



L'ASPCo, le CHUV et l'IUP proposent en collaboration

**Un atelier pratique d'une journée pour utiliser la réalité virtuelle avec  
les troubles d'anxiété :  
Mises en situation pour développer l'efficacité personnelle**



**Stéphane Bouchard, Ph.D**

*Titulaire de la Chaire de recherche du  
Canada en cyberpsychologie clinique*

*Professeur à l'Université du Québec en  
Outaouais et Président d'In Virtuo*

**2 dates à choix : lundi 9 OU mardi 10 octobre 2023 de 9h00 à 17h00**

**Descriptif**

L'un des grands défis pour l'implantation de la réalité virtuelle (RV) dans la pratique quotidienne de la thérapie cognitivo-comportementale repose sur une perception relativement faible d'efficacité personnelle de la part des professionnels à se servir de cet outil. Cet atelier a pour objectif que les participants se sentent capables d'utiliser la RV pour effectuer des exercices d'exposition dans le traitement des troubles d'anxiété. L'atelier repose sur une modalité didactique de mises en situation avec l'audience à l'aide de matériel utilisé sur place. Chaque élément de l'atelier suivra la séquence suivante : (1) une brève présentation de la tâche à effectuer ou d'un protocole de traitement, (2) une illustration pratique par le conférencier à l'aide de son matériel de RV et d'une personne volontaire de l'audience qui aura un rôle passif, (3) une personne volontaire de l'audience utilisera la RV alors que le conférencier jouera à la fois le rôle du patient et accompagnera avec bienveillance le ou la volontaire; et (4) suite à un retour avec l'audience, il sera possible de reproduire au besoin l'étape précédente avec une autre personne volontaire. L'audience devra être familière avec l'application de la TCC et le traitement des troubles d'anxiété.

Les éléments suivants seront abordés : (1) introduire la réalité virtuelle avec les patients, (2) se déplacer en réalité virtuelle, (3) avoir un discours qui facilite le sentiment de présence en RV, (4) réduire les cybermalaises pendant et après l'immersion, (5) effectuer

l'exposition pour les phobies spécifiques (au choix de l'audience : araignées, serpents, chiens, chats, vols en avion, hauteurs), (6) utiliser sa créativité pour bonifier le sentiment de présence, (7) effectuer l'exposition pour le trouble obsessionnel compulsif (8) effectuer l'exposition pour le trouble d'anxiété sociale, (9) effectuer l'exposition pour le trouble d'anxiété généralisée, (10) effectuer l'exposition pour le trouble de stress post-traumatique, (11) éviter les pièges de l'évitement et de la rationalisation, (12) ajouter d'autres stratégies de TCC lors des immersions en RV, (13) régler les problèmes techniques, et (14) utiliser sa créativité pour s'adapter à différents besoins. Selon le temps disponible et le désir de l'audience, d'autres éléments ou psychopathologies additionnels pourront être abordés.

**Lieu :** Auditoire de Boston – Av. d'Echallens 9 – 1004 Lausanne

**Accès :** Par le bus no. 9 – Arrêt Boston

**Prix :** CHF 180.- pour membres ASPCo et les collaborateurs du CHUV  
CHF 280.- pour non membres.  
Délai d'inscription au **1<sup>er</sup> octobre 2023**

**Conditions :** La formation aura lieu s'il y a un nombre suffisant d'inscriptions.  
Nous nous réservons la possibilité de regrouper les participants sur une seule journée selon le nombre d'inscriptions.  
Un nombre maximum de 20 participants est prévu par journée d'atelier afin de favoriser la pratique.  
En cas de désistement une semaine avant l'atelier ou si un(e) participant(e) inscrit(e) n'assiste pas à l'atelier, 20% de frais seront facturés

**Crédits :** 8 crédits OFSP/ISFM

**Inscription :** Auprès du secrétariat de l'ASPCo : [secretariat@aspc.ch](mailto:secretariat@aspc.ch)  
[www.aspc.ch](http://www.aspc.ch)

**Stéphane Bouchard donnera aussi une conférence**  
sur les applications de la réalité virtuelle

**le lundi 9 octobre 2023** de 18h30 à 20h00 au Site de Cery.

L'inscription se fait auprès de Mélanie Aubert ([Melanie.Aubert@chuv.ch](mailto:Melanie.Aubert@chuv.ch))

Voir le dépliant ci-joint