

# *La résolution de problème chez les Troubles anxieux graves*

Eric Gabella IDE  
Anais Lapierre Psychologue  
CH Montperrin



# Programme ETP TAG

Thème I Présentation des troubles anxieux et pharmacologie

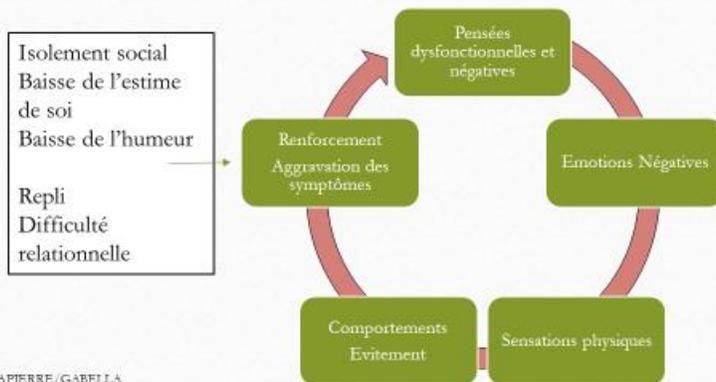
- ❖ *Séance 1 : Symptomatologie des troubles anxieux (2 heures)*
- ❖ *Séance 2 : Comorbidités (2 heures)*
- ❖ *Séance 3 : Traitements (2 heures)*

Thème II prise en charge psychothérapeutique des troubles anxieux

- ❖ *Séance 4 : Travail sur la reconnaissance et gestion des émotions(2 heures)*
- ❖ *Séance 5 : Travail sur l'estime de soi (2 heures)*
- ❖ *Séance 6 : Renforcement estime de soi (2 heures)*
- ❖ *Séance 7 : Travail sur la résolution de problèmes (2 heures)*
- ❖ *Séance 8 : Travail sur l'affirmation de soi (2 heures)*
- ❖ *Séance 9 : Renforcement affirmation de soi (2 heures)*
- ❖ *Séance 10 : Bien être APA et Diététique (2 heures)*
- ❖ *Séance 11 : Séance famille (optionnelle)*

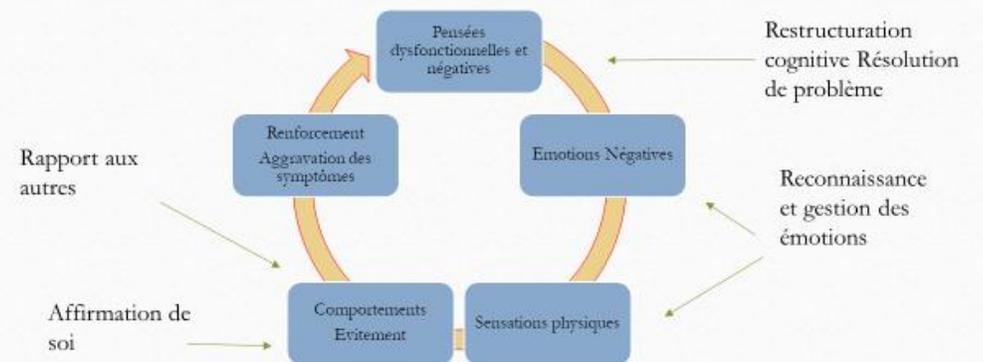
# Modèle proposition thérapeutique

## *Modèle trouble anxieux TCC*



LAPIERRE / GABELLA

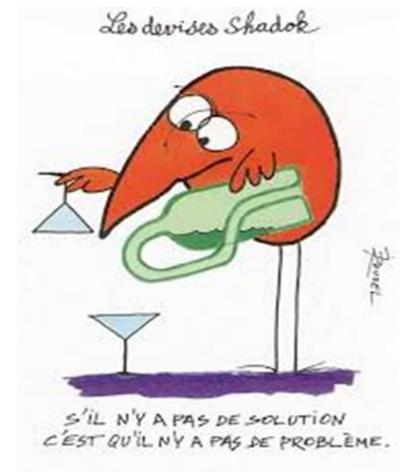
## *Proposition thérapeutique*



LAPIERRE / GABELLA

# Objectifs séance résolution de problème

- ✦ Identifier un problème
- ✦ Résoudre un problème
- ✦ Savoir prendre une décision
- ✦ Savoir prendre une décision en groupe



# Résolution de problème

Support: Malette COMETE Fiche pédagogique 15 L'île déserte

- *A présent , nous allons partir en vacances ...*
- *La mer à perte de vue... Les cocotiers... le sable fin... le bruit des vagues...*
- *Petite précision: C'est une île déserte!*



Lapierre/Gobelts

7

- *Individuellement, choisissez six objets que vous souhaitez emporter.*
- *Mettez vous par binôme et sélectionner 6 objets sur les douze notés.*
- *Tour de table.*
- *Quels sont les 6 objets retenus sur l'ensemble?*

Lapierre/Gobelts

8

# Méthode PROPS

- ✿ Pause: Respirer profondément, imaginez vous en situation de réussite et compétent
- ✿ Réflexion: Identifier le problème
- ✿ Option: Envisager toutes les solutions possibles avec leurs avantages et inconvénients (CT/LT)
- ✿ Priorité: Classer les options
- ✿ Stratégie: Mise en place d'un plan d'action

 petit  
problème,  
 grande  
 solution...