



A

C

T

Acceptance & Commitment Therapy

Formations – 2018 2ème semestre

LES BASES : les 27 ; 28 ; 29 septembre 2018

PERFECTIONNEMENT : les 15 ; 16 ; 17 novembre 2018

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

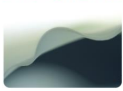
Les exercices expérientiels sont une particularité de l'ACT. Ils visent à permettre aux professionnels de vivre des expériences qui les aideront à pouvoir observer en eux-mêmes les processus de l'ACT. De cette manière, ils pourront plus facilement les identifier et les promouvoir chez leurs patients/clients.

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
 - Douleurs chroniques
 - Compassion
- De concrétiser ces connaissances lors d'exercices de mise en pratique.



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.

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.

Lieu de formation :

43, rue des Vennes – B-4020 LIEGE

Horaire de formation :

- *Jeudi* 9H30' – 17H30' (accueil à pd 9H00')
- *Vendredi* 9H00' – 17H30'
- *Samedi* 9H30' – 16H00'

Formateur :



Fabian Battistoni

Psychothérapeute - Superviseur ACT

Membre du bureau AFSCC

Directeur asbl SAvoirÊtre

(pour tous renseignements) 0475 / 80.12.42



Je m'inscris à :

LES BASES **les 27 ; 28 ; 29 septembre 2018**

PERFECTIONNEMENT **les 15 ; 16 ; 17 novembre 2018**

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€)**

240 € (étudiant ; demandeur d'emploi) + repas **(300€)**

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
ou par FAX

info@savoiretre-asbl.be
085/231.241