Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), niveau 2

Stratégies avancées de la matrice

Formation au format visio-live uniquement

Programme des 4 demi-journées

14 heures

Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19

Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), niveau 2

Réf : TCC 005

Stratégies avancées de la matrice

Cet atelier d'approfondissement à la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) vise à **parfaire l'utilisation de la matrice ACT** dans les interventions d'accompagnement et de mieux l'adapter à la patientèle / clientèle.

Afin de profiter au mieux de ce module, il est nécessaire d'avoir suivi le module initial Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), niveau 1.

L'idée principale sera d'apporter aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement un perfectionnement de leurs connaissances pratiques et expérientielles de l'ACT notamment pour cultiver une alliance forte qui permettra de mieux entraîner la flexibilité psychologique chez les personnes suivies.
En sachant mieux comment aborder directement les difficultés pouvant se présenter dans la relation patient / aidant, le professionnel saura mieux favoriser des changements profonds et durables.
Par ailleurs, en explorant les bases théoriques du modèle, il pourra conceptualiser ses interventions avec une flexibilité accrue et ainsi s'adapter aux situations cliniques plus complexes avec des outils simples et efficaces, dont une série de cartes qui pourront vous aider à orienter vos interventions.

Au cours de ces journées d'approfondissement, vous découvrirez comment une compréhension des principes comportementaux de la Théorie des cadres relationnels (TCR) permet de conceptualiser 3 stratégies cliniques de base qui éclaireront votre pratique d'intervention.
Vous découvrirez comment le travail avec la matrice ACT peut se concevoir comme une série d'exercices de discrimination. Ces discriminations correspondent à apprendre à observer des différences dans l'expérience et les comportements de vos clients qui vont rendre plus faciles à vos patients / clients de faire ce qui compte pour eux, quoi qu'il arrive.

Vous apprendrez comment potentialiser l'efficacité de vos interventions en vous focalisant sur la relation que vous entretenez avec votre patientèle / clientèle à l'aide du modèle de la matrice ACT et à travers l'intégration d'outils de la thérapie basée sur l'analyse fonctionnelle (FAP).
Vous explorerez comment intégrer cette approche à votre travail avec la matrice ACT en intégrant des stratégies visant à promouvoir une relation sécuritaire permettant à vos patients / clients de s'autodéterminer et d'élargir leur flexibilité psychologique pour mieux s'adapter aux contextes changeant de leurs vies.

Nous vous enseignerons :

- dans un premier temps, à reconnaître les comportements contextuellement significatifs (CCS), c'est à dire les comportements des patients / clients en consultation qui représentent les comportements qui leur posent problème dans leur vie quotidienne.
- dans un deuxième temps comment faire apparaître ces CCS, pour graduellement façonner des comportements plus adaptés aux buts thérapeutiques et relationnels de vos patients / clients.

Nous vous apprendrons également comment identifier et améliorer vos propres comportements relationnels et à mieux reconnaître votre impact personnel sur vos patients / clients et comment les aider à généraliser leurs progrès relationnels à leur vie quotidienne.

Vous explorerez comment utiliser un ensemble de cartes basées sur la matrice ACT qui permettent d'orienter plus aisément votre travail et de communiquer plus simplement les concepts de l'ACT à vos clients.

De courts exercices de présence attentive et de compassion pour soi vous seront proposés. Vous observerez des démonstrations invitant un partage expérientiel entre formateur et participants qui seront présentées pour modéliser les échanges professionnels – personnes accompagnées.

À travers du travail en petit groupe, vous mettrez en pratique chaque recommandation visant à améliorer la relation de collaboration que vous entretenez avec vos clients. Des retours en grand groupe permettront de mettre en commun les expériences pour clarifier les connaissances et répondre aux questions.

Les participants repartiront de l'atelier outillés de nouvelles techniques à mettre en action auprès de leurs patients / clients.

Les professionnels peuvent approfondir ACT au travers de la formation :

- **ACT, niveau 3, supervision à la pratique**– 2 jours
- **ACT Famille (Enfants Adolescents Parents)** - 2 jours

Les professionnels soucieux de maîtriser tous les aspects théoriques, cliniques et pratiques de l'ACT se dirigeront vers le formation complète :

- **ACT, Le Cycle de Spécialisation** – 7 jours.

