

PROGRAMME STAGES D'APPROFONDISSEMENT DU GROS 2014
Accessibles uniquement aux personnes qui ont fait la formation de base

Stage d'approfondissement 1 – 2014 à Paris

(tarif indiv : 325 euro / formation pro : 650 euro)

L'impulsivité

31 janvier et 1^{er} février :

Marie-Carmel Detournay (*infirmière, psychothérapeute, St Mammes*), Sabrina Julien (*Diététicienne-Nutritionniste, Courbevoie*), Jean-Philippe Zermati (*médecin nutritionniste, psychothérapeute, Paris*),

Face à leur impulsivité, la plupart des personnes auront le réflexe de vouloir lutter contre leurs envies de manger émotionnelles. Souvent d'ailleurs en se mettant au régime et en augmentant leurs efforts de contrôle. C'est un travail harassant qui nécessite des efforts constants et mobilisent l'attention sans répit. On peut ainsi « bloquer » quelques envies de manger. Malheureusement, plus on lutte contre les envies de manger émotionnelles plus celles-ci augmentent. C'est donc une tâche sans fin et sans issue qui à la longue se solde toujours par un craquage.

La vraie solution consiste à traiter l'impulsivité alimentaire. A faire en sorte que les émotions ne déclenchent plus les envies de manger. Dans la mesure où l'impulsivité est un réflexe conditionné, il est donc possible de le déconditionner. Ce travail repose sur 2 axes essentiels, traiter les comportements de restriction et développer une plus grande tolérance aux inconforts émotionnels.

Apport théorique et travail en groupe

Stage d'approfondissement 2 – 2014 à Paris

(tarif indiv : 500 euro / formation pro : 1000 euro)

La prévention, les jeunes et le goût

6, 7 et 8 mars :

Katherine Kuréta-Vanoli (*diététicienne nutritionniste, Clamart*) et Ulla Menneteau (*diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand*)

Sujet : Place du goût. Comment, quand et pourquoi l'utiliser :

- Avec nos patients : enfants, ados et adultes selon les trois axes du GROS.
- En prévention des excès pondéraux et des TCA en milieu scolaire.

Méthode pédagogique : Apports théoriques, mises en situation, dégustations, cas cliniques et travail sur des projets de prévention.

Stage d'approfondissement 3 – 2014 à Paris

(tarif indiv : 625 euro / formation pro : 1250 euro)

Cas difficiles - Supervisions

3 et 4 octobre et 29 novembre :

Sophie Cheval (*psychologue, Paris*), Marie-Carmel Detournay (*infirmière, psychothérapeute, St Mammes*), Katherine Kuréta-Vanoli (*diététicienne nutritionniste, Clamart*) et Ulla Menneteau (*diététicienne nutritionniste, Clermont-Ferrand*)

Situations complexes - Supervision

Ce stage s'adresse aux personnes qui ont fait la formation GROS.

Il s'apparente à une supervision qui permettra aux praticiens GROS des échanges, une mise en commun des outils qu'ils utilisent et de travailler sur des difficultés rencontrées en profitant de la présence des différents formateurs-professionnels présents. Certains points théoriques (axes de prises en charge : quand, comment et pourquoi) pourront être repris et étayés. Des situations cliniques seront travaillées en petits groupes (apportées par les stagiaires ou proposées par les formateurs).

Ce stage s'adaptera aux demandes des participants.

Il est construit pour permettre le travail sur des difficultés cliniques durant 2 jours et à distance nous pourrons durant le troisième et dernier jour travailler sur les retours des situations exposées, les avancées ou freins rencontrés.

Il sera reconduit chaque année, l'équipe de formateur pourra changer en partie pour permettre un apport technique et de compétences, d'approches variées.

Stage d'approfondissement 4 – 2014 à Paris

(tarif indiv : 625 euro/ formation pro 1250)

La pleine conscience et le comportement alimentaire

12 et 13 septembre 2014 et 16 et 17 janvier 2015

Sabrina Julien (*Diététicienne nutritionniste, Courbevoie*) et Gérard Apfeldorfer (*Psychiatre, Paris*)

Ce stage vous apportera les connaissances théoriques nécessaires à la pratique de la pleine conscience adaptée aux patients qui ont des TCA (en individuel et en groupe), mais vous permettront aussi de pratiquer avant de proposer ces exercices à vos patients. Les différentes acquisitions se feront progressivement et dans une parfaite cohérence entre les différentes sessions.

J1-J2 :

Apport théorique : La démarche de la 3^{ème} vague des thérapies cognitivo-comportementales et le travail cognitivo-émotionnel.

Le modèle de Barlow de la persistance de la détresse émotionnelle ; augmenter la tolérance émotionnelle. Panorama des différentes thérapies émotionnelles : MBSR, MBCT, ACT. Plan d'action thérapeutique pour les mois à venir.

Pratique : Exercices pratiques : manger en pleine conscience, respiration, espace de respiration, body-scan, yoga (Entraînement en mini groupes).

J3 :

Apport théorique : Les pensées automatiques.

Pratique : Exposition aux inconforts physiques et mentaux. La toile de pleine conscience, l'EME-zen. Débriefing sur l'expérience depuis la session de Juin tant personnelle du thérapeute qu'avec les patients.

J4 :

Apports théoriques : Acceptation corporelle. Travail sur les valeurs et les objectifs. Comment travailler avec des personnes souffrant de troubles alimentaires en consultation individuelle. Comment les préparer à la méditation avec un travail cognitif et sur les émotions selon l'approche de la troisième vague des thérapies cognitives et comportementales.

Comment conduire un groupe : proposition d'un protocole spécifique pour les troubles alimentaires.

Pratique : Poursuite des exercices pratiques