

ASPCo Perfectionnement 2010-2011

Atelier clinique

Analyse fonctionnelle du souci et propositions de solutions pour l'anxiété généralisée et l'agoraphobie

Frank Peyré (Bordeaux, France)

samedi 12 février 2011, 9h30 - 17h30

Salle Les Champs, Belle-Idée, HUG
2, ch. du Petit-Bel-Air - 1225 Chêne-Bourg

Coût de l'atelier

- Sfr. 150.- membres ASPCo
- Sfr. 250.- psychologues ou psychiatres formés ou en formation non membres ASPCo

Biographie express

Dr F. Peyré, psychiatre à Bordeaux, a dirigé une unité spécialisée dans le traitement des troubles dépressifs et anxieux. Il exerce en pratique privée depuis 1993. Il est engagé dans le développement des TCC à Bordeaux depuis 1995, au sein de l'IRCCADE comme formateur et superviseur. Il est aussi l'auteur de deux ouvrages à l'usage des patients «Faire face aux paniques» et «Faire face à l'agoraphobie».

Délai d'inscription et de paiement

4 février 2011. Les inscriptions sur place restent possibles mais sont majorées de Sfr. 10.-. En cas de désistement une semaine avant l'atelier, 20% de frais seront retenus. Après ce délai, aucun remboursement ne sera effectué.

Secrétariat: aspcosecretariat@bluewin.ch

Description de l'atelier

Identifié dans le DSM-IV comme processus central de l'anxiété généralisée, le souci est aussi caractéristique de l'insomnie et contribue au maintien de l'anticipation anxieuse dans l'agoraphobie, l'anxiété de performance ou l'anxiété sociale. Il peut représenter une cible fonctionnelle privilégiée d'une TCC de cas complexe. *Et si... ?* Une pensée-image angoissante associée à une menace potentielle peut déclencher une pensée-raisonnement formée d'un enchevêtrement de questions, réponses, probabilités qui tentent vainement... d'éviter la pensée-image. Engagé dans un processus perçu comme incontrôlable, le sujet bascule sans fin entre issues rassurantes et inquiétantes, épuisé et finalement «achevé» par des commentaires négatifs sur lui-même. Mais qui ne s'est fait du souci ? Processus extrêmement banal, nous avons tous du mal à le déceler, surtout à déceler le moment où il devient nocif. Quelques principes simples permettent d'apprendre à faire *in situ* l'analyse fonctionnelle de ses soucis, qui constitue en soi, l'ébauche d'un désamorçage et, selon le contexte, oriente vers des solutions, centrées sur le contenu de la réflexion, sur la pensée-image ou l'intolérance à l'incertitude, sur les raisons pour se faire du souci, sur le biais attentionnel qui maintient le ressassement, ou encore sur la tension musculaire. Nous illustrerons ces applications avec des cas cliniques de TAG et d'agoraphobie apportés par chacun d'entre nous.

Références

- Barlow D.H. (2002). *Anxiety Disorders*, 2nd ed, pp. 484-515. New York: Guilford Press.
- Zinbarg R.E, Craske M.G, Barlow D.H. (2006). *Mastery of your Anxiety and Worry. Therapist Guide*, 2nd ed. New York: Oxford University Press.
- Meares K. & Freeston M. (2008). *Overcoming Worry. A self-help guide using Cognitive Behavioral Techniques*. Basic Books.