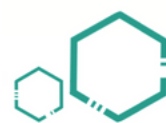


TROUBLES ANXIEUX

AVANCÉES SCIENTIFIQUES ET REGARD CLINIQUE



17, 18 ET 19 SEPTEMBRE 2025
LOUVAIN-LA-NEUVE



TROUBLES ANXIEUX : AVANCÉES SCIENTIFIQUES ET REGARD CLINIQUE

17, 18 et 19 septembre 2025

HORAIRE

17 septembre

9h – 11h : *Troubles anxieux : repères diagnostiques, étiologiques et développementaux* – H. Denis (France)

11h30 – 12h30 : *Réguler l'émotion de l'enfant* – Julie Carré (France)

LUNCH

13h30 – 14h30 : *Tics, TOC et anxiété* – V. Czernecki (France)

14h45 – 15h45 : *Dysmorphophobie et anxiété : entre préoccupations corporelles et vulnérabilités anxieuses* – Amélie Rousseau (France)

16h – 17h : *PTSD de l'enfance à l'âge adulte* – B. Lloret (France)

18 septembre

9h – 10h : *Ruminations et anxiété* – C. Baeyens (France)

10h15 – 11h15 : *Anxiété et apprentissages* – S. Henrard (Belgique)

11h30 – 12h30 : *Refus scolaire anxieux* – H. Denis (France)

LUNCH

13h30 – 14h30 : *Stress au travail* – F. Weytens (Belgique)

14h45 – 15h45 : *L'anxiété sociale chez l'adulte* – C. Dellouve (France)

16h – 17h : *Anxiété et addictions : quels liens ?* – M. Dematteis (France)

19 septembre

9h – 10h : *Recommandations internationales et lignes directrices de la prise en charge des troubles anxieux* – S. Raffard (France)

10h15 – 11h15 : *Imagery rescripting : quelles indications pour le trouble anxieux ?* – C. Dellouve (France)

11h30 – 12h30 : *Eco-anxiété : trouble ou ressource ?* – R. Poinot (France)

LUNCH

13h30 – 14h30 : *Quelle place pour les aidants et les familles dans l'accompagnement des troubles anxieux ?* – A. de Connor (France)

14h45 – 15h45 : *Prise en charge pharmacothérapeutique des troubles anxieux : croisement des regards entre EBM, recommandations de bonne pratique, et réalités de terrain* – B. Koener (Belgique)

16h – 17h : *L'utilisation de nouvelles technologies dans le traitement des troubles anxieux : de la télépsychothérapie à la réalité virtuelle et l'intelligence artificielle* – S. Bouchard (Québec)

PROGRAMME DÉTAILLÉ DES INTERVENTIONS

(dans l'ordre de présentation)

Troubles anxieux : repères diagnostiques, étiologiques et développementaux

– *Hélène Denis*

Les troubles anxieux constituent un enjeu majeur de santé publique, tant en raison de leur prévalence croissante – amplifiée notamment par la pandémie de COVID-19 – que des complications qu'ils entraînent lorsqu'ils ne sont pas pris en charge de manière précoce et adaptée. Souvent mal identifiés ou sous-diagnostiqués, ces troubles impactent profondément la qualité de vie et le fonctionnement des personnes qui en souffrent, en raison de leur tendance à se chroniciser en l'absence d'interventions ciblées.

Cette intervention introductive proposera un cadrage global des troubles anxieux, tels que définis dans les classifications nosographiques actuelles (DSM-5-TR et CIM-11). Elle en précisera les principaux critères diagnostiques et leur organisation en sous-catégories, parmi lesquelles on retrouve notamment le trouble d'anxiété généralisée, les phobies spécifiques, l'anxiété sociale (ou phobie sociale), le trouble panique, l'agoraphobie et l'anxiété de séparation.

Les spécificités cliniques selon l'âge seront abordées, de même que les grandes hypothèses étiologiques actuellement reconnues, incluant les facteurs biologiques, cognitifs, environnementaux et relationnels. Enfin, une attention particulière sera portée à la trajectoire développementale de ces troubles, afin de mieux comprendre leur apparition, leur évolution, ainsi que les facteurs de maintien ou de rémission.

Régulation des émotions chez l'enfant : enjeux et spécificités face à l'anxiété

– *Julie Carré*

La capacité à réguler ses émotions constitue un pilier fondamental du développement socio-émotionnel de l'enfant. Or, chez les enfants présentant une anxiété marquée — qu'elle relève d'un trouble anxieux avéré ou d'une problématique subclinique —, cette régulation émotionnelle peut s'avérer particulièrement difficile, exacerbant la symptomatologie et nuisant au bien-être quotidien. Cette conférence s'intéressera à la prise en charge cognitivo-comportementale de l'anxiété chez l'enfant et l'adolescent, en mettant l'accent sur les processus émotionnels sous-jacents.

À travers les grandes étapes d'une Thérapie Cognitive et Comportementale (TCC), seront présentés différents types d'interventions visant à renforcer la capacité de régulation émotionnelle, en ciblant des mécanismes tels que l'évitement, la suppression émotionnelle ou l'intolérance à l'incertitude. Des modèles issus de la littérature scientifique permettront de mieux comprendre comment la mise en œuvre d'outils comportementaux, cognitifs et émotionnels peut produire un effet durable sur l'intensité et la persistance de l'anxiété.

