

Atelier d'approfondissement à l'ACT

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Médecins, Psychiatres, Psychologues, Psychothérapeutes, Diététiciens, étudiants en Master de Psychologie et tout thérapeute formé à l'accompagnement psychothérapeutique

Prérequis

- avoir suivi le module ACT niveau 1 – Atelier d'initiation à la thérapie d'acceptation et d'engagement ou un équivalent

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 comprendre le concept de modification du contexte au service du changement comportemental
- Être en capacité d'influencer le contexte symbolique à travers des habiletés verbales – prise de perspective, description, lien fonctionnels (tracking)
- Être capable de comprendre comment le langage permet de mettre en relation des éléments du contexte, de dériver des nouvelles relations et de modifier les fonctions compte-tenu des différents cadres relationnels
- Être capable de comprendre le développement de concept de Soi par le biais du langage
- Être en capacité d'interpréter et utiliser la fiche de liaison
- Être capable de favoriser l'accueil émotionnel, élargir le répertoire face aux émotions
- Être capable de pratiquer l'enchaînement : Émotion – Besoin - Action dans l'ici et maintenant

Contenu de la formation

- Rappel des bases
 - Contextualisme fonctionnel – la maison de l'ACT. la TCR
 - Les comportements contrôlés par les contingences verbales versus par les contingences directes de ces expériences
 - Flexibilité
- Travail sur le contexte
 - Transformation du contexte, par l'observation, description, tracking
 - jeux de rôle et exercice en groupe de trois
 - Processus de l'ACT simplifiés – les trois piliers de la flexibilité
- Les cadres relationnels et la prise de perspective
 - Différents cadres relationnels et leur utilisation clinique
 - Travail sur la prise de perspective : Interpersonnelle, temporelle, spatial exemples cliniques et jeu de rôle
- Le Soi et Estime de Soi
 - Présentation de développement du concept de SOI, différenciation du SOI contextuel et SOI contenu
 - Jeu de rôle « les étiquettes », « les jugements figés sur soi »
 - les outils pour développer la conscience de SOI flexible
 - Fiche de liaison
- Travail avec la fiche de liaison

- Exemple d'échange
- Discussion - questions
- Accueil des émotions
 - Histoire de son ressenti émotionnel, les règles sous-jacentes ayant un impact sur la capacité de vivre et d'exprimer socialement ses émotions
 - Échange en groupe de trois
 - Discussion feed-back
- Émotions difficiles et acceptation
 - Présentation de différents outils permettant de faciliter le vécu émotionnel
 - Fonction des émotions et lien vers les besoins fondamentaux
 - Jeux de rôle
- Auto-compassion relation a soi
 - les propriétés de la relation de soin fonctionnelle, présenter et explorer les cinq outils inspirés de la FAP (Functional analytic psychotherapy ; Kohlenberg, R. J., & Tsai, M.; 1991)
 - Feedback sur l'atelier, repérage des intentions de pratique et renforcement des prises de risque au cours de l'atelier

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Mme GRAND Jana

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation en présentiel ou à distance
- Etude de cas concrets
- Présentation théorique support Powerpoint
- Exercices, jeux de rôles modèles

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

- Feuilles de présence.
- Questionnaires à chaud
- Questionnaire de satisfaction

Prix : 400.00