

THÉRAPIE ACT : ACCOMPAGNER LES ÉMOTIONS DES ENFANTS/ADOLESCENTS (ANXIÉTÉ, DÉPRESSION, VIOLENCE, ...)



NOUVEAU



programme prévisionnel

Journée 1

Histoire et bases théoriques

- Ancrage historique et scientifique : Les TCC (thérapies cognitives et comportementales) de 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} vague
- La théorie des cadres relationnels
- Thérapie ACT, Principes fondamentaux et efficacité trans-diagnostique : rigidité psychologique et psychopathologies, flexibilité psychologique
- L'hexaflexe. Les 6 processus de flexibilité psychologique :
 1. L'acceptation des ressentis douloureux
 2. La défusion cognitive
 3. Le soi-observateur
 4. Les valeurs comme « récompenses mentales »
 5. Les actions valorisées, « actions-récompenses »
 6. La pleine conscience
- Ateliers expérientiels : mise en pratique par jeux de rôles, par petits groupes, ...

Journée 2

Applications et ateliers

- Applications cliniques de la matrice ACT et de la fiche de suivi
- Adaptations et applications des processus de l'hexaflexe chez l'enfant et l'adolescent
- Ateliers expérientiels : mise en pratique par jeux de rôles, ...



intervenants

LIRATNI Mehdi, Psychologue, Docteur en psychologie, Université Montpellier III, Spécialisé en développement de l'enfant et de l'adolescent, éducation, handicap et cognition.



objectifs

- Comprendre et connaître les bases théoriques et scientifiques de la thérapie d'acceptation et d'engagement (Théorie des Cadres Relationnels)
- Comprendre les principes fondamentaux des processus pathologiques et thérapeutiques à travers les notions de rigidité et flexibilité psychologiques
- 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, appliquer (voire essayer de créer) des adaptations chez l'enfant et l'adolescent



public

Psychologues, neuropsychologues, médecins, psychomotriciens/nes, ergothérapeutes, orthophonistes, orthoptistes, enseignants, personnel de l'éducation et autres professionnels de santé



pré-requis

Pas de pré-requis particulier



dates & lieux

24, 25 juin 2019 à Paris



durée

2 jours / 14 heures



tarifs

FRANCE :
Etabl. : 520 € / Indiv et ANDPC : 460 €
Indiv. abonné à la revue : 420 €

méthodes

MISES EN OEUVRE - FORMATIONS PRÉSENTIELLES



La méthode de formation permet d'accueillir et de travailler avec différentes disciplines et publics variés : personnel soignant hospitalier (centres de référence TA), personnels de l'Education Nationale (IUFM et psychologues scolaires), étudiants de second cycle (Université), professionnels dans le cadre de formations continues publiques ou privées. La supervision scientifique de cette méthode est assurée par les membres de notre comité scientifique.

L'objectif premier est de délivrer aux stagiaires l'essentiel des connaissances théoriques et pratiques dans le domaine du développement cognitif et de sa mesure, des troubles des apprentissages et/ou de troubles plus spécifiques. Il n'est pas prévu d'évaluation en fin de formation.

Les moyens pédagogiques et d'encadrement mis à disposition lors des séances de formation, dans nos locaux à Paris, sont les suivants :

- Séances de formation en salle.
- Chaque séance s'articule autour d'un ou plusieurs cas cliniques qui sont mis en lien avec les principales connaissances théoriques, en projection vidéo sur écran.
- Présentations de type Powerpoint intégrant les savoirs théoriques requis et les éléments visuels nécessaires (documents audios, schémas, images, vidéos, photos).
- Paper-board, vidéoprojecteur.
- L'ensemble des cours est transmis aux participants au terme de la formation, et de nombreux documents annexes sont également distribués au cours de chaque formation.

Tous nos formateurs déclarent,

au début de chaque année civile, les liens pouvant entraîner un conflit d'intérêt et s'engagent à respecter les obligations et engagements suivants : devoir de probité, d'indépendance, d'impartialité, de confidentialité, de professionnalisme, de réserve.

Pour les sessions de formation aux outils,

un temps important est consacré à la présentation et manipulation de l'outil concerné. L'interprétation des résultats psychométriques est approfondie. Un corpus de compte-rendu écrits conçu pour la formation est présenté et remis aux participants.

Enfin, un questionnaire de satisfaction

est adressé aux stagiaires, par courrier électronique, le dernier jour de la formation.

