Dr. F.DJENIDI

Cours / 1ére Série/Module Langue étrangère /Psychothérapies/Niveau Master 2 / psychologie clinique

*Email :* *djenidifayza@yahoo.fr*

**1er Cours : Plan du cours**

**Les différentes approches en psychothérapie**

**I. Introduction aux psychothérapies**

* Définition et objectifs généraux de la psychothérapie
* Historique et évolution des approches thérapeutiques
* Cadre légal et éthique de la pratique

**II. Les thérapies psychanalytiques**

**A. La psychanalyse freudienne**

* Principes fondamentaux
* Concepts clés : inconscient, transfert, résistance
* Techniques : association libre, analyse des rêves

**B. Les approches post-freudiennes**

* Psychologie du Moi
* Théorie des relations d'objet
* Psychologie du Soi

**III. Les thérapies cognitivo-comportementales (TCC)**

**A. Fondements théoriques**

* Conditionnement classique et opérant
* Théories de l'apprentissage social

**B. Principales techniques**

* Restructuration cognitive
* Exposition
* Désensibilisation systématique

**C. Thérapies de 3ème vague**

* Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT)
* Pleine conscience (Mindfulness)
* Thérapie dialectique comportementale

**IV. Les approches humanistes**

**A. La thérapie centrée sur la personne (Rogers)**

* Concepts fondamentaux
* Attitudes du thérapeute

**B. La Gestalt-thérapie**

* Principes de base
* Techniques expérientielles

**C. L'analyse transactionnelle**

* États du moi
* Transactions et jeux psychologiques

**V. Les thérapies systémiques**

**A. Principes fondamentaux**

* Vision systémique
* Approche familiale

**B. Techniques d'intervention**

* Questionnement circulaire
* Recadrage
* Prescriptions paradoxales

**VI. Les approches intégratives**

* Combinaison des différentes approches
* Adaptation aux besoins du patient
* Evidence-based practice

**VII. Évaluation et efficacité des psychothérapies**

**A. Recherche en psychothérapie**

* Méthodologies d'évaluation
* Facteurs communs d'efficacité

**B. Indications thérapeutiques**

* Choix de l'approche selon la problématique
* Critères de réussite thérapeutique

**VIII. Aspects pratiques et applications**

* Settings thérapeutiques
* Alliance thérapeutique
* Durée et fréquence des séances
* Supervision et formation continue

**Conclusion**

* Complémentarité des approches
* Évolutions et perspectives futures
* Enjeux contemporains