

Atelier d'initiation à l'ACT

Parmi les thérapies comportementales et cognitives de troisième vague, la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT – prononcé « acte » – Hayes, Strosahl, Wilson, 1999) bénéficie d'une solide base empirique et de données probantes démontrant son efficacité pour de nombreux troubles psychologiques et comportementaux. L'ACT représente un modèle global solidement fondé dans une nouvelle théorie de la cognition : la théorie des cadres relationnels. Modèle transdiagnostique, l'ACT s'articule autour de six processus centraux : contact avec le moment présent, acceptation, défusion, valeurs, action engagée et soi observateur.

Au premier abord, l'ACT peut sembler complexe et ses stratégies d'intervention difficiles à mettre en action. Cet atelier est construit de manière à permettre aux stagiaires d'acquérir progressivement les connaissances sur le modèle l'ACT et de commencer à expérimenter les outils issus du modèle. L'objectif est de pouvoir assimiler par expérience vécue les outils et dans un deuxième temps de savoir les proposer aux clients de manière flexible et adaptée à la situation.

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Psychologues
- Psychothérapeutes
- Médecins
- Psychiatres
- Infirmiers
- Travailleurs en santé mentale, dans la relation d'aide ou d'orientation
- Diététiciens, Nutritionniste
- Coachs et étudiants dans ces domaines

Prérequis

- Avoir accompli la lecture de – La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique, B Schoendorff, J. Grand, M-F. Bolduc ; de boeck 2011 ou une lecture similaire

Accessibilité et délais d'accès

2 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

Avoir progressé d'un point au minimum dans l'évaluation des compétences en lien avec les objectifs pédagogiques

Objectifs pédagogiques

- Être capable de d'appréhender le modèle du Contextualisme fonctionnel
- Être en capacité de reconnaître les six processus l'ACT

- Être capable de comprendre l'évitement expérientiel problématique
- Être capable de présenter le point de vue de la Matrice
- Être capable de pratiquer l'analyse fonctionnelle avec le point de vue de la Matrice
- Être capable de mener un exercice de défusion dans l'entretien
- Être capable d'utiliser la fiche "Mon jardin de vie"

Contenu de la formation

- Modèle ACT - les racines
 - Présenter le trois vaques TCC
 - Présenter les 4 processus d'apprentissage
 - Présenter le Contextualisme fonctionnel
 - Présenter le Pragmatisme radical
- Les six processus ACT
 - Présenter l'évitement expérientiel
 - Présenter l'inflexibilité et flexibilité psychologique et comportementale
 - Hexaflex et simplification d'Hexaflex en trois compétences
 - Influence du langage dans le maintien du problème
- Questionnaires d'évaluations - entretien d'évaluation
 - Présenter le questionnaire de la Cible
 - Présenter le questionnaire de la Flexibilité
 - Présenter le premier entretien avec le client - questions d'évaluation
 - Présenter les trois principes - apprendre-ici et maintenant- dans la relation de confiance
- Matrice
 - Présenter le point de vue de la Matrice avec la métaphore
 - Présenter le point de vue de la Matrice en groupe
 - Faire une analyse fonctionnelle avec la Matrice en jeu de rôle
 - Pratiquer présenter la Matrice en petit groupe
- Travailler l'observation et partage de son inexpérience guidé par la Matrice
 - Entraînement en petits groupe de trois sur une situation personnelle récente avec pour objectifs d'élargir le perspective et aider l'autre a trier
 - Utilisation des cartes Matrices en support
 - Présenter la position d'observateur comme une position de choix
- Défusion
 - Présenter la défusion cognitive
 - Présenter la métaphore des hameçons
 - Pratiquer avec la métaphore des hameçons en petits groupes de trois
 - Retour sur l'expérience - questions
- Les valeurs de vie
 - Présenter le concept des valeurs versus objectifs spécifiques
 - Présenter le renforcement par conséquences et dans l'action (intrinsèques)
 - Travailler avec la fiche "Mon jardin de vie "
 - Travailler calibrage d'une action d'approche à partir de la fiche " Mon jardin de la vie"
- Conclusion
 - Compléter la fiche "Vélo ACT "
 - Retour sur les attentes et les acquis
 - Présenter l'association ACT francophone AFSCC
 - Présenter les lectures et les liens internet de support pour consolider ses acquis

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Mme GRAND Jana

ACTiff

2 Rue de l'Humilité

69003 Lyon

Email : contact@act-institut.com

Tel : 0615878798



Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Exposés théoriques en format Powerpoint
- Étude de cas concrets
- Exercices et jeux de rôles modèles
- Mise à disposition de documents supports, fiches de travail

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Prix : 400.00