

Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) spécialisée dans l'accompagnement des jeunes : enfants ; adolescents et leur famille.

WORKSHOP INTENSIF
5 jours en présentiel

« La certification de qualité a été délivrée
au titre de la catégorie : Les actions de la
formation »

Vous travaillez avec des enfants, ados et les familles;

Vous vous **intéressez** aux **thérapies comportementales, cognitives et émotionnelles;**

Vous **souhaitez nourrir** votre pratique **d'outils ludiques, créatifs, expérientiels et bienveillants** permettant
aux jeunes de s'épanouir et de cultiver leurs ressources pour (re)trouver une plus grande liberté.

***Vous êtes formé.e à l'ACT :** Elargissez vos perspectives d'intervention. Apprenez comment accompagner les
enfants et les adolescent avec une **nouvelle matrice : le DNA-V (ECO-V)**. Faites des liens avec les autres
modèles ACT et votre pratique actuelle.*

***Vous n'êtes pas formé.e à l'ACT :** Initiez vous aux **fondamentaux de l'ACT et à la nouvelle matrice (DNA-
V)**, notamment pour le travail auprès des jeunes et leur famille.*

L'accompagnement des jeunes et leur famille est une gymnastique bien particulière. Un enfant n'est pas
un mini-adulte et on n'accueille pas une famille de la même manière qu'un couple ou qu'un adulte. Cela
demande de l'agilité, une prise en compte de la notion développementale et une posture singulière.

Dans nos formations, nous souhaitons vous transmettre comment faire une différence significative dans
vos accompagnements auprès d'un enfant, ado, une fratrie, une famille grâce à la thérapie d'acceptation
et d'engagement (ACT). Nous avons à cœur de vous transmettre comment faire évoluer votre travail
auprès des jeunes et leur famille par le biais du changement du rapport à la souffrance et aux symptômes,
de la modification de l'intention thérapeutique et le travail des processus de la flexibilité psychologique
(notion clé du travail en ACT). Nos formations intègrent des modèles et pratiques cohérentes :
mindfulness, psychologie positive, PNL, Thérapie centrée sur les émotions... Nous espérons que ces
approches nourriront vos pratiques déjà existantes, autant qu'elles ont pu nous nourrir.

Nouvelle matrice ACT pour les jeunes : LE MODELE DNA-V

Très plébiscité dans la communauté ACT internationale, cette nouvelle matrice d'accompagnement est un
modèle clinique intégratif basé sur l'ACT, la psychologie positive et les théories évolutionnistes. Le modèle
DNA-V est remarquablement simple, il permet :

- de mettre en évidence des habiletés présentes en chacun;
- d'enseigner aux jeunes de nouvelles façons de réagir à leur expérience intérieure;
- de favoriser les comportements d'exploration et d'observation pour pouvoir clarifier ce qui fait sens
et fonctionne vraiment pour eux;
- de développer leur flexibilité psychologique.

Ce modèle offre aux thérapeutes de nouvelles perspectives d'intervention, permet d'apporter du
mouvement et favorise une relation thérapeutique ludique et créative.

QUELQUES MOTS DES LEADERS DE L'ACT AU SUJET DU MODÈLE DNA-V

« Le DNA-V est l'une des innovations les plus importantes de ACT au cours des dernières années et est sans doute LA plus importante dans le travail avec les adolescents. »

— Steven C. Hayes, co-fondateur de la Thérapie d'Acceptation et d'engagement, Professeur de psychologie, Université du Nevada

« L'intervention thérapeutique 'evidence-based' pour les jeunes la plus cool : le modèle DNA-V! Le modèle DNA-V réunit un ensemble unique de processus empiriquement basés sur la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) et la psychologie positive pour soutenir la croissance et le développement positif. Si je devais créer une liste des 5 meilleures interventions thérapeutiques fondées sur des preuves et conçues pour aider les adolescents à réussir, le modèle DNA-V – explorateur/conseiller/observateur/valeurs - serait le numéro 1 de la liste! C'est un must pour tout thérapeute travaillant avec des adolescents. »

— Robyn D. Walser PhD, Auteur (AT), thérapeute ACT et formatrice.

