



Titre de la formation :
MASTERCLASS
Formation théorique et pratique « I Care / You Care »



Le programme I_Care/You_Care :

Le programme d'Éducation Thérapeutique I_Care/You_Care a été développé par le C'JAAD - Centre d'évaluation pour les Jeunes Adultes et Adolescents, GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences. Labellisé Centre d'Excellence de l'Institut de Psychiatrie, le C'JAAD est Centre Régional Référent, à l'initiative du Réseau Transition.

Les troubles psychotiques surviennent, pour la plupart entre 12 et 25 ans et constituent une rupture dans le parcours de vie d'un adolescent /jeune adulte. L'enjeu principal de l'intervention précoce est d'instituer rapidement des soins intégrés et adaptés au stade évolutif de la maladie et à l'âge, en veillant à les adapter au mieux dans leur trajectoire de vie et à limiter la stigmatisation. Dans le cadre d'un premier épisode psychotique, l'initiation d'un traitement adapté à l'âge et la situation clinique doit être la plus précoce possible. Le traitement doit s'accompagner de psychoéducation, de thérapies cognitivo-comportementales auprès des jeunes et des familles afin d'améliorer la compréhension des troubles et l'engagement de tous dans le projet de rétablissement.

Destiné aux jeunes patients ayant présenté un Premier Épisode Psychotique et à leur famille, le programme I_Care/You_Care vise à renforcer l'adhésion du jeune et de sa famille à la prise en charge médicamenteuse et psychosociale proposée. Développé à partir des programmes d'éducation thérapeutiques existants et ayant fait leur preuve, programme AVEC et TCC de Tania Lecomte, sa révision par Laurent Lecardeur, Profamille de Yann Hodé et Groupe Gestion du Stress d'Anne-Victoire Rousselet, il incorpore des techniques en TCC permettant de diminuer le stress, la symptomatologie dépressive et anxieuse ainsi que le sentiment de fardeau ressenti par les proches.

Le programme se décline en 12 séances animées simultanément pour les deux groupes parallèles (groupe jeune/groupe famille). Les groupes sont fermés et comprennent 6 à 8 participants dans le groupe jeune et 8 à 16 participants dans le groupe famille.

Il est labellisé en programme Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) par l'ARS Ile-De-France.

Formateurs :

Titre	Nom	Prénom	Un court texte d'introduction
Psychologue	Willard	Dominique	Psychologue TCC, Pôle PEPIT, GHU Paris, Programme Profamille, responsable du Cluster Profamille Île-de-France

Psychologue	Dumont-Gouy	Juliette	Psychologue clinicienne et psychothérapeute C'JAAD, GHU Paris
-------------	-------------	----------	--

Dates : 5 et 6 février 2026 – 9h-17h

Prérequis : Aucun prérequis.

Public recommandé :

Professionnels de santé travaillant dans un centre d'intervention précoce et/ou avec une population ayant fait un premier épisode psychotique : Médecins, IDE, IPA, Psychologues, Neuropsychologues. Il est préconisé que s'inscrive à minima, un binôme et souhaitable qu'au moins un des membres du binôme soit formé aux thérapies cognitives et comportementales.

Objectif général :

Cette formation implique des approches théoriques et une partie concrète, avec mise en situation et vise à permettre aux participants de :

1. Comprendre ce qu'est le premier épisode psychotique,
2. Comprendre ce qu'est la psycho éducation et l'éducation thérapeutique,
3. Animer les séances avec les patients et leurs proches.

Modalités d'évaluations :

- Connaissances théoriques : questionnaires d'évaluations
- Connaissances pratiques : évaluations des animations réalisées pendant la formation.

Programme détaillé :

Jour 1

9h – 9h15	Présentation des participants	Présentation des participants Attentes vis-à-vis de la formation	Travail de groupe
9h15 -11h	Concepts théoriques	Introduction au concept de premier épisode psychotique aux thérapies cognitives et comportementales et à la psycho éducation/ éducation thérapeutique.	Présentation théorique et questions/ réponses
11-11h15	Pause		
11h15-13h	Présentation I CARE	Préparation du groupe Les techniques d'animations Outils TCC Présentation des séances et des concepts de : - Stress, - Modèle stress-vulnérabilité, - Symptômes cliniques du PEP, - Troubles cognitifs, traitements médicamenteux,	Présentation théorique et questions/ réponses

			- Consommation de toxiques et de jeux vidéo, - Hygiène de vie, - Pensées automatiques, biais de pensées, pensées alternatives, sauts aux conclusions, - Stratégies cognitives et comportementales.	
13-14h		Pause Déjeuner		
14h-16h40	14h-14h30	Ateliers I CARE	Préparation des séances	Travail de groupe et questions/réponses
	14h30-15h30		Animation séance 9	
	15h30-16h30		Animation séance 10	
16h30 – 17h		Questions diverses		Questions/réponses

Jour 2

9h – 10h		Ateliers I care (suite)	Animation séance 11	Travail de groupe et questions/réponses
10h-11h		Présentation YOU CARE	Présentation des séances différentes : - Techniques de communication - Triade émotions/pensées/ Comportements	Présentation théorique et questions/réponses
11h00-11h15		Pause		
11h15-12h30		Présentation YOU CARE suite et pratique	Présentation des séances : - Techniques de communications dans les situations du quotidien, - Le rétablissement	Présentation théorique et questions/réponses
12h30 – 13h		Ateliers YOU CARE	Préparation des séances	Travail de groupe et questions/réponses
13h – 14h		Pause déjeuner		
14h – 16h30	14h-14h45	Ateliers YOU CARE	Animation séance 6	Travail de groupe et questions/réponses
	14h45 – 15h30		Animation séance 9	
	15h30-16h15		Animation séance 11	
16h15 – 17h		Questions diverses et Questionnaires de satisfaction		Questions/ réponses

Tarif : 650€/personne – déjeuner offert (ne sont pas inclus les frais de déplacement et d’hébergement).

Modalité d’accès :

Les inscriptions se font sur en ligne sur le site <https://apylearning.azurewebsites.net/>.

Pour améliorer l’accessibilité à la formation professionnelle, les personnes en situation de handicap sont invitées à nous en informer dès la prise de contact, en nous précisant la nature du handicap afin de réaliser les adaptations nécessaires.

Délais d’accès :

Inscription à effectuer au moins 2 semaines avant la date de la formation.

Lieu :

GHU Paris Psychiatrie et Neurosciences – 1 Rue Cabanis – 75014 PARIS

Nombre maximum de participants : 20 (nombre minimum de participants 15)

Langue : Français

Contact :

Pour toute demande d’information complémentaire vous pouvez nous écrire à contact@apylearning.com ou contact@institutdepsychiatrie.org