# DU Thérapies comportementales et cognitives (DU TCC)

**Faculté des Sciences humaines et sociales**
Campus : **La Réunion**

| NIVEAU D'ADMISSION | NIVEAU D'ÉTUDE VISÉ | MODALITÉS | CERTIFICATION |
|---|---|---|---|
| **Bac+4** | **Diplôme d'Université (DU)** | **Formation continue \| En présentiel \| En distanciel \| Formation initiale** | **Diplôme d'Université délivré par l'UCO** |

**Le diplôme universitaire thérapies comportementales et cognitives initie les professionnels de santé mentale aux thérapies comportementales et cognitives.**

## Présentation

Le **Diplôme Universitaire Thérapies Comportementales et Cognitives (DU TCC)** forme les professionnels de santé mentale à la connaissance, et à la maîtrise des fondements théoriques et conceptuels des thérapies comportementales et cognitives.

Elle associe ces éléments théoriques à une formation de la méthodologie des champs d'application et techniques nécessaires à la pratique des thérapies comportementales et cognitives.

**Objectifs et compétences visées**

### Maîtriser les fondamentaux de la TCC

Acquérir une connaissance approfondie des théories propres aux thérapies cognitives et comportementales.

### Acquérir un savoir faire méthodologique des différents champs d'application

Être en capacité de relier la théorie et la pratique via le développement de savoir faire méthodologique en thérapie comportementale et cognitive.

### Formaliser sa réflexion sur un sujet propre

Être en capacité de présenter, analyser et formaliser une réflexion sur un thème propre à la psychologie dans le champ des TCC.

## Les + de la formation

**Un diplôme universitaire**
La formation est pensée et projetée pour permettre une expertise dans le champ de la théorie et de la pratique des TCC.

**Formation à taille humaine**
Une dizaine d'étudiant.e.s participent à cette formation permettant une rencontre humaine et de qualité au service de la réussite des étudiant.e.s.

**Une formation exclusive**
Une formation exclusive sur le territoire portée par l'association TCC Océan Indien.

---

# Programme

La formation du **DU thérapies comportementales et cognitives** est structurée sur une année pour un total 154h. L'année se divise en 6 unités d'enseignement travaillant les fondamentaux de la TCC ainsi que des thématiques spécifiques (troubles psychiques, troubles anxieux) permettant de mettre en pratique les TCC dans des contextes particuliers chez l'enfant et l'adulte.

## Modules par année

### Module

**FONDAMENTAUX**
Introduction aux TCC | Analyse fonctionnelle | Restructuration cognitive | Exposition appliquée aux phobies spécifiques

**TROUBLES PSYCHIQUES**
Troubles de l'humeur | Troubles du sommeil | (1 option par an : Syndrome post-traumatique | Troubles de la personnalité | Troubles psychotiques)

**TROUBLES ANXIEUX**
Trouble panique et agoraphobie | Anxiété sociale et affirmation de soi | Troubles anxieux généralisés (TAG) et troubles obsessionnels compulsifs (TOC)

**OUTILS (OPTION VARIABLE SELON LES ANNÉES)**
Repères historiques | Outils pratiques issus du mindfulness | Entretien motivationnel appliqué aux addictions | ACT

**TCC CHEZ L'ENFANT**
TCC chez l'enfant | Les troubles anxieux, dys | TDAH, Barkley

**MÉTHODOLOGIE PROFESSIONNALISANTE**
Mémoire | Soutenance

## Validation et modalités

**VALIDATION DU DU THERAPIES COMPORTEMENTALES ET COGNITIVES**
Le **DU thérapies comportementales et cognitives (DU TTC)** se valide à l'issu d'une année d'enseignement.

**EVALUATION ET RYTHME**

- Examens terminaux : un écrit sur table (2 enseignements tirés au sort) + mémoire et soutenance.
- Rythme : 2 jours de formation par mois pendant toute l'année. 154 heures de cours et autant de travail personnel.

---

# Admission

## Prérequis

Être un professionnel de santé mentale

Psychologues, psychiatres, médecins généralistes, infirmiers en psychiatrie.

## Comment candidater ?

### 1 Je candidate

Choisir la procédure qui correspond à sa situation.

**Je candidate**

Consulter le calendrier sur le site de candidature de l'UCO.

- Candidater

**Je candidate en cours d'année**

Contacter le secrétariat de la formation avant de candidater.

### 2 Ma candidature est étudiée

### 3 Je finalise mon inscription administrative

Une fois admis(e), finaliser son inscription administrative en suivant les consignes reçues par mail.

## Coût de la formation

Engagée pour une solidarité active, l'UCO pratique des frais de scolarité raisonnés et modulés, selon les ressources des étudiants et/ou de leur famille.

à partir de **2205€** par an selon la situation de la famille (à titre indicatif)

**Calculez vos frais de scolarité**

- **Bourse d'État :** possibilité d'obtenir une Bourse d'État.
- **Étudiants internationaux (hors espace Schengen) :** consulter les tarifs spécifiques.
- **Formation continue ou demandeurs d'emploi :** tarifs sur demande auprès de chaque formation.

## Contacts

**Adeline HULIN**
Responsable académique du diplôme
ahulin@uco.fr

**Dorothée DARGEL**
Assistante administrative
ddargel@uco.fr

**Sabrina SLEDZIANOWSKI**
Responsable Association TCC OI
ssledzian@uco.fr

# Débouchés

## Et après

### Autres possibilités

• Autres DU ou certification.

# FAQ

### À qui s'adresse cette formation ?

Elle s'adresse uniquement aux professionnels de santé mentale, à savoir les psychologues, les psychiatres, les médecins généralistes et les infirmiers en service de psychiatrie.

### Peut-on suivre la formation en travaillant ?

Oui. Le **DU thérapies comportementales et cognitives** est pensé pour permettre aux professionnels de continuer leur activité professionnelle. En ce sens, la formation a lieu deux jours par mois pendant une année universitaire.

### Peut-on suivre cette formation à distance ?

Le formation est proposée préférentiellement en présentiel sur le campus de l'UCO à La Réunion. Certains enseignements pourront être dispensés en distanciel.

**Contactez-nous**

**La Réunion**
46 Bd Notre Dame de la Trinité, 97400 Saint-Denis - La Réunion
Tél. 02 62 67 19 00
secretariat@ucolareunion.fr

**PLUS D'INFORMATIONS**
/formation/therapies-comportementales-cognitives-tcc