

DOSSIER DE PRESSE 2021

PI-PSY

L'institut de recherche en psychologie appliquée par le soin,
à visée sociale et solidaire

Sommaire

03 Édito

L'institut qui démocratise l'innovation en psychothérapie et en psychologie appliqué

05 Pi-Psy, ou l'alliance de la solidarité et de la recherche

06 Les formations Pi-Psy

07 Une approche pédagogique innovante

08 Les autres activités en ligne de l'Institut Pi-Psy

09 Témoignages de participants aux formations et aux ateliers Pi-Psy

Un projet innovant, porté par une expertise scientifique de pointe

11 Aux origines de Pi-Psy

13 Une solide expertise scientifique au service de l'innovation en psychothérapie

14 Portraits des fondateurs de Pi-Psy

16 En savoir plus

Édito

Des innovations voient le jour régulièrement dans le domaine de la santé mentale, notamment grâce aux apports de l'apprentissage statistique. Elles sont porteuses d'espoir, à une époque où la souffrance psychique est particulièrement présente.

La crise sanitaire du Covid-19 a en effet induit un stress sévère, et provoqué ou aggravé des états anxio-dépressifs chez des millions de personnes en France. Elle a même fait apparaître des phénomènes de suicide chez des jeunes enfants.

Le problème, c'est qu'en France, les avancées scientifiques sont peu accessibles au grand public. Cela s'explique par plusieurs facteurs : le retard scientifique français en matière de recherche en psychothérapie, l'accent porté sur le diagnostic au détriment du soin dans les cursus universitaires, l'hégémonie de la psychanalyse ou encore le recours massif aux traitements médicamenteux.

De plus, les TCC (thérapies cognitives et comportementales) coûtent encore très cher, avec des tarifs pouvant atteindre 140 € par séance en Île-de-France. Les plus démunis, qui sont les plus touchés par les troubles psychiques, ne peuvent donc pas profiter de ces soins innovants.

Ce sont ces constats qui nous ont poussés à créer l'Institut Pi-Psy. Notre objectif est double : moderniser et démocratiser les approches de psychothérapie et de psychologie appliquée. Pour l'atteindre, nous agissons sur plusieurs plans : celui de la recherche, de la formation, du soin, et de l'information.

L'Institut Pi-Psy a un rôle véritablement unique en France. En alliant les outils numériques, l'expertise scientifique et une démarche solidaire, il vise à faciliter l'accès aux TCC et à moderniser les soins. Il mise sur l'innovation pour réduire les souffrances de tous, y compris des plus précaires.

François Vialatte





PARTIE 1

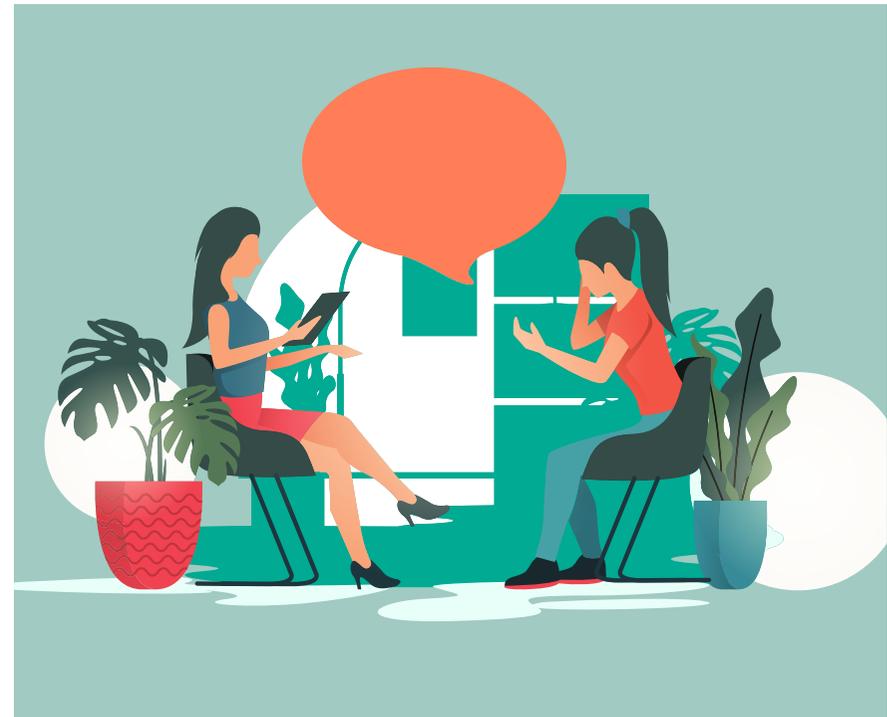
**L'institut qui démocratise l'innovation en psychothérapie
et en psychologie appliquée**