L'intervention abordera également les interactions entre facteurs biologiques, environnementaux et apprentissages sociaux dans le développement de ces compétences, tout en soulignant le rôle central des parents et des enseignants dans l'accompagnement des enfants. Des illustrations cliniques viendront enrichir cette présentation afin d'offrir aux praticiens, formés ou non aux TCC, des pistes concrètes pour soutenir efficacement le développement émotionnel des jeunes patients.

Tics, TOC et anxiété – *Virginie Czernecki*

Bien que les tics, les troubles obsessionnels-compulsifs (TOC) et l'anxiété puissent parfois coexister, ils reposent sur des mécanismes distincts qu'il est essentiel de différencier. Une idée largement répandue, mais erronée, associe systématiquement les tics à une manifestation directe de l'anxiété. Cette conférence propose de déconstruire cette croyance en s'appuyant sur les avancées de la recherche clinique et neuroscientifique, afin de clarifier les relations complexes entre ces trois manifestations psychopathologiques.

En premier lieu, seront abordées les spécificités des tics, qui sont des mouvements ou vocalisations involontaires souvent exacerbés par le stress, mais dont l'origine est davantage liée à des dysrégulations neurobiologiques qu'à une réponse anxieuse. En parallèle, la conférence examinera les mécanismes sous-jacents des TOC, qui impliquent des pensées intrusives et des comportements compulsifs motivés par un besoin de réduire un inconfort ou une angoisse. Enfin, les recoupements et distinctions avec l'anxiété seront explorés, notamment pour mieux comprendre comment ces troubles peuvent interagir ou être confondus dans la pratique clinique.

L'objectif de cette intervention est de fournir un cadre conceptuel clair pour différencier les tics, les TOC et l'anxiété, tout en soulignant l'importance d'un diagnostic précis et nuancé. En déconstruisant les idées reçues, cette présentation contribuera à une meilleure compréhension de ces troubles et de leurs implications pour les approches thérapeutiques.

Anxiété et dysmorphophobie : entre préoccupations corporelles et vulnérabilité anxieuse – *Amélie Rousseau*

La dysmorphophobie, ou trouble dysmorphique corporel, est un trouble psychiatrique caractérisé par une préoccupation intense, persistante et souvent irrationnelle concernant un ou plusieurs aspects de l'apparence physique, perçus comme déformés, laids ou anormaux. Ces défauts, généralement minimes voire inexistant pour l'entourage, sont néanmoins source d'une grande souffrance pour la personne concernée. Ce trouble s'accompagne fréquemment d'un niveau élevé d'anxiété, en particulier d'anxiété sociale, liée à la peur d'être observé, jugé ou rejeté. Les individus atteints peuvent adopter des comportements répétitifs tels que la vérification dans le miroir, le camouflage, la comparaison avec autrui ou la recherche excessive de réassurance, qui deviennent eux-mêmes des sources de tension et de renforcement du trouble.

L'interaction entre dysmorphophobie et anxiété forme un véritable cercle vicieux : plus la personne cherche à contrôler ou à éviter le regard d'autrui, plus son attention se focalise sur ses défauts perçus, alimentant l'angoisse et les comportements d'évitement. C'est à l'exploration de ces dynamiques cliniques et psychopathologiques, ainsi qu'à leurs implications pour la compréhension et la prise en charge de ces patients, que sera consacrée cette intervention.

Syndrome de stress post-traumatique : de l'enfance à l'âge adulte – *Bertrand Lloret*

Alors que la notion de « trauma » occupe une place centrale dans les discours psychologiques et médiatiques, cette conférence propose un retour sur les bases cliniques de la compréhension du traumatisme et du stress post-traumatique (TSPT), en mettant en lumière sa diversité et ses spécificités. À travers une exploration des caractéristiques principales du trouble, les participants seront invités à clarifier les critères diagnostiques, tout en distinguant le TSPT des troubles apparentés grâce à une analyse des diagnostics différentiels.

Qu'est-ce qu'un événement traumatique ? Comment différencier un traumatisme psychologique d'un trouble de stress post-traumatique ? Et, surtout, si une personne a vécu un événement traumatique, développera-t-elle systématiquement un TSPT ? Ces questions fondamentales guideront la première partie de l'intervention.

La présentation s'intéressera ensuite aux mécanismes qui sous-tendent le TSPT, en adoptant une perspective développementale pour explorer comment ce trouble se manifeste et évolue chez l'enfant et chez l'adulte. Les modèles explicatifs actuels seront abordés, avec un focus sur les facteurs de risque, de vulnérabilité et de maintien du trouble.

Enfin, seront examinées les stratégies psychothérapeutiques recommandées, en tenant compte de l'âge des patients et des spécificités du trouble. Les approches thérapeutiques validées, qu'il s'agisse d'interventions centrées sur le traitement du trauma ou de stratégies adaptées à l'enfant, seront présentées comme des outils essentiels pour accompagner efficacement les patients.

