

COMPÉTENCES EN THÉRAPIE COGNITIVO-COMPORTEMENTALE

I- CONNAISSANCES

Le résident connaît :

1. La place de la TCC dans l'ensemble des grands modèles de psychothérapie.
2. Les principes fondamentaux de l'approche comportementale.
3. Les principes fondamentaux de l'approche cognitive.
4. Le modèle de Beck.
5. Les modèles de thérapie cognitive introspective (Beck, A. et Young, J.).
6. Les principaux protocoles de traitements cognitivo-comportementaux des psychopathologies courantes.

II- HABILITÉS

Le résident développe les habiletés suivantes (principalement en supervision) :

1. Favoriser l'établissement d'une bonne relation thérapeutique.
2. Favoriser la motivation du patient.
3. Évaluer en vue d'identifier les objectifs thérapeutiques d'une manière collaborative.
4. Établir une formulation cognitivo-comportementale à partir de cette évaluation.
5. Établir un plan de traitement personnalisé en fonction de cette évaluation et des objectifs identifiés, en utilisant les protocoles et techniques cognitivo-comportementaux qui s'appliquent à la situation clinique spécifique.
6. Suivre le plan de traitement établi tout en sachant faire preuve de souplesse lorsque cela s'avère nécessaire.
7. Structurer les séances selon le modèle cognitivo-comportemental.
8. Réévaluer périodiquement les résultats et s'ajuster en conséquence.
9. Terminer la thérapie en utilisant le résumé de thérapie et la fiche de prévention des rechutes, dans le but de favoriser le maintien des acquis.

III- ATTITUDES

Le résident développe les attitudes suivantes :

1. Empathie et respect
2. Empirisme collaboratif
3. Structure sans rigidité

Jean Goulet, MD
Module de TCC,
Département de psychiatrie,
Université de Montréal,
Septembre 2009.