Catalogue de formations

UMEO

Numéro de formateur : 31 62 022632 62

Adresse : 51 rue Édouard Plachez, 62220 CARVIN

Numéro de SIRET : 801 530 908 00012

Retrouvez-nous sur http://www.umeo-store.com

Contactez-nous : formation@umeo-store.com

Devis et plan de formation gratuits, sur simple demande

Bienvenue

Les formations et les formateurs UMEO 2
La méthode UMEO 3
Ce catalogue de formations 4
Pour les entreprises *4*
Pour les institutions, les professionnels et les professionnelles de santé *5*
La thérapie vue par UMEO 6
Les formations pour les entreprises 7
Gestion du stress *7*
Développement de l'affirmation et de l'estime de soi *7*
Les formations pour les institutions, les professionnels et les professionnelles de santé 8
Prise en soin des troubles Anxieux, du TOC et du PTSD *8*
Prise en soin de la dépression *9*
Prise en soin des troubles bipolaires *9*
Prise en soin des addictions *9*
Prise en soin des addictions sans produit *10*
Prise en soin des troubles du comportement alimentaire (TCA) *10*
Prise en soin des troubles du sommeil *10*
Prise en soin des troubles sexuels *10*
Prise en soin de la douleur chronique *11*
Prise en soin des troubles de la personnalité *11*
Comprendre la psychoéducation *11*
Les entretiens de motivation *12*
Accompagnement des personnes en situation de handicap *12*
Vieillissement et psychiatrie *12*
Favoriser l'alliance thérapeutique *12*
But et valeurs *13*
La thérapie écologique transdiagnostique *13*

Les formations et les formateurs UMEO

L'ensemble de nos formations se base sur les avancées scientifiques les plus récentes en psychologie et en psychiatrie.

Notre équipe est constituée de professionnels aguerris. La plupart des intervenants et intervenantes sont psychologues ou psychiatres, praticiens ou chercheurs. Nos formateurs sont spécialisés dans les mondes de la thérapie, de l'entreprise et du travail, de l'enfance et de l'éducation ou encore du handicap. Nous travaillons également avec d'autres professionnels afin de répondre le plus efficacement à vos besoins spécifiques.

Ces profils très divers nous permettent de vous proposer des formations variées. Nous pouvons également répondre à des demandes plus spécifiques.

N'hésitez pas à nous contacter à l'adresse formation@umeo-store.com pour toute demande.

La méthode UMEO

Notre acronyme vient de notre locution latine préférée : Usus Magister Est Optimus, « La pratique est le meilleur des maîtres » et résume parfaitement notre méthode : faire côtoyer dans toutes nos formations la théorie et sa mise en application concrète.

Bien entendu la connaissance théorique est importante, mais rien ne remplace la pratique, l'entrainement et les mises en situation.

Le pianiste ne connaît pas obligatoirement toutes les étapes de fabrication de son instrument et le cuisinier n'a pas toujours idée des conséquences chimiques de ses mélanges. Pourtant, ils peuvent tous deux composer et jouer de leur art comme personne. Nos formateurs ont la connaissance, mais ils ont surtout l'expérience de la pratique et c'est cette expérience qu'ils transmettent avant tout. Nous présentons ce qui fonctionne en psychologie, nous expliquons pourquoi cela fonctionne, et nous vous entrainons à son application.

C'est ainsi qu'UMEO conçoit ses formations, quelles qu'elles soient.

Ce catalogue de formations

Loin d'être exhaustif, ce catalogue présente quelques-unes de nos formations phares que ce soit les plus demandées ou celles qui nous distinguent.

Nous proposons, en plus des formations en présentiel, des formations en e-learning afin d'être largement diffusées au sein de votre entreprise ou de votre institution à partir de notre propre plateforme, ou de la vôtre.

Pour les entreprises

Les formations proposées aux entreprises ne nécessitent pas, de la part des participants, de connaissances préalables en psychologie. Elles consistent d'une part en l'apprentissage de comportements favorisant la communication et l'efficacité au sein des systèmes professionnels et d'autre part en l'acquisition de compétences cognitives et émotionnelles réduisant l'impact des facteurs psychosociaux pour l'ensemble des collaborateurs. Le but est toujours d'apporter des solutions tant efficaces que respectueuses du travail et du rôle de chacun.