Rumination et anxiété : une dynamique interconnectée – Céline Baeyens

Les ruminations, caractérisées par des pensées répétitives et passives centrées sur des préoccupations personnelles ou des événements négatifs, jouent un rôle crucial dans l'apparition et le maintien des troubles anxieux. En favorisant une hypervigilance et une anticipation excessive du danger, elles exacerbent les symptômes d'anxiété tout en limitant la capacité des individus à mobiliser des stratégies adaptatives pour faire face aux difficultés.

Cette conférence explorera les mécanismes sous-jacents qui lient les ruminations à l'anxiété, en mettant en lumière leur place dans les modèles psychopathologiques contemporains. Elle s'appuiera sur des données issues de la recherche pour expliquer comment des facteurs cognitifs et émotionnels, tels que l'intolérance à l'incertitude ou les biais attentionnels, contribuent à leur apparition et à leur persistance.

Enfin, cette présentation examinera les approches thérapeutiques susceptibles de réduire l'impact des ruminations sur l'anxiété, en s'intéressant notamment aux interventions cognitivo-comportementales et aux techniques basées sur la pleine conscience. En articulant réflexion théorique et implications pratiques, elle visera à mieux comprendre la dynamique entre ruminations et anxiété tout en ouvrant des perspectives pour des prises en charge plus efficaces.

Anxiété et apprentissages – Sébastien Henrard

L'anxiété a également des répercussions profondes sur les processus cognitifs essentiels à l'apprentissage. Cette conférence explorera les liens entre anxiété et apprentissages, en mettant l'accent sur la manière dont l'anxiété altère la disponibilité attentionnelle, élément clé pour traiter les informations et mobiliser les ressources nécessaires à l'acquisition de nouvelles connaissances.

L'intervention mettra en lumière les manifestations cognitives et comportementales de l'anxiété qui peuvent être confondues avec d'autres troubles neurodéveloppementaux, en particulier le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Les difficultés de concentration, l'agitation ou encore l'évitement, souvent observés chez les élèves anxieux, peuvent masquer les véritables causes de leurs défis académiques et mener à des diagnostics erronés.

En s'appuyant sur les recherches récentes, cette présentation proposera une analyse des mécanismes par lesquels l'anxiété interfère avec les apprentissages, qu'il s'agisse de la mémoire de travail, de l'attention sélective ou de la gestion cognitive des tâches complexes.

Des pistes d'intervention seront également évoquées, avec un focus sur les stratégies visant à réduire l'impact de l'anxiété en milieu scolaire et à mieux différencier ses manifestations de celles du TDAH.

Refus scolaire anxieux – *Hélène Denis*

Le refus scolaire anxieux, anciennement désigné sous le terme de « phobie scolaire », décrit ces jeunes pour qui l'anxiété devient si intense qu'elle rend la fréquentation de l'école difficile, voire impossible. Bien que ce trouble ne figure pas en tant qu'entité distincte dans les classifications internationales, il est généralement considéré comme une complication d'un ou de plusieurs troubles anxieux chez l'enfant et l'adolescent.

Malgré son absence de reconnaissance formelle, le refus scolaire anxieux est une problématique en constante augmentation, touchant un nombre croissant de jeunes confrontés à une détresse importante face aux exigences scolaires quotidiennes. Cette conférence proposera une exploration des différentes manifestations cliniques de ce trouble, en soulignant la diversité des profils et des contextes associés.

L'intervention abordera également les modalités de prise en charge, avec un focus particulier sur les thérapies cognitivo-comportementales (TCC), qui constituent une approche de référence validée pour traiter ce trouble. Seront discutées les stratégies thérapeutiques les plus efficaces pour aider les jeunes à réintégrer progressivement le milieu scolaire, tout en travaillant sur les causes sous-jacentes de leur anxiété.

Stress au travail – *Fanny Weytens*

Le contexte contemporain est marqué par une accumulation de pressions systémiques et par la fragilisation de certains équilibres que les générations précédentes pensaient acquis. Hyperconnexion, instabilité géopolitique, injonctions à être heureux et à exceller sur tous les fronts, pression professionnelle croissante, relations interpersonnelles complexes ou délétères, responsabilités liées à la sphère personnelle... forment un terrain propice à l'installation d'une tension prolongée.

Chez certaines personnes, ce stress insidieux, souvent banalisé, s'ancre, s'intensifie, puis déborde... jusqu'à l'épuisement, voire le burnout. Mais comment différencier un excès de stress d'un trouble anxieux ou d'un véritable effondrement ? Et surtout : que faire lorsqu'anxiété et burnout s'entretiennent mutuellement dans un cercle vicieux ?

À partir d'une trajectoire clinique illustrée, cette intervention propose une lecture croisée des liens entre stress prolongé, troubles anxieux et burnout. Elle explore les facteurs de risque aux niveaux sociétal, organisationnel et individuel, en mettant en lumière les spécificités des profils anxieux, plus vulnérables à certains mécanismes psychologiques et contextuels conduisant à l'épuisement.

