

Module e-learning : TCC de la dépression



Concepteur Jean Cottraux

Durée de validité 4 mois

Tarif Financement personnel : 110 € | Financement établissement : 165 €

À partir de 3 modules commandés simultanément, bénéficiez d'une durée de validité supérieure et d'une remise tarifaire pouvant aller jusqu'à -25 %.

Contenu du module

Plus de 80 écrans dynamiques, accompagnés par une voix off, sur la dépression pour découvrir ou s'approprier les définitions, l'épidémiologie, les critères diagnostiques, les modèles explicatifs, l'alliance thérapeutique, l'analyse fonctionnelle, les outils d'évaluation et le travail thérapeutique.

Après avoir rappelé ce qu'est la dépression et quels en sont les symptômes habituels, ce module en présente les données épidémiologiques récentes, ainsi que les critères diagnostiques. À l'aide de schémas animés, ce module détaille le modèle et les schémas cognitifs de la dépression. L'inventaire de dépression de Beck, échelle d'évaluation de la dépression, est présentée et téléchargeable.

Les méthodes thérapeutiques sont exposées et illustrées de 8 films qui s'appuient sur le cas clinique d'une femme dépressive : analyse fonctionnelle synchronique, sonde cognitive pour mettre au jour les pensées automatiques négatives, discussion socratique de ces pensées, expériences comportementales de plaisir et de maîtrise, thérapie cognitive de la flèche descendante et modification d'un schéma « idéaux exigeants ».

Pendant la durée de validité de consultation, il est possible de se connecter autant de fois que souhaité pour revisiter tout ou partie du module.

Ressources du module

10 interventions vidéo du Dr Jean Cottraux, 8 petits films illustrant des moments clés du travail thérapeutique (durée totale : 30 min), des photos, illustrations et schémas dynamiques, des exercices récapitulatifs autocorrectifs pour chaque chapitre, un glossaire.

Documents téléchargeables (PDF)

Fiche d'enregistrement des pensées automatiques de Beck – Pentagramme – Inventaire de dépression de Beck – Rapport INSERM 2004 – Fiche plaisir et maîtrise – Fiche de résolution de problèmes – Synthèse du module.