



Institut
Français
de la
Thérapie
Centrée
sur les
Émotions

Formation Centrée sur les COMPETENCES EMOTIONNELLES POUR ACCOMPAGNER les JEUNES

(Emotion Focused Skills Training : EFST-Y)

19 & 20 octobre 2026

animé par **Clint Robson, psychothérapeute**

13h-19h en visioconférence

ACCOMPAGNER LES ENFANTS (DE 8 ANS A JEUNES ADULTES) POUR DEVELOPPER LEURS COMPETENCES EMOTIONNELLES

Formation en anglais avec traduction en français

Les programmes **EFST (Emotion Focused Skills Training)** s'appuient sur les travaux pionniers du **Dr Joanne Dolhanty**, qui ont permis aux parents de jouer un rôle essentiel dans le rétablissement de leurs proches confrontés à des troubles de santé mentale.

La Formation Centrée sur les Compétences Emotionnelles pour les Jeunes (EFST-Y) est issue d'une méthode expérientielle conçue pour renforcer et développer les compétences émotionnelles des professionnels prenant en charge les jeunes en souffrance psychologique. Il s'agit d'une intervention de soutien destiné aux jeunes enfants, adolescents et enfants adultes souffrant de troubles psychiques. L'EFST-Y se révèle également particulièrement utiles dans les services à l'enfance, les services à la famille, les centres de santé, les services de protection de l'enfance, les services municipaux et autres services prenant en charge les enfants et les adolescents.

Comme toutes les formations proposées par l'IFTCE, cette session inédite de formation EFST-Y est expérientielle : elle vise ainsi à fournir aux professionnels travaillant avec les jeunes (de huit ans aux jeunes adultes) une approche innovante qui fournit aux jeunes les compétences nécessaires pour prendre en main leurs propres défis, leur motivation et leur retour au mieux-être.

A QUI S'ADRESSENT CES DEUX JOURS DE FORMATION EFST-Y?

Tous les thérapeutes et conseillers peuvent apprendre à utiliser l'EFST-Y, quelle que soit leur formation professionnelle. L'EFST-Y pour les jeunes peut très bien être appliquée par les psychologues cliniciens, du développement, les psychiatres, les travailleurs sociaux, les infirmiers psy, les éducateurs spécialisés, les spécialistes de la protection de l'enfance et les professionnels qui conseillent les parents.

En tant que professionnels, appréciant les approches humanistes centrées sur les émotions, qui développent les capacités à agir émotionnellement plutôt que de s'en remettre uniquement à l'apprentissage de moyens de régulation et qui favorisent l'autonomie et le développement de ressources propres émotionnelles auto-dirigées si vous êtes en recherche d'outils nouveaux et complémentaires aux méthodes déjà utilisées, ces formations sont particulièrement adaptées.



Institut
Français
de la
Thérapie
Centrée
sur les
Emotions

Formation Centrée sur les COMPETENCES EMOTIONNELLES POUR ACCOMPAGNER les JEUNES

(Emotion Focused Skills Training : EFST-Y)

19 & 20 octobre 2026

animé par **Clint Robson, psychothérapeute**

13h-19h en visioconférence

EFST-Y

S'inspirant de la Thérapie Centrée sur les Emotions (TCE) et de la Formation Centrée sur les Compétences Emotionnelles pour les Parents (EFST-P), la Formation Centrée sur les Compétences Emotionnelles des jeunes (l'EFST-Y) a pour sa part été développée en réponse à la complexité croissante des défis émotionnels et relationnels auxquels sont confrontés les jeunes et au besoin d'approches qui vont au-delà du traitement des symptômes.

En ce sens, il a pour objectif de fournir aux professionnels des outils pour aider les enfants, les adolescents et les jeunes adultes à mieux comprendre, réguler et gérer leurs émotions.