Pi-Psy, ou l'alliance de la solidarité et de la recherche

L'Institut Pi-Psy (Institut pour la Pratique et l'Innovation en PSYchologie appliquée) est un institut de recherche par le soin spécialisé dans les neurosciences cognitives et les thérapies cognitives et comportementales (TCC). Issu de l'économie sociale et solidaire, il a été bâti sur quatre valeurs fondamentales : la bienveillance, le professionnalisme, la solidarité et la créativité.

Il a été fondé en 2019 par une équipe pluridisciplinaire de chercheurs en psychologie, en neurosciences, et en ingénierie issus du Laboratoire Plasticité du Cerveau (CNRS/ESPCI Paris – Paris Sciences et Lettres), qui s'est créée avec l'appui de l'Université Paris Sciences et Lettres.

L'Institut Pi-Psy a une mission de recherche dans le domaine des TCC. Il développe des approches innovantes en psychologie appliquée pour moderniser les psychothérapies, grâce aux apports des sciences de l'ingénieur. Son objectif est de servir d'accélérateur pour la recherche en psychothérapie et d'améliorer les soins afin de minimiser leur durée et d'optimiser le bien-être des patients.



Au sein de son premier centre de consultation ouvert à Draveil en octobre 2019, l'institut propose des innovations thérapeutiques : le neurofeedback, le biofeedback, et la thérapie par immersion en réalité virtuelle.

L'action de l'institut prend également d'autres formes. Il a créé des formations professionnelles basées sur les TCC, organise des ateliers de thérapie de groupe en visioconférence, et diffuse des ressources en ligne sur sa plateforme d'autothérapie pour aider les personnes précaires à accéder aux soins psychiques.

Pour faciliter l'accès aux soins, l'institut diffuse régulièrement des contenus d'aide sur sa chaîne YouTube et sa page Facebook. Les inscrits peuvent aussi bénéficier de consultations traditionnelles en téléconsultation ou en présentiel.

Les formations Pi-Psy

Uniques en France, **les formations de l'Institut Pi-Psy** s'inscrivent dans la perspective des neurosciences cognitives.

- **Les cursus longs.** Formations sur la 4e vague des TCC (neurofeedback, webthérapies et réalité virtuelle en TCC), sur l'art-thérapie cognitivo-comportementale, et sur l'hypnothérapie cognitivo-comportementale.
- **Les cursus courts.** Formations sur la remédiation cognitive, la mindfulness en entreprise, la psychopathologie neurocognitive et l'accompagnement des troubles neurodéveloppementaux.

Ces formations s'adressent aux professionnels de santé, pour les parcours de formation professionnelle en psychothérapie, et aux cadres, pour les parcours de formation RPS (gestion du stress).

L'Institut Pi-Psy est certifié Qualiopi pour ses formations. Dans le cadre du programme social et solidaire de l'Institut, elles permettent aux apprenants de venir en aide aux personnes précaires en souffrance.

Après le lancement de ses formations à l'automne 2021, l'institut a pour projet d'ouvrir plusieurs centres de consultations, sous forme de filiales ou de franchises, qui se constitueront en réseau de recherche.



