

FORMATION EN THERAPIE D'ACCEPTATION ET D'ENGAGEMENT (ACT) : DOULEUR CHRONIQUE

Reconnaissance de l'Ordre des Psychologues du Québec RA01387-15

Lieu et date

Le 15 septembre 2017
1212, rue Panet à Montréal (Québec)

Problématique

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 suggérant son efficacité pour de nombreux troubles psychologiques et comportementaux. L'ACT présente 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.

D'un premier abord, l'ACT peut sembler complexe et ses stratégies d'intervention difficiles à mettre en action. Cet atelier est adapté aux besoins des thérapeutes qui veulent développer une vue d'ensemble du modèle et savoir appliquer de manière flexible et adaptée à chaque client les processus de l'ACT.

Cet atelier s'articule autour de la présentation et de la pratique du modèle de la matrice ACT, une représentation graphique intuitive que l'on peut partager avec ses clients et qui permet une adaptation dynamique des stratégies de l'ACT. Il présente six étapes facile à appliquer et permettant une utilisation flexible et efficace de l'ACT. Cet atelier est largement focalisé sur les habiletés cliniques, n'abordant la théorie et les données probantes qu'au service du travail clinique.

Besoin

Les thérapies de troisième vague deviennent partie intégrante des prises en charge psychosociales aussi bien en pratique privée que dans le système de santé public ou encore dans les organisations et les contextes de coaching. Les intervenants ont besoin de formations axées sur l'intervention leur permettant de mettre en action les stratégies novatrices de ces approches dès leur retour de la formation.

Cet atelier expérientiel/clinique d'une journée permet de se familiariser avec la thérapie d'acceptation et d'engagement au travers du modèle intuitif de la matrice et de six étapes d'application facile. Il est tout aussi indiqué pour les thérapeutes familiers avec l'ACT et qui désirent affiner leur pratique grâce à l'outil de la matrice, perspective et d'outils efficaces pour la mettre en action et favoriser les actions valorisées.

Objectifs d'apprentissage

1. Pouvoir présenter le point de vue ACT avec la matrice.
2. Pouvoir présenter une prise en charge psychologique de la douleur.
3. Pouvoir conduire une analyse fonctionnelle des actions autour de la douleur avec la matrice ACT.
4. Pouvoir présenter "les deux règles", celle du monde de l'expérience intérieure et celle du monde de l'expérience des cinq sens. Savoir utiliser des stratégies de pleine conscience centrées sur le corps et adaptée à la prise en charge de la douleur.
5. Pouvoir utiliser l'Aïkido verbal et utiliser les questions « Oui et... » de la matrice pour aider les clients à vivre une vie riche, même avec la douleur.
6. Pouvoir présenter l'exercice des petits chats pour favoriser la compassion pour soi et l'accueil de la douleur.

Des exercices en petits groupes favorisent la reconnaissance des processus thérapeutiques centraux de l'ACT et permettent de s'entraîner à les mettre en action. Les propriétés de la relation thérapeutique sont également explorées à travers le travail en petit groupe qui permet d'apprendre à mieux utiliser cette relation pour aider les clients à se décoincer.

Les participants repartent de l'atelier outillé de nouvelles techniques à mettre en action auprès de leurs clients, y compris les plus difficiles.

Durée de la formation

Un atelier de 7 heures réparties sur 1 journée. Une attestation de participation (sept heures) sera remise.

Préalables

Afin d'assister aux ateliers spécialisés, il est souhaitable d'avoir suivi un atelier sur les six étapes et d'avoir lu The Essential Guide to the ACT Matrix (traduction française due, courant 2017). Au minimum, vous aurez lu et pratiqué l'ebook sur les six étapes.

Nous attendons toutefois une ponctualité de votre part, favorisant le bon fonctionnement de l'atelier. Ainsi, à moins d'une urgence non-planifiée, nous vous saurions gré d'être présent pendant la totalité de l'atelier.

Méthodes d'enseignement

- Présentation didactique PowerPoint
- Vidéos
- Jeux de rôles
- Travail expérientiel en petits groupes

Attestation

Une attestation de participation sera remise aux participants. L'attestation mentionnera le nombre d'heures de participation réelle du participant et la référence de l'Ordre des Psychologues du Québec (OPQ) en vue de l'enregistrement des activités de formation continue du participant.

Public

Cliniciens et cliniciennes : psychologues, psychothérapeutes, travailleurs sociaux, psychiatres, médecins infirmiers, et intervenants en santé mentale, comportementale, gestion du stress ou relation d'aide, conseillers d'orientation, nutritionnistes, coachs et étudiants de ces domaines.

Formateur

Benjamin Schoendorff, BA, MSc, psychologue membre de l'OPQ. Co-directeur de l'Institut de Psychologie Contextuelle et chargé de cours à l'Université de Sherbrooke à Montréal. Formateur reconnu par les pairs de l'ACBS, organisation ACT internationale, formateur FAP certifié par Robert Kohlenberg et Mavis Tsai, fondateurs de la FAP, membre du comité de formation de l'ACBS. Benjamin est un pionnier de l'ACT dans le monde francophone et donne des formations dans le monde entier (plus de 150 sur 5 continents).



Auteur et coauteur de nombreux articles et chapitres sur les thérapies contextuelles de troisième vague dont: *Faire face à la souffrance : choisir la vie plutôt que la lutte avec la thérapie d'acceptation et d'engagement* (2009), co-auteur de *La thérapie d'acceptation et d'engagement, guide clinique* (2011, New Harbinger, 2014) et *The ACT practitioner's guide to the science of compassion* (2014). Son tout dernier ouvrage résume l'ensemble de son travail et un excellent guide de traitement, *The Essential Guide to the ACT Matrix* (2016, New Harbinger).