Fondamentalement, l'EFST-Y permet aux jeunes de développer les compétences nécessaires pour prendre en main leurs propres défis, leur motivation et leur guérison. Le modèle positionne les jeunes comme des agents actifs de leur propre épanouissement émotionnel et de leur rétablissement, en mettant l'accent sur la prise de conscience émotionnelle, leurs motivations antagonistes, la définition de limites et la responsabilité relationnelle. L'EFST-Y repose sur une approche non hiérarchique et collaborative qui privilégie la confiance, le respect et la sécurité émotionnelle, aidant les jeunes à se sentir compris plutôt que contrôlés.

Grâce à des métaphores concrètes, des images, des exercices expérientiels et une réflexion structurée, les jeunes apprennent à donner un sens à leur monde émotionnel interne et à réagir à eux-mêmes et aux autres avec plus de clarté, de confiance et de compassion envers eux-mêmes.

L'EFST-Y a vu le jour pendant la pandémie de COVID-19 dans des environnements hospitaliers et associatifs très sollicités, en collaboration avec le Dr Joanne Dolhanty, fondatrice du modèle EFST. Ce programme a été créé pour les cliniciens soucieux profondément du mieux-être de leurs jeunes patients mais se sentant souvent démunis lorsque les méthodes conventionnelles ne suffisent pas.

La Formation Centrée sur les Compétences Emotionnelles pour les Jeunes (EFST-Y) est un programme de soutien aux enfants innovant, ultra-simple et efficace rapidement ; elle s'évertue à faciliter un partenariat transformationnel entre enfants et professionnels.



Institut
Français
de la
Thérapie
Centrée
sur les
Emotions

Formation Centrée sur les COMPETENCES EMOTIONNELLES POUR ACCOMPAGNER les JEUNES

(Emotion Focused Skills Training : EFST-Y)

19 & 20 octobre 2026

animé par **Clint Robson, psychothérapeute**

13h-19h en visioconférence

OBJECTIFS DE CES DEUX JOURS DE FORMATION :

Les participants repartiront avec des principes fondamentaux, une meilleure compréhension d'eux-mêmes et des outils qu'ils pourront intégrer de manière éthique à leur travail auprès des parents, des familles et des jeunes.

EFST-Y

À l'issue de cette formation de deux jours, les participants seront capables de :

1. Conceptualiser la détresse des jeunes à travers une approche centrée sur les émotions, en allant au-delà de la simple réduction des symptômes pour comprendre les processus émotionnels, motivationnels et relationnels qui sous-tendent leurs comportements.
2. Adopter une posture collaborative et non hiérarchique favorisant la confiance, la sécurité et l'engagement et positionner les jeunes comme acteurs de leur propre développement émotionnel et de leur rétablissement.
3. Identifier et gérer les motivations antagonistes chez les jeunes, en considérant l'ambivalence, la résistance et l'évitement comme des tentatives significatives de se protéger plutôt que comme des obstacles au changement.
4. Apprendre et mettre en pratique les outils, concepts et métaphores fondamentaux de l'EFST-Y (par exemple, le Boss Cérébral, les Aimants et les Déclencheurs, les Limites, PECC, dialogues expérientiels avec la Chaise) de manière adaptée à leur développement.
5. Aider les jeunes à comprendre et à réguler leurs mécanismes de navigation émotionnels inadaptés, en les éloignant des stratégies d'adaptation néfastes pour adopter des réponses autonomes plus saines.
6. Renforcer les compétences pour accompagner les jeunes face à la honte, l'autocritique et l'évitement émotionnel, en les aidant à développer l'autocompassion et un récit intérieur plus cohérent.
7. Intégrer les compétences et les concepts de l'EFST-Y dans les thérapies individuelles, familiales et de groupe, en tenant compte du cadre éthique, du jugement clinique et des cadres thérapeutiques existants.
8. Accroître l'auto-efficacité et la clarté du clinicien dans son travail auprès des jeunes confrontés à des difficultés émotionnelles et relationnelles complexes, notamment une détresse importante.