Toutes les formations sont précédées d'une enquête sous forme d'interviews ou de questionnaires afin de répondre de façon adaptée aux problématiques de l'entreprise. En fin de formation un bilan des acquis est proposé.

Pour les institutions, les professionnels et les professionnelles de santé

Les formations proposées aux professionnels et professionnelles de santé sont adaptées au niveau de connaissances préalables des participants et participantes. Leur but est l'acquisition de connaissances et de compétences afin d'améliorer les prises en soin des patients et patientes ainsi que leur entourage. Les formations sont précédées d'une enquête sous forme d'interviews ou de questionnaires permettant une réelle adaptation aux problématiques rencontrées par les participants et participantes. À la fin de chaque session, les connaissances et compétences acquises sont évaluées. Les formations adressées aux établissements de santé peuvent être adaptées à la demande des institutions.

La thérapie vue par UMEO

Alors que de plus en plus de protocoles et de méthodes de prise en soin efficaces et validées scientifiquement existent, ces manières de faire ne sont pas diffusées à leur juste valeur parmi les psychothérapeutes et les professionnels de santé. D'une part, les formations débutent trop souvent par de longs prologues, non pas sur les processus en cause, les résultats des expérimentations et l'enseignement que l'on peut en tirer, mais sur des théories sans preuve empirique qui ne relatent que la façon de conceptualiser les choses de tel ou de tel chercheur, tel ou tel philosophe. Cette manière de former exclut de fait tout professionnel n'adhérant pas à son corpus théorique précis. D'autre part, les différentes techniques efficaces sont rangées dans une case théorique hermétique et beaucoup se privent de se former à ces techniques parce qu'elles ne sont pas en phase avec leur propre approche théorique. Ainsi, les dysfonctionnements attentionnels de l'enfant seront rangés dans l'approche cognitive de la psychologie et seront « réservés » exclusivement aux cognitivistes.

Nous avons décidé de prendre le contrepied de cette conception sclérosée. Nous pensons qu'il n'est pas nécessaire d'être cognitiviste pour se rendre compte que l'attention de l'enfant est fluctuante et parfois problématique. Il n'est pas nécessaire non plus d'être cognitiviste pour comprendre les raisons scientifiques de ces fluctuations et surtout pour vouloir se former aux techniques permettant d'améliorer l'attention des enfants… Loin de là… Il suffit d'être un professionnel de santé curieux et en recherche de solutions.

Notre leitmotiv est l'efficacité factuelle : « voici le problème, voici comment on peut le comprendre et le concevoir, voici les protocoles et exercices qui sont efficaces ». C'est pour cela que toutes nos formations contiennent la quantité de théorie nécessaire et suffisante mais ont avant tout une visée pratique.

Il est possible d'être de tout courant et d'accepter que l'expérience prouve qu'entraîner les enfants

à maintenir leur attention va effectivement leur permettre d'avoir de meilleures compétences attentionnelles. Il est également possible quel que soit son courant théorique de constater que de meilleures compétences attentionnelles ont pour conséquences d'améliorer la qualité de vie des enfants. Le courant théorique des professionnels n'empêche pas ces constats. Notre but n'est toutefois pas de promouvoir une approche intégrative, qui elle-même est théorique, mais bien de permettre à chacun et chacune de se former aux prises en soin empiriquement validées.

UMEO, en tant qu'organisme de formation, propose donc d'aborder des problèmes et/ou des techniques validées scientifiquement au-delà des clivages théoriques.

Les formations pour les entreprises

Pour atteindre leurs objectifs, toutes nos formations commencent par une nécessaire partie théorique avant de mettre en place des exercices concrets et des mises en situation.

Gestion du stress

Comprendre ce qu'est le stress, quelles sont ses causes et quelles sont ses conséquences. Former les collaborateurs et collaboratrices à identifier leurs stresseurs et à mettre en place des techniques de gestion du stress adaptées à l'environnement professionnel afin de favoriser une ambiance de travail sereine rendant chacun et chacune plus efficaces et motivés.

