



**Centre d'Expertise  
Poids, Image et Alimentation**

## Formation approfondie à la CBT-E dans les troubles de l'alimentation

### Objectif

Mise en œuvre des composantes clés de la CBT-E, thérapie individuelle fondée sur des données probantes et sur un manuel. La CBT-E cible les comportements alimentaires restrictifs (dont l'anorexie mentale) et aux comportements hyperphagiques (dont la boulimie) chez les adolescents et les adultes.

### Introduction

Cette thérapie s'adresse à un large spectre de gravité des troubles de l'alimentation, allant des formes légères (10 séances) aux formes sévères (40 séances). La CBT-E traite les processus transdiagnostiques spécifiques aux TCA, tels que les complications de la dénutrition, la restriction cognitive, les comportements de régime, l'image corporelle, l'intolérance émotionnelle. Elle peut être étendue pour aborder l'estime de soi, le perfectionnisme et les relations interpersonnelles compliquées. La structure de la CBT-E est personnalisable en fonction des différents contextes environnementaux et psychopathologiques.

Cette thérapie est bien adaptée à un contexte multidisciplinaire, que ce soit en pratique libérale ou institutionnelle et peut être initiée en hospitalisation de jour et en résidentiel.

Elle est également adaptée à la téléconsultation.

### – Ateliers et supervisions CBT –

#### Description de la formation

*Formation en ligne en groupe de maximum 10 participants. Précédée de cours d'E-learning gratuit (Site du CEPIA). Suivie de 12 heures de groupes de supervision.*

#### Formation, supervision et certification

##### 1. Prérequis professionnels

- Être médecin ou psychologue clinicien.
- Être détenteur ou en cours de formation en 3e ou 4e année d'un Certificat en thérapie TCC.
- Avoir suivi ou suivre les modules de base (E-learning) accessible en ligne sur le site du CEPIA (gratuitement après inscription).
- Être capable de recruter un ou plusieurs cas avant de commencer la formation, et de les traiter tout en suivant la structure de 2 x/semaine durant le premier mois.
- Suivre au moins 2 patients durant la formation.

##### 2. Prérequis technique

- Disposer d'un ordinateur fixe ou portable (pas de smartphone).
  - Avoir accès à Teams (gratuit).
- Disposer d'un des manuels de référence : « Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders, Fairburn C. (2008) » ou « Cognitive Behavior Therapy for adolescent with Eating Disorders, Dalle Grave R. et Calugi S. (2020) ».

##### 3. Séances de formation en ligne (32 h)

1 séance d'introduction, 3 ateliers de 7 h ou plus avec lecture et exercices à domicile et 6 supervisions de groupe de 4 h, basées sur des enregistrements vidéo ou audio recueillis par les participants.

##### 4. Supervisions individuelles (optionnel)

- Possibilité de supervision individuelle.

##### 5. Certification

- Participation à toutes les séances de la formation.
- Obtention d'au moins 80 % à l'évaluation en ligne en fin de formation.
- Présentation d'au moins 2 patients différents lors des supervisions.
- Le document de certification sera renouvelé tous les 5 ans sur la base d'un minimum de 2 interventions/an.

##### 4. Coût de la formation

- Ateliers et supervisions de groupe : 750 €.
- **675 € pour les membres des associations AEMTC, AFFORTHECC, AFTCC, ASPCo et FFAB.**
- **625 € pour les membres du CEPIA exerçant au sein des territoires des Réseaux de soins en santé mentale en Belgique.**
- Optionnel : Supervision individuelle supplémentaire, 80 € la séance.

## – Agenda 2024-2025 –

(dates sous réserve d'un nombre suffisant de participants inscrits)

### ■ Séance d'introduction en distanciel

1. mardi 17.12.24 Horaire : 09 : 00 – 11 : 00

Lieu : Téléconférence Teams

### ■ Ateliers en présentiel

2. mardi 14.01.25
3. mardi 18.03.25
4. mardi 13.05.25

Lieu : 5100 Namur Horaire : 09 : 00 – 16 : 00

Matériel à prévoir : un des deux manuels de référence, de quoi écrire et son pique-nique

### ■ Supervisions en distanciel

1. mardi 18.02.25
2. mardi 08.04.25
3. mardi 22.04.25
4. mardi 27.05.25
5. mardi 10.06.25
6. mardi 24.06.25

Horaire : 09 h – 11 h Lieu : Téléconférence Teams

Matériel à prévoir : un cas à présenter en PowerPoint, étape 1 ou 2 selon l'avancement de la formation

### Inscription et début de la formation

- Déposer le dossier de candidature à : [contact@cepia-poids-alimentation.be](mailto:contact@cepia-poids-alimentation.be)
- Dans le dossier de candidature doivent figurer :
  - Nom, prénom,
  - Adresse, adresse mail, téléphone,
  - Curriculum Vitae et 5 lignes de motivation
- Inscription et paiement sur le site du CEPIA dans l'onglet « Formations » après acceptation du dossier de candidature

## – Réseau d'intervision francophone CBT-E –

### Description de l'intervision

À la suite de la formation de base, l'intervision permet aux participants de bénéficier de perspectives variées, de développer leur créativité dans la résolution de problèmes cliniques et de s'adapter à l'évolution des connaissances concernant cette technique. C'est un espace de soutien mutuel où chacun peut partager ses expériences et recevoir des retours constructifs de ses pairs. (4 X/an)

### Critères de participation :

- Travailler actuellement avec des patients/clients souffrant de troubles de l'alimentation.
- Être capable de les traiter tout en ayant suivi ou suivant le programme de formation à la CBT-E.
- Être en mesure de consacrer le temps nécessaire pour suivre l'intervision.

### Assurer la sécurité du patient et de ses proches

- Le psychothérapeute travaille en multidisciplinarité.
- Le patient et sa famille s'engagent :
  - à assister à des séances régulières avec le psychothérapeute,
  - à assister à des rendez-vous réguliers avec un médecin (par exemple, un médecin généraliste) pour un suivi médical,
  - à intégrer une vérification régulière du poids (et une discussion ouverte à ce sujet), conformément au traitement spécifique fondé sur des preuves.
- Si l'état de santé du patient se détériore ou si le patient présente un risque médical ou psychiatrique, il devra être examiné par le médecin.

## – Formateur et superviseur –

- Jessica Morton, psychologue clinicienne, doctorante en psychologie, qualification en soin psychothérapeutique TCC, superviseure agréée par l'AEMTC. Enseignante en CU en Belgique.
- Yves Simon, psychiatre, qualification en soins psychothérapeutiques TCC, superviseur agréé par l'AEMTC. Enseignant en CU en Belgique et France.

### En collaboration avec :



### Avec le soutien de



### Certificat d'université en Troubles des conduites alimentaires chez l'enfant et l'adolescent