L'anxiété sociale chez l'adulte : souffrance invisible mais envahissante – *Charline Dellouve*

L'anxiété sociale, également appelée phobie sociale, est l'un des troubles anxieux les plus fréquents dans la population générale. Bien qu'elle débute souvent dans l'enfance, elle tend à persister à l'âge adulte, sous des formes plus ou moins généralisées. Ce trouble se caractérise par une peur excessive et persistante des situations sociales ou de performance, générant une souffrance clinique particulièrement marquée et un impact significatif sur la vie quotidienne. En raison de ses répercussions sur les relations personnelles et professionnelles, l'anxiété sociale figure parmi les troubles anxieux les plus invalidants.

Cette conférence visera à faciliter le repérage de ce trouble en décrivant les profils les plus fréquemment rencontrés, souvent marqués par une timidité excessive et une crainte paralysante d'être jugé ou évalué négativement. Par ailleurs, une attention particulière sera portée aux techniques psychothérapeutiques les plus efficaces, notamment les approches cognitivo-comportementales (TCC), dont l'efficacité est largement démontrée par les études scientifiques.

Anxiété et addictions – *Maurice Dematteis*

Cette intervention s'intéressera aux liens complexes et bidirectionnels entre troubles anxieux et conduites addictives. Elle mettra en lumière les mécanismes par lesquels l'anxiété peut favoriser le recours à des substances psychoactives ou à des comportements addictifs (jeux, écrans, alimentation, etc.) en tant que stratégies d'apaisement ou d'évitement émotionnel. Le concept d'autorégulation émotionnelle sera au cœur de l'analyse, de même que les facteurs de vulnérabilité partagés, tels que l'impulsivité, l'intolérance à l'incertitude ou l'hyperréactivité au stress.

Au-delà des aspects étiologiques, l'intervention abordera également les risques de chronicisation et d'aggravation mutuelle entre troubles anxieux et addictions, souvent associés à des parcours de soins complexes et fragmentés. Une attention particulière sera portée aux enjeux cliniques que pose cette comorbidité fréquente, notamment en matière de repérage, d'évaluation et d'orientation vers des dispositifs adaptés. Enfin, des pistes thérapeutiques seront évoquées, incluant les approches intégratives centrées sur la régulation émotionnelle et la réduction des comportements d'évitement.

Recommandations internationales et lignes directrices pour une prise en charge optimale des troubles anxieux – *Stéphane Raffard*

Face à la diversité et à la complexité des troubles anxieux, l'élaboration de lignes directrices claires et fondées sur des données probantes est essentielle pour orienter les pratiques cliniques. Cette conférence propose un état des lieux des recommandations internationales les plus récentes, établies par des organismes tels que l'OMS, l'APA ou la HAS, en matière de diagnostic et de traitement.

La présentation s'intéressera aux stratégies thérapeutiques validées, qu'il s'agisse des interventions psychologiques comme les thérapies cognitivo-comportementales (TCC), des approches pharmacologiques, ou des outils complémentaires adaptés à différents contextes cliniques. Elle mettra en lumière les critères de choix des interventions en fonction des spécificités des patients et des troubles concernés, tout en abordant les innovations récentes dans le domaine, notamment les outils numériques ou les programmes intégrant la pleine conscience.

Enfin, l'intervention examinera les défis liés à l'implémentation de ces recommandations dans la pratique quotidienne, tels que l'accessibilité aux soins, la formation des professionnels ou l'adhésion des patients aux traitements.

Imagery Rescripting : transformer les souvenirs pour mieux traiter l'anxiété – *Charline Dellouve*

L'imagerie mentale, un mode de pensée naturel et visuel, a pris une place croissante en thérapie cognitivo-comportementale (TCC) ces dernières années, en raison de son impact puissant sur les changements émotionnels. Parmi les nombreuses techniques s'appuyant sur cette modalité, l'imagerie rescripting (ou rescénarisation en imagerie) se distingue comme

une stratégie particulièrement prometteuse pour aborder les souvenirs marquants associés au développement et au maintien des troubles émotionnels, dont les troubles anxieux.

Cette conférence explorera les bases de cette technique novatrice, en définissant ses principes fondamentaux et en illustrant ses mécanismes d'action. L'accent sera mis sur la manière dont le rescripting en imagerie peut transformer les représentations mentales négatives en des expériences émotionnelles correctives, contribuant ainsi à apaiser l'anxiété et à réduire l'impact des souvenirs traumatiques ou désadaptés.

Les applications cliniques de l'imagerie rescripting seront également discutées, avec des exemples concrets pour démontrer son efficacité dans la prise en charge des troubles anxieux. Cette approche, en complément des outils traditionnels de la TCC, offre aux thérapeutes une modalité d'intervention flexible et particulièrement adaptée pour travailler en profondeur sur les mémoires émotionnelles complexes.

Éco-anxiété : trouble ou ressource ? – Rollon Poinso

Le dérèglement climatique est un fait et nous éprouvons déjà ses conséquences environnementales : événements extrêmes (vagues de chaleur, sécheresses, incendies, tempêtes, inondations...) et changements sur le long terme (augmentation de la température moyenne de l'air et des océans, augmentation du niveau de la mer, déforestation, perte de la biodiversité, impacts économiques...). De fait, un rapport du Lancet en 2020 indique que le dérèglement climatique représente la menace potentielle la plus importante pour la santé humaine au XXI^e siècle.

