

Claire MIZZI 01/12/1965
Psychologue Psychothérapeute -
TCC, EMDR, MOSAIC, psychothérapie intégrative, Thérapie Fondée sur la Compassion.
Méditation pleine conscience: Instructrice MBSR/MBCT.
Formatrice d'instructeurs MBCT .
claire.mizzi@free.fr; +33 6 86 77 24 12
22, rue François Miron 75004 Paris

EXPERIENCE PROFESSIONNELLE

Depuis 2002 : **Activité libérale** psychologue psychothérapeute: Psychothérapie intégrative, TCC 3e vague, EMDR, MOSAIC, Thérapie Fondée sur la Compassion

Mindfulness (méditation pleine conscience) en **individuel et en groupes MBCT** (Mindfulness Based Cognitive Therapy) et **MBSR** (Mindfulness Based Stress Reduction)

CONSULTANTE ET FORMATRICE EN ENTREPRISE

- Méditation pleine conscience

de 1998 à 2007 **HÔPITAL SAINTE-ANNE** multiples interventions sous la supervision du Dr Christophe André: Thérapies Comportementales et Cognitives, méditation pleine conscience (Mindfulness)

de 1993 à 1996 **STIMULUS (Paris)** avec Patrick Légeron et Christophe André:

- Participation à la prise en charge et au **suivi psychologique** de machinistes victimes d'agressions et évaluation de cette prise en charge. **Etude** sur le stress des conducteurs de bus parisiens (RATP)
- **Formatrice** dans des stages «gestion du stress», «affirmation de soi»

ENSEIGNEMENT

-2015 -2024 : Enseignement Diplôme Universitaire « **Relation de soin et Gestion du Stress** » Université Pierre et Marie Curie Faculté de Médecine Paris

-2021- 2024 : Enseignement « **Certificat d'université de praticien-ne en acceptation et engagement** » Université Libre de Bruxelles.

-2018-2024 : Enseignement Diplôme Universitaire "**approches de la pleine conscience**» Centre Pierre Janet Université de Lorraine Metz.

- 2021 et 2023 : Enseignement «**programme formation Corps Esprit**» Rencontres perspectives Formation.

-2017 - 2021 : Enseignement Diplôme Universitaire «**Psychologie Positive**» Université de Grenoble Alpes.

- Depuis 2018 : **formatrice de futurs instructeurs MBCT** (Thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la prévention de la rechute dépressive) à l'attention des psychologues, psychiatres, médecins, infirmiers. Avec Manuela Tomba. MBCT-Formation

- Depuis 2017 : **Formatrice** auprès de la Professeur Corinne Isnard Bagnis du **programme MB-CARE** : entraînent à la méditation de pleine conscience et d'auto-compassion pour les soignants en prévention du burn out.

- 6 et 7 Novembre 2019 : **intervenante** aux journées "**Les thérapies de 3ème vague une révolution ?**" Université Paris VIII Laboratoire de Psychologie et L'AFSCC

- 5 octobre 2015 : Co-organisatrice et **Intervenante lors de la matinée conférence sur "la méditation en entreprise"** avec Matthieu Ricard et Dr Christophe André organisé par Akayogi Paris

Juin 2015 et 2016 (Suisse): **co-formatrice avec Prof Zindel Segal, Dr. Lucio Bizzini, Dr. Françoise Jermann** de la retraite atelier : « **Initiation à l'instruction des groupes de thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la prévention de la rechute dépressive** » (MBCT) à l'attention des psychologues, psychiatres, médecins, infirmiers.

PUBLICATIONS :

12 Janvier 2023 Frontiers in Psychology : «**Mindfulness and compassion training for health professionals : A qualitative study**» Clémence Brun, Alexis Akinyemi, Laurène Houtin, Claire Mizzi, Thierry Cardoso and Corinne Isnard Bagnis

LIVRES :

2022 «**Le petit livre de la résilience**» ed. First

2018 Autrice avec le Dr Céline Tran «**Votre meilleur ami c'est vous**» ed. l'Iconoclaste 2018. J'ai Lu.

2015 : Collaboration à l'ouvrage collectif dirigé par le Dr Christophe André « **Les psys se confient** » aux éditions Odile Jacob.

FORMATIONS

2016 -2024 : NICABM (National Institute for Clinical Application of Behavioral Medicine : Next Level Practitioner - **Formation continue en thérapies et Méditation : Vidéos thématiques toutes les semaines en ligne.**

- **TFC : Thérapie Fondée sur la Compassion. Pr Paul Gilbert**

2022 : Formation Niveau 2 **Thérapie Fondée sur la Compassion** avec Dr Francis Gheysen et Marine Pauscik.

2021 : Formation Niveau 1 **Thérapie Fondée sur la Compassion** avec Dr Francis Gheysen.

- **Méditation Pleine Conscience :**

Chaque année une à deux Retraites régulières de 10 jours de méditation en silence avec Ajahan Succito, Bob Stahl, Akinkano etc.

