ACTiff
2 Rue de l'Humilité
69003 Lyon
Email : contact@act-institut.com
Tel : +33615878798

Atelier d'approfondissement à l'ACT 2026

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

- Pas de Prérequis, suggéré 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

ACTiff
2 Rue de l'Humilité
69003 Lyon
Email : contact@act-institut.com
Tel : +33615878798

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 d'identifier clairement les freins dans la relation thérapeutique
- Être en capacité de conceptualiser le problème du client en se basant sur Hexaflex
- Être capable de comprendre différents outils de langage: prise de perspective par observation, description, lien fonctionnels (tracking), différents cadres relationnels
- Être capable de comprendre le développement de concept de Soi par le biais du langage
- Être en capacité d'utiliser la dé-fusion dans le "SOI" problématique
- Être capable de pratiquer l'enchaînement : Émotion – Besoin - Action dans l'ici et maintenant
- Être en capacité de suivre les cinq étapes de la régulation émotionnelle
- Être capable de proposer les outils pour favoriser favoriser l'accueil émotionnel

Contenu de la formation

- Rappel des bases et conceptualisation Hexaflex - de 09h à 10h
    - La maison de l'ACT
    - Conceptualisation avec Hexaflex d'un cas clinique en jeu de rôle et en groupe
    - Retour de l'expérience, questions réponses
- Travail sur le contexte symbolique - de 10h à 11h45
    - Explication et travail sur la transformation du contexte, par l'observation, description, tracking
    - jeux de rôle et exercice en groupe de trois
    - Retour de l'expérience questions réponses
- La Théorie des Cadres Relationnels - de 11h45 à 12h30
    - Apprentissage du langage et les exemples
    - Présentation des cadres relationnels
    - Questions réponses
- Réseau du SOI - de 13h30 à 14h45
    - Présentation des trois dimension nécessaires dans la construction du réseau du SOI
    - Exemples des prises de perspectives depuis le réseau de "SOI"
    - Questions réponses
- Les pièges du SOI conceptuel - de 14h45 à 15h30
    - Trois dimension du SOI selon ACT
    - Vidéos : Soi contexte et SOI processus
    - Exercice prise de perspective par deux
- Identifier le "SOI" problématique - de 15h30 à 16h 30
    - Échange en groupe de trois « mes étiquettes »
    - Exercice à deux : « mes jugements »
    - Présenter les différents types de SOI problématiques
- Retour sur la journée feedback - de 16h30 au 17h00
    - Questions réponses
    - Tache a faire pour la journée 2
    - Feedback sur la journée
- Travail avec la fiche de liaison - de 9h à 30h
    - Débriefer la fiche de liaison: exemple d'échange
    - Discussion - questions

ACTiff
2 Rue de l'Humilité
69003 Lyon
Email : contact@act-institut.com
Tel : +33615878798

- Travailler la Défusion dans le contexte de SOI - de 9h30 à 11h30
    - Présenter la métaphore de "Cendrillon"
    - Présenter la métaphore du "Serveur"
    - Discussion - questions
- Travailler la Défusion avec les pensées sur SOI - de 11h30 à 12h30
    - Présenter la métaphore de " La Vedette "
    - Présenter la métaphore du "Acteur"
    - Questions - réponses
- Mise en pratique de la défusion - de 13h30 à 14h15
    - Exercice en groupe de trois
    - Retour sur l'expérience feedback
    - Questions - réponses
- Besoins et les émotions - de 14h15 à 15h30
    - Besoins fondamentaux
    - Ressources face aux émotions : Métaphore de "Culbuto"
    - Ecxercice: mes hameçons profonds ou "en trois étapes"
- Acceptation des émotions - de 15h30 à 16h30
    - Présentation de différents outils permettant de faciliter le vécu émotionnel
    - Identifier les règles inadaptés face aux émotions
    - Présentation de la "Métaphore de maman chat"
- 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