Acquisitions et savoir-faire : Compréhension de ce qu'est le stress, des facteurs qui l'influencent et de ses conséquences, savoir mettre en place des techniques adaptées de gestion du stress (techniques de relaxation, techniques cognitives).

Développement de l'affirmation et de l'estime de soi

Aborder les notions d'affirmation et d'estime de soi ainsi que les différents types de comportements que nous pouvons avoir dans nos relations avec les autres (affirmé, inhibé ou agressif). Une fois cette théorie acquise, nous proposons de travailler l'affirmation de soi par le biais de jeux de rôles afin de favoriser une bonne communication au sein de l'entreprise.

Acquisitions et savoir-faire : Compréhension du comportement affirmé et de l'estime de soi, compréhension du lien entre l'estime de soi et l'affirmation de soi, savoir utiliser des techniques comportementales pour favoriser les comportements assertifs et des techniques cognitives pour développer une estime de soi adaptée.

Les formations pour les institutions, les professionnels et les professionnelles de santé

Pour atteindre leurs objectifs, toutes nos formations commencent par une nécessaire partie théorique avant de mettre en place des exercices concrets et des mises en situation.

Prise en soin des troubles Anxieux, du TOC et du PTSD

Présenter les modèles les plus récents concernant les troubles Anxieux, le TOC et le PTSD avant de former les professionnels et professionnelles aux techniques de prise en soin de ces troubles.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les critères diagnostiquess des troubles anxieux, TOC et PTSD ainsi que leurs diagnostiquess différentiels. Savoir évaluer l'intensité des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Connaître les modèles de développement et maintien de ces troubles et comprendre les thérapies qui en sont issues. Savoir mettre en place une thérapie pour les troubles anxieux, TOC et PTSD en utilisant les outils les plus adaptés et récents.

Prise en soin de la dépression

Présenter les modèles cognitifs de la dépression. Une fois ces modèles acquis, les professionnels et professionnelles sont formés à l'évaluation du risque suicidaire et aux méthodes de prises en soin de la dépression. Cette formation présente toutes les connaissances nécessaires, de la psychoéducation à la prévention de la rechute, pour accompagner au mieux les patients et patientes.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les modèles cognitifs de développement et maintien de la dépression et des troubles de l'humeur. Savoir mettre en place un programme d'activation comportementale. Connaître les critères diagnostiquess de l'épisode dépressif et ses diagnostiquess différentiels. Savoir évaluer l'intensité des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Savoir mener un entretien d'évaluation du risque suicidaire, savoir expliquer aux patients et patientes ce qu'est la dépression et s'assurer de leur compréhension. Capacité à mettre en place une thérapie cognitive et comportementale de prise en soin de la dépression et des troubles de l'humeur.

Prise en soin des troubles bipolaires

Informer sur l'état actuel des connaissances concernant les troubles bipolaires puis former les professionnels et professionnelles aux prises en soin pharmacologiques et non médicamenteuses de ces troubles. Une partie de la formation est dédiée à la prévention de la rechute qui est un enjeu majeur de l'accompagnement des personnes souffrantes de troubles bipolaires.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les modèles validés de développement et maintien des troubles bipolaires. Connaître les critères diagnostiques des troubles bipolaires et ses diagnostiquess différentiels. Savoir évaluer l'intensité des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Connaître les prises en soin médicamenteuses et non médicamenteuses des troubles bipolaires. Être capable de mettre en place les conditions pour augmenter l'observance thérapeutique et diminuer le risque de rechute.

Prise en soin des addictions

Familiariser aux modèles de développement et maintien des addictions et entraîner les professionnels et professionnelles à appliquer les méthodes de prises en soin et de prévention de la rechute de ces problématiques. Une importance particulière est donnée à la gestion de la motivation et à l'identification des biais culturels et sociaux qui freinent la thérapie.