Une approche pédagogique innovante

Des savoir-faire pratiques

Les formations de l'institut sont orientées vers la transmission de savoir-faire pratiques, avec de nombreuses formes de mises en situation permettant aux apprenants d'apprendre à mettre en œuvre les compétences transmises. L'objectif est d'apporter un complément aux formations académiques en psychologie, qui ont généralement le défaut d'être trop théoriques.

Un apprentissage modernisé

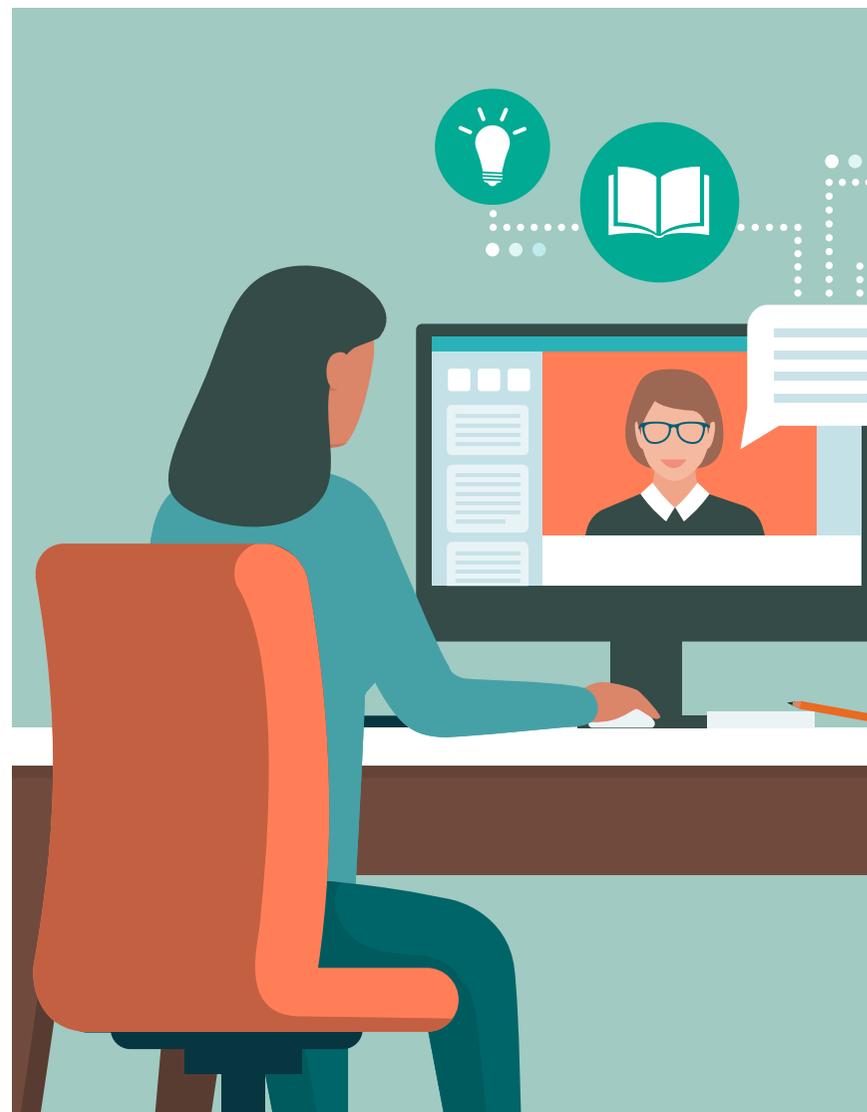
À l'Institut Pi-Psy, la pédagogie classique laisse place à une approche innovante : l'apprentissage numérique, qui maximise l'autonomie et le confort des apprenants. L'outil informatique et le multimédia sont utilisés pour enrichir l'expérience des apprenants et optimiser l'acquisition des savoirs et des compétences, et les contenus sont déclinés sur plusieurs supports : textes, vidéos, jeux sérieux, etc.

Les pages de l'encyclopédie pointent vers les vidéos YouTube de l'institut, et réciproquement. Les contenus sont en outre déclinés avec des variations de format sur la plateforme de formation et sur les ressources de self-help.

