

3^{EME} JOURNEE DE THERAPIE COMPORTEMENTALE ET COGNITIVE DES
COUPLES ET DES FAMILLES

Vendredi 22 avril 2016 Villeneuve d'Ascq, Université de Lille

THERAPIE DE COUPLE ORIENTEE SUR LA GESTION DU STRESS

Pr. Guy BODENMANN

Organisation : ADTCCF Association pour le Développement francophone des Thérapies Comportementales des Couple et des Familles et SCALab UMR CNRS 9193, Univ Lille, Laboratoire de Sciences Cognitives et Affectives

9h30-13h00 et 14h00-18h00

L'atelier introduit le concept de la gestion dyadique du stress et au rôle du stress externe pour le fonctionnement du couple. Il est démontré que les conflits au sein du couple sont souvent dus aux stressés vécus à l'extérieur du couple. Rapportés/importés à la maison ils affectent ensuite l'interaction du couple en augmentant le risque que les conflits aigus finissant en escalade et en violence verbale ou physique. Dans cette approche ECBCT on montre au couple des chemins différents pour gérer ces situations en leur apprenant une perception dyadique du stress et sa gestion. On leur enseigne le concept des schémas qui sont à l'origine du stress... La technique thérapeutique, en trois phases, expliquée et pratiquée en jeu de rôle donnera une idée du travail avec le couple sur ce sujet et quels en sont les effets.

Guy BODENMANN

Professeur à l'université de Zurich et docteur de l'université de Fribourg sous la supervision des professeurs M. Perrez et J. Gottman de l'université de Washington, ses domaines de recherche sont l'influence du stress sur le fonctionnement du couple et les possibilités du couple de mieux gérer les tracas quotidiens. Guy Bodenmann a collaboré avec D. Baucom, A. Christensen et N. Jacobson. Il a développé le programme *Couples Coping Enhancement Training* (CCET), une approche thérapeutique au sein du couple portant sur une amélioration de la gestion du stress en commun. Il dirige un Diplôme Universitaire de Thérapie comportementale et Cognitive de Couple.