PRESENTATION

Cette formation de 5 jours est une véritable immersion dans l'ACT. Tous les exercices, présentations, cas et développements sont spécifiquement tirés des nouveaux développements des sciences comportementales et contextuelles et de nos pratiques d'accompagnement auprès des jeunes : enfants, ados et leur famille.

Les participants auront la chance de se familiariser avec la philosophie ACT ; les concepts, modèles et outils ACT : Modèle DNA-V (ECO-V), Hexaflex, Matrice, Triflex... Ils apprendront à développer une belle compréhension du travail des processus de la flexibilité psychologique (notion centrale en ACT), à utiliser des métaphores transformationnelles, à guider des exercices expérientiels... Ils repartiront avec une véritable « boîte à outils » ACT et un élargissement de leur cadre d'intervention auprès des jeunes.

Durant 5 jours, les participants pourront faire l'expérience des différents exercices, à la fois dans la posture de thérapeute mais également celle d'observateur et de « patient/client ». Nous mettrons en parallèle le vécu expérientiel et le retour à la théorie pour une assimilation des concepts et outils proposés. Cette méthodologie permet d'assimiler expérience vécue, les outils et de développer sa propre manière de proposer ces interventions à leurs jeunes patients de manière flexible et adaptée à la situation.

Ces 5 jours, leur permettront d'évoluer tant professionnellement que personnellement.

- Les 2 premiers jours, nous plongerons au cœur du modèle DNA-V : les 3 compétences, le travail autour des 2 perspectives, la posture et le cadre de l'accompagnement des jeunes et leur famille. Une nouvelle matrice qui intègre l'ACT, la psychologie positive et les principes évolutionnistes ;
- Les 3 jours suivants, nous continuerons ce voyage vers ce qui fait souffrance chez nos jeunes à travers le prisme des processus de l'Hexaflex et de la matrice ACT en lien avec le DNA-V.

Au fil de ces 5 jours, nous questionnerons la spécificité de ces modèles ACT dans la 4^{ème} vague des TCC. Les participants exploreront comment des outils issus de la pleine conscience, de la psychologie positive, ou encore de la thérapie centrée sur les émotions peuvent être utilisés au « service » de l'alliance thérapeutique, de la posture et du travail des processus en jeu dans la flexibilité psychologique.

Objectifs d'apprentissage

1. Intégrer l'ACT dans sa pratique auprès des jeunes et leur famille ;
2. Comprendre la philosophie ACT :
 - ses spécificités notamment dans le rapport à la souffrance humaine (travail autour de l'outil de la Matrice)

- la posture singulière du thérapeute ACT.
- 3. Comprendre la notion de Contextualisme fonctionnel et les fondements théoriques de l'ACT ;
- 4. Savoir créer un espace expérientiel et authentique favorable à la relation thérapeutique et au changement comportemental.
- 5. Être capable d'utiliser le modèle *DNA-V* dans ses suivis et pouvoir présenter le travail des 4 processus, les 3 compétences « piliers » et les valeurs ;
- 6. Savoir référer aux 6 processus en jeu dans le modèle de la flexibilité psychologique (Hexaflex);
- 7. Être en mesure de pratiquer une analyse fonctionnelle à l'aide de ces modèles ;
- 8. Être capable d'utiliser ou créer des métaphores ;
- 9. Être capable d'introduire dans sa pratique des outils issus de la *mindfulness*, la psychologie positive, l'ACT, modèle *DNA-V*, la thérapie centrée sur les émotions, l'EMDR (stabilisation)...
- 10. Être capable d'identifier ce qui fait sens et ressentir ce qui est fonctionnel pour les jeunes comme pour soi (en tant que thérapeute notamment) ;

Programme

Posture thérapeutique ACT

- ✓ Travail des qualités de la relation thérapeutique :
 - Curiosité,
 - Présence,
 - Dévoilement...
- ✓ Notion de fonctionnalité des comportements
- ✓ Notion de Contexte
- ✓ Questionnement et expérimentation de la posture ACT et d'un espace thérapeutique ACT
- ✓ Utilisation de la 'pop-culture' dans l'accompagnement auprès des jeunes