Les formations sont basées sur plusieurs modalités pédagogiques :

- **L'e-learning.** La plateforme d'apprentissage est accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, ce qui permet d'effectuer la formation quand on le souhaite.
- **Les classes virtuelles.** À mi-chemin entre le présentiel et le distanciel, les classes virtuelles sont basées sur un modèle synchrone. Apprenants et formateurs sont réunis dans un même lieu virtuel et peuvent, grâce à la visioconférence, interagir en direct, échanger des documents, organiser des groupes de travail et chatter.
- **Les serious games.** Cette modalité pédagogique numérique ludique prend la forme de jeux qui rendent l'apprentissage plus motivant et permettent de mettre en pratique les savoirs acquis par des mises en situation et des tests.

- **Le blended learning.** Certaines formations sont réalisées en blended learning : l'acquisition des savoirs théoriques a lieu sur la plateforme virtuelle, et celle des savoir-faire pratiques pendant des regroupements d'un ou deux jours, qui peuvent avoir lieu au sein d'une entreprise ou d'une structure clinique.



Les autres activités en ligne de l'Institut Pi-Psy

Les ateliers de thérapie de groupe Pi-Psy

L'institut propose des **ateliers hebdomadaires** de TCC de groupe visioconférence multimédia interactive sur la plateforme Zoom, pour un tarif de 49 € par mois. Plusieurs compétences sont abordées : l'affirmation de soi, la guidance parentale, la méditation de pleine conscience et les habiletés sociales pour enfants (atelier réservé aux 10-15 ans).

Ces ateliers sont avant tout destinés aux personnes trop occupées ou trop éloignées pour assister à une thérapie de groupe, ainsi qu'à celles et ceux qui souffrent de difficultés pour se déplacer (agoraphobie, handicap moteur, etc.).

Dans un espace bienveillant, les participants peuvent aborder leurs difficultés et interagir avec les autres pour mettre les exercices en pratique. Les ateliers sont animés par des experts reconnus, sélectionnés par l'institut pour leurs compétences pédagogiques et leur maîtrise du sujet.



Le self-help Pi-Psy

La plateforme TCC d'autothérapie, ou self-help de l'Institut Pi-Psy est accessible avec un abonnement de 9,90 € par mois. Les inscrits ont accès à des contenus multimédias et à des exercices permettant d'acquérir et d'améliorer des compétences cognitivo-émotionnelles équilibrées, et sont accompagnés par un chargé de suivi. Ils reçoivent également des conseils d'experts sur un forum réservé. Ils peuvent notamment profiter de :

- Vidéocapsules de psychoéducation ;
- Jeux pédagogiques et à des ressources ;
- Enregistrements audio téléchargeables ;
- Programmes d'entraînement issus de la recherche en TCC ;
- Entraînements à la gestion du stress, à la méditation de pleine conscience, à l'affirmation de soi, aux habiletés sociales et à la guidance parentale.

Cet outil a été conçu pour les personnes qui souhaitent travailler sur elles-mêmes en autonomie ou qui veulent découvrir les TCC à tarif raisonnable.

Dans une optique sociale et solidaire, les bénéfices sont utilisés pour créer de nouveaux contenus, qui seront basculés progressivement dans le domaine public.



Témoignages de participants aux formations et aux ateliers Pi-Psy

« Les ateliers sont très intéressants et très bien faits. Le stage Mindfulness m'a beaucoup aidé et m'aide toujours. »

« Le stage bien-être était top. Il m'a fait énormément de bien. »

« Stages : j'ai participé à la formation bien-être avant les vacances et à la formation musicothérapie avant la rentrée scolaire en présentiel, qui m'a beaucoup plu. Je suppose qu'on a toujours besoin de se retrouver aussi, malgré la situation sanitaire actuelle. »