Dans ce contexte, les conséquences sont aussi psychologiques, directes/aigües, indirectes/vicariantes, et psychosociales. De façon spécifique, orientée sur l'anticipation du futur, l'éco-anxiété représente la peur, l'anxiété chronique de l'effondrement environnemental. Sans être une réaction aigüe à un événement particulier, elle constitue un état d'esprit qui se développe progressivement dans la population en percevant les conséquences croissantes du dérèglement climatique en cours.

Cette intervention sera l'occasion de considérer le contexte environnemental actuel, d'aborder le concept d'éco-anxiété qui y est associé, les aspects théoriques et pratiques que celui-ci recouvre, ainsi que les interrogations qu'il peut soulever dans une approche émotivo-cognitivo-comportementale.

Quelle place pour les aidants et les familles dans l'accompagnement des troubles anxieux ? – Alexandre de Connor

Cette intervention s'attachera à mettre en lumière le rôle souvent central, mais parfois invisibilisé, des aidants – parents, partenaires, proches – dans le parcours des personnes présentant un trouble anxieux. Elle abordera les impacts que ces troubles peuvent avoir sur l'entourage, oscillant entre épuisement, incompréhension, sentiment d'impuissance et ajustements constants dans la vie quotidienne. À travers une lecture systémique, il sera question des dynamiques relationnelles qui se mettent en place autour de l'anxiété : surprotection, renforcement involontaire des évitements, co-anxiété ou encore réassurance excessive.

L'intervention explorera également les besoins spécifiques des aidants en matière de soutien, d'information et de reconnaissance, ainsi que les leviers permettant de les intégrer pleinement dans une démarche de soin. Seront notamment présentées des pistes d'intervention incluant les proches, qu'il s'agisse de programmes d'éducation thérapeutique, de guidance, ou de groupes de soutien. En valorisant leur rôle d'acteurs de changement, cette

présentation invitera à repenser l'accompagnement des troubles anxieux dans une perspective plus collaborative et inclusive.

Prise en charge pharmacothérapeutique des troubles anxieux : croisement des regards entre EBM, recommandations de bonne pratique, et réalités de terrain – Béryl Koener

Les traitements pharmacologiques occupent une place importante dans la prise en charge des troubles anxieux, qu'ils soient utilisés en première intention ou en complément des approches psychothérapeutiques. Cette intervention propose une réflexion sur leur rôle, leurs indications spécifiques et les considérations nécessaires pour une intégration optimale dans les parcours de soins.

L'objectif de l'intervention sera de présenter les données Evidence Based Medicine issues de revues systématiques et de méta-analyses actuellement disponibles, éclairant sur la validité d'utilisation de psychotropes et lesquels, dans l'indication des troubles anxieux.

Ces données seront confrontées aux recommandations de bonne pratique fournies par l'agence fédérale du médicament, qui peuvent varier en fonction des pays (au sein de l'Europe, mais aussi entre continents).

Enfin, nous soulèverons des questions relatives au fossé persistant entre EBM et recommandations de bonne pratique et certaines réalités de terrain.

L'utilisation de nouvelles technologies dans le traitement des troubles anxieux : de la télépsychothérapie à la réalité virtuelle et l'intelligence artificielle – Stéphane Bouchard

Les nouvelles technologies transforment progressivement les pratiques en santé mentale, notamment dans le traitement des troubles anxieux. Cette conférence proposera un tour d'horizon de trois types d'outils technologiques actuellement utilisés : la psychothérapie à distance (télépsychothérapie), la réalité virtuelle et les solutions intégrant l'intelligence artificielle.

L'intervention explorera les avantages et les limites spécifiques de ces technologies, en mettant en lumière leur potentiel pour améliorer l'accessibilité, la personnalisation et l'efficacité des interventions thérapeutiques. En parallèle, les défis associés à leur utilisation seront discutés, notamment en ce qui concerne leur mise en œuvre clinique, l'adhésion des patients et les aspects éthiques liés à la confidentialité et à la cybersécurité.

Un accent particulier sera mis sur l'importance des données probantes pour guider l'intégration de ces outils dans la pratique. Les résultats des nombreuses études empiriques menées à ce jour seront présentés, permettant d'isoler les facteurs clés influençant leur efficacité.

Cette présentation vise à offrir une perspective critique et nuancée sur l'avenir des nouvelles technologies dans le traitement de l'anxiété, en tenant compte des avancées actuelles, des enjeux pratiques et des réflexes à développer pour une utilisation sécurisée et éthique.

PRÉSENTATION DES INTERVENANTS

Céline Baeyens



Céline Baeyens est professeure de psychologie clinique et psychopathologie à l'Université Grenoble Alpes. Elle est rattachée au Laboratoire Inter-universitaire de Psychologie : Personnalité, Cognition et Changement Social (LIP/PC2S), où elle dirige des travaux de recherche centrés sur les processus cognitifs impliqués dans la régulation émotionnelle, notamment les ruminations mentales. Ses recherches s'inscrivent dans une approche processuelle et transdiagnostique, visant à identifier des mécanismes communs au développement et au maintien de divers troubles psychologiques, afin d'améliorer les prises en charge thérapeutiques.

