

# Thérapies Cognitivo-Comportementales dans le traitement de l'addiction au tabac



## COMPÉTENCES VISÉES

Le tabagisme reste l'une des principales causes de mortalité évitable et les approches basées sur les TCC (Thérapies Cognitivo-Comportementales) ont démontré leur efficacité pour accompagner les personnes vers l'arrêt du tabac.

A l'issue de la formation, les participants doivent être capables de :

- Soutenir les patients dans leur démarche d'arrêt du tabac en intégrant des méthodes cognitives et comportementales adaptées.



## OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

- Donner une information claire, vraie et adaptée aux fumeurs
- Mener une primo-évaluation en tabacologie
- Mettre en oeuvre des techniques visant à augmenter la motivation et résoudre l'ambivalence
- Aider les fumeurs à modifier leur tabagisme par des stratégies cognitives et comportementales
- Accompagner les patients dans l'élaboration de stratégies d'arrêt adaptées et personnalisées



## CONTENUS ET DÉROULEMENT

Formation en présentiel

- Notions clés en tabacologie : épidémiologie, impact, mécanismes de dépendance, formes de consommation, risques associés
- Eléments d'évaluation : questions clés, principaux tests, usage du CO-testeur
- Principes fondamentaux en TCC : forme d'apprentissages, analyse fonctionnelle, méthodes comportementales et cognitives
- Outils motivationnels : balance décisionnelle, cercles vicieux, EVA, lettre d'adieu
- Application des acquis sur des cas cliniques



## DURÉE

1 jour



## DÉLAI D'ACCÈS

Validation de l'inscription  
2 mois avant le début  
de la formation



## EFFECTIF

8 à 14 personnes



## COÛT & FINANCEMENT

Formation sans coût  
pédagogique  
bénéficiant d'un  
financement de l'ARS  
PACA

Pour une demande de  
formation en interne,  
nous contacter.



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Mises en situation
- Analyse de cas
- Travaux en sous-groupe
- Exercices - Quizz
- Apport de connaissances

# Thérapies Cognitivo-Comportementales dans le traitement de l'addiction au tabac



## PUBLIC

Cette formation s'adresse à tous les professionnels du soin et de l'accompagnement en contact avec des usagers, patients ou résidents fumeurs.



## CONDITIONS D'ACCES

Aucun prérequis n'est demandé pour cette formation (En cas de surnombre, les professionnels varois seront prioritaires à raison de 2 candidats par structure)



## MODALITÉS D'EVALUATION

L'évaluation est de type formative, par des questionnaires écrits individuels ou en grand groupe à l'oral.

Une attestation de présence est remise à l'issue de la formation.



## FORMATEUR

Formateur du CODES 83



## DATES DES SESSIONS

Dates des sessions communiquées sur le site internet du CODES 83 dans "Nos formations à venir"



## LIEU

### CODES 83

Hopital Georges Clémenceau  
421 av. du 1er BIM  
83130 La Garde  
OU sur site



CONTACT :

[formation@codes83.org](mailto:formation@codes83.org)

04 94 89 47 98