« Consultations : Je suis en consultation depuis début mai 2020 et les soins dispensés en distanciel m'ont apporté beaucoup de bonnes choses. Je constate un énorme changement dans ma manière d'agir et ma façon de regarder les choses dans la société de tous les jours. Mes angoisses diminuent petit à petit, ce n'est plus comme au début. Je commence doucement à prendre confiance en moi. »

« Ce centre a vraiment été une grande découverte pour moi, je vous remercie pour votre professionnalisme, votre soutien et votre gentillesse. »

« Formation : sujet et interventions intéressants et bien structuré. »

« Formation : l'intervention était riche. Le fait qu'elle était partiellement interactive était également intéressant. »





PARTIE 2

Un projet innovant, porté par une expertise scientifique de pointe

Aux origines de Pi-Psy

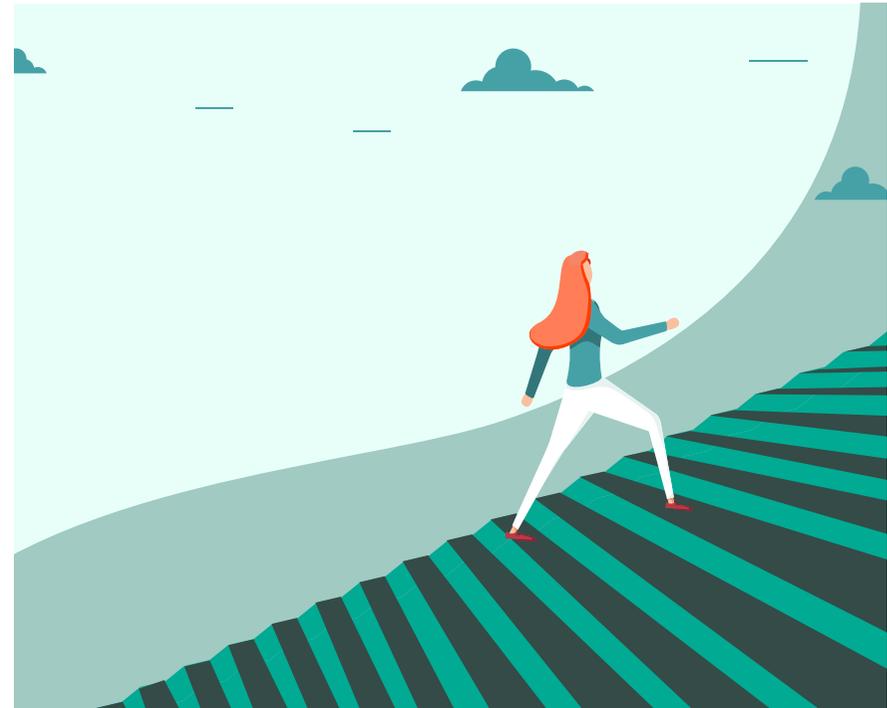
L'institut Pi-Psy a été fondé en octobre 2019 sous la forme d'une SAS, par une équipe pluridisciplinaire alliant des compétences en psychologie, en neurosciences et en sciences de l'ingénieur.

Le constat de départ

Ses fondateurs, François et Aurore Vialatte, qui sont par ailleurs mari et femme, sont partis du constat que la recherche scientifique en psychologie appliquée met trop de temps à bénéficier au grand public.

Le retard est particulièrement spectaculaire en France. De 2014 à 2019, rapporté au nombre d'habitants, la France a publié quatre fois moins d'articles sur les psychothérapies que les États-Unis et 5 fois moins que le Canada dans des revues scientifiques internationales. Ce n'est pas le cas en médecine, discipline où la France publie autant que ces deux pays.

Ce décalage est notamment dû au recours massif aux traitements médicamenteux et à l'hégémonie de la psychanalyse en France. Les formations universitaires sont également en cause : elles se focalisent sur les méthodes de diagnostic au détriment des méthodes de soin. De plus, les psychologues français sont formés au niveau master (bac +5) alors qu'en Amérique du Nord, un doctorat professionnel est nécessaire pour exercer. Celui-ci s'effectue en internat dans les structures hospitalières, et est associé à une formation supervisée dans les techniques de psychothérapie.



