



Association suisse de psychothérapie cognitive  
Schweizerischer Verein für kognitive Psychotherapie  
Associazione svizzera di psicoterapia cognitiva  
Associazioni svizzera da psicoterapia cognitiva

---

## Module clinique TCC et enfant/adolescent

Ce module comprend deux ateliers, l'un en octobre, l'autre en janvier.

### Prix par atelier

180.- membres

280.- non membres, psychologues et psychiatres formés ou en formation

### Délai d'inscription : une semaine avant l'atelier

Modalité de paiement : en cas de désistement une semaine avant le premier atelier ou si un(e) participant(e) inscrit(e) n'assiste pas aux ateliers, 20% de frais seront facturés.

### Atelier 2



Hélène DENIS (CHU, Montpellier, FR)

---

## Du nouveau en TCC des troubles anxieux de l'enfant / adolescent dans le monde francophone : deux manuels transdiagnostiques

---

Date et salle : **samedi 3 février 2018**, HUG, Belle-Idée, Les Champs, Genève

Horaire : 9h00-17h00

### Prix de l'atelier

180.- membres

280.- non membres, psychologues et psychiatres formés ou en formation

Délai d'inscription : **30 janvier 2018**

### Résumé

Les troubles anxieux de l'enfant ont longtemps été ignorés par les professionnels de l'enfance, ils sont maintenant reconnus et mieux diagnostiqués.

Pourtant, la prévalence globale des troubles anxieux est estimée entre 8 et 30% chez l'enfant et l'adolescent selon les études, ce qui en fait le diagnostic psychiatrique le plus fréquent chez le jeune entre 6 et 18 ans. Il est donc primordial de les diagnostiquer au plus tôt afin de mettre en place une stratégie adaptée. Anxiété de séparation, trouble anxieux généralisé, anxiété sociale, trouble panique, phobie spécifique et enfin le refus scolaire anxieux.

La thérapie cognitive et comportementale (TCC) est l'approche dont l'efficacité a été le plus documentée.

L'utilisation de la TCC dans les troubles anxieux de l'enfant se fait selon le même modèle que celui utilisé avec l'adulte :

12 à 18 séances hebdomadaires de durée 1h à 1h30

en individuel ou en groupe

Avec les techniques suivantes, adaptées à l'âge de l'enfant:

- psychoéducation du trouble
- techniques de gestion du stress avec relaxation et/ou respiration
- exposition progressive aux situations anxiogènes
- généralisation aux autres situations
- prévention des rechutes
- restructuration cognitive
- affirmation de soi

L'efficacité de la TCC est établie dans de nombreuses études, comparée à une liste d'attente, le taux de rémission moyen (pourcentage de sujets ne répondant plus aux critères diagnostiques initiaux en fin de traitement) est de 56,7% pour la TCC contre 34,8% pour les conditions contrôles.

Dans une méta-analyse incluant 25 études de TCC individuelle, la taille d'effet moyenne est de 0,86 (IC 95 %: 0,69-1,03) versus 0,13 (IC 95% : 0,03-0,24) pour la condition contrôle. 72% des patients maintiennent les gains thérapeutiques jusqu'à plusieurs années après.

**Nous présenterons lors de cette journée de formation les différentes techniques utilisées dans le traitement des troubles anxieux de l'enfant et 2 manuels de TCC transdiagnostiques, l'un pour les enfants de 5 à 10 ans, l'autre pour des 11 à 17 ans.** La formation permettra de connaître toutes les techniques présentées dans le manuel et de l'utiliser dans les différents troubles anxieux. Nous verrons enfin toutes les données récentes sur le sujet de l'anxiété de l'enfant et de l'adolescent, notamment autour de la place des parents dans la prise en charge en TCC.

### Références

- Turgeon L, Gendreau PL. Les troubles anxieux chez l'enfant et l'adolescent. Marseille : Solal éditeur ; 2007.
- Véra L, Leveau J., Vera L.- TCC chez l'enfant et l'adolescent. Paris, Masson, pratique en psychothérapie. 2009
- George Gisèle : " La confiance en soi de votre enfant", édition Odile Jacob.
- George Gisèle et Thomas Villemonteix : « Soigner l'anxiété sociale chez l'enfant et l'adolescent » Ed Retz, 2015.
- Boulenger JP, Lépine JP : « Les trouble anxieux », éditions Médecine Sciences publications, Paris, Lavoisier, 2014.

### Biographie express

Dr Hélène Denis est pédopsychiatre et psychothérapeute formée à la TCC. Elle travaille au CHU de Montpellier et est spécialisée dans les troubles anxieux de l'enfant et de l'adolescent. Elle est très engagée dans l'enseignement des TCC chez l'enfant et co-organise le DU de TCC de la faculté de médecine de Montpellier. Elle est aussi présidente de l'Association de TCC en Languedoc Roussillon qui a reçu les JRTCC en 2012.

Pédopsychiatre CHU Montpellier

Formatrice et responsable du DU de TCC à la faculté de médecine de Montpellier

Enseignante à l'AFTCC Paris.