Acquisitions et savoir-faire : Savoir évaluer l'intensité des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Connaître les modèles de développement et maintien des addictions et les modèles de la motivation. Comprendre le lien entre modèles théoriques, analyses fonctionnelles et thérapies proposées. Savoir mener un entretien motivationnel. Mettre en place les outils pour identifier et dépasser les

freins thérapeutiques. Appliquer des méthodes validées de prise en soin des addictions et de prévention de la rechute en fonction des spécificités des patients et patientes.

Prise en soin des addictions sans produit

Présenter les addictions sans produit (internet, jeux vidéo, activité physique, sexe, jeux pathologiques) et leurs spécificités avant d'entraîner les professionnels et professionnelles à appliquer les méthodes de prises en soin spécifique à ce type d'addiction.

Acquisitions et savoir-faire : Savoir évaluer l'intensité des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Connaître les modèles de développement et maintien des addictions sans produit. Appliquer des méthodes validées de prise en soin des addictions sans produit et de prévention de la rechute en fonction des spécificités des patients et patientes.

Prise en soin des troubles du comportement alimentaire (TCA)

Présenter et évaluer les différents TCA et leurs diagnostiquess différentiels pour pouvoir les conceptualiser et les prendre en soin efficacement.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les critères diagnostiquess des TCA et leurs diagnostiquess différentiels. Savoir évaluer l'impact des troubles et savoir évaluer les avancées thérapeutiques en mobilisant des outils adaptés. Connaître et savoir appliquer les différentes prises en soin validées des TCA.

Prise en soin des troubles du sommeil

Présentation du sommeil et des différents troubles du sommeil ainsi que des facteurs de développement et maintien de ces troubles puis présentation des prises en soin médicamenteuses et non médicamenteuses de ces troubles.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les différentes phases du sommeil. Connaître et évaluer l'impact des différents troubles du sommeil. Savoir expliquer aux patients et patientes l'intérêt et l'utilisation d'un agenda du sommeil. Connaissances de base en psychopharmacologie de ces troubles. Connaissance des différents outils non médicamenteux et bons usages de prise en soin des troubles du sommeil.

Prise en soin des troubles sexuels

Présenter les troubles sexuels spécifiques au genre homme et au genre femme ainsi que leurs modèles théoriques avant de former aux prises en soin en séance et par bibliothérapie de ces troubles.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les différents troubles sexuels de l'homme et de la femme ainsi que leurs modèles de développement et de maintien. Comprendre les principes de la désensibilisation systématique appliquée aux troubles sexuels. Savoir mener un entretien sur les comportements sexuels. Savoir présenter la psychoéducation sur ces troubles et savoir orienter les patients et patientes vers des outils de bibliothérapie.

Prise en soin de la douleur chronique

Présenter les différences entre douleur aiguë et douleur chronique avant d'apprendre à mettre en place un pacing efficace et de créer un modèle d'impact de la douleur. Permettre d'apprendre aux patients et patientes à autogérer leur douleur.

Acquisition et savoir-faire : Connaître les différents types de douleurs et mesurer leur impact chez les personnes souffrantes. Connaître les stratégies adaptées de gestion de la douleur, notamment les stratégies de pacing. Savoir former les patients et patientes à la gestion autonome de leur douleur.

Prise en soin des troubles de la personnalité

Présenter la notion de personnalité et les différents troubles associés ainsi que leurs diagnostiquess différentiels avant d'entraîner les professionnels et professionnelles à mettre en place les thérapies adaptées selon les diagnostiquess et les spécificités des individus.

Acquisitions et savoir-faire : Identifier et évaluer les troubles de la personnalité. Connaître les diagnostiquess différentiels des troubles de la personnalité et savoir évaluer les comorbidités. Savoir mener des entretiens spécifiques avec les patients et patientes souffrants de troubles de la personnalité. Comprendre les principes de la restructuration cognitive et en connaître les principaux outils.

Comprendre la psychoéducation

Proposer la psychoéducation, non pas en tant que simples informations transmises aux patients et patientes mais en tant que prise en soin à part entière qui permet aux personnes en thérapie d'établir leur modèle de fonctionnement et de prévenir l'apparition de comportements problématiques. Les professionnels et professionnelles sont également formés à la mise en place d'échelles d'auto-observation efficaces et adaptées aux problématiques des personnes accompagnées.

