraphobie
- Synthèse : panique et agoraphobie

Ces connaissances théoriques, utiles et indispensables, sont appréhendées tout au long des ateliers pratiques en TCC et utilisées chaque jour de votre pratique de TCCiste !

Chaque **chapitre (capsule)** est programmé pour être suivi de la première à la dernière étape. Il vous sera possible de revenir en arrière après avoir lu la totalité des informations présentes dans chacun de ces chapitres.

### **Évaluation de vos connaissances :**

Au début du parcours, une évaluation initiale vous permet de faire le point sur vos connaissances actuelles.

Composé de plusieurs **chapitres**, le parcours se conclut par un **quiz** conçu pour stimuler vos processus de mémorisation successivement. Votre mémoire de travail puis votre mémoire à long terme sont engagées tout au long du parcours en ligne.

Le quiz est construit pour vous permettre, grâce à la **répétition**, d'enregistrer ces nouvelles données. L'erreur fait partie du processus d'apprentissage. Vous pouvez revoir les quiz et, si besoin, le contenu des chapitres autant de fois que vous le souhaitez.

A la fin du parcours, il est nécessaire d'**obtenir 100% de réponses positives\*** lors de l'évaluation globale pour obtenir votre attestation de fin de formation.

*\* Les questions qui composent cette évaluation sont les mêmes que celles de l'évaluation initiale, elles sont extraites des quiz qui composent le parcours, donc à ce stade, vous les aurez toutes rencontrées au moins une fois.*

### **Validation du parcours :**

La parole vous est donnée après avoir rempli en ligne l'enquête de satisfaction à la fin du parcours.

Une **attestation de formation en ligne (5 heures)** est adressée par courriel.

Ce parcours fait partie du cursus d'obtention du **diplôme des fondamentaux** et du **diplôme de praticien thérapeute** en TCC. Il peut être suivi hors diplôme, pour votre formation professionnelle.

### **Ressources du parcours :**

Découvrez des :

- Contenus de formation dynamiques
- Animations vidéos
- Schémas dynamiques
- Exercices interactifs
- Documents téléchargeables

et le **Glossaire actualisé**.

### **Modalités d'accès :**

L'accès au parcours en ligne se fait par attribution d'un identifiant et mot de passe, strictement personnels et confidentiels. Ces informations sont adressées directement par courriel après le règlement de votre panier ou de la validation de votre convention de formation. Les droits d'accès à l'enseignement sont ouverts pour une durée de 2 mois pour 1 parcours et augmentent en fonction du nombre de parcours souscrits jusqu'à un an ou plus.

**Durée du parcours :** temps estimé pour la réalisation du parcours « TCC du Trouble panique et de l'Agoraphobie » : **5 heures d'enseignement interactif en ligne.**

### **Modalités de financement et de prise en charge :**

**\* Tarif inscription individuelle s'applique aux apprenants qui autofinancent leur formation. Le règlement de ce tarif ne peut prétendre à aucun remboursement d'organisme financeur.** Aucun document administratif à destination de quelconque organisme ne pourra être remis. **L'apprenant réalise lui-même son achat en ligne via le site [www.tccformation.com](http://www.tccformation.com) et une facture est délivrée à l'issue de l'achat en ligne.**

#### **\*\* Tarif inscription Formation Continue s'applique :**

**Aux professionnels libéraux** qui souhaitent faire financer leur formation par leur OPCO (généralement le FIF PL). Ils doivent demander un devis de la formation en ligne choisie auprès de [secretariat@ifforthecc.org](mailto:secretariat@ifforthecc.org), et enregistrer ce devis avec le programme sur leur compte en ligne du FIF PL ou de tout autre OPCO dont ils dépendent, avant de pouvoir démarrer la formation.

Une fois l'accord validé par l'organisme de prise en charge, le professionnel doit effectuer le règlement de la formation directement auprès de l'IFFORTHECC. A réception du règlement, l'apprenant est connecté à la plateforme en ligne, il reçoit par mail identifiant et mot de passe.

A l'issue de la formation, une attestation de suivi et de règlement FOAD (document téléchargeable sur le site du FIFPL) devra être remplie par l'IFFORTHECC. Cette attestation devra ensuite être téléchargée par l'apprenant sur son compte FIF PL (OPCO) pour être remboursé dans un second temps par l'OPCO.

Et

**Aux salariés d'établissements de santé** (publics ou privés), qui souhaitent une prise en charge par leur employeur dans le cadre du plan de formation. Un devis est communiqué au tarif formation continue à la demande du salarié. A réception du devis signé, une convention de formation est établie par l'IFFORTHECC pour l'établissement financeur. Le règlement devra se faire ensuite par l'établissement soit avant soit après service rendu selon accord, par virement ou chèque établi à l'ordre de IFFORTHECC.

**\*\*\* Tarif étudiant proposé** (nous contacter à [secretariat@ifforthecc.org](mailto:secretariat@ifforthecc.org))