Formation Continue
Université de Strasbourg

La Thérapie Comportementale Dialectique (TCD ou Dialectical Behavior Therapy – DBT) : approfondissement et application (niveau 2)

PERSONNES CONCERNÉES
Psychiatres, psychologues, personnel du secteur paramédical, travailleurs sociaux et travailleuses sociales.

PRÉ-REQUIS
Avoir réalisé la formation initiale (niveau 1) : Comment traiter les troubles de la régulation émotionnelle : la thérapie comportementale dialectique (TCD ou Dialectical Behavior Therapy – DBT)

CONTEXTE ET POINTS FORTS
La thérapie comportementale dialectique (TCD ou DBT en anglais) est une psychothérapie structurée et intensive développée par Marsha Linehan (1993), qui s'intègre à la 3ème vague des thérapies comportementales et cognitives (TCC). A ce titre, la TCD allie des stratégies de changement comportemental, classiques dans les TCC, à des stratégies d'acceptation afin de diminuer la souffrance émotionnelle et aider les patient.e.s à construire une vie qui vaille la peine d'être vécue. Il s'agit du traitement de première intention du trouble de la personnalité borderline qui permet une diminution des comportements suicidaires et auto-dommageables ainsi qu'une amélioration des capacités de régulation émotionnelle et de la qualité de vie.
Malgré son efficacité reconnue, en France, la TCD est peu répandue du fait notamment de la quasi absence de formations dispensées en français, nécessaires à la formation des équipes. De plus, de par sa structure construite pour répondre aux besoins de patient.e.s ayant des problèmes complexes, la TCD requiert une formation solide d'équipes de clinicien.ne.s.
Ce niveau 2 de la formation "Comment traiter les troubles de la régulation émotionnelle : la Thérapie Comportementale Dialectique (TCD ou Dialectical Behavior Therapy – DBT)" correspond à un approfondissement permettant de fournir le soutien nécessaire à l'implémentation réelle de la TCD dans les pratiques cliniques.

Points forts de la formation :
> Format pédagogique (session de groupe en présentiel et deux supervisions à distance) qui favorise l'accompagnement dans la mise en place d'un programme TCD
> Animateurs experts dans la recherche sur la dysrégulation émotionnelle : Luisa Weiner, Présidente, et Sébastien Weibel, Secrétaire du **Réseau francophone pour la thérapie comportementale et dialectique (RF-TCD)**

COMPÉTENCES À L'ISSUE DE LA FORMATION
> Répondre aux besoins spécifiques des personnes ayant une dysrégulation émotionnelle sévère, à partir d'une formulation du cas, d'analyses comportementales en chaîne et de la mise en place de solutions adaptées
> Utiliser les outils stratégiques dans le cadre de la TCD, à savoir les techniques d'engagement, les techniques de validation, les analyses en chaîne comportementale, les techniques comportementales et les stratégies dialectiques
> Lister les compétences de la TCD : pleine conscience, tolérance à la détresse, efficacité interpersonnelle et régulation des émotions
> Appliquer les compétences de la TCD
> Mener un groupe de psychoéducation des compétences TCD (skills training)
> Appliquer les modalités de la TCD (suivi individuel, coaching téléphonique, consultation d'équipe et groupe d'entraînement aux compétences) adaptées au contexte clinique

PROGRAMME
> Approfondissement théorique et pratique : comment répondre aux défis rencontrés dans le cadre des 4 modalités de la TCD :
  > Le suivi individuel
  > Le coaching téléphonique
  > La consultation d'équipe
  > Le groupe d'entraînement aux compétences
> Comment favoriser l'adhérence au modèle de la TCD tout en s'adaptant à des contextes cliniques spécifiques
> Supervision des pratiques cliniques

MÉTHODES ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES
Exposés théoriques, étude de cas, jeux de rôle, échanges, vidéos et supervision sur des cas rapportés par les participants.
Des supports papier et numériques seront mis à disposition des participants.

ORGANISATION DE L'ENSEIGNEMENT À DISTANCE
Après le présentiel, deux séances de supervision (1h30 chacune) seront proposées en classe virtuelle (séance participative en direct et en enseignement à distance).
Ces séances seront organisées sur BigBlueButton, une plateforme numérique permettant l'accompagnement pédagogique et l'assistance technique.
Les conditions de réalisation de l'enseignement à distance ainsi que le lien de connexion seront fournis avant le démarrage de la formation. Il convient de disposer d'une bonne connexion internet ainsi que d'un micro et d'une webcam afin de pouvoir participer aux échanges lors des classes virtuelles (les recommandations techniques concernant le matériel sont consultables sur notre site internet).

RESPONSABLES SCIENTIFIQUES
Luisa Weiner, Professeure en Psychologie Spécialité TCC, psychologue clinicienne (TCC et neuropsychologie)
Sébastien Weibel, Praticien Hospitalier, Pôle de Psychiatrie, Santé Mentale et Addictologie des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg
Courriel : weiner@unistra.fr

STAGE INTER ÉTABLISSEMENTS

Durée : 3.5 jours (21 heures de cours en présentiel suivies de 2 x 1,5 heures d'enseignement à distance)

En 2026 :
Référence : JLE26-1635A
Du 16 au 18 novembre 2026 (en présentiel)
+
Les 28 janvier à 13h30 et 25 mars 2027 à 13h30 (à distance)

Tarif
1390 €
Les repas de midi sont pris en charge par les organisateurs.

Lieu
Université de Strasbourg - Service Formation Continue
21 Rue du Maréchal Lefebvre
67100 Strasbourg

Renseignements et inscriptions
Joëlle LABARRE
Tél : 03 68 85 49 23
Sauf le vendredi après-midi
j.labarre@unistra.fr

Nature et sanction de la formation
Cette formation constitue une action d'adaptation et de développement des compétences.
Elle donne lieu à la délivrance d'une attestation de participation.
Une évaluation en fin de formation permet de mesurer la satisfaction des stagiaires ainsi que l'atteinte des objectifs de formation (connaissances, compétences, adhésion, confiance) selon les niveaux 1 et 2 du modèle d'évaluation de l'efficacité des formations Kirkpatrick.