Psychologue clinicienne et psychothérapeute formée aux thérapies cognitives et comportementales (TCC), Céline Baeyens est également impliquée dans la formation universitaire et la supervision clinique. Elle a coécrit l'ouvrage *L'activation comportementale : traitement des évitements comportementaux et de la rumination mentale*, qui propose des stratégies thérapeutiques pour traiter la dépression et les troubles anxieux. Ses publications abordent des thématiques variées, telles que la validation d'outils d'évaluation des croyances métacognitives, l'étude des corrélats électromyographiques de la rumination verbale, ou encore l'impact des pratiques de pleine conscience sur la santé mentale. Elle est également membre du comité scientifique du Groupe de réflexion en psychopathologie cognitive (Grepaco).

Stéphane Bouchard



Stéphane Bouchard a détenu pendant 21 ans la Chaire de recherche du Canada en cyberpsychologie clinique et enseigne la cyberpsychologie et la psychothérapie à l'Université du Québec en Outaouais. En tant que praticien scientifique, ses réalisations en recherche témoignent d'une grande préoccupation pour développer des applications cliniquement utiles en cyberpsychologie et mener des études rigoureuses sur le traitement des troubles d'anxiété et des autres maladies mentales.

Depuis 1999, ses projets de recherche portent sur le développement d'environnements de réalité virtuelle pour traiter les troubles d'anxiété complexes et le jeu pathologique, la réalisation d'essais cliniques sur l'efficacité de l'exposition in virtuo pour les maladies mentales (anxiété, dépendances, etc.), et mener des études expérimentales pour comprendre pourquoi la réalité virtuelle est un outil thérapeutique efficace.

La télépsychothérapie représente un autre champ de recherche prolifique, où il mène des essais cliniques et des études de mécanismes sous-jacents à la l'efficacité de la psychothérapie cognitivo-comportementale appliquée en vidéoconférence. Il a reçu plusieurs prix et distinctions, incluant le prix Adrien Pinard en 2014 pour sa contribution au domaine de la psychologie.

Julie Carré



Julie Carré est psychologue clinicienne spécialisée dans le développement de l'enfant et de l'adolescent. Titulaire d'un doctorat en psychologie cognitive et différentielle, elle est également psychothérapeute formée aux Thérapies Cognitives et Comportementales (TCC) pour enfants et adolescents. Forte de plus de 12 ans d'expérience, elle propose un accompagnement personnalisé visant à analyser précisément les difficultés de l'enfant et/ou de sa famille, tout en mettant en place des stratégies thérapeutiques favorisant l'épanouissement individuel et familial.

En plus de son activité clinique, Julie Carré est superviseure en TCC, accompagnant d'autres professionnels dans leur pratique thérapeutique. Elle est également impliquée dans l'enseignement universitaire, partageant son expertise avec les étudiants en psychologie. Membre active de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC), elle est reconnue en tant que thérapeute praticienne et superviseure.

Au sein de son cabinet, en Bretagne, elle offre diverses prestations, notamment des psychothérapies à médiation cognitive, de la remédiation cognitive, des séances de relaxation et de méditation de pleine conscience.

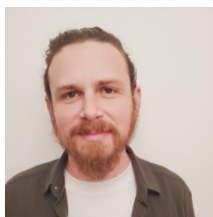
Virginie Czernecki



Docteure en neurosciences cognitives, neuropsychologue et psychothérapeute, Virginie Czernecki exerce au sein de la Fédération de Neurologie de l'hôpital de la Salpêtrière à Paris, en alliant une activité clinique, de recherche et d'enseignement.

Spécialisée dans les pathologies impliquant les structures cérébrales sous-corticales, elle travaille auprès de patients de tout âge atteints de pathologies du mouvement (syndromes parkinsoniens, dystonies, syndrome Gilles de la Tourette, Trouble du Déficit de l'Attention avec Hyperactivité, ...). Elle a également rejoint dès sa création en 2007 le Centre de Référence du syndrome Gilles de la Tourette, dont l'une des missions est d'œuvrer au développement et la diffusion des techniques « evidence-based » pour les prises en charge non médicamenteuses des tics. Formée auprès de collègues américains et des Pays-Bas, elle met en place depuis une dizaine d'années des formations à ces techniques, dans le but d'améliorer la connaissance et la prise en charge du syndrome Gilles de la Tourette, qui pâtit encore d'une vision très stigmatisée auprès du grand public, comme de nombreux professionnels.

Alexandre de Connor



Alexandre de Connor est docteur en psychologie et psychologue clinicien au Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Montpellier. Il occupe le poste de responsable du Centre de Rétablissement et de Réhabilitation (C2R) Jean Minvielle, une structure dédiée à la réhabilitation psychosociale des jeunes adultes âgés de 16 à 30 ans présentant des troubles psychiques.

Spécialisé dans les thérapies cognitives et comportementales (TCC), Alexandre de Connor est thérapeute, superviseur et formateur dans ce domaine. Ses domaines d'expertise incluent le trouble obsessionnel-compulsif (TOC) et les symptômes psychotiques. Il a consacré sa thèse à l'étude de l'accommodation familiale dans le TOC, mettant en lumière les ajustements comportementaux des proches face aux symptômes.

obsessionnels-compulsifs. Cette recherche reflète son intérêt marqué pour l'accompagnement des familles confrontées aux troubles psychiques d'un proche.

