



EUROPEAN FEDERATION  
OF PSYCHIATRIC TRAINEES



# ***How is psychotherapy training perceived by psychiatric trainees? A cross-sectional observational study in Europe***

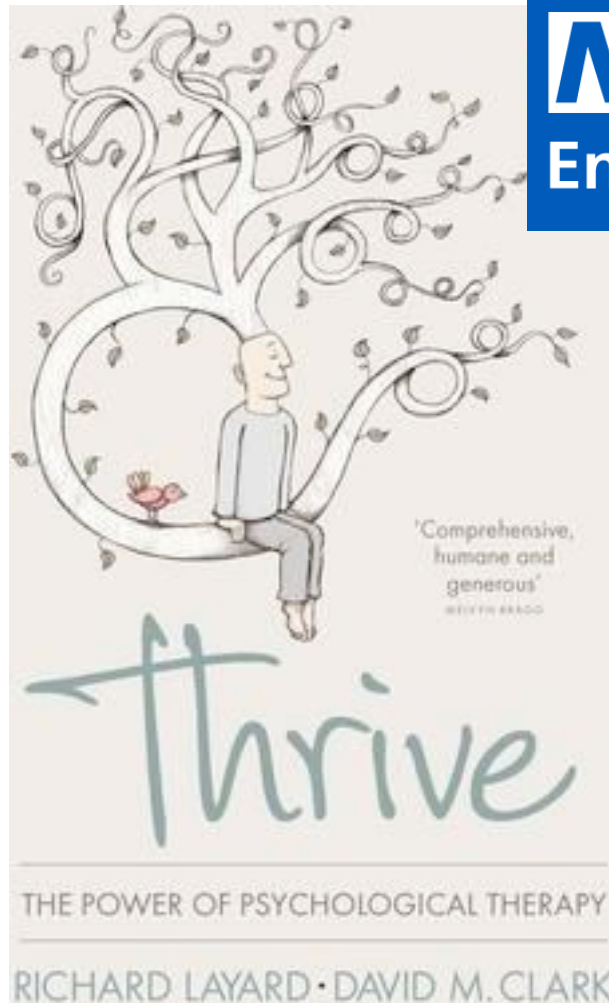
Thomas Gargot  
Interne en 8ème sem.

[www.efpt.eu](http://www.efpt.eu)

[/wg/psychotherapy-wg/](http://www.efpt.eu/wg/psychotherapy-wg/)



# Des traitements rentables



Area	TX	NNT
Cardiology	Aspirin prophylaxis	176
Cardiology	Beta Blockers	40
Post menopausal osteoporosis	Risedronate	20
Influenza	Vaccine	12
Hematology thromboembolism	Warfarin	10
Smoking cessation	Nicotine Inhaler	10
Acute asthma	Budesonide	9
Sickle Cell Anemia	Transfusion	7
Acute myeloid leukemia	Bone marrow transplant	5
<b>Mental health</b>	<b>Psychotherapy</b>	<b>3</b>

NNT = number of patients needed to be treated to attain one additional success.  
Success = Better outcome than randomly chosen patient in control group

