



## DESRIPTIF DE FORMATION

### **Titre d'activité de formation**

Psychothérapie de groupe en ligne : Surmonter les limites virtuelles pour une présence connectée

No OPQ : RA06329-24

### **Problématique**

La pandémie nous a amené, en tant que thérapeutes, à user d'imagination et d'adaptabilité et a contribué à accentuer l'utilisation de la visioconférence afin d'offrir des services psychologiques à nos clients et clientes. Les rencontres en ligne sont rapidement devenues une solution courante pour maintenir la continuité des soins, et pour certains et certaines, elles représentent désormais une pratique exclusive. Bien que cette modalité offre de nombreux avantages, tels que l'accessibilité et la flexibilité, elle présente également des défis spécifiques dans le contexte de la psychothérapie de groupe.

Par ailleurs, les thérapeutes peuvent parfois percevoir la technologie comme un frein à la création d'une cohésion de groupe efficace, essentielle pour faciliter les changements thérapeutiques.

Quels défis la psychothérapie de groupe en ligne pose-t-elle et de quelles façons pouvons-nous transformer ces défis technologiques en opportunités d'engagement et de soutien entre les membres du groupe ?

Comment les thérapeutes peuvent-ils ajuster leurs attitudes et stratégies d'intervention pour encourager une dynamique de groupe efficace et engagée malgré les barrières de la distance et de l'écran ?

Cette formation vise donc à explorer et à surmonter ces obstacles en fournissant des pistes de réflexion et à discuter des attitudes thérapeutiques susceptibles de favoriser l'efficacité des groupes thérapeutiques en ligne.

### **Besoin**

Cette formation vise à répondre au besoin de nombreux intervenants et intervenantes désirant adapter le groupe de psychothérapie en ligne.

## **Clientèle**

Cette activité de formation continue est destinée aux psychologues, psychothérapeutes, professionnels et professionnelles en santé mentale, peu importe leur orientation théorique, s'intéressant à mieux comprendre le fonctionnement de la psychothérapie de groupe en ligne et à développer des outils pour instaurer ce type de thérapie dans un contexte de bureau privé, en milieu hospitalier, en milieu scolaire, en milieu communautaire ou dans tous autres milieux où les besoins se font sentir.

Il s'agit d'un atelier de formation de niveau «intermédiaire ». Effectivement, il est préférable (mais non obligatoire) d'avoir au préalable des connaissances sur les fondements et les stratégies thérapeutiques spécifiques à la psychothérapie de groupe car ceux-ci ne seront pas abordés en profondeur au cours de la formation.

## **Durée de l'activité**

3 heures

## **Formatrice**

**Dre Audrey Morin** est psychologue clinicienne et travaille en bureau privé. En plus de sa clinique, elle a collaboré avec l'Université de Sherbrooke depuis 2015 en tant que chargée de cours et superviseure et y a dispensé plus d'une dizaine de cours. Elle a enseigné le cours de Psychothérapie de groupe ainsi que d'autres cours au doctorat en psychologie. Elle est membre de l'*International Association for Group Psychotherapy and Group Processes*. Elle a œuvré dans divers milieux (milieu communautaire, CLSC, milieu hospitalier, bureau privé). Elle a d'ailleurs travaillé six ans à l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, situé à Montréal, qui est un chef de file international en santé mentale aux niveaux des soins, de la recherche et de l'enseignement. Lors de son passage à l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, elle a animé plusieurs groupes de thérapie (thérapie dialectique comportementale, thérapie basée sur la mentalisation, psychoéducation, thérapie cognitive comportementale), en plus de mener un projet de recherche visant l'adaptation d'un programme de thérapie de groupe basée sur la mentalisation à une clientèle présentant un trouble bipolaire et des traits de la personnalité comorbides. Elle y a également dirigé la rédaction d'un article scientifique portant sur l'impulsivité au sein des troubles bipolaires publié dans la Revue québécoise de psychologie.

## **Objectifs**

1. Décrire les aspects à considérer lors de la sélection et de la préparation des participant.es dans le cadre d'une psychothérapie de groupe en ligne.
2. Aborder les défis cliniques et techniques retrouvés lors d'une psychothérapie de groupe en ligne et les pistes de solutions pour y remédier.
3. Nommer et expliquer les attitudes thérapeutiques à privilégier lors des séances en ligne.
4. Présenter des outils «zoom » pouvant contribuer à un meilleur engagement des participants et participantes et à la cohésion de groupe, notamment dans le cas des groupes structurés.

5. Discuter des enjeux éthiques entourant la psychothérapie de groupe en ligne, notamment la notion de confidentialité.

## **Préalables**

Une formation de base sur la psychothérapie de groupe est recommandée (mais non obligatoire).

