

PRESENTATION DE LA FORMATION

La thérapie ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Hayes, 2005) est une thérapie comportementale et émotionnelle qui s'appuie sur des données évolutives en neurosciences et en psychologie cognitive (Théorie de Cadres Relationnels, Hayes, 2001). Elle enseigne aux patient.e.s à devenir un explorateur/trice curieux.se de leurs souffrances plutôt que de la « corriger » ou la « contrôler » (Acceptation). Elle aide enfin à clarifier leur projet de vie et à agir dans ce sens (Engagement). Le but « novateur » n'est donc pas la réduction des symptômes mais une guidance vers une vie riche et pleine de sens. Des adaptations pour les enfants, adolescents et leurs parents sont aussi proposées.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre et connaître les bases théoriques et scientifiques de la thérapie ACT (Théorie des Cadres Relationnels)
- Comprendre les principes fondamentaux de rigidité et flexibilité psychologiques et leur implication dans les processus pathologiques et thérapeutiques
- Connaître, comprendre et appliquer les 6 processus de l'ACT : défusion, acceptation, soi-observateur, valeurs, actions valorisées et pleine conscience
- Comprendre et utiliser la Matrice ACT
- Comprendre et appliquer des adaptations chez l'enfant et l'adolescent

La formation et ses moyens pédagogiques peuvent être adaptés et personnalisés en fonction du public.

PROGRAMME

J1 - Matin :

- Accueil, présentation des participants(es), attentes/objectifs de chaque apprenant(e)
- Introduction : Thérapie cognitivo-comportementale de 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} vague / Ancrage historique et scientifique
- Introduction à la théorie des cadres relationnels
- Thérapie ACT : Les principes fondamentaux
 - .1/ L'acceptation et l'engagement
 - .2/ Rigidité psychologique et psychopathologies

J1 - Après-Midi :

.3/L'hexaflexe : les 6 processus de la flexibilité psychologique.
Définitions, exercices et adaptations/applications chez l'enfant et l'adolescent

- .3.1/ La défusion cognitive
- .3.2/ L'acceptation des ressentis douloureux
- .3.3/ Le soi-observateur

J2 - Matin :

- .3.4/ Les valeurs
- .3.5/ Les actions valorisées
- .3.6/ La pleine conscience

J2 - Après-Midi :

- Applications cliniques de la Matrice ACT

Conditions d'Admission, Prérequis

Prérequis

Etre répertorié sur la liste du public ciblé

Public Ciblé

Pour qui ?

Tous professionnels travaillant dans le champ de la santé mentale auprès d'enfants présentant un TDA/H

Animation Pédagogique

LIRATNI Mehdi,
Psychologue, exerçant en libéral

Responsable pédagogique

PURPER OUAKIL
Diane, Pédo-psychiatre, PU
– PH, CHRU Montpellier

Informations complémentaires

Nombres de participants : 4
personnes minimum – 18
maximum

Formation en présentielle –
lieu : Locaux de l'AFREE
– Montpellier

J3 – Matin :

- Jeux de Rôles sur l'Hexaflexe

J3 – AprèsMidi :

- Jeux de Rôles sur la Matrice

Conclusions et évaluations

MOTS CLES

TCC ; Thérapie ACT ; Enfants ; Adolescents

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Supports de formation remis aux participants

- Exposés théoriques
- Vidéo-projections
- Jeux de rôle et imitation de modèle
- Approche expérientielle
- Analyse des pratiques
- Liste de ressources bibliographiques

MODALITES D'EVALUATION DE L'ACTION

QCM en début et en fin de formation ; Evaluation des acquis en cours de formation , Questionnaire de satisfaction

FORMALISATION A L'ISSUE DE LA FORMATION

Attestation de participation

DUREE

3 jours soit 21 heures

DATE(S)

30 juin, 1^{er} et 2 juillet 2025

COUT DE LA FORMATION

- . institutions et/ou par l'employeur : 710,00 €
- . professions libérales et/ou à titre individuel : 610,00 €
(tarif hors frais de déplacement, repas, hébergement du stagiaire)

QUALITE ET SATISFACTIONS

Evaluations réalisées lors de notre précédente session



Satisfaction globale

95,00 %



*Amélioration des connaissances
(autoévaluation)*

100,00 %



Recommandations

100,00 %