Les ambitions

Le projet Pi-Psy est né de deux ambitions : démocratiser et moderniser les approches de psychothérapie et de psychologie appliquée.

- **Démocratisation.** La société s'est constituée comme une entreprise de l'économie sociale et solidaire (ESS). L'institut publie une encyclopédie en accès libre, avec l'objectif de partager des notions scientifiques en psychologie cognitive avec le grand public. Il met à disposition sur sa chaîne YouTube des contenus pédagogiques pour aider les personnes en souffrance, comme par exemple une vidéo-conférence sur le stress post-traumatique publiée fin 2020. La plateforme d'autothérapie s'inscrit elle-aussi dans cette démarche de démocratisation.
- **Modernisation.** L'institut mène des recherches sur l'intégration des nouvelles technologies (neurofeedback, réalité virtuelle, outils multimédia) en psychothérapies cognitives et a obtenu le statut de jeune entreprise innovante (JEI).

Le Comité Stratégique

Un Comité Stratégique joue un rôle de conseil et d'orientation stratégique, et est impliqué dans les décisions sur les projets de recherche et les objectifs sociaux et solidaires de la société.

Il regroupe des membres choisis parmi des professionnels extérieurs reconnus pour leurs compétences dans les domaines académiques, parmi des représentants des patients ou des associations de patients, parmi des représentants des associations de professionnels des psychothérapies, ou parmi des représentants des collectivités locales.

Les accompagnements

Le projet Pi-Psy est lauréat du concours Emergence organisé par France Active Seine-et-Marne Essonne, et a reçu un accompagnement à la création par la structure France Active. L'institut est en outre accompagné par la cellule « valorisation » de l'Université Paris Sciences et Lettres (PSL Innovation). L'Université Paris Sciences et Lettres est entrée au capital de la société à l'été 2020.



Une solide expertise scientifique au service de l'innovation en psychothérapie

L'Institut Pi-Psy se démarque de ses concurrents par sa réelle expertise scientifique. Il propose des contenus très proches des toutes dernières découvertes scientifiques, et ses formations sont ancrées dans les avancées scientifiques en neurosciences, sciences de l'ingénieur et psychologie.

Le projet porte deux types d'innovation : une innovation technologique (Figure 1), par l'utilisation des sciences de l'ingénieur et le déploiement d'une plateforme numérique d'accès aux soins, et une innovation sociale, par la création d'un projet de coordination pour l'amélioration de la recherche en psychothérapie.

- **Apprentissage statistique.** Aurore et François Vialatte, les deux fondateurs de l'institut, sont experts en apprentissage statistique, un domaine qui souffre depuis plusieurs années de projets industriels portés par des amateurs, voire des incompetents. Ils cumulent plus de 20 ans de recherche à deux, ont donné des centaines d'heures d'enseignement en master, et ont effectué leur thèse de doctorat dans ce domaine. Ils ont également publié de nombreux articles scientifiques sur cette thématique.



- **Optimisation des protocoles de soin par la modélisation.** Une des missions de l'institut est de combler le retard méthodologique des sciences humaines en modélisation, ou data science. Les fondateurs de Pi-Psy ont développé une approche de modélisation qui s'inscrit dans la démarche de psychopathologie dimensionnelle, et viennent de publier un article à ce sujet dans une revue internationale. Le but est de construire des modèles permettant d'optimiser les protocoles de soin en fonction des profils des patients, en explorant, dans les données de suivi de soin, les paramètres clés de la guérison.
- **Neurofeedback et biofeedback.** Aurore et François Vialatte possèdent par ailleurs une expertise internationalement reconnue en neurofeedback et en biofeedback, attestée par de nombreuses publications dans des revues scientifiques internationales. L'Institut Pi-Psy leur permet de valoriser un brevet de l'Université Paris Sciences et Lettres portant sur l'utilisation des interfaces cerveau-machine, pour le neurofeedback.
- **E-learning et réalité virtuelle.** L'institut s'appuie sur les compétences de ses fondateurs et d'un réseau d'experts dans les domaines du e-learning et de la réalité virtuelle. Leurs connaissances dans ces deux domaines leur servent à construire de nouveaux outils de soin pour les professionnels du soin en santé mentale ainsi que des supports de formation à destination de ces professionnels.