Acquisitions et savoir-faire : Comprendre les avantages de la psychoéducation et savoir mobiliser les outils de transmission adaptés. Savoir réaliser un entretien de repérage des indices des comportements des patients et patientes, savoir réaliser « le modèle du patient ». Savoir transmettre les informations aux patients et patientes tout en s'assurant de leur bonne compréhension. Savoir former les patients et patientes à l'observation de leurs propres comportements et à l'élaboration de stratégies adaptées. Capacité à créer et mettre en place des échelles et outils d'auto-observation pertinents.

Les entretiens de motivation

Présenter les théories de la motivation et des entretiens motivationnels avant de développer les compétences nécessaires pour mener à bien des entretiens de motivation dans un cadre thérapeutique. Présentation de méthodes pour engager les patients dans la thérapie.

Acquisitions et savoir-faire : Comprendre les différents stades de motivation et savoir les repérer. Comprendre le rôle des thérapeutes à chaque stade de motivation. Savoir anticiper, prévenir et accompagner les rechutes. Savoir mener un entretien de motivation et élaborer une balance décisionnelle. Connaître des techniques d'engagement des patients dans la thérapie.

Accompagnement des personnes en situation de handicap

Aborder le handicap et les principaux problèmes psychologiques qui y sont liés avant de présenter les solutions de remédiation. Présentation d'outils et méthodes pour favoriser le développement des compétences des patients et patientes.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les principaux handicaps et problèmes psychologiques liés. Savoir évaluer l'impact du handicap sur la vie des patients et patientes notamment vis-à-vis de l'autonomie. Savoir élaborer des stratégies de remédiations et d'adaptations aux handicaps. Connaître et mettre en place les bons usages pour développer les compétences des patients et patientes.

Vieillissement et psychiatrie

Présentation de l'accompagnement social et psychologique de la personne âgée et de la gestion des pertes successives (retraite, décès, autonomie) avant d'apprendre à évaluer le vieillissement neurocognitif et entraîner les habiletés afin de favoriser leur maintien.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les spécificités sociales et psychologiques des patients et patientes vieillissants. Connaître les principaux troubles liés au vieillissement. Connaître les bons usages de gestion des pertes. Connaître des outils d'évaluation du vieillissement et de son impact sur les habiletés. Savoir mettre en place des exercices de remédiation et adapter sa prise en soin à cette population.

Favoriser l'alliance thérapeutique

Présentation d'outils pour optimiser la relation thérapeutique avec l'adulte et l'enfant ainsi que les attitudes qui permettent de favoriser l'observance et la progression dans la thérapie.

Acquisitions et savoir-faire : Compréhension de l'importance de l'alliance thérapeutique et de son impact sur les thérapies. Connaissance des outils et attitudes favorisant une alliance thérapeutique de qualité. Savoir appliquer et adapter ces outils aux spécificités des patients et patientes rencontrés.

But et valeurs

Présentation des concepts de but et valeurs et leur importance avant d'apprendre à les utiliser pour améliorer la qualité de vie des patients et patientes.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître les concepts de but et valeurs et leurs différences. Savoir les utiliser en thérapie pour favoriser l'atteinte des objectifs thérapeutiques. Connaître des outils pour identifier les buts et valeurs des patients et patientes.

La thérapie écologique transdiagnostique

Présenter l'approche transdiagnostique et ses avantages par rapport à l'approche catégorielle avant d'apprendre à faire des conceptualisations de cas en termes de processus impliqués. Enfin, apprendre à créer et développer des exercices de remédiation dans l'environnement du patient ou de la patiente.

Acquisitions et savoir-faire : Connaître la théorie sous-jacente à l'approche transdiagnostique. Comprendre l'intérêt d'une telle approche. Savoir conceptualiser les cas de façon transdiagnostique. Connaître la psychoéducation de cette approche. Savoir évaluer les processus dysfonctionnels et savoir mettre en place des exercices de remédiation qui seront renforcés dans l'environnement du patient ou de la patiente.