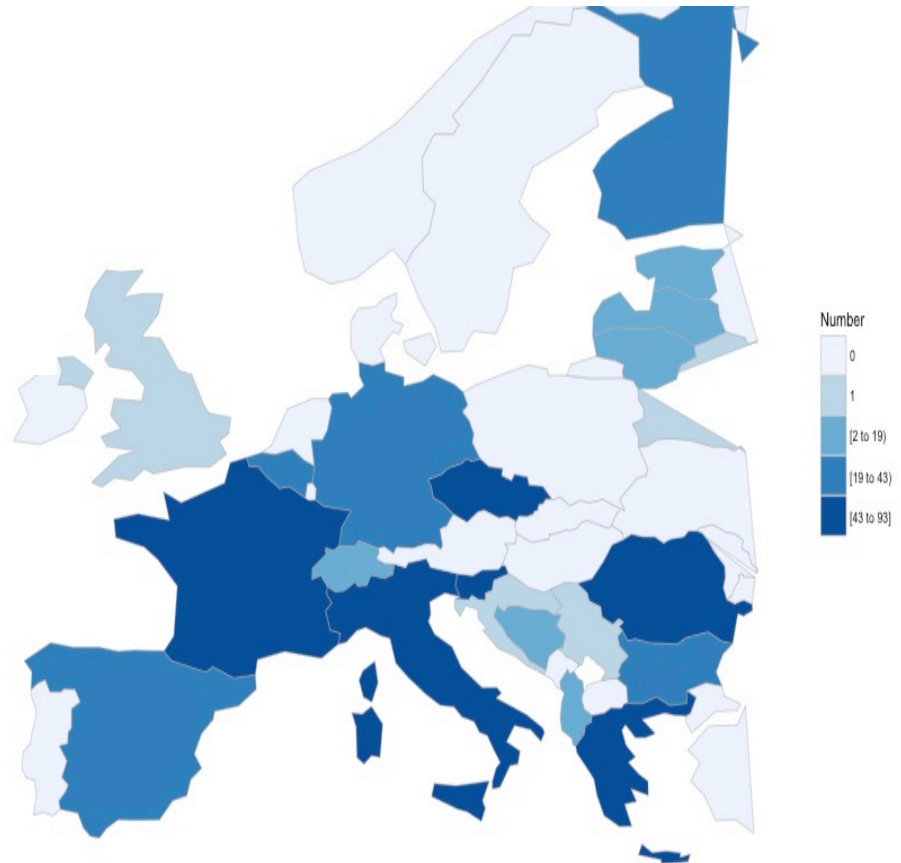
D'après Briffault, 2009

# Démographie

Recrutement entre 2013 à 2015  
22 pays

574 réponses  
Moyenne de 25 par pays

69% femmes  
m = 32 ans  
80% d'internes, 20%  
jeunes psychiatres

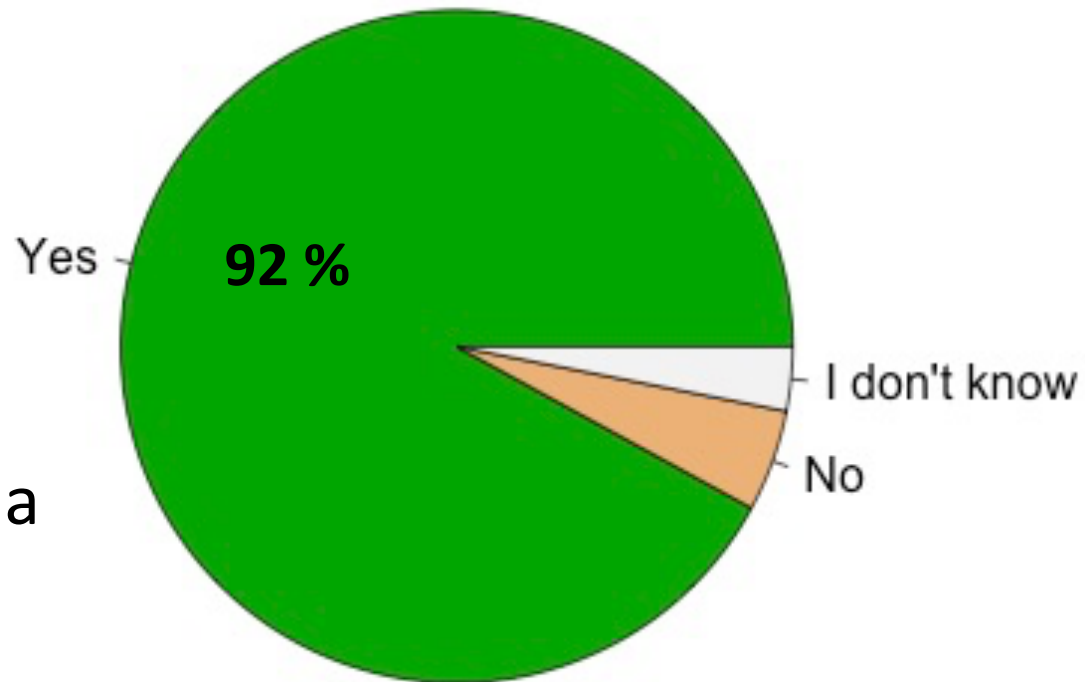


# La psychothérapie intéresse

**92 %** des internes considèrent que la