Février 2021 : **Formation MBCT For Life.** 2 jours. Oxford Mindfulness Center

Mars 2017 : **Formation MBI-TAC : Critères d'évaluation de l'enseignement des Interventions Basées sur la Pleine Conscience** 8 Jours en résidentiel avec **Rebecca Crane et Barbara Reid.**

2016- 3 Journées DU Médecine Méditation et Neurosciences Strasbourg avec **Jon Kabat Zinn, Jean-Gerard Bloch, Edel Max.**

2014-2015 : **DU «Médecine Méditation et Neurosciences»Strasbourg** sous la direction du **Dr Jean-Gerard Bloch**

2014: **MBSR TDI (Teacher Development Intensive):** formation de 10 jours enrésidentiel instruite par Florence Meleo-Meyer MS MA, Bob Stahl Ph.D et Lynn Koerbel, MPH du centre de formation du CFM (Center For Mindfulness in médecine, health Care and Society, Faculté de Médecine de l'Université du Massachussets) de Jon Kabat-Zinn et Saki Santorelli

2012 • **MBSR Practicum:** formation de 9 jours en résidentiel instruite par **Florence Meleo-Meyer MS MA et Bob Stahl** Ph.D du centre de formation du CFM (Center For Mindfulness, Université de Médecine Massachussets)

2011: • 7 jours de **Séminaire/retraite MBSR "Réduction du Stress Basée sur la Pleine Conscience en Médecine Intégrative"** pour professionnels guidée par **Jon Kabat-Zinn et Saki Santorelli** CFM (Center For Mindfulness, Massachussets)

• **Formation MBCT** Mindfulness based cognitive therapy (thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la prévention de la rechute dépressive), avec **Christophe André, Zindel Segal, Lucio Bizzini, Lusmila Myers-Arrazola**

2009 : 9 et 10 juin, conférences et atelier de pratique de la Pleine conscience animé par **Jon Kabat-Zinn**

depuis 2002 au sein de l'AFTCC divers Ateliers formation sur la pleine conscience avec **Zindel Segal et Christophe André.**

ADM (Association pour le Développement de la Mindfulness) **Conférences et formations**

Primaire et collège (École Nouvelle La Prairie) entraînements réguliers à la relaxation, expression corporelle selon la méthode Martenot, au Yoga et à la méditation.

• Plusieurs visites au Village des Pruniers fondé par Tây Thich Nhat Hanh.

Méditation et Yoga; pratique régulière de la méditation depuis 2002 et du yoga depuis 1997 Avec Bernadette de Gasquet, Pascale Vignal. nombreuses retraites méditatives en silence d'une semaine à 10 jours, une à deux par an depuis 2002

- **MOSAIC**

La thérapie MOSAIC renouvelle les protocoles de psychothérapie, de thérapie EMDR et les techniques de stimulation sensorielles.

Avec le Dr Stéphanie Khalfa :

2024 11 et 12 Mars MOSAIC **addictions**

2024 18, 19, 20 Janvier MOSAIC **troubles anxieux**

2023 du 04 au 05 Décembre MOSAIC **Dépression**

2023 du 15 au 17 Mai : MOSAIC **Traumatismes Complexes**

2022 Du 1 au 3 Juillet en résidentiel : MOSAIC **Transpersonnel**

2022 Mai 3 jours de Formation MOSAIC **de référence** Université Paris-Saclay

- EMDR (Eyes Movement Desensitization and Reprocessing) :

Thérapie d'intégration neuro-émotionnelle qui permet la remise en route d'un traitement adaptatif naturel d'informations douloureuses bloquées (par exemple après un choc traumatique), la mobilisation de ressources psychiques et la restauration d'une estime de soi déficiente.

2012 Mai Formation complémentaire en thérapie EMDR avec **Jacques Roques**
2003 à 2012 **Supervisions et certification avec Martine Iracane-Blanco, Marjolaine Heymes, Dr Patrick Zillhardt Jacques Roques.**
Formation niveau 1 et niveau 2 à la thérapie EMDR Institut Français d'EMDR Avec **David Servan-Schreiber** et **Ludwig Cornil.**

- TCC (Thérapies Comportementales et Cognitives) :

Depuis 1996 **AFTCC** (Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive) présence **chaque année** à l'ensemble du congrès et aux **ateliers de formations** complémentaires Formation **ACT, Thérapie des Schémas** de J.Young, **troubles sexuels**, entre autres.

Depuis sa création **AFTAD** (Association Française des Troubles Anxieux et de la Dépression) présence chaque année au congrès et aux ateliers de formation

EABCT(European Association for Behavioural and Cognitive Thérapies) présence irrégulière aux congrès annuels et ateliers de formation

1996- 1999 **Formation aux thérapies comportementales et cognitives - AFTCC**

- Formation Universitaire et autres :

2005-2008 **Formation et supervision de cas en psychothérapie** avec le **Dr Pierre Cazard** Psychiatre (salpêtrière) psychanalyste **Institut CG Jung**

1994-1995 **DEA** de psychologie sociale - Université de Paris V
Mémoire sur les raisonnements et comportements individuels lors d'accidents ou de catastrophes: remise en cause du mythe de la panique de foule.

1992-93 **DESS** de psychologie de l'environnement - Université de Paris V René Descartes

1991-1993 Formation à l'Analyse Transactionnelle. Georges **ESCRIBANO** psychologue

1989-1991 **Licence et maîtrise** de Psychologie Clinique Université Paris XIII Villetaneuse

1985-1987 **DEUG** de psychologie Université de Toulouse le Mirail