Par ailleurs, Alexandre de Connor est membre de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC), où il est référencé en tant que thérapeute praticien et superviseur. Il participe activement à la diffusion des connaissances en TCC, contribuant ainsi à l'évolution des pratiques cliniques dans le traitement des troubles psychiques.

Charline Dellouve



Charline Dellouve est psychologue clinicienne et superviseuse en thérapie cognitivo-comportementale (TCC). Forte d'une expérience de 10 ans en psychiatrie adulte au sein d'un CHU, elle exerce aujourd'hui exclusivement en cabinet libéral. Sa pratique est particulièrement orientée vers la prise en charge des troubles anxio-dépressifs et des troubles obsessionnels-compulsifs (TOC), avec un intérêt marqué pour les approches transdiagnostiques et processuelles, qui permettent de traiter des processus communs à plusieurs troubles tout en personnalisant les interventions.

Parallèlement à son activité clinique, Charline Dellouve joue un rôle actif dans la formation des professionnels de santé. Elle intervient régulièrement comme enseignante pour l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC) et participe à divers diplômes universitaires (DU) en TCC. En tant que formatrice et superviseuse, elle accompagne des psychologues et des médecins dans leur apprentissage des approches cognitivo-comportementales, contribuant à la diffusion des pratiques basées sur les données probantes.

Maurice Dematteis



Le Pr. Dematteis enseigne à l'université en pharmacologie et médecine des addictions à la Faculté de Médecine de l'Université Grenoble Alpes. Médecin neurologue de formation, il est titulaire d'un doctorat en neurosciences ; il a fondé le Département de Pharmacologie et Addictologie du CHU de Grenoble Alpes, spécialisé dans la prise en charge ambulatoire des patients souffrant de troubles complexes, incluant douleurs chroniques et troubles liés à l'usage de substances (alcool, opioïdes, cannabis), avec comorbidités psychiatriques.

Engagé dans le champ de la médecine des addictions depuis plus de 20 ans, il a contribué à de nombreuses initiatives nationales et européennes. Il a notamment participé à l'élaboration des recommandations françaises pour le diagnostic et le traitement de l'alcoolodépendance (2015, 2023), et collaboré en tant qu'expert avec la MILDECA, la HAS, l'ANSM et le NIDA (États-Unis). Son action se distingue aussi par l'intégration des familles et des patients experts dans les parcours de soins et les formations, et par son engagement dans la pédagogie universitaire.

Chercheur actif, il mène des travaux de recherche translationnelle au sein de l'Institut des Neurosciences de Grenoble (INSERM U1216), avec un intérêt pour les approches dimensionnelles appliquées aux troubles addictifs. Il a coordonné ou participé à de nombreuses études multicentriques sur l'alcool, la douleur chronique et les traitements de substitution. Son engagement scientifique est reconnu internationalement, comme en témoignent ses publications et diverses distinctions reçues au cours de son parcours.

Hélène Denis



Le Dr Hélène Denis est pédopsychiatre au sein du service de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent du CHU de Montpellier, où elle est spécialisée dans la prise en charge des troubles anxieux et du refus scolaire anxieux chez les enfants et adolescents. Elle dirige une unité d'hospitalisation de jour dédiée aux adolescents souffrant de troubles anxieux graves et propose des consultations en thérapie cognitivo-comportementale (TCC), incluant une approche spécifique pour le traitement du trauma.

Créatrice du programme ZAP (Zen Attitude Programme), destiné à l'accompagnement des jeunes en situation de refus scolaire anxieux, elle a obtenu un financement de recherche pour démontrer son efficacité. Elle a également été chef de service pendant près de 4 ans et joue un rôle actif dans la diffusion des pratiques en TCC en tant que formatrice pour l'AFTCC, membre de son conseil d'administration, et affiliée à l'ALRTCC.

En parallèle, le Dr Denis a publié de nombreux articles et ouvrages sur l'anxiété, les phobies et le refus scolaire anxieux, dont *Traiter les troubles anxieux chez l'enfant et l'adolescent* (Dunod, 2021) et *La phobie scolaire - 100 questions/réponses* (Ellipses, 2020).

Sébastien Henrard



Psychologue clinicien spécialisé en neuropsychologie, Sébastien Henrard est spécialisé dans l'évaluation à visée diagnostique des troubles du neurodéveloppement et a, plus spécifiquement, développé une expertise dans le domaine du TDAH. Il présente, par ailleurs, un intérêt particulier pour la guidance parentale.

Il a une pratique privée depuis plusieurs années et consacre également une grande partie de son temps à la formation et la supervision de professionnels. Il a à cœur de pouvoir transmettre au plus grand nombre les informations issues des dernières recherches scientifiques et organise des conférences mensuelles sur le thème du TDAH.