psychothérapie est importante

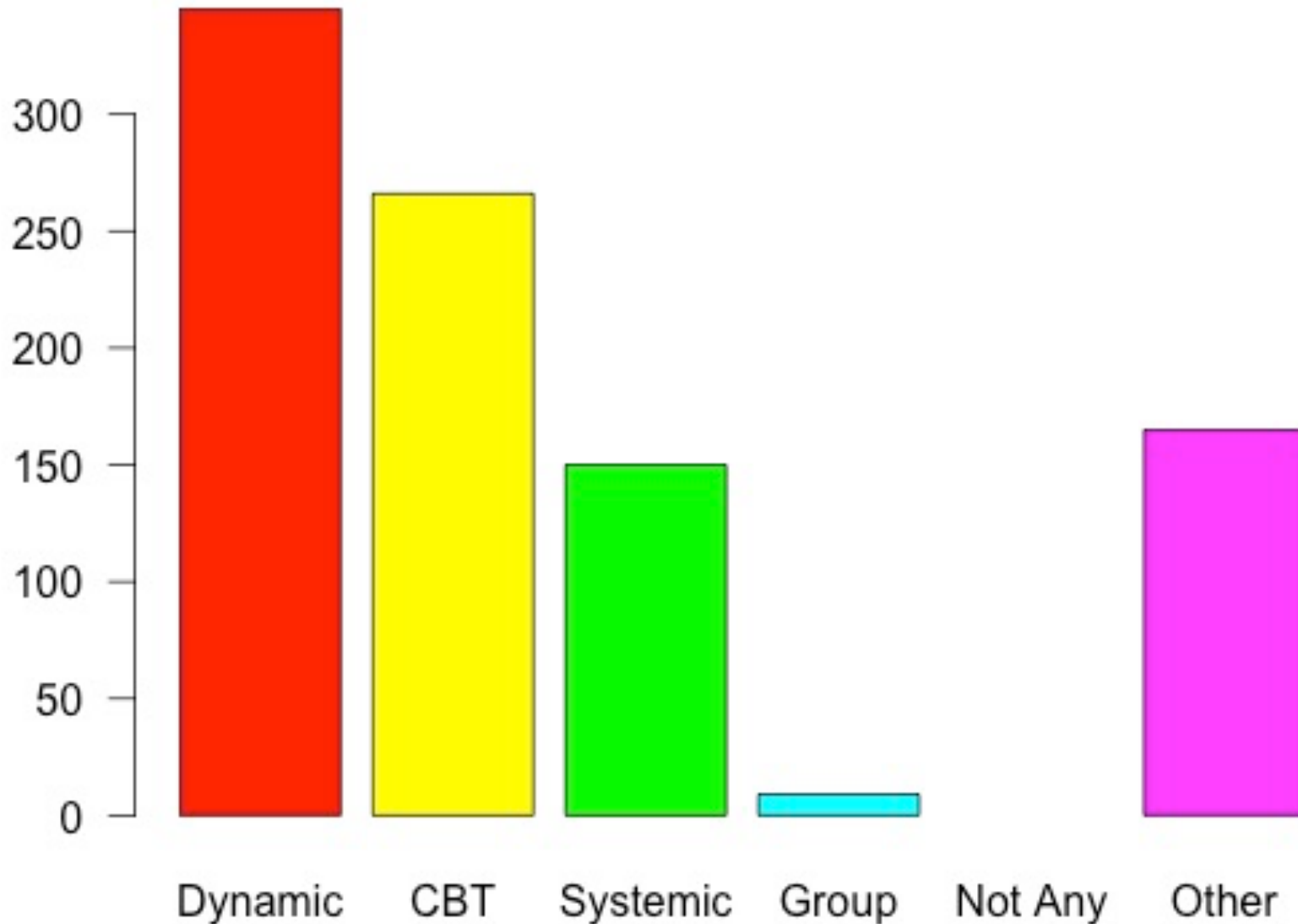
**90 %** voudrait pratiquer la psychothérapie après la formation

**96 %** se formerait si la formation était gratuite



# Un intérêt diversifié

Interested in this therapy



# Cours obligatoires

Les cours théoriques sont accessibles mais il y a peu de pratique et de supervision



