



Thérapies cognitivo-comportementales (TCC) : Sensibilisation et bienfaits dans le sevrage tabagique

Les TCC s'intéressent à la fois au processus de pensée de l'individu et à son comportement. L'objectif des TCC est de diminuer les rechutes après arrêt du tabac en intervenant soit au niveau comportemental, soit au niveau émotionnel et cognitif.

Elles ont pour objectif d'aider à modifier les pensées que les patients élaborent, lorsqu'ils sont dépendants, pour justifier les comportements d'addictions, dans les habitudes comme dans les rechutes.

Les TCC sont conseillées en première intention pour tout candidat au sevrage en association avec les autres techniques validées.

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Définir le concept dans sa globalité et le champ d'action des TCC ;
- Développer les compétences des apprenants sur l'approche cognitivo-comportementale ;
- Organiser l'accompagnement des publics suivant une TCC en acquérant des compétences dans sa pratique clinique

LES MODALITÉS PRATIQUES :



Dates et lieux

DUREE :
3 jours (18 heures)

DATES :
16 - 17 mars 2026 et 9 avril 2026
de 9h30 à 16h30

LIEU : Loos - Parc Eurasanté



Public cible

Professionnels du champ
sanitaire ou médico-social.



Prérequis

Aucun



Animation

Formatrice disposant d'un
D.U. de TCC, chargée de
mission HAUTS-DE-FRANCE
ADDICTIONS



Groupe

6 stagiaires minimum.
15 stagiaires maximum.



Tarif

Gratuit au titre de nos
financements octroyés par la
MILDECA.



LE PROGRAMME :

Jour 1

Séquence introductive :

Accueil et présentation générale de la formation.
Tour de table des participants.
Recueil des besoins et attentes, validation des objectifs de la formation.

Séquence 1 : Concept de TCC et son champ d'action

Historique.
Dans le champ de la tabacologie.

Jour 2

Séquence 2 : L'approche cognitivo-comportementale

Appréhender l'alliance thérapeutique, la balance émotionnelle, les cercles vicieux.
Explorer le champ de la pleine conscience.

Jour 3

Séquence 3 : L'accompagnement du patient

Mettre en place le déroulement d'une TCC.

Séquence 4 : L'orientation vers les structures

Affiner ses connaissances pour diriger le patient vers une structure adaptée.



EN SAVOIR PLUS !

Moyens pédagogiques et techniques

Pédagogie participative.
Alternance d'exercices et de théorie.
Dossier de ressources documentaires dématérialisé accessible aux apprenants à l'issue de la formation.
Une feuille d'émargement par journée de présence ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la formation.

Modalités et délai d'accès

L'inscription doit être finalisée 2 semaines avant le début de la formation.

Modalités d'évaluation

L'appréciation des connaissances sera réalisée avant et après la formation afin de s'assurer de la compréhension et de l'appropriation des contenus par les stagiaires.
Évaluation de la satisfaction à chaud et à froid.
Les évaluations font l'objet d'une analyse systématique et entraînent la mise en place de mesures correctives si nécessaire en fonction des retours et attentes.

Accessibilité

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ?
Contactez Léa EL MASRI, référente handicap, à l'adresse formation@hautsdefrance-addictions.org pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.



RENSEIGNEMENT

Pour les inscriptions aux formations et les demandes administratives en lien avec votre formation, n'hésitez pas à contacter notre référente des formations Léa EL MASRI.

formation@hautsdefrance-addictions.org

Tél : +33 (0)3 20 21 64 13

Site : www.hautsdefrance-addictions.org - FORMATIONS