

### Formation approfondie à la CBT-E

La Cognitive Behavioral Therapy-Enhanced (CBT-E) s'adresse aux comportements alimentaires restrictifs (dont l'anorexie mentale) et aux comportements hyperphagiques (dont la boulimie) chez l'adolescent et l'adulte.

L'ensemble du protocole se base sur des données probantes actuelles. Ainsi, la CBT-E est le traitement de première intention recommandé dans les directives thérapeutiques internationales. Pourtant, peu de patients bénéficient de ce type de traitement.

### Objectif de la formation

Acquérir les connaissances suffisantes et nécessaires à une mise en œuvre de qualité des composantes clés de la CBT-E.

### Introduction

Cette thérapie s'adresse à un large spectre de gravité du TCA, des formes légères (10 séances) aux formes sévères (40 séances). La CBT-E adresse les processus transdiagnostiques spécifiques aux TCA, tels que les complications de la dénutrition, la restriction cognitive, les comportements de régime, l'image corporelle, l'intolérance émotionnelle, mais peut-être élargie à l'estime de soi, le perfectionnisme et les relations interpersonnelles compliquées.

La structure de la CBT-E est personnalisable selon les différents contextes environnementaux et psychopathologiques.

La CBT-E est bien adaptée à un contexte multidisciplinaire en institution ou en libéral. La CBT-E peut être initiée en hospitalisation de jour ou résidentielle et est également adaptée à la téléconsultation.

### Description de la formation certificative

Formation en présentiel et en ligne en groupe de maximum 9 participants.

### Prérequis professionnels

1. Être médecin ou psychologue
2. Être détenteur ou en cours de formation en 3e ou 4e année d'un Certificat en thérapie TCC.
3. Avoir suivi ou suivre les modules de base (E-learning) accessible en ligne sur le site du CEPIA (gratuitement après inscription).
4. Être capable de recruter un ou plusieurs cas avant de commencer la formation, et de les traiter tout en suivant le programme.
5. Suivre au moins 2 patients durant la formation.
6. Les patients assistent à des rendez-vous réguliers avec un médecin (par exemple, un médecin généraliste) pour un suivi médical

### Prérequis techniques

- Disposer d'un ordinateur fixe ou portable (pas de smartphone).
- Avoir accès à Team (gratuit).
- Disposer d'un des manuels de référence
  - Cognitive Behavior Therapy and Eating Disorders, Fairburn C. (2008)
  - Cognitive Behavior Therapy for adolescent with Eating Disorders, Dalle Grave R. and Calugi S. (2020)

### Critères de participation à la formation :

- Avoir un réel désir d'apprendre la CBT-E
- Travailler avec des personnes souffrant de troubles alimentaires
- Être capable de présenter les séances réalisées avec des patients en vue de la formation, et être capable de conduire un traitement
- Être en mesure de consacrer le temps nécessaire pour suivre le cours et préparer les séances d'un ou plusieurs cas
- Être rigoureux dans l'application de la procédure tant sur le plan de la structure que son contenu

### Séances de formation en présentiel et en ligne (32 h)

- **Introduction à la CBT-E** : Prise de contact
- **Atelier 1** : Découverte de l'étape 1 du protocole
- **Atelier 2** : Découverte de l'étape 2 du protocole
- **Atelier 3** : Découverte de l'étape 3 du protocole et cas particuliers
- **Supervisions 1 à 2** : Présentation de cas, mise en œuvre de l'étape 1
- **Supervisions 3 à 6** : Présentation de cas, mise en œuvre de l'étape 2

### Supervisions

- Supervision des conditions réelles de la mise en œuvre de la CBT-E sur la base de la structure de la thérapie, d'un cahier d'auto-enregistrement, d'une formulation de cas, et d'un graphique de poids et si possible d'enregistrements vidéo ou audio recueillis par le participant
- Possibilité de supervision individuelle en compensation d'absence ou au besoin.

