

L'analyse fonctionnelle

Un outil indispensable pour mieux se comprendre, et comprendre son entourage

La pratique de l'analyse fonctionnelle est un outil primordial en **psychologie du comportement, de la cognition et des émotions.**

Tous les comportements que nous produisons sont réalisés dans un but précis. De façon universelle, **un comportement peut avoir 3 fonctions probables : obtenir (un item, une activité, de l'attention), obtenir une autostimulation sensorielle ou échapper à (un item, une consigne/sollicitation).** Par exemple, lorsqu'un nourrisson pleure, il peut chercher à obtenir quelque chose de la part de son donneur de soins (de la nourriture, du réconfort). Lorsqu'un adulte va au travail, c'est entre autre parce qu'il reçoit un salaire à la fin du mois. De même, lorsqu'un enfant réalise son exercice de mathématiques et qu'il s'applique c'est pour recevoir les félicitations de sa professeure. Mais il se peut également que lorsqu'un enfant se met à pleurer, il cherche à éviter de réaliser une action ou une tâche trop coûteuse pour lui. Lorsqu'un adolescent reste silencieux lors d'une conversation émotionnellement forte, il cherche peut-être à éviter une situation conflictuelle. Pareillement, lorsqu'un adulte anticipe une sortie en ville en pensant qu'il n'est pas apte à gérer cette situation et se retrouve au milieu d'une foule dense, des manifestations anxieuses apparaissent et viennent confirmer les pensées anticipatrices qu'il avait eu : par la suite, il évitera davantage les situations qui seront susceptibles de l'exposer à ces pensées et émotions désagréables.

L'analyse fonctionnelle nous permet donc, avec une plus grande objectivité, d'établir la fonction d'un comportement. Grâce à l'étude des **facteurs environnementaux qui précèdent le comportement (antécédents)** ainsi qu'à l'étude des **facteurs qui succèdent au comportement (conséquences)**, mais aussi la **motivation** de la personne, il est possible de déterminer avec précision les leviers pertinents dans l'accompagnement.

De même, lorsque le niveau de communication de la personne le permet, l'analyse de ses **pensées et émotions**, en inter-relation avec son comportement, vont nous permettre de proposer des programmes / techniques afin **d'augmenter la fréquence d'apparition d'un comportement adapté déjà présent, d'enseigner de nouveaux comportements / de nouvelles pensées** absents mais nécessaires à la bonne adaptation de la personne, ainsi que de travailler sur la **diminution voire l'extinction de comportements inappropriés ou pensées et émotions désagréables.**

Les modalités d'accompagnement

L'accompagnement proposé par le Cabinet Psychavior s'inscrit en continuité avec l'offre de soins proposée par les différents acteurs territoriaux (RSVA, Normandie Pédiatrie, services du CHU de Caen, professionnels libéraux, associations de parents et de familles, Etablissements et Services Médico-Sociaux, Education Nationale). Dans une démarche d'amélioration continue, les psychologues du cabinet se forment continuellement afin de réactualiser leurs connaissances, selon les avancées scientifiques en vigueur et les recommandations de bonnes pratiques à destination des professionnels.

Vous pouvez retrouver l'ensemble des prestations thérapeutiques que nous sommes en mesure de mettre en œuvre durant l'accompagnement psychologique sur notre site internet : www.psychavior.org

Nous proposons 4 modalités d'accompagnement :

- au cabinet
- à domicile
- en téléconsultation
- dans l'environnement naturel de la personne

Toutes les consultations se font uniquement sur rendez-vous (contact par mail/téléphone).



Psychavior
Cabinet de psychologie



www.psychavior.org



benjamine.carabeufs@psychavior.org

sarah.kancel@psychavior.org

violaine.mignot@psychavior.org

6 chemin de Lamballard
14760, Bretteville-sur-Odon

Lignes de bus **11** **32**

Arrêt « Terrasses »

Qui sommes-nous ?

Nous sommes **3 psychologues** spécialisées dans l'utilisation de **méthodes issues des sciences comportementales et cognitives**.

Nous proposons des modalités d'accompagnement psychologique individualisées, avec des **pratiques fondées sur la preuve (EBP)** et **recommandées par la Haute Autorité de Santé (HAS)**.

Le Cabinet

Nous vous accueillons dans un **espace chaleureux** à Bretteville-sur-Odon, à proximité immédiate de la **voie verte**, dans un **lieu sécurisé et accessible à tous** (normes PMR), situé 6 chemin de Lamballard.

Nos services complémentaires

Afin de répondre au mieux aux demandes et besoins de chaque patient, nous vous proposons également des **prestations à domicile, sur vos lieux de vie ainsi qu'un dispositif de téléconsultation**.



Benjamine Carabeufs

Psychologue
N°ADELI : 149311847

☎ 06 63 09 63 20

✉ benjamine.carabeufs@psyhavior.org

Psychologue clinicienne spécialisée en thérapies émotivo-cognitivo-comportementales (TECC), j'accompagne des personnes avec TOC, TAG, TCA, troubles anxieux et dépressifs, par le biais de techniques inspirées des TCC.



Sarah Kancel

Psychologue
N°ADELI : 149311086

☎ 06 69 17 22 45

✉ sarah.kancel@psyhavior.org

Psychologue clinicienne spécialisée en psychologie de l'Éducation, J'ai développé mon expertise dans l'Analyse Appliquée du Comportement (ABA). J'accompagne des personnes avec TND (TSA avec ou sans Déficit Intellectuel, TDA/H) et TOP, TEI et TDDE.



Violaine Mignot

Psychologue
N°ADELI : 149312282

☎ 06 69 20 24 28

✉ violaine.mignot@psyhavior.org

Psychologue clinicienne spécialisée en psychologie de l'Éducation, je me suis spécialisée dans l'accompagnement de personnes avec TND (troubles en dys, du déficit intellectuel et de la communication) ainsi que d'autres troubles liés au mésusage de substances addictives, ou de refus scolaire anxieux.

Pourquoi consulter ?

Au sein de notre cabinet de psychologie, nous accueillons enfants, adolescents et adultes en difficulté, en souffrance psychique et/ou en situation de handicap, à la recherche d'une évaluation ou d'un accompagnement individualisé et spécifique.

Troubles dépressifs

*Trouble dépressif caractérisé
Trouble dépressif persistant
Trouble dysphorique prémenstruel
Trouble disruptif avec dysrégulation émotionnelle*

Estime de soi

Troubles des conduites alimentaires
Tous types

Troubles disruptifs, du contrôle des impulsions

*Trouble de l'opposition avec provocation
Trouble explosif intermittent*

Trouble obsessionnel compulsif

Troubles liés à des traumatismes ou à des facteurs de stress

Trouble de stress post traumatique

Troubles anxieux

Tous types

Mal-être

Troubles du neurodéveloppement

*TDA/H
Trouble du déficit Intellectuel
TSA avec ou sans DI
Troubles en DYS*

Addictions