Modèle DNA-V

- ✓ Le modèle DNA-V auprès des jeunes : « La boussole » ou comment développer et utiliser les 3 compétences du modèle DNA-V comme piliers de la VITALITE
- ✓ Les 2 perspectives et les 4 processus qui permettent de changer son expérience du monde et d'élargir les possibles
- ✓ La notion de *Willingness*

L'ACT et le rapport à la souffrance humaine

- ✓ Fondements théoriques et philosophiques
- ✓ Les boucles coincées
- ✓ La matrice et son vocabulaire dans le travail avec les jeunes et les familles
- ✓ Contrôle/non-contrôle

Hexaflex

- ✓ Les 6 processus de l'Hexaflex présentés et travaillés avec les jeunes :
 - l'Instant présent,
 - Acceptation,
 - Défusion,
 - Soi comme contexte,
 - Actions engagées,
 - Valeurs.
- ✓ Lien avec la matrice et le modèle DNA-V

Les métaphores

- ✓ L'usage des métaphores
- ✓ Inventer des métaphores pour parler des modèles ou des processus
- ✓ Utiliser des métaphores pour reformuler

Thérapie intégrative

- ✓ Les forces (psychologie positive)
- ✓ La pratique de l'attention (basée sur la méditation de pleine conscience)
- ✓ La thérapie centrée sur les émotions et le travail des chaises
- ✓ Espace de sécurité et contenant (stratégie de ressourcement -EMDR)
- ✓ Stratégies de stabilisation (EMDR)

Modalités : Lieu : PARIS, Centre Vincentien, 97 rue de Sèvres.

Dates : du lundi 23 au vendredi 27 octobre 2023 **Durée :** 35 heures (5.00 jours)

Profils des apprenants

- Psychologues, Psychothérapeutes
- Médecins, Psychiatres, Infirmier.e.s
- Educateur.ice.s spécialisé.e.s
- Orthophonistes, Psychomotricien.ne.s, Ergothérapeutes...
- Travailleurs en santé mentale, dans la relation d'aide ou d'orientation
- Diététicien.ne.s, Nutritionnistes
- Coachs
- Etudiant.e.s souhaitant travailler en relation avec des jeunes (enfants et ados)

Tarifs : Individuel : 870 € // Employeur ou OPCO (FIFPL) : 1170 € // Demandeurs d'emploi : 600 €

Evaluation :

- Avoir progressé d'un point au minimum dans l'évaluation des compétences en lien avec les objectifs pédagogiques
- Mises en situation en binôme ou en petit groupe, suivies d'un retour d'expérience
- Invitation à l'échange et forum de questions après chaque exercice et journée
- Un questionnaire leur sera également envoyé dont le but est d'évaluer la qualité, le degré de satisfaction, de repérer les points forts et les pistes d'amélioration de la formation.

Préalables : Il n'y a pas de préalables à cet atelier qui est ouvert aux professionnel.le.s et étudiant.e.s de l'accompagnement, toutes approches et professions confondues.

Une familiarité avec l'ACT n'est pas plus nécessaire. Toutefois, les participant.e.s souhaitant se familiariser avec les fondements théoriques et cliniques peuvent lire un ouvrage de référence l'ACT.

Si vous lisez l'anglais, il est recommandé de lire les 2 documents suivants disponibles sur internet :

1. Article sur l'apprentissage social et émotionnel basé sur la pleine conscience
<http://www.louisehayes.com.au/wp-content/uploads/2014/04/ciarrochi-and-hayes-2016-sel-competencies-scan-article.pdf>
2. Chapitre 1 du livre « The thriving adolescent »
http://www.louisehayes.com.au/wp-content/uploads/2014/04/ThrivingAdolescent_Ch1excerpt-with-endorsers.pdf

Les formatrices :



P-ACT

Déborah d'Hostingue, Psychologue d'approche intégrative (ACT, EMDR, EFT, PNL), Instructrice de méditation de pleine conscience, Formatrice en pratique de l'attention (ASSOCIATION SEVE), éducation positive et thérapie d'acceptation et d'engagement.

ActEco **Christine Jausions-Cheymol**, Psychologue clinicienne d'approche intégrative (TCC, ACT, Thérapie des schémas...), Formatrice en thérapie d'acceptation et d'engagement, Animatrice et Conférencière.

Accessibilité et délais d'accès : 2 semaines