

Diplôme Universitaire Thérapies Brèves année 2025-2026

Attention ! programme pouvant être sujet à modifications

Nombre d'heures: 140 heures, réparties sur 22 jours

DATES	DEBUT	FIN	THEME	INTERVENANTS	SALLE	LIEU
OUVERTURE						
06/10/2025	9h	9h30	Présentation et ouverture de la formation Organisation des enseignements Présentation des attendus des modalités de contrôle des connaissances	Pr SAOUD Dr TEBOUL		
MODULE HYPNOSE ERICKSONIENNE ET PLEINE CONSCIENCE FOVEA						
Partie 1 : MODULE PLEINE CONSCIENCE INTEGREE AU QUOTIDIEN FOVEA						
06/10/2025	9h30	12h	Fondements théoriques, pratiques et scientifiques Origine de la méthode Vittoz, pleine conscience intégrée au quotidien La pleine conscience : état des lieux des recherches Méthode Vittoz et Mindfulness : efficacité, ponts et spécificités Pratiques formelles et informelles de présence attentive	P. BOBICHON C. FOUDA		
	14h	18h	Atelier en sous-groupes pour pratiques FOVEA de réceptivité (attention ouverte) Méthode active ou Expérientielle	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOUDA		
20/10/2025 (en visio)	9h	10h	Retour sur pratiques personnelles de pleine conscience intégrées au quotidien FOVEA	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOUDA	EN VISIO	
	10h	12h	Processus attentionnels et cognitifs mobilisés Réorientation de l'attention Modèle de la décentration Effets des pratiques de présence sur l'attention, sur la mémoire et la concentration Zones neurologiques impliquées	P. BOBICHON C. FOUDA	EN VISIO	
	14h	18h	Atelier en sous-groupes pour pratiques FOVEA de concentration (attention focalisée) Méthode active ou Expérientielle	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOUDA	EN VISIO	
03/11/2025	9h	10h	Retour sur pratiques personnelles de pleine conscience intégrées au quotidien FOVEA	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOUDA		

	10h	12h	Processus sensoriels et émotionnels mobilisés Le développement des capacités intéroceptives Le développement des compétences Empathie et compassion Effet des pratiques sur la régulation émotionnelle.	P. BOBICHON C. FOU DA		
	14h	17h	Retour sur pratiques personnelles de pleine conscience FOVEA Atelier en sous-groupes pour pratiques sur les émotions (flexibilité émotionnelle) Méthode active ou Expérientielle	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOU DA		
	17h	18h	Bilan final	P. BOBICHON S. DESJARDINS C. FOU DA		

Partie 2 : HYPNOSE ERICKSONIENNE

Hypnose 1 : Introduction. Fondements. Accueil du patient. Dissociation.

04/11/2025	9h	12h	Introduction. Histoire de l'hypnose. Hypnose Ericksonienne. Données neuroscientifiques. Accueil du patient. Alliance thérapeutique. Communication en hypnose. Conscience critique et conscience hypnotique. Construction d'une séance.	Dr JINKINA Dr TEBOUL		
	14h	15h30	Débuter une séance d'hypnose. Induction. Différents exemples. Mise en place. Sécurité. Notion de langage hypnotique. Suggestions. Exercice collectif. Questions.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL		
	15h30	18h	Atelier. Démonstration. Exercices en binôme ou par groupe de 3. Débriefing.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL		
05/11/2025	9h	12h	Le corps d'une séance d'hypnose. La dissociation. Techniques d'approfondissement. Les abréactions et leur gestion. Sortie de la séance. Suggestions post-hypnotiques. Exercice collectif. Questions.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL		
	14h	14h30	Objectiver les changements. Moyens de mesurer le progrès.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL		
	14h30	17h30	Atelier. Démonstration. Exercices en binôme ou par groupe de 3. Débriefing.			

