

## Atelier d'approfondissement à l'ACT du 28 au 29 mars 2025

*L'atelier de perfectionnement à la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement s'inscrit dans la continuité de l'atelier d'initiation à l'ACT. Il a été pensé et conçu pour permettre aux stagiaires d'approfondir leurs connaissances du modèle comportemental et contextuel et de la théorie des cadres relationnels (Relational Frame Theory ; S.Hays) et ainsi leur permettre de faire face aux situations cliniques plus complexes.*

*Dans le cadre de cet atelier, il s'agit de mieux appréhender le rôle du langage dans le contrôle des comportements humains à la fois pour mieux contourner les pièges du langage dans le maintien des comportements contre-productifs et pour élargir le contexte verbal en vue de favoriser l'apparition de comportements productifs et leur maintien. Un accent plus spécifique sera mis sur la compréhension du concept de soi et le développement du soi contextuel (la perspective de soi élargie).*

*Au niveau des processus de flexibilité, les exemples cliniques et les jeux de rôle seront proposés autour des trois processus centraux – Observation, Ouverture aux émotions et Engagement dans ses valeurs - ceci dans le but d'acquérir plus de subtilité clinique dans le traitement des situations cliniques émotionnellement chargées et être capable de favoriser le shift vers les actions engagées dans ce contexte.*

*L'objectif plus large de cet atelier sera d'utiliser les propriétés de la relation de soin et du ressenti du soignant au profit du développement des compétences relationnelles interpersonnelles à la fois pour le thérapeute et pour le client.*

*En effet pour incarner les processus ACT dans la relation de soin, le soignant doit être capable d'identifier ses processus d'évitement subtils et être en mesure d'entrevoir et engager les opportunités d'actions d'approche ici et maintenant.*

**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 minimum dans les compétences visés 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 - de 09h à 10h
  - La maison de l'ACT
  - Contextualisme fonctionnel
  - Les comportements contrôlés par les contingences verbales versus par les contingences directes de ces expériences
- Travail sur le contexte symbolique - de 10h à 11h45
  - Transformation du contexte, par l'observation, description, tracking
  - jeux de rôle et exercice en groupe de trois
  - Retour de l'expérience questions réponses
- La TCR - de 11h45 à 12h30
  - Apprentissage du langage et les exemples
  - Les fonctions su langage en lien avec l'inflexibilité
  - Questions réponses
- Cadres relationnels - de 13h15 à 14h45
  - Présentation des cadres relationnels
  - Travail sur la prise de perspective : Interpersonnelle, temporelle, spatial exemples cliniques et jeu de rôle
  - Questions réponses
- Application des cadres relationnels - de 14h45 à 15h30
  - Échange en groupe de trois
  - Retour sur l'expérience
  - Questions - réponse
- Concept de Soi - de 15h30 à 16h 30
  - 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
- Retour sur la journée feedback - de 16h30 au 16h45
  - Questions réponses
  - Tache a faire pour la journée 2
  - Feedback sur la journée
- Travail avec la fiche de liaison - de 9h à 10h
  - Exemple d'échange
  - Discussion - questions
  - Comportement basé sur des règles

- Travailler la Relation à SOI - de 10h à 11h30
  - Les messages venant de notre histoire
  - Auto-jugements
  - Comportement basé sur des règles
- Travailler la Défusion avec les pensées sur SOI - de 11h30 à 12h30
  - Présenter la métaphore de la pensée Vedette
  - Présenter la métaphore du serveur
  - Questions - réponses
- Mise en pratique de la défusion - de 13h15 à 14h
  - Exercice en groupe de trois
  - Retour sur l'expérience
  - Questions - réponses
- Besoins et les émotions - de 14h à 15h30
  - Besoins fondamentaux
  - Insécurité émotionnelle
  - Stratégies d'adaptation basés sur l'évitement expérientiel
  - Métaphore de Culbuto
- Acceptation des émotions - de 15h30 à 16h30
  - Présentation de différents outils permettant de faciliter le vécu émotionnel
  - Identifier les règles inadaptés face aux émotions
  - Échange en petits groupes
- Clôture de l'atelier - de 16h30 à 16h45
  - Questions - réponses
  - Feedback sur l'atelier, repérage des intentions de pratique et renforcement des prises de risque au cours de l'atelier
  - Suggestions de lecture et pises pour poursuivre avec ACT

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Mme Grand Jana

### Ressources pédagogiques et techniques

- Présentation théorique
- Etude de cas concrets
- Feed-back en classe, retour de l'expérience suite aux exercices expérientiels

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

- Feuilles de présence.ana
- Évaluation des compétences a chaud et a froid
- Évaluation de satisfaction

Prix : 450.00