➤ **UEMS:**

**120 h formation  
théoriques en  
psychothérapie**

**soit 2h par mois**

➤ **UEMS:**

**100 h de pratique des  
psychotherapies supervisée  
pendant 5 ans**

# En pratique, il est difficile de se former

**52 %** se formait en psychothérapie

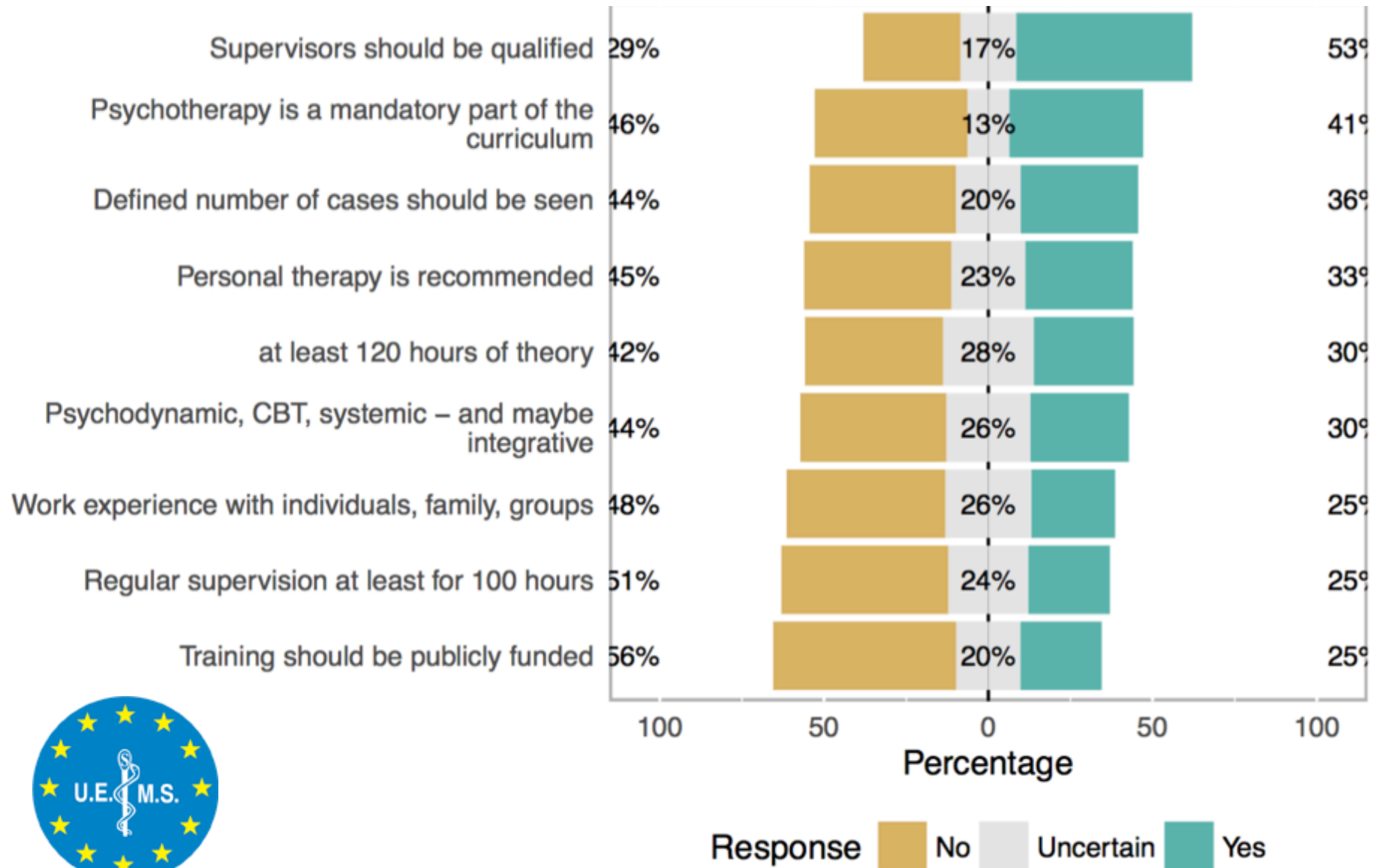
**41 %** recevait une psychothérapie personnelle