Prérequis et public visé

Cette formation est un approfondissement : elle nécessite d'avoir suivi au préalable le niveau introductif ACT :

- ACT, niveau 1 : utilisation clinique de la matrice structurée en 6 étapes – 3 jours

Notre formation Thérapie d'acceptation et d'engagement, niveau 1 est d'emblée ouverte aux professionnel(le)s "Psys en santé mentale" souhaitant parfaire l'utilisation de la matrice ACT dans leurs interventions d'accompagnement et mieux l'adapter à la patientèle :

Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

Les professionnel(le)s "Non-Psys en santé mentale" ci-dessous pourront éventuellement accéder à la formation suite à un questionnaire préalable et une étude de leur dossier.

Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale.

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticienn(e)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux /préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

Intervenant

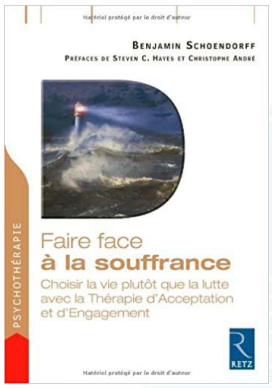
Monsieur Benjamin SCHOENDORFF

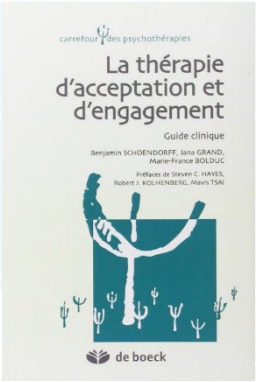
- Psychologue, chercheur en psychologie clinique et neuroscience cognitive.
- Fondateur de l'Institut de Psychologie Contextuelle (Contextual Psychology Institute), Mont-Saint-Hilaire, Quebec, Canada.
- Formateur FAP certifié par Robert Kohlenberg et Mavis Tsai, initiateurs de la FAP.
- Animateur et co-animateur, notamment avec Robert Kohlenberg PhD et Mavis Tsai PhD des ateliers FAP dans plusieurs pays ainsi que des ateliers intégrant ACT et FAP.
- Co-auteur de plusieurs chapitres et articles scientifiques sur la FAP.
- Auteur de :

Faire face à la souffrance, choisir la vie plutôt que la lutte avec la thérapie d'acceptation et d'engagement (Retz)

La thérapie d'acceptation et d'engagement, guide clinique (deBoeck 2011), ouvrage présentant les principes de la FAP et leur intégration à la thérapie d'acceptation et d'engagement.

Guide de la matrice ACT, avec Kevin Polk, Mark Webster, Fabian Olaz *(deBoeck)*





Objectifs

Potentialiser l'efficacité des interventions cliniques en se focalisant sur l'alliance thérapeutique à l'aide du modèle de la matrice ACT et intégrer les outils de la thérapie basée sur l'analyse fonctionnelle.

- Décrire les principes comportementaux utilisés avec la matrice ACT pour favoriser le changement : façonnement, renforcement, discrimination et apprentissage par présentation d'exemplaires multiples.
- Intégrer trois stratégies d'interventions issues de la théorie sous-jacente à l'ACT qui permettent de guider ses interventions et d'en créer de nouvelles adaptées aux besoins des patients / clients.
- Présenter des exercices de discrimination aux patients et savoir comment créer des discriminations adaptées au besoin du moment.
- Identifier les comportements contextuellement significatifs (CCS) sur lesquels travailler en priorité et les intégrer à la matrice ACT.
- Utiliser la matrice pour aider ses patients / clients à communiquer les différentes facettes de leur expérience du moment et les aider à faire leur propre analyse fonctionnelle en contexte.
- Adapter les exercices des six étapes au contexte des processus interpersonnels de la relation thérapeutique.
- Renforcer naturellement les améliorations significatives en utilisant ses ressentis personnels avec bienveillance.
- Utiliser les cartes de la Matrice ACT pour répondre aux besoins de ses patients / clients et orienter leurs apprentissages.

SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé
Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS
tél : 03 28 55 51 19 **courriel :** contact@symbiofi.com
www.symbiofi.com

Objectif principal	**Potentialiser l'efficacité des interventions cliniques en se focalisant sur l'alliance thérapeutique à l'aide du modèle de la matrice ACT et intégrer les outils de la thérapie basée sur l'analyse fonctionnelle**
Intervenant	**Benjamin SCHOENDORFF, Psychologue**
Durée	**4 demi-journées, 14 heures**

Accueil	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Retour sur la pratique des 6 étapes	**Partage en petit et grand groupe** *Ce qui a fonctionné, de ce qui a été plus difficile, de ce qu'on n'a pas utilisé et des adaptations qu'on a apportées.* **Recueil des attentes**	**Méthode expérientielle introductive :** Exercice : Partage sur la pratique depuis le niveau en petit puis grand groupe.
Présentation des trois stratégies cliniques et de leurs bases théoriques	**Introduction** : *utilisation des cartes de la matrice ACT.* **Présentation des 3 stratégies cliniques issues de la théorie des cadres relationnels (TCR)** *. Principes comportementaux utilisés avec la Matrice ACT* *. Guide pour les thérapeutes.*	**Méthode affirmative par** apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses **Méthodes expérientielles** : 1° Pratiquer l'exercice par groupe de 3 2) Restitution collégiale
Présentation et pratique des bases de la validation	**Bases de la Validation**. *Rejoindre la personne là où elle est.* **Démonstration du formateur et réflexion de groupe.** **Pratique en groupe**	**Méthode affirmative** par apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses
Identifier les classes de comportement et leurs conséquences problématiques	**STRATEGIE CLINIQUE N°1** **Reconnaissance des classes fonctionnelles de comportement et leurs conséquences problématiques :** *travailler la gauche de la matrice.* **Présentation et analyse des stratégies cliniques de type 1 à l'aide des cartes de la matrice, dont** : *. Analyse fonctionnelle et conséquences problématiques.* *. Validation niveau 2. Faire ressortir la fonctionnalité des comportements problématiques.* *. Comportements publics et comportements privés.* *. Désespoir créatif* **Démonstration du formateur et réflexion de groupe.** **Pratique en groupe**	**Méthode affirmative** par apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses **Méthodes expérientielles** : 1° Pratiquer l'exercice par groupe de 3 2) Restitution collégiale

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Entrainer le comportement d'observation et la prise de perspective flexible	**STRATEGIE CLINIQUE N°2** **Entrainer l'observation et la prise de perspective flexible** : *Travail du centre de la matrice.* **Présentation et analyse des stratégies cliniques de type 2 à l'aide des cartes de la matrice, dont :** *. Importance de la prise de perspective déictique.* *. Importance du cadrage de contenant (ou hiérarchique)* *. Entrainement du comportement d'observation et du langage approprié.* **Démonstration du formateur et réflexion de groupe.** **Pratique en groupe**	**Méthode affirmative** par apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses **Méthodes expérientielles** : 1° Pratiquer l'exercice par groupe de 3 2) Restitution collégiale
Activer des réseaux dynamiques entre actions d'approche et important pour installer des changements durables	**STRATEGIE CLINIQUE N°3** **Entrainer le comportement de mettre en lien actions et important pour installer des changements durables** : *Travailler la droite de la matrice.* **Présentation et analyse des stratégies cliniques de type 3 à l'aide des cartes de la matrice, dont** : *. Activer des réseaux relationnels appétitifs.* *. Distinguer directions et objectifs* *. Se libérer des objectifs limitants* *. Activer des directions de vie durables* *. Entrainement de la mise en lien actions d'approches et important et du langage approprié.* **Démonstration du formateur et réflexion de groupe.** **Pratique en groupe**	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré Résumé des points clés en collectif Questions/réponses Méthodes expérientielles : 1° Pratiquer l'exercice par groupe de 3 2) Restitution collégiale
Renforcer la collaboration patient / thérapeute en développant des compétences de validation profonde	**Centralité de la validation profonde pour le lien collaboratif thérapeute / client.** **Bases théoriques et pratiques de la validation profonde** : *« Rentrer » dans le système verbal du client pour valider que son expérience, ses pensées, émotions, histoire personnelle et comportements sont valides et compréhensibles.* **Démonstration du formateur et réflexion de groupe**.	**Méthode affirmative par** apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses
Savoir utiliser avec flexibilité les stratégies cliniques pour naviguer les conversations difficiles	**Savoir identifier les stratégies sur lesquelles s'appuyer pour contourner les obstacles et garder des conversations cliniques flexibles et efficaces**. **Se situer dans la matrice** : *gauche, centre, droite afin d'identifier où se focalise le travail et pouvoir passer d'une stratégie à l'autre selon le contexte et les spécificités de chaque client.e.* Démonstration du formateur et réflexion de groupe. Pratique en groupe	**Méthode affirmative** par apports théoriques et diaporama illustré - Résumé des points clés en collectif - Questions/réponses **Méthode d'évaluation** Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte de l'exercice, du savoir-faire et du savoir-être individuel - Echanges en direct sur la pratique - Echanges sur le retour d'expérience - Ajustement des postures/gestes/mots Analyse collective de la fiche de liaison Entrainements patient / thérapeute

Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Validation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation.

Cette évaluation repose sur l'analyse des questionnaires réalisés en amont de la formation et en fin de formation.

Reconnaissance

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPI et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :

Les +

EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

La formation est :

- conçue et animée par Benjamin Schoendorff, psychologue, comptant parmi les meilleurs experts francophones de l'ACT et de la FAP, ayant une expérience de thérapeute, d'enseignant et de formateur auprès de différents publics, en France et à l'étranger ;

- centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir les mettre en œuvre dans ses interventions auprès de sa patientèle / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables ;

- structurée pour la pratique dans une perspective d'acquisition de la technique à des fins d'accompagnement et de prise en charge de patientèle / clientèle ;

- délivrée à des groupes restreints pour favoriser la qualité de l'enseignement et privilégier les échanges multidisciplinaires.

SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet.

Et aussi

L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

https://www.symbiocenter.fr/

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

SYMBIOCENTER PRO

Ensemble vers la e-santé mentale

Le service e-thérapie, partenaire des professionnels,

pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients, en consultation et au domicile, avec des outils d'e-thérapie validés pour combattre la tempête des symptômes physiques, psychologiques, et émotionnels

Solution pour les professionnels de l'accompagnement

www.symbiocenter.fr

Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression…

Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressif, mal-être…

Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale…

DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2ème deuxième position des dépenses de santé

Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

En partenariat avec : CHU LILLE, eurasanté, Hibster, bpifrance, CLUBSTER SANTÉ, CIC IT LILLE

Vous **accompagnez votre patient** sur **4 niveaux de ressources :**

❶ **évaluations** psychométriques

❷ **monitoring** physiologique

❸ **programmes** thérapeutiques

❹ **téléconsultation & chat**

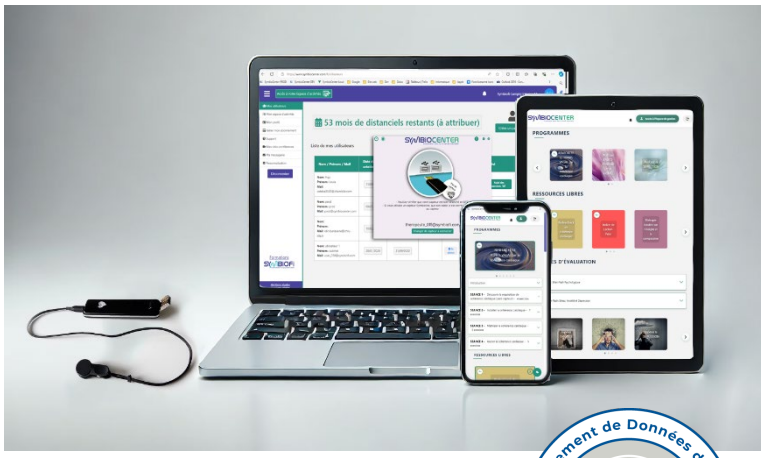
avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de **suivi**

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire

CHU LILLE

L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présentielle ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat



L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*

L'Hébergement Données de Santé

Hébergement de Données de Santé HDS 123456 Certified

- Assurer la sécurisation de vos données

La réponse à vos besoins professionnels

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroitre *la satisfaction patient*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale

L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.

SYMBIOFI - Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS - 03 28 55 51 19 - contact@symbiofi.com