## **Contenu**

- 1) Introduction** ((Bernard et al., 2008; Ormont, 2009; Shore, 2020; Yalom et Leszcz, 2020)
  - a) Les résistances des thérapeutes et des clients envers la psychothérapie de groupe en ligne (Weinberg, 2020)
  - b) Les avantages de la thérapie de groupe
  - c) Les avantages de la thérapie de groupe en ligne (Lopez et al., 2020; Ryan et al., 2023; Wadja et al., 2022; Weinberg, 2020; Weinberg, 2023)
  - d) L'efficacité des groupes thérapeutiques en ligne (Bean et al., 2022; Douma et al., 2021; Otared et al., 2021; Wadja et al., 2022; Weinberg, 2023)
  - e) 3 principes et tâches thérapeutiques favorisant la cohésion de groupe (Burlingame et al., 2002)
  
- 2) La sélection des membres**
  - a) Décider de la structure du groupe (Kaklauskas et Greene, 2020; Ryan et al., 2023)
  - b) Sélection des participant.es (Bradender et al., 2004 ; Yalom et Leszcz, 2020)
    - i. Critères d'inclusion
    - ii. Critères d'exclusion
  - c) Est-ce que certaines peuvent bénéficier davantage du format en ligne ? (Wadja et al., 2022; Weinberg, 2020; Yalom et Leszcz, 2020).
  
- 3) La préparation des membres : la rencontre pré-groupe individuelle** (Bernard et al., 2008; Bradender et al., 2004; Chen et Rybak, 2018; Marmarosh et al., 2023; Yalom et Leszcz, 2020)
  - a) 1<sup>er</sup> objectif : Le lien thérapeutique (Leszcz, 2018)
  - b) 2<sup>e</sup> objectif : Réduire l'anxiété initiale
  - c) 3<sup>e</sup> objectif : Évaluation (Kaklauskas et Greene, 2020)
  - d) 4<sup>e</sup> objectif : Fournir une structure (Zigenlaub et Stolper, 2023)
  - e) 5<sup>e</sup> objectif : Formuler des objectifs thérapeutiques
  - f) 6<sup>e</sup> objectif :Évaluer la perception et le confort vis-à-vis les technologies (Zigenlaub et Stolper, 2023)
  
- 4) Le format hybride : À considérer ou à proscrire ?** (Zigenlaub et Stolper, 2023)

**5) Les défis cliniques et techniques et les solutions** (Coco et al., 2019; Weinberg, 2020; Weinberg, 2023)

- a) Les trois forces présentes dans un groupe (Kaklauskas et Greene, 2020; Rutan et al., 2021; Yalom et Leszcz, 2020)
- b) Cadre poreux (Marmarosh et al., 2023)
- c) Absence du corps
- d) Absence de contact visuel (Weinberg et Rolnick, 2019)
  - i. La co-facilitation ou la co-animation (Zigenlaub et Stolper, 2023)
- e) Sentiment diminué d'intimité et de sécurité
  - i. L'administration dynamique (Foulkes, 1948)
  - ii. L'administration technologique dynamique
- f) Les distractions
- g) Tenir compte de l'arrière-plan (Russell, 2015)

**6) Le transfert et le contre-transfert virtuel** (Black et Wright, 2023)

- a) L'inconscient virtuel
- b) Transfert virtuel
- c) Le contre-transfert virtuel

**7) Les attitudes thérapeutiques à privilégier** (Black et Wright, 2023; Weinberg et Rolnick, 2019; Yalom et Leszcz, 2020)

- a) La flexibilité
- b) La transparence
- c) La présence thérapeutique (Geller, 2017 ; Geller, 2019)
  - i. La fatigue zoom

**8) Les outils zoom au service de la clinique** (Harrison et Chapman, 2023)

- a) La vue
- b) Partage d'écran
- c) Tableau blanc
- d) Chat
- e) Réactions et émojis
- f) Arrière-plan et effets de studio
- g) Les petites salles
- h) Considérations techniques

**9) Enjeux éthiques** (Beaulieu, 2024; Bradender et al., 2024)

- a) Notion de confidentialité
- b) Ajouts au formulaire de consentement

**10) Mot de la fin**

**Méthode ou stratégie pédagogique**

L'exposé théorique (magistral) sera la méthode pédagogique privilégiée considérant la nature du contenu de cet atelier. Des exemples cliniques seront également présentés aux participants et participantes. Des outils (canevas d'entrevue individuelle pré-groupe,

formulaire de consentement) seront remis aux participants et participantes afin de les soutenir dans leur création d'un groupe de thérapie en ligne.

**Attestation**

Une attestation de participation avec le numéro de reconnaissance de l'Ordre des Psychologues du Québec sera remise aux participants ayant assisté à la formation. L'attestation mentionnera le nombre d'heures de participation du participant ou de la participante.