**33 %** faisait une formation en psychothérapies de leur propre initiative

➤ **UEMS:**

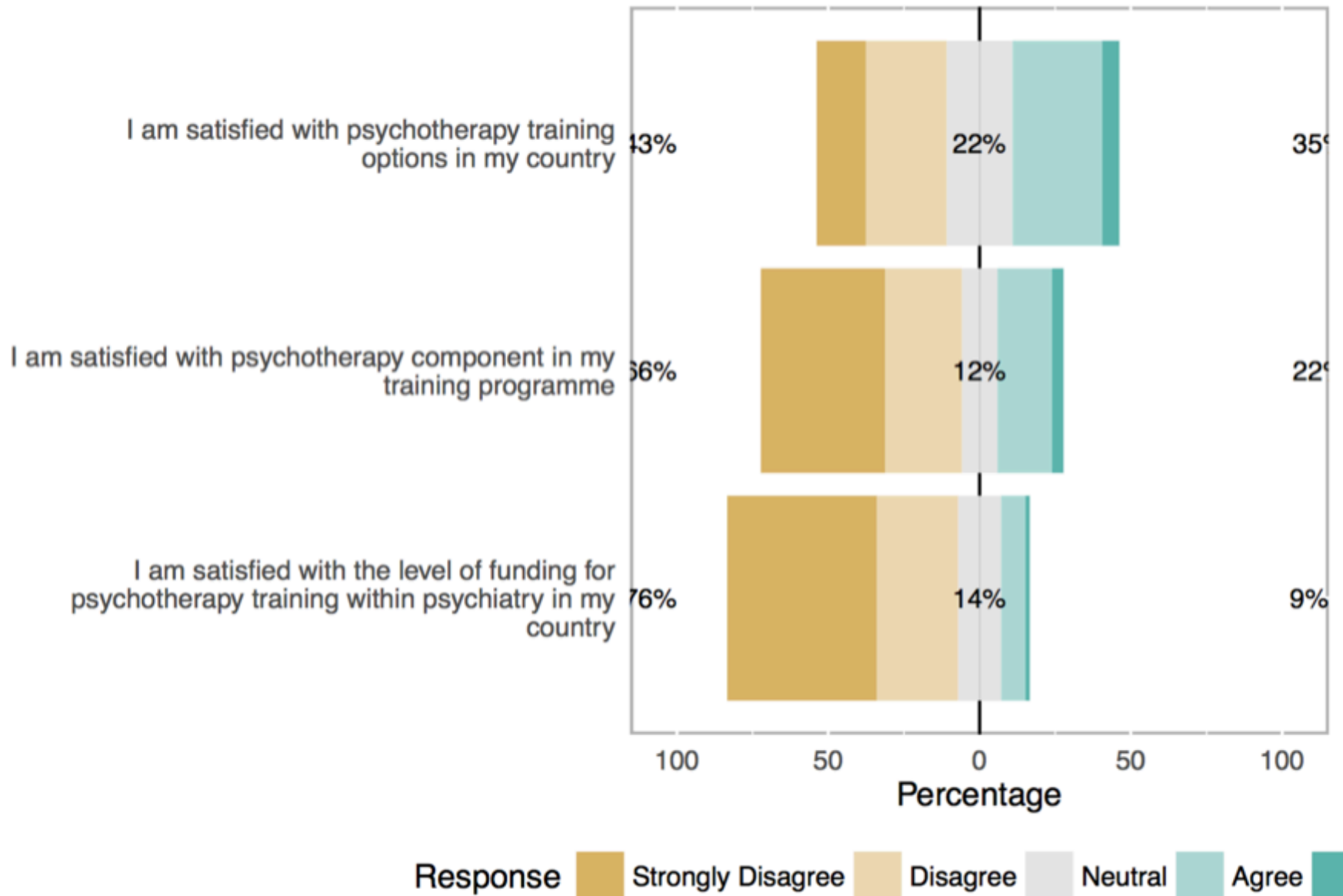
**Formation en psychothérapie obligatoire sur les heures de travail**

# Une implémentation des recommandations mauvaise





# La satisfaction est basse



# Ecoles d'été

## Psychotherapy guidebook

- Psychothérapie institutionnelle
- Thérapies centrée sur le patient
- REBT
- Pleine cs



### Some examples of exercises used in nearly each program

- Breath awareness: Bring attention to each breath
- Body scan: Bring attention to body parts, from the toes and up towards the head
- Sitting meditation: Meditate in a seated posture
- Walking meditation: Walk with attention and careful pacing
- Loving kindness (Metta) meditation: Send love and kindness to oneself and others
- Passing thoughts and emotions: Notice and let go thoughts and feelings
- Three-minute breathing: Be aware (1 minute), focus attention (one minute), and grow attention (one minute)



EEG while meditating



<http://efpt.eu/events>

# Cours en ligne



**Gratuit** : ciblé aidant et médecin généralistes



<http://efpt.eu/moocs>



- **Concours** : Un cours gratuit sur dossier
- **Réduction** 100 \$ pour tout interne européen