Hypnose 2 : Techniques adaptées aux situations cliniques. Douleur physique et psychique. Autohypnose.							
01/12/2025	9h	10h30	Accueil du patient – autres inductions (neurologique, etc.). Exercice collectif. Questions.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL			
	10h30	12h	Travail avec les mains, son intérêt. Lévitacion et catalepsie, champs d'application. Exercice collectif. Questions.	Dr JINKINA F. JEAN Dr TEBOUL			
	14h	17h30	Atelier. Démonstration. Exercices en binôme ou par groupe de 3. Débriefing.	F. JEAN Dr JINKINA Dr TEBOUL			
02/12/2025	9h	12h	La douleur physique aiguë et chronique – stress et anxiété. Alliance thérapeutique, inductions rapides, approfondissement. La douleur psychique. Psychosomatique. Travail par le corps. Autohypnose – principes, champs d'application pour patients et thérapeutes. Exercice collectif. Questions.	F. JEAN Dr JINKINA Dr TEBOUL			
	14h	18h	Atelier. Démonstration. Exercices en binôme ou par groupe de 3. Débriefing.	F. JEAN Dr JINKINA Dr TEBOUL			
Hypnose 3 : Anxiété et dépression – Apport de l'hypnose et des thérapies brèves							
05/01/2026	9h	10h30	Rappel de la clinique de l'anxiété et dépression et des techniques de prises en charges conformes à la science et aux recommandations de l'HAS.	Dr AUGER Dr PUICHAUD			
	10h45	12h	Rappels sur le principe de quelques abords en thérapies brèves (thérapie solutionniste, thérapie stratégique, techniques de communication). Intervention en hypnose intégrée avec ces abords selon la grille TACT en 3 temps : . création et maintien d'une co-relation, . établir une définition commune de la plainte, . promouvoir le changement.	Dr AUGER Dr PUICHAUD			
	14h	18h	Travaux dirigés en demi-groupes. Présentation et exercices. Techniques relationnelles pour établir une co-relation. Recueil de la plainte. Exercice sur la dévalorisation, le manque de confiance. Ressources. Hypnose et techniques de communication (recadrage, métaphore, suggestion, prescription). Spécificités enfants et adolescents.	Dr AUGER Dr PUICHAUD			
06/01/2026	9h	12h	Promouvoir le changement : . outils de communication thérapeutique et d'hypnose (recadrages, métaphores, suggestions, technique du crible d'objectif). . questionnements orientés solution (question magique, PPCPO) . séance d'hypnose formelle. Prescriptions.	Dr AUGER Dr PUICHAUD			
	14h	17h30	Travaux dirigés en demi-groupes. Présentation et exercices. PPCPO. Hypno-prompteur TACT. Hypnose avec enfants et parents. Utilisation du paradoxe. Techniques pour phobies. Techniques pour crise d'angoisse.	Dr AUGER Dr PUICHAUD			
	17h30	18h	Evaluation écrite	Dr JINKINA			

MODULE THERAPIE INTEGREE D'ATTACHEMENT						
07/10/2025	9h	12h	La théorie de l'attachement - Les thérapies basées sur l'attachement - La TIA dans la dépression aigüe - Le développement de la relation attachementale - Les techniques	Mme KHEIRALLAH		
	14h	18h	Jeux de rôle – exercices	Mme KHEIRALLAH		
08/10/2025	9h	12h	La conduite thérapeutique : Evaluation-engagement-remaniement-investissement Relations en cours (conflits, changements de statuts (social, professionnel, personnel)) relations interrompues (deuil, divorce, ruptures sentimentales), relations en devenir (accès à la parentalité)	Dr RAHIOUI		
	14h	17h30	Jeux de rôle – exercices	Dr RAHIOUI		
	17h30	18h	Evaluation écrite	DR RAHIOUI		
MODULE EFT						
02/02/2026	9h	10h30	L'EFT. Connaître la réalité des thérapies énergétiques	J.M. GURRET		
	10h30	12h	Connaître et utiliser les points d'acupression sur soi	J.M. GURRET		
	14h	17h30	Savoir intégrer l'EFT dans sa pratique clinique	J.M. GURRET		
	17h30	18h	Débriefing	J.M. GURRET		
03/02/2026	9h	11h30	Traiter un trauma récent	J.M. GURRET		
	11h30	12h	Analyser la pratique	J.M. GURRET		
	14h	16h	Le protocole complet EFT	J.M. GURRET		
	16h	17h	Prise en compte des blocages et levée des freins	J.M. GURRET		
	17h	17h30	Débriefing – retour sur les concepts abordés	J.M. GURRET		
	17h30	18h	Evaluation écrite	J.M. GURRET		