## Liste des références

- American Group Psychotherapy Association (<https://www.agpa.org/home>)
- The American Group Psychotherapy Association (2007). *Practice guidelines for group psychotherapy*.  
[https://www.agpa.org/docs/default-source/practice-resources/download-full-guidelines-\(pdf-format\)-group-works!-evidence-on-the-effectiveness-of-group-therapy.pdf?sfvrsn=ce6385a9\\_2](https://www.agpa.org/docs/default-source/practice-resources/download-full-guidelines-(pdf-format)-group-works!-evidence-on-the-effectiveness-of-group-therapy.pdf?sfvrsn=ce6385a9_2)
- Bailenson, J. N. (2021). Nonverbal Overload: A Theoretical Argument for the Causes of Zoom Fatigue. *Technology, Mind, and Behavior*, 2(1).  
<https://doi.org/10.1037/tmb0000030>
- Burlingame, G., Fuhriman, A. et Johnson, J. (2002). Cohesion in group psychotherapy. Dans J. Norcross (Ed.), *Psychotherapy relationships that work : Therapist contributions and responsiveness to patients*. (pp.71-87). New York : Oxford University Press.
- Bean, C. A. L., Aurora, P., Maddox, C. J., Mekota, R. et Updegraff, A. (2022). A comparison of telehealth versus in-person group therapy: Results from a DBT-based dual diagnosis IOP. *Journal of Clinical Psychology*, 78, 2073–2086. <https://doi.org.ezproxy.usherbrooke.ca/10.1002/jclp.23374>
- Beaulieu, S. (mars, 2024). La pratique interjuridictionnelle de la profession. *Psychologie Québec*, p.18-19.  
[https://www.ordrepsy.qc.ca/documents/26707/216048/Mars+2024\\_Pratique+interjuridictionnelle.pdf/99b43370-68f4-0b7f-ea50-74edf54dfa60?t=1713211718558](https://www.ordrepsy.qc.ca/documents/26707/216048/Mars+2024_Pratique+interjuridictionnelle.pdf/99b43370-68f4-0b7f-ea50-74edf54dfa60?t=1713211718558)
- Bennett, A. A., Campion, E. D., Keeler, K. R. et Keener, S. K. (2021). Videoconference fatigue? Exploring changes in fatigue after videoconference meetings during COVID-19. *Journal of Applied Psychology*, 106(3), 330-344.
- Bernard, H., Burlingame, G., Flores, P., Greene, L., Joyce, A., Kobos, J. C., Leszcz, M., MacNair-Semands, R.R., Pipier, W. E., Slocum-McEneaney, A. M. et Feirman, D. (2008). Clinical practice guidelines for group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 58(4), 455-542. <https://doi.org/10.1521/ijgp.2008.58.4.455>
- Black, A. E. et Wright, E. L. (2023). Modern psychoanalytic group therapy online. Dans H. Weinberg, A. Rolnick et A. Leighton (dir.), *The virtual group therapy circle : Advances in online group theory and practice* (p.90-100). Routledge.
- Brabender, V., Smolar, A. et April, F. (2004). *Essentials of Group Therapy*. John Wiley and sons, inc.
- Bradender, V. et MacNair-Semands-R. (2022). *The Ethics of Group Psychotherapy : Principles and Practical Strategies*, Taylor & Francis Group.

Chen, M. et Rybak, C. (2018). *Group leadership skills: Interpersonal process in group counseling and therapy*. SAGE Publications Inc.  
<https://dx.doi.org/10.4135/9781071800980>

Coco, G. L., Tasca, G. A., Hewitt, P. L., Mikail, S. F. et Kivlighan, D. M. (2019). Ruptures and repairs of group therapy alliance. An untold story in psychotherapy research. *Research in psychotherapy (Milano)*, 22(1), 352.  
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2019.352>

Douma, M., Maurice-Stam, H., Gorter, B., Houtzager, B. A., Vreugdenhil, H. J. I., Waaldijk, M., Wiltink, L., Grootenhuis, M. A. et Scholten, L. (2021). Online psychosocial group intervention for adolescents with a chronic illness: A randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 26, Article 100447. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100447>

Friedman, R. Group online therapy and the online groups : Some principles of the group analytic approach to online group therapy. Dans H. Weinberg, A. Rolnick et A. Leighton (dir.), *The virtual group therapy circle : Advances in online group theory and practice* (p.101-111). Routledge.

Foulkes S. H. (1948). *Introduction to group analysis psychotherapy*. Heinemann.

