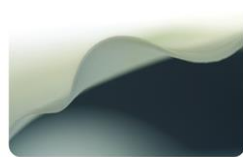


# Formations 2016 – 2017

## A cceptance & C ommitment T herapy

SAVOIRÊTREASBL



### Thérapie d'Acceptation & d'Engagement

**LES BASES** : les 9 ; 10 ; 11 février 2017

**PERFECTIONNEMENT** : les 4; 5; 6 mai 2017

#### Ce que vous pouvez attendre de ces formations ?

##### **LES BASES**

*Vous offrent une occasion  
de découvrir l'ACT  
et d'expérimenter  
certains de ses outils  
spécifiques.*

Ce séminaire-atelier de 3 jours vous permettra :

- ➔ De découvrir l'ACT ou d'approfondir votre connaissance de l'ACT et de ses champs d'applications thérapeutiques.
- ➔ De clarifier les notions théoriques de base : Matrice, et les 6 processus de l'hexaflex (acceptation, défusion, engagement, soi, ici & maintenant, ...)
- ➔ D'expérimenter concrètement ces principes de l'ACT lors d'exercices de mise en pratique.
- ➔ D'apprendre à observer sans jugement grâce à la pleine conscience

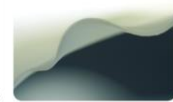
##### **PERFECTIONNEMENT**

*mettra l'accent sur  
l'apprentissage  
didactique et expérientiel.  
Il alternera les points de  
théorie et de mise en  
pratique.*

Ce séminaire-atelier de 3 jours vous permettra :

- ➔ D'approfondir les connaissances et la pratique de l'ACT abordée dans la formation de base.
- ➔ D'expérimenter des principes structurant de l'ACT :
  - Pleine Conscience et Instant présent
  - La relation thérapeutique ACT
  - Le savoir être & la transparence du thérapeute ACT
- ➔ D'aborder les éléments spécifiques qu'offre l'ACT pour le travail :
  - Couple & sexo
  - Douleurs chroniques
  - Compassion
- ➔ De concrétiser ces connaissances lors d'exercices de mise en pratique.

Les exercices expérientiels sont une particularité de l'ACT. Ils visent à permettre aux professionnels de vivre des expériences qui les aideront à pouvoir observer en eux-mêmes les processus de l'ACT. De cette manière, ils pourront plus facilement les identifier et les promouvoir chez leurs patients/clients.



## Qu'est-ce que l'ACT ?

La Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) est basée sur la recherche clinique qui démontre l'utilité générale de la pleine conscience et des valeurs dans le développement du bien-être.

L'ACT est une thérapie intégrative en termes d'approche et de technique, elle puise ses racines dans la psychologie expérimentale, l'approche comportementale et contextuelle, et les théories de l'apprentissage à travers la Théorie des Cadres Relationnels (Relational Frame Theory).

Le paradoxe sur lequel l'ACT est fondée est l'acceptation de ce qui ne peut être changé et l'engagement dans ce qui peut l'être.

L'ACT se distingue des autres thérapies par son approche qui embrasse la souffrance. Cette optique permet de rendre nos choix de vie plus affirmés, engagés et en accord avec nos valeurs personnelles profondément ancrées.

L'axe premier de cette approche n'est donc pas la réduction des symptômes mais l'augmentation de la flexibilité psychologique, ce qui soutient l'engagement dans des actions permettant de vivre une existence riche et pleine de sens... Ce qui a aussi pour conséquence de réduire les symptômes.

L'ACT est une thérapie engagée dans une démarche de validation scientifique, tant de son efficacité et de celle de ses différents composants, que de son efficience.

Et enfin, l'ACT est aussi une approche qui invite les psychothérapeutes à être pleinement eux-mêmes et à utiliser avec flexibilité tous leurs ressentis au service de leur efficacité clinique. Elle permet aux thérapeutes d'augmenter leur flexibilité comportementale et psychologique afin de pouvoir plus aisément s'engager dans l'accompagnement qu'ils désirent.

## Intervenants :



• Fabian Battistoni  
*Psychothérapeute*  
*Superviseur ACT*  
**0475 / 80.12.42**



• Françoise Jullien  
*Psychologue ; Sexologue*  
*Superviseur ACT*  
**0495 / 25.52.36**

## Cet atelier s'adresse :

*Aux professionnels (et professionnels en devenir) de la santé mentale qui désirent découvrir l'ACT.*

*À toutes personnes ayant déjà une connaissance de l'ACT et qui désirent approfondir et améliorer leur pratique.*

**Rue des Vennes, 43  
B-4020 Liège**



## Je m'inscris à :

LES BASES

9 ; 10 ; 11 Février 2017

PERFECTIONNEMENT

4 ; 5 ; 6 Mai 2017

(\* )cochez les dates choisies

Nom :

---

Prénom :

---

Profession :

---

Téléphone :

GSM:

---

E-mail :

---

Rue :

---

CP :

Localité:

---

Pays :

---

Régime  
alimentaire :

---

Formule tarifaire PAR MODULE DE FORMATION (cocher le tarif choisi)

380 € + 20€/jour pour les repas (440€)

300 € (intervenants sociaux ; membre AFSCC) + repas (360€)

220 € (étudiant ; demandeur d'emploi) + repas (280€)

(les repas de midi seront prévus et pris en commun.)

Pour valider votre inscription, un acompte de 150€ par module sera versé sur le compte en banque Triodos BE41 5230 8038 7110 au nom de l'asbl SAVOIRÊTRE.

Les inscriptions seront validées lors de la réception de ce paiement.

Le solde est à payer 10 jours avant le début de chaque module.

*A ENVOYER PAR MAIL*

[info@savoiretre-asbl.be](mailto:info@savoiretre-asbl.be)

*ou par FAX*

**085/231.241**