Institut
Français
de la
Thérapie
Centrée
sur les
Emotions

Formation Centrée sur les COMPETENCES EMOTIONNELLES POUR ACCOMPAGNER les JEUNES

(Emotion Focused Skills Training : EFST-Y)

19 & 20 octobre 2026

animé par **Clint Robson, psychothérapeute**

13h-19h en visioconférence

PROGRAMME DES DEUX JOURS DE FORMATION

EFST-Y

Cet atelier de deux jours comprend des apports théoriques, des études de cas, des temps de réflexion et des mises en pratique en petits groupes favorisant l'intégration des apprentissages.

Les participants utiliseront les outils EFST-Y en tant que cliniciens et à travers des exercices pratiques conçus pour approfondir leur compréhension et leur intégration.

Jour 1

Présentation du modèle EFST-Y : son positionnement et ses concepts fondamentaux, notamment les concepts de Boss Cérébral, de Coffre-Fort Emotionnel,

Psychoéducation sur les émotions, la motivation, les aimants et les déclencheurs,

Les limites et le mécanisme de navigation émotionnel inadapté.

Jour 2

Les outils EFST-Y et leur intégration, incluant les PECC, le Dialogue avec la Chaise, les interventions basées sur les métaphores et la Conceptualisation de cas, avec une attention particulière aux applications en thérapie individuelle et familiale.



A propos de Clint Robson, travailleur social et psychothérapeute

Clint Robson est travailleur social agréé et psychothérapeute, fort de 28 ans d'expérience auprès des enfants, des jeunes et des familles. Il est le co-concepteur de la formation EFST-Y pour les jeunes et pratique cette approche depuis 2019. Clint se spécialise dans l'accompagnement des professionnels de santé mentale et des intervenants dans les situations d'urgence, des familles, des hommes et des jeunes confrontés à des troubles de santé mentale modérés à sévères. Son approche est fondée sur des modèles humanistes, expérientiels et validés scientifiquement, qui mettent l'accent sur l'attachement et le lien social, les schèmes émotionnels fondamentaux, l'épanouissement personnel face à l'adversité et le rétablissement après des souffrances émotionnelles chroniques ou aiguës telles que la honte, la solitude et la peur.



Institut
Français
de la
Thérapie
Centrée
sur les
Emotions

Formation Centrée sur les COMPETENCES EMOTIONNELLES POUR ACCOMPAGNER les JEUNES

(Emotion Focused Skills Training : EFST-Y)

19 & 20 octobre 2026

animé par **Clint Robson, psychothérapeute**

13h-19h en visioconférence



A propos de Joanne Dolhanty

Le Docteur Joanne Dolhanty, PhD est psychologue clinicienne superviseure, consultante et formatrice pour des organisations de santé mentale au Canada et à l'international. Au cours des 30 dernières années, elle a travaillé dans le domaine des troubles du comportement alimentaire en dispensant des formations sur le traitement des cas cliniques complexes à des cliniciens de toutes disciplines. Avec le Dr Leslie Greenberg, elle a développé l'application de la Thérapie Centrée sur les Emotions aux troubles comportement alimentaire (EFT-ED) et elle est la conceptrice de la formation sur les Compétences Centrées sur les Emotions pour les parents et les familles. Elle s'est spécialisée dans des formations permettant de renforcer les capacités et l'expertise des communautés de cliniciens. Le Dr Dolhanty est réputée pour son style d'enseignement vivant, chaleureux et engageant, pour rendre les concepts complexes accessibles et pour dispenser des formations qui facilitent à la fois le changement de pratique et le développement personnel.

Dolhanty a développé une Thérapie individuelle Centrée sur les Emotions pour les troubles alimentaires, en collaboration avec le Dr Leslie Greenberg et la Thérapie Familiale Centrée sur les Emotions (EFFT), en collaboration avec le Dr Adele LaFrance (Dolhanty & LaFrance, 2018). Dolhanty a développé la Formation Centrée sur les Compétences Emotionnelles (EFST) à partir de ses travaux sur l'utilisation des émotions pour renforcer la motivation au changement en ouvrant la voie au rôle central des parents dans le rétablissement de leurs enfants et enfants adultes souffrant de troubles mentaux graves. Joanne Dolhanty est également à l'avant-garde de la mise en œuvre internationale de l'EFST.