Geller, S. (2021). Cultivating online therapeutic presence: Strengthening therapeutic relationships in teletherapy sessions. *Counselling Psychology Quarterly*, 34(3-4), 687–703. <https://doi.org/10.1080/09515070.2020.1787348>

Harrison, K. B. et Chapman, K. S. (2023). Fostering intimacy and participant engagement on the zoom platform : A practical beginner's manual. Dans H. Weinberg, A. Rolnick, et A. Leighton (dir.). *The virtual group therapy circle : Advances in online group theory and practice* (p.246-258). Routledge.

Kaklauskas, F. J. et Greene, L. R. (dir.). (2020). *Core Principles of Group Psychotherapy: An integrated theory, research, and practice training manual*. Taylor & Francis.

Leszcz, M. (2018). The evidence-based group psychotherapist. *Psychoanalytic Inquiry*, 38(4), 285-298.

Lopez, A., Rothberg, B., Reaser, E., Schwenk, S. et Griffin, R. (2020). Therapeutic groups via video teleconferencing and the impact on group cohesion. *mHealth*, 6, 13.  
<https://doi.org/10.21037/mhealth.2019.11.04>

Marmarosh, C. L. (2021). Ruptures and Repairs in Group Psychotherapy: From Theory to Practice, *International Journal of Group Psychotherapy*, 71(2), 205-223,  
<https://doi.org/10.1080/00207284.2020.1855893>

Marmarosh, C. L., Robelo, A., Solorio, A. et Xing, F. (2023). Alliance and cohesion in online groupe psychotherapy. Dans H. Weinberg, A. Rolnick et A. Leighton (dir.), *The virtual*

*group therapy circle : Advances in online group theory and practice* (p.40-51).  
Routledge.

Marmarosh, C. L., Solorio, A., Koroma, M. B. Z., Xing, F. et Robelo, A. (2023). Attachment Theory and the Transition to Online Group Therapy During COVID-19: A Preliminary Investigation. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*.  
<https://dx.doi.org/10.1037/gdn0000209>

Ogden, P. (2018). Polyvagal theory and sensorimotor psychotherapy. Dans S. Porges & D. Dana (Dir.). *Clinical applications of the polyvagal theory : The emergence of polyvagal-informed therapies* (pp. 34–49). NY: W.W. Norton & Company.

Ormont, L. R. (2009). *The group therapy experience: From theory to practice*. BookSurge Publishing

Otared, N., Moharrampour, N. G., Vojoudi, B. et Najafabadi, A. J. (2021). A group-based online acceptance and commitment therapy treatment for depression, anxiety symptoms and quality of life in healthcare workers during COVID-19 pandemic: A randomized controlled trial. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 21(3), 399-411.

Russell, G. I. (2015). *Screen relations : The limits of computer-mediated psychoanalysis and psychotherapy*. Routledge.

Rutan, J. S. (2021). Rupture and repair: Using leader errors in psychodynamic group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 71(2), 310–331. <https://doi.org/10.1080/00207284.2020.1808471>

Ryan, D., Cogley, C. et Moore, L. (2023). Zoom up your mood - a pilot study examining the efficacy of video-conferencing versus face-to-face delivery of group CBT for depression for out-patients attending a secondary mental health service in Ireland. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 51(5), 502–506.  
<https://doi.org/10.1017/S135246582300019X>

Schore, A. N. (2020). Forging connections in group psychotherapy through right brain-to-right brain emotional communications. Part 1 : Theoretical models of right brain therapeutic action. *International Journal of Group Psychotherapy*, 70(1), 29-56.

Wajda, Z., Kapinos-Gorczyca, A., Lizińczyk, S., Sitnik-Warchulska, K. et Izydorczyk, B. (2022). Online group psychodynamic psychotherapy-The effectiveness and role of attachment-The results of a short study. *Frontiers in psychiatry*, 13, 798991.  
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.798991>

Weinberg, H. (2020). Online group psychotherapy: Challenges and possibilities during COVID-19. A practice review. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*. 24(3), 201-211.

Weinberg, H. (2021). Obstacles, challenges, and benefits of online group psychotherapy, *American Journal of Psychotherapy*, 72(12), 83-88.

Weinberg, H. et Rolnick, A. (2019). *Theory and practice of online therapy : Internet-delivered interventions for individuals, groups, families, and organizations*. Taylor & Francis Group.

Weinberg, H., Rolnick, A., & Leighton, A. (Eds.). (2023). *The Virtual Group Therapy Circle: Advances in Online Group Theory and Practice* (1st ed.). Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781003248606>

Yalom I.D. et Leszcz M. (2020). *The Theory and Practice Of Group Psychotherapy*, 6th Ed. NY: Basic Books.

Zigenlaub, E. et Stolper, E. (2023). "Can I join online" Hybrid group therapy integrating online participants in face-to-face groups. Dans H. Weinberg, A. Rolnick, et A. Leighton (dir.). *The virtual group therapy circle : Advances in online group theory and practice* (p.74-85). Routledge.