### Formule initiation (9 h)

Afin de répondre aux besoins des professionnels de la santé sans qualification à la psychothérapie TCC (psychologues cliniciens de première ligne et diététiciens), une *formule initiation* est proposée. Il s'agit d'assister à trois cours en distanciel afin de comprendre le rationnel de la CBT-E. Les participants ne devront pas passer de certification et recevront une attestation de présence.

## Coût de la formation

- **Formule certificative:**
  - **Non-membre du CEPIA: 1 000 €**
  - **Membres du CEPIA : 900 €**
  - *Les professionnels de la santé exerçant sur le territoire des Réseaux de soins en santé mentale en Belgique bénéficient d'un coupon de 200 € (cout de la formation 700 €)*
- **Formule initiation:**
  - **Non-membre du CEPIA: 500 €**
  - **Membres du CEPIA: 450 €**
  - *Les professionnels de la santé exerçant sur le territoire des Réseaux de soins en santé mentale en Belgique bénéficient d'un coupon de 100 € (cout de la formation 350 €)*
- **Optionnel :** supervisions individuelles supplémentaires, **80 €/heure.**

## Condition de certification de la formation

Pour se voir certifier la formation, le participant doit répondre aux 3 critères suivants :

- *participer à l'ensemble de la formation, une seule absence autorisée avec compensation,*
- *réussir l'évaluation des connaissances au seuil minimum de 7/10,*
- *fournir 2 présentations de cas réels contenant l'analyse de l'étape 1 et le plan thérapeutique de l'étape 2.*

## Intervisions

La certification de la formation donne accès au Réseau d'intervisions du CEPIA. Ces interventions CBT-E sont organisées 4 fois par an. Ainsi, les participants peuvent bénéficier d'un espace de soutien mutuel où chacun peut partager ses expériences et recevoir des retours constructifs de ses pairs.

### Critères de participation :

- Travailler actuellement le TCA avec la CBT-E
- Être en mesure de consacrer le temps nécessaire à l'intervention.

## – Agenda 2026 formule certificative –

### 1. Séance d'introduction en distanciel

mardi 16.12.25

Horaire : 09 : 00 – 11 : 00

Lieu : Téléconférence Teams

### 2. Ateliers en présentiel

Les ateliers se donnent en présentiel **uniquement**. Pour les professionnels ne vivant pas en Belgique, ils pourront suivre les cours de la version initiation (voir *infra*)

- mardi 06.01.26
- mardi 20.01.26
- mardi 03.02.26

Horaire : 09 : 00 – 16 : 00

Lieu : Namur

Matériel à prévoir : un des deux manuels de référence, de quoi écrire et son pique-nique

### 3. Supervisions en distanciel

1. *mardi 03.03.26*
2. *mardi 10.03.26*
3. *mardi 17.03.26*
4. *mardi 09.06.26*
5. *mardi 16.06.26*
6. *mardi 23.06.26*

Horaire : 09 : 00 – 11 : 00

Lieu : Teams

Matériel à prévoir : 2 cas à présenter en PowerPoint, étape 1 ou 2 selon l'avancement de la formation

## – Agenda 2026 formule initiation –

### Cours en distanciel

Uniquement pour les psychologues cliniciens et diététiciens en Belgique ou pour les participants résidant à l'étranger

- mardi 13.01.26
- mardi 27.01.26
- mardi 10.02.26

Horaire : 09 : 00 – 12 : 00

Lieu : Teams

Matériel à prévoir : une connexion à TEAMS

## Inscription

- **Demande d'inscription par mail**
  - *contact@cepia-poids-alimentation.be*
  - **Objet : CEPIA + CBT-E + certification/initiation**
  - **Contenu :**
    - *NOM, prénom*
    - *Profession*
    - *Coordonnées complètes*
    - *Curriculum Vitae à jour*
    - *Choix de la formule*
    - *5 lignes de motivation*
- **Information sur les modalités de paiement après acceptation du dossier de candidature**

## Formatrice et superviseuse

**Docteure Jessica Morton**, psychologue clinicienne et psychothérapeute qualifiée en TCC, superviseuse agréée par l'AEMTC, enseignante en certificat universitaire à UCLouvain et à l'ULB.

## En collaboration avec :



## Avec le soutien de