MODULE EMDR

EMDR 1

16/02/2026	9h	12h	Rappel de notions de psychotraumatologie	Dr TEBOUL Dr LANCON		
	14h	16h	Introduction à la psychothérapie EMDR – Histoire Neurobiologie et mécanismes d'action de l'EMDR	Dr TEBOUL		
	16h	16h30	Le modèle théorique de l'EMDR (AIP) de Francine Shapiro	M. VERNET		
	16h30	18h	Présentation des 8 phases classiques du protocole de base de l'EMDR décrites par Francine Shapiro	Dr TEBOUL		
17/02/2026	9h	12h	Etude du protocole EMDR de base de F. Shapiro Premières phases Méthodes et mesures	Dr TEBOUL M. VERNET		
	14h	18h	Démonstration Pratique Debriefing – questions	Dr TEBOUL M. VERNET		
18/02/2026	9h	12h	Etude du protocole EMDR de base de F. Shapiro Dernières phases Pratiques et outils	Dr TEBOUL M. VERNET		
	14h	15h	Présentation de quelques protocoles EMDR spécialisés	M. VERNET		
	15h	18h	Démonstration Pratique Debriefing – questions	Dr TEBOUL M. VERNET		

EMDR 2

16/03/2026	9h	12h	Retour d'expériences – questions Utilisation de l'EMDR en pratique clinique – Indications et contre-indications Etude du protocole EMDR de base de F. Shapiro Compléments	Dr TEBOUL M. VERNET		
	14h	18h	Projection commentée d'un film vidéo - questions Pratique	Dr TEBOUL M. VERNET		
17/03/2026	9h	10h30	Recherche en EMDR–Tests psychologiques Cas simples ou complexes en EMDR Le futur en EMDR	Dr TEBOUL		
	10h30	12h	Pratique Debriefing général – questions	Dr TEBOUL M. VERNET		
	12h	12h30	Évaluation écrite			

DEBRIEFING FINAL DU DIPLOME

17/03/2026	12h30	13h	Réseau professionnel des diplômés du DU Débriefing final – questions	Dr TEBOUL M. VERNET		
-------------------	-------	------------	---	------------------------	--	--

SUPERVISION CLINIQUE HYPNOSE ERICKSONIENNE

30/03/2026 et 31/03/2026	9 h 9 h	18 h 18 h	Une journée (7h) de supervision clinique en petits groupes - Evaluation orale	M.ARNAUD Dr JINKINA F. JEAN Dr AUGER Dr PUICHAUD		
			14 et 15 avril 2026 en fonction des groupes			

SUPERVISION CLINIQUE EFT

20/04/2026 et 21/04/2026	9 h 9 h	18 h 18 h	Une journée (7h) de supervision clinique en petits groupes - Evaluation orale	J.M. GURRET		
			14 et 15 avril 2026 en fonction des groupes			

SUPERVISION CLINIQUE EMDR

11/05/2026 et 12/05/2026	9 h 9h	18 h 18h	Une journée (7h) de supervision clinique en petits groupes - Evaluation orale	Dr TEBOUL M. VERNET		
			11 et 12 mai 2026 en fonction des groupes			

SOUTENANCE - EXAMEN FINAL

14/09/2026	9 h	18 h	Soutenance orale finale	Dr TEBOUL M. VERNET		
15/09/2026	9 h	18 h	Soutenance orale finale	Dr TEBOUL M. VERNET		

Pr SAOUD mohamed.saoud@chu-lyon.fr

Dr TEBOUL martin@teboul.com M. VERNET marcvernetpsy@wanadoo.fr Dr LANCON virginie.lancon@ch-roanne.fr

Dr JINKINA o.jinkine@yahoo.fr F. JEAN francoise.jean9@gmail.com M. ARNAUD mariearnaudpsy@wanadoo.fr

Dr AUGER jpd.auger@wanadoo.fr Dr PUICHAUD puichaudjacques@yahoo.fr

J.M. GURRET jean.michel.gurret@gmail.com

P.BOBICHON bobichonp2@gmail.com S. DESJARDINS sevedesjardins@yahoo.fr C. FOUDA charlottefouda@gmail.com

Mme KHEIRALLAH l.kheirallah@ghu-paris.fr Dr RAHIOUI h.rahoui@ghu-paris.fr

