



Ma formation / mes compétences

Docteur en psychologie, formée à la recherche scientifique, je suis également Psychologue et Psychothérapeute :

- Membre de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC) ;
- Membre de l'équipe de recherche en sciences humaines et sociales appliquées à la cancérologie (E.R.S.S.Ca) de la Faculté de Médecine de Nantes ;
- Auteur de nombreux articles et communications scientifiques, chargée d'enseignement à l'Université et formatrice ;
- Intervenante comme conseillère psychosociale auprès de divers organismes.

Déontologie

Les psychologues praticiens sont soumis à un code déontologique dont la finalité est avant tout de protéger le public et les psychologues contre les mésusages de la psychologie et contre l'usage de méthodes et techniques se réclamant abusivement de la psychologie.

La complexité des situations psychologiques s'oppose à la simple application systématique de règles pratiques. Le respect des règles du Code de Déontologie repose sur une réflexion éthique et une capacité de discernement, dans l'observance des grands principes suivants :

1. Respect des droits de la personne
2. Compétence
3. Responsabilité
4. Probité
5. Qualité scientifique
6. Respect du but assigné
7. Indépendance professionnelle

Le psychologue ne peut aliéner l'indépendance nécessaire à l'exercice de sa profession sous quelque forme que ce soit.

Clause de conscience

Dans toutes les circonstances où le psychologue estime ne pas pouvoir respecter ces principes, il est en droit de faire jouer la clause de conscience.

Pour nous trouver facilement

A Bruz

A proximité de la 4voies Rennes/Redon – sortie Vert Buisson.

Se rendre dans le nouveau quartier du vert buisson derrière le centre Commercial « Cap Vert ».

Nombreuses liaisons quotidiennes depuis le cœur de Rennes :

- Bus n° 57 (tous les 1/4 d'heures), n°59, n°63.
- Gare SNCF de Bruz à proximité (TER).



J'ai choisi les Thérapies comportementales et cognitives parce qu'elles répondent à des critères d'exigence au niveau théorique et pratique, mais aussi au niveau de la formation dispensée. En effet, l'enseignement à la Psychothérapie comportementale et cognitive est conforme à des normes européennes et est réservé aux Docteurs en psychologie, Psychiatres et Psychologues. La formation se déroule sur trois années universitaires. Seuls les enseignements dispensés par l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC à Paris) et les Universités répondent à ces critères.

Anne HARTMANN

Anne HARTMANN

Docteur en psychologie Psychothérapeute Psychologue de la santé



Thérapies Comportementales et Cognitives T.C.C.

Anne HARTMANN - VERCOUTERE

2 Place du Vert Buisson 35170 BRUZ
(derrière le Centre Commercial « Cap Vert »)

☎ : 06 84 97 24 75 ☎ : 02 99 42 22 87

Ouverture tous les jours du lundi au samedi
entre 8 h et 20 h. le samedi jusqu'à 17h

<http://tccrennes.fr/>

contact@tccrennes.fr



00041440

Les Thérapies Comportementales et Cognitives (T.C.C.)

Anxiété

Dépression

Gestion du Stress

T.O.C.

Phobies

Douleur chronique et relaxation

Troubles alimentaires

Addictions...

Les T.C.C.

Les Thérapies Comportementales et Cognitives sont des thérapies brèves qui appliquent les principes de la psychologie scientifique à la pratique clinique.

L'efficacité de ces thérapies a été démontrée par le rapport de l'INSERM (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale) publié en 2004.

Plusieurs types de problématiques peuvent être traitées :

Ψ Les pathologies répertoriées : troubles anxieux, stress post-traumatique, dépression, addictions, troubles des conduites alimentaires, douleurs chroniques ;

Ψ Chez l'enfant et l'adolescent (avec la participation éclairée des parents) : les troubles du développement et les troubles anxio-dépressifs ;

Ψ Les difficultés issues de la vie quotidienne (soutien à la parentalité, problèmes relationnels, gestion du stress, aide aux aidants...) ;

Ψ La thérapie peut aussi permettre d'améliorer les ressources personnelles comme l'estime de soi et l'affirmation de soi.



Le Thérapeute

Les Thérapies Comportementales et Cognitives reposent sur un travail en collaboration et un échange d'informations entre patient et thérapeute.

Le thérapeute peut également être amené à rencontrer l'entourage du patient, notamment pour le suivi des enfants et des adolescents, mais aussi pour apporter des informations sur la pathologie et le traitement.

La relation thérapeutique se fonde sur « *l'ici et maintenant* » et la sélection avec le patient des problèmes concrets à résoudre.

Le thérapeute est donc très impliqué dans la thérapie :

Ψ Il pose des questions et établit avec le patient des hypothèses thérapeutiques.

Ψ Il apporte des informations sur la pathologie ou les difficultés.

Ψ Il propose des lectures adaptées pour permettre une meilleure compréhension et information relatives à la problématique.

Ψ Il suggère la mise en place de techniques, des solutions concrètes et utilisables dans la vie quotidienne afin de permettre le changement souhaité.



La Thérapie

La Thérapie Comportementale et Cognitive se déroule en 5 étapes (pour les pathologies répertoriées précédemment) :

Ψ Évaluation de la situation posant problème : qu'est-ce que le patient désire changer ?

Ψ Analyse fonctionnelle : quelles sont les relations entre les comportements qui posent problème, les pensées, les émotions et l'environnement social du patient ?

Ψ Phase d'information : explication du problème psychopathologique et des techniques qui seront mises en place pour permettre le changement souhaité. Estimation du nombre de séances nécessaires.

Ψ Phase active du traitement : développement des capacités et des ressources.

Ψ Phase d'évaluation des résultats du traitement et programme de maintenance.



Consultations à domicile

Certaines pathologies spécifiques (agoraphobie, troubles obsessionnels compulsifs...) peuvent nécessiter un suivi à domicile.

Tarif des consultations

L'aspect financier peut être discuté, notamment au moment de la mise en route de la thérapie.