

Accompagnement de la dépression

Face à la complexité du syndrome dépressif, le thérapeute doit savoir conjuguer finesse dans le bilan et justesse d'accompagnement.

Cette formation intensive de 3 jours est conçue comme un parcours immersif pour les professionnels de l'accompagnement. Au-delà de la théorie, elle vous offre les clés pour décoder les mécanismes profonds de la dépression - qu'ils soient physiologiques, émotionnels ou cognitifs - et leur impact sur le quotidien des consultants.

L'objectif global : vous transmettre une méthodologie structurée et des outils concrets pour offrir une aide à la fois éclairée, empathique et sécurisante.

Objectifs

- **COMPRENDRE** les mécanismes du syndrome dépressif et ses leviers d'action.
- **REPÉRER** les signes cliniques et différencier dépression, tristesse et anxiété.
- **STRUCTURER** un bilan et une anamnèse ciblés.
- **ADAPTER** les techniques cognitives, émotionnelles et comportementales au profil.
- **CONSTRUIRE** un plan de suivi sur mesure et ajustable.
- **PRÉVENIR** les rechutes et renforcer la résilience (et orienter si nécessaire).

PRÉ-REQUIS

Certificat de formation en Sophrologie, Relation d'aide, Hypnose ou Art-thérapie.

PUBLIC

Voir p16

FORMATRICE

Isabelle Hatier

TARIFS

Préférentiel :

705 euros

Référentiel :

880 euros

DATES - 2 SESSIONS

13-15 novembre 2026

12-14 novembre 2027



NOUVEAUTÉ

Programme

Capsules multimédias au cours de la formation (p13)

JOUR 1

- Evolution historique et enjeux actuels de la dépression
- Comprendre l'impact sur le système nerveux
- Bilan différentiel : savoir distinguer anxiété, déprime, deuil et dépression
- Analyse multidimensionnelle des causes

JOUR 2

- La spirale dépressive : décrypter l'engrenage des mécanismes de maintien
- Développement de la personnalité : l'empreinte des blessures de l'enfance
- Typologies : explorer la diversité des formes dépressives
- Vers une approche holistique de l'accompagnement

JOUR 3

- Arsenal thérapeutique : les stratégies anti-dépression efficaces
- Méthodologie : établir un bilan rigoureux en cabinet
- De la théorie à la pratique : études de cas, mises en situation
- Evaluation de fin de formation

Classe virtuelle en fin de parcours (p14)

Une **ATTESTATION DE FORMATION** vous sera délivrée sur présentation d'un livret comportant 2 études de cas.