

AIDER VOS CLIENTS À PASSER À L'ACTION

L'action engagée en pratique

avec Sonja V. Batten, Ph.D.

Problématique

Dans toutes les formes d'interventions psychosociales, motiver durablement les clients à engager de nouveaux comportements constitue un défi majeur. En thérapie d'acceptation et d'engagement (Acceptance and Commitment Therapy – ACT, Hayes, Stroschal & Wilson, 199, 2011), on peut définir l'action engagée comme poser des actions en phase avec ses valeurs personnelles, même en présence de pensées ou de ressentis indésirables et d'obstacles externes. L'action engagée est l'un des six processus centraux de l'ACT. En plus d'être un processus, c'est également l'aboutissement de l'ACT ainsi que de la flexibilité psychologique plus généralement. Le développement de ce processus peut servir à renforcer les interventions en aidant les clients à changer leurs comportements dans le sens de leurs valeurs et ce, à long terme.

Besoin

Les intervenants ont besoin de stratégies efficaces pour aider leurs clients à se mettre ou se remettre en action. Cet atelier vous permettra d'explorer et d'appliquer des méthodes pour développer et élargir un ensemble d'interventions qui renforcent l'engagement comportemental. Vous apprendrez comment travailler avec les autres processus de base d'ACT pour aider vos clients à poser des actions engagées et à promouvoir des comportements en phase avec leurs valeurs. Vous découvrirez comment promouvoir la flexibilité

psychologique même en présence d'obstacles, pour vous comme pour vos clients.

Description

Le premier jour, Sonja Batten présentera le rôle central de l'action engagée dans le modèle ACT. Vous explorerez comment l'engagement est intrinsèquement lié aux valeurs des clients et comment l'action engagée est facilitée par chacun des autres processus clés de l'ACT. Vous découvrirez ensuite comment mettre en place les éléments d'une stratégie efficace pour définir des cibles d'actions engagées claires. À travers des exercices expérientiels, vous pourrez pratiquer les processus pour vous-mêmes. La deuxième partie de la journée sera consacrée à identifier les obstacles les plus courants qui peuvent remettre en cause les actions engagées et à explorer et pratiquer des moyens permettant aux clients et aux intervenants de surmonter ces obstacles.

Le deuxième jour sera focalisé sur l'application de pratiques d'actions engagées dans le monde réel, non seulement dans les interventions ACT, mais aussi en mettant de l'avant la façon dont l'action engagée peut optimiser l'efficacité d'autres approches fondées sur des preuves. Vous explorerez ensuite des applications spécifiques de ces pratiques au moyen d'études de cas représentant les problèmes les plus courants. Dans la dernière moitié du deuxième jour, vous aurez l'occasion de vous exercer à appliquer ce que vous aurez appris à travers des exercices en petits groupes et des jeux de rôle. L'atelier se terminera par une session de questions et réponses.

Au cours de cet atelier, les objectifs d'apprentissages vus seront :

1. Les caractéristiques d'une action engagée ;

2. Comment utiliser les valeurs du client pour guider son choix d'actions engagées ;
3. Comment les processus d'actions engagées interagissent avec les autres processus centraux du modèle ACT ;
4. Reconnaître les barrières communes qui interfèrent avec la mise en action des engagements comportementaux ;
5. Des méthodes pour encourager et accroître l'engagement des clients en présence d'obstacles internes ;
6. Des façons d'illustrer et d'enseigner des stratégies d'action engagée à leurs stagiaires ou supervisés ;
7. Comment les compétences d'actions engagées telles qu'enseignées dans l'ACT peuvent être appliquées à d'autres traitements basés sur des preuves ;
8. Comment appliquer des principes et techniques d'actions engagées avec les présentations cliniques courantes, tels que la consommation de substances et le syndrome de stress post-traumatique.

Formatrice

Sonja V. Batten, PhD, une psychologue clinicienne spécialisée dans le stress traumatique, qui a occupé des postes de direction en matière de politiques publiques de santé, de clinique et de recherche dans les secteurs publics et privés. Elle est actuellement Senior Associate chez Booz Allen Hamilton à Washington, DC. Ayant appris l'ACT pendant cinq années auprès du Dr Steven Hayes dans les années 1990, Dr Batten est une formatrice ACT reconnue, ancienne présidente de l'Association for Contextual Behavioral Science. Elle est l'auteure de *Essentials of Acceptance and Commitment Therapy*, et le co-auteur *Committed Action in Practice*.