Beryl Koener



Après des études de médecine, Beryl Koener a entamé une spécialisation en neurologie et a effectué un doctorat en neuropsychopharmacologie portant sur les mécanismes d'action de traitements antipsychotiques de 3^e génération. Elle s'est ensuite réorientée vers un master complémentaire en psychiatrie infanto-juvénile et a réalisé une formation en psychothérapie systémique et familiale au CEFORES (Centre de Formation et de Recherche en Approche Systémique et thérapie familiale). Elle a travaillé en hôpital général en salle d'urgence autour de la prise en charge des situations de crise et d'urgences psychiatriques de même qu'en pédiatrie, maternité et néonatalogie en liaison. Elle a, par ailleurs, pratiqué en institution résidentielle pour jeunes (SRJ) présentant des troubles du comportement.

Son parcours en neurologie puis en pédopsychiatrie l'amène aujourd'hui à travailler en co-intervention étroite avec des neuropédiatres, et à partager son temps de travail entre différents centres pluridisciplinaires de consultation.

Le Dr Koener est passionnée par l'articulation des disciplines thérapeutiques, médicales, psychologiques et pharmacologiques. Elle exerce, au sein d'équipe pluridisciplinaires, une activité de bilan à visée diagnostique et thérapeutique. Elle tente ainsi d'articuler entre elles différentes approches médicales, thérapeutiques et humaines.

Bertrand Lloret



Bertrand Lloret est psychologue clinicien spécialisé en thérapies cognitives et comportementales (TCC) depuis 2005, offrant des services de psychothérapie aux enfants et aux adultes. Son expertise couvre divers domaines, notamment le trouble de stress post-traumatique (TSPT), l'anxiété sociale et les troubles de l'humeur. Son engagement professionnel se traduit également par son rôle actif dans la formation et la supervision en TCC, contribuant au développement et au partage des connaissances au sein d'associations telles que l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC) et l'Institut Régional de Consultation et de Communication sur l'Anxiété et la Dépression de l'Enfant (IRCCADE).

En 2009, Bertrand Lloret a cofondé le Centre Aquitain de Psychothérapie des Victimes (CAPSYVI) avec trois collègues psychiatres et psychologues. Cette initiative a renforcé son expérience dans la prise en charge du TSPT, en développant et en adaptant des stratégies TCC validées pour les patients adultes, enfants et adolescents confrontés à des traumatismes.

Par ailleurs, il est impliqué dans l'organisation de formations et de congrès dédiés aux TCC. Notamment, il a participé au congrès annuel de l'AFTCC, contribuant à des groupes d'intérêt sur des sujets tels que le dérèglement climatique et les troubles psychotiques.

Rollon Poinot



Rollon Poinot est psychologue clinicien et psychothérapeute. Il exerce depuis 25 ans en institutions et en cabinet privé. Spécialisé dans les thérapies cognitives et comportementales (TCC) de troisième vague, il pratique la thérapie ACT, ainsi que la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (MBCT) depuis près de 20 ans.

Membre de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive (AFTCC) depuis une vingtaine d'années également, il a fondé en 2021 le Groupe d'Intérêt et d'Étude « TCC & Dérèglement climatique » au sein de l'association.

Son parcours académique inclut un Diplôme Universitaire en « Médecine, Méditation et Neurosciences » de l'Université de Strasbourg, ainsi que des formations approfondies en ACT, MBCT et réduction du stress basée sur la pleine conscience (MBSR).

Amélie Rousseau



Amélie Rousseau est professeure des universités en psychopathologie à l'Université Toulouse Jean Jaurès. Elle codirige le Centre d'Études et de Recherches en Psychopathologie et Psychologie de la Santé (CERPPS), où elle mène des travaux portant principalement sur les troubles de l'image du corps et les troubles des conduites alimentaires chez les adolescents et les adultes. Ses recherches s'intéressent notamment à l'influence des facteurs socioculturels dans le développement et le maintien de ces troubles, ainsi qu'à l'évaluation et à la prévention de l'insatisfaction corporelle.

Psychologue clinicienne de formation, elle pratique les thérapies cognitives et comportementales (TCC) depuis plus de 25 ans. Elle est également impliquée dans la formation universitaire et la supervision clinique. Ses travaux récents portent sur des thématiques telles que l'orthorexie, les effets des réseaux sociaux sur l'image corporelle, ou encore l'impact de la musicothérapie dans la prise en charge de l'anorexie mentale. Elle est

l'auteure de nombreuses publications scientifiques et participe activement à des congrès nationaux et internationaux dans le champ des TCC et de la psychologie de la santé.

Fanny Weytens



Fanny Weytens est docteure en psychologie (UCLouvain, Belgique) et psychologue clinicienne, spécialisée dans l'accompagnement des personnes en burnout. Elle exerce son activité de consultation et de formation auprès des professionnels de l'accompagnement en Belgique et dans toute la francophonie.

Passionnée par la compréhension des mécanismes humains, elle se donne pour mission de transmettre des outils (scientifiquement ou théoriquement ancrés) pour mieux se connaître, pour prendre soin de soi et s'épanouir. Aujourd'hui, elle s'investit dans un projet qui lui tient particulièrement à cœur : transmettre ces outils aux personnes en burnout afin que chacun(e) puisse comprendre le mécanisme d'épuisement, comment s'en protéger ou s'en relever. Afin de transmettre ces informations au plus grand nombre, elle a récemment lancé la plate-forme www.CiaoBurnout.com.