Portraits des fondateurs de Pi-Psy

François Vialatte

François Vialatte est ingénieur-docteur en sciences cognitives, psychologue clinicien, instructeur de remédiation cognitive, instructeur de pleine conscience, et psychothérapeute en thérapies comportementales et cognitives.

Après des études ingénieur en sciences cognitives à l'EPITA au cours desquelles il a créé la start-up Essilab, il a suivi des études pluridisciplinaires en sciences cognitives à l'Université Paris 6 et à l'Université Paris 8, alliant psychologie, neurosciences et ingénierie. Il a ensuite complété son cursus avec une formation en marketing chez Studi.

Son doctorat Cerveau-Cognition-Comportement (Université Paris 6, UPMC) terminé, François Vialatte travaille en tant que chercheur en neuro-ingénierie au Japon au Riken Brain Science Institute de Tokyo pendant 4 ans et demi.

En 2010, il prend la responsabilité d'une équipe de recherche en tant qu'enseignant-chercheur contractuel puis titulaire à l'ESPCI Paris. Il décide alors de retourner sur les bancs de l'université pour se former en psychopathologie, en remédiation cognitive et en thérapie cognitive et comportementale, et obtient le titre de psychologue clinicien.

En 2015, il ouvre à Draveil, dans l'Essonne, un cabinet de psychothérapie libéral, où il exerce en cumul avec ses activités de recherche et d'enseignement.

De 2015 à 2019, il dirige un programme de recherche sur le neurofeedback qui se voit conférer un budget total, avec un financement ANR et un financement privés, de 1 million d'euros. Ce projet débouche sur de nombreuses publications et sur un savoir-faire unique au monde qui est valorisé dans le projet d'entreprise de l'Institut Pi-Psy. Aujourd'hui, François Vialatte assume le mandat de Directeur Général de l'Institut Pi-Psy.





Aurore Vialatte

Aurore Vialatte est ingénieure-docteure en ingénierie biomédicale, instructrice de remédiation cognitive, et art-thérapeute.

Elle a fait des études d'ingénieur et a obtenu un master en traitement du signal et des images à l'ENSEA, (Université de Cergy-Pontoise). Elle a ensuite fait un doctorat en ingénierie biomédicale à l'Université Paris 6 (UPMC, Sorbonne Université).

Experte en intelligence artificielle, elle a travaillé sur l'analyse big data de données biomédicales et multimodales, à l'aide de réseaux de neurones (apprentissage profond et apprentissage statistique) dans le cadre de sa thèse.

Elle enchaîne avec un post-doctorat au Laboratoire de Plasticité du Cerveau, elle se forme aux neurosciences cognitives, en remédiation cognitive, en thérapie de couple, et devient experte en biofeedback.

Dans le cadre d'une convention d'accueil avec le Service de Santé des Armées, Aurore Vialatte est amenée à travailler sur des données issues des protocoles de recherche menés à l'IRBA de 2019 à début 2021.

Elle intègre le club des femmes entrepreneurs de l'agence Pôle Emploi de Juvisy, avec lequel elle suit pendant un an un parcours de formation à la création d'entreprise. Elle est Présidente de l'Institut Pi-Psy.

Pour en savoir plus

Site web : <https://pi-psy.org>

 <https://www.facebook.com/Institut-Pi-Psy-101211778083361/>

 <https://www.instagram.com/institutpipsy>

 <https://www.linkedin.com/company/36980400>

 <http://www.youtube.com/channel/UCAIzFdez-d-lq3FTDNNn9Fw>

Contact presse

François Vialatte

Email : vialatte@pi-psy.org

Tél. : 06.12.01.79.50