Dre Batten possède une expérience de direction dans l'industrie du conseil en management. Elle possède des compétences en gestion du changement,

développement organisationnel, opérations de soins de santé, développement du leadership, et en thérapie d'acceptation et d'engagement. Elle est une psychologue clinicienne, praticienne certifiée en gestion du changement et coach et mentor expérimentée.

Jour 1

9 h – 9 h 30	Qu'est-ce qu'une action engagée?
9 h 30 – 10 h 45	Évaluation et planification d'une action engagée, incluant des exercices expérientiels.
10 h 45 – 11 h	Pause
11 h – 12 h 45	Identifier les obstacles à l'action engagée
12 h 45 – 13 h 30	Dîner
13 h 30 – 15 h	S'attaquer aux obstacles à l'action engagée de la part du client.
15h00 – 15h15	Pause
15h15 – 17h00	S'attaquer aux obstacles à l'action engagée de la part du thérapeute, incluant des exercices expérientiels

Jour 2

9 h – 10 h 45	Combiner l'action engagée aux approches basées sur des preuves
10 h 45 – 11 h	Pause
11 h – 12 h 45	Application du modèle à des études de cas, y compris des problèmes d'usage de substances et des problèmes post-traumatiques
12 h 45 – 13 h 30	Dîner

13 h 30 – 16 h	Réunir tous les éléments, incluant pratique en petits groupes, jeux de rôle et pratique expérientielle
16 h – 16 h 15	Pause
16 h 15 – 17 h	Questions & Réponses

Méthodes et stratégies d'enseignement

L'atelier inclura des sections didactiques, des exercices expérientiels et des jeux de rôle permettant de modéliser l'application des principes et la pratique des participants. Les exercices seront dirigés sous différentes formes, en imagination, par écrit et à travers des activités en petits groupes.

Public cible

Débutant à avancé ; Intervenants, cliniciens, coachs, professionnels et étudiants en santé mentale et professions attenantes, leurs superviseurs et tous ceux qui souhaitent aider les gens à prendre des engagements et à respecter des engagements spécifiques.

Conditions préalables

Les participants devraient déjà avoir une certaine connaissance de base de l'ACT, soit en ayant assisté à une formation, soit à travers leurs lectures et être familiers avec les composantes de base du modèle ACT.

Durée de l'atelier

2 jours ; 14 heures

Références

- Moran, D.J., Bach, P.A., & **Batten, S.V.** (In press). Committed action in practice. New Harbinger.
- Hermann, B.A., Meyer, E.C., Schnurr, P.P., **Batten, S.V.**, & Walser, R.D. (2016). Acceptance and Commitment Therapy for Co-Occurring PTSD and Substance Use: A Manual Development Study. Journal of Contextual Behavioral Science, 5, 225–234.
- Brock, M.J., **Batten, S.V.**, Walser, R.D., & Robb, H.B. (2015). Recognizing common clinical mistakes in ACT: A quick analysis and call to action. Journal of Contextual Behavioral Science, 4, 139–143.
- Batten, S. V.** (2011). Essentials of Acceptance and Commitment Therapy. London: Sage Publications.
- Batten, S. V.**, & Santanello, A. P. (2009). A contextual behavioral approach to the role of emotion in psychotherapy supervision. Training and Education in Professional Psychology, 3, 148–156.
- Batten, S. V.**, & Hayes, S. C. (2005). Acceptance and Commitment Therapy in the Treatment of Comorbid Substance Abuse and Post-Traumatic Stress Disorder: A Case Study. Clinical Case Studies, 4(3), 246–262.
- Batten, S. V.**, Orsillo, S. M., & Walser, R. D. (2005). Acceptance- and mindfulness-based approaches to the treatment of posttraumatic stress disorder. In S. M. Orsillo & L. Roemer (Eds.), Acceptance and Mindfulness-Based Approaches to Anxiety: Conceptualization and Treatment (pp. 241–269). New York: Plenum.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Bissett, R. T., Piasecki, M., **Batten, S. V.**, Byrd, M. R., & Gregg, J. (2004). A preliminary trial of twelve-step facilitation and acceptance and commitment therapy with polysubstance-abusing methadone-maintained opiate addicts. Behavior Therapy, 35, 667–688.