Un second questionnaire est adressé 4 mois après la formation.

Thérapie ACT d'acceptation et d'engagement (ou ACT) et adaptations et applications en psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent

Par Mehdi LIRATNI, Docteur en Psychologie, Psychologue, Chercheur associé

Durée : une journée

Argumentaire, enjeux et descriptif

La thérapie d'acceptation et d'engagement (ou ACT, Acceptance and Commitment Therapy, Hayes & Smith, 2011) est une thérapie comportementale peu développée en France et encore moins chez l'enfant et l'adolescent. Pourtant, cette thérapie s'appuie sur une base théorique solide appelée « théorie des cadres relationnels » (ou RFT, Relational Frame Theory, Hayes et al., 2001) dont la validité scientifique est supportée par des publications répondant aux plus hauts standards de critères scientifiques (env. 200 articles). La thérapie ACT est issue de la troisième vague des Thérapies Cognitivo-Comportementales (ou TCC, Cottraux, 2011) : elle s'inspire des points forts de ces dernières en tentant d'en dépasser les limites théorico-cliniques.

Cette thérapie est innovante sur deux points :

- Premièrement, contrairement aux thérapies cognitives, l'ACT ne cherche pas à modifier ou supprimer les pensées/émotions douloureuses mais plutôt à apprendre à tolérer leur présence. Cette stratégie s'appuie sur des résultats robustes d'études mettant en évidence que les stratégies de lutte (contrôle ou déni) ne favoriseraient pas d'améliorations voire renforceraient les liens irrépessibles entre certains stimuli et certaines pensées/émotions douloureuses (Guinther et al., 2015).
- Se faisant, le deuxième point concerne l'idée d'accomplir sa vie en pleine conscience en agissant (*to act* en anglais) selon ses propres valeurs malgré la présence de ces ressentis douloureux. Sans que cela soit un but thérapeutique primaire, cette stratégie permettrait une baisse des symptômes (méta-analyses et essais contrôlés randomisés, Davis et al., 2015, Ruiz, 2012) mais surtout une augmentation du sentiment d'utilité de la vie et donc de la qualité de vie des personnes qui suivent ce processus.

Les applications de l'ACT chez les adultes sont largement documentées (Ducasse & Fond, 2013) mais on retrouve peu d'application et d'adaptation chez l'enfant et l'adolescent (Coyne et al, 2011). Cependant, cette approche propose de nombreux exercices très pratiques ainsi que des métaphores permettant d'aborder les processus d'acceptation et d'engagement (Harris, 2012, Schoendorff, 2012). Leur adaptation chez l'enfant et l'adolescent s'avère donc plutôt simple, à condition que les enfants aient un niveau de langage suffisant pour les comprendre et les aborder (dès 8 ans).

Nous proposerons, dans un premier temps une introduction à la théorie des cadres relationnels qui d'ailleurs, s'inscrit dans une dynamique développementale, ce qui est très utile pour comprendre certains processus chez l'enfant et l'adolescent mais aussi et surtout pour envisager l'aspect préventif de l'ACT.

Puis nous proposerons une présentation sérieuse et méthodique de l'ACT tel que décrite par ses concepteurs (définitions, rigidité et flexibilité psychologique, l'hexaflexe : les 6 processus thérapeutiques de l'ACT, ...). Cette présentation sera enrichie d'illustrations et d'ateliers permettant aux stagiaires d'expérimenter directement les processus.

Enfin, nous proposerons des adaptations d'exercices et des applications concrètes effectuées avec des enfants et adolescents de 8 à 16 ans présentant différents troubles (phobie simple, anxiété de performance, trouble oppositionnel, trouble autistique, TDAH, Haut potentiel...).

Introduction à la thérapie d'acceptation et d'engagement (ou ACT) et adaptations et applications en psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent

Par Mehdi LIRATNI, Docteur en Psychologie, Psychologue, Chercheur associé

PLAN :

Introduction :

Ancrage historique et scientifique

Thérapie cognitivo-comportementale de 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} vague

1/ Introduction à la théorie des cadres relationnels

2/ Thérapie ACT : Les principes fondamentaux

2.1/ L'acceptation et l'engagement

2.2/ Rigidité psychologique et psychopathologies

2.3/ L'hexaflexe où les 6 processus de la flexibilité psychologique : définitions et exercices

2.3.1/ La défusion cognitive

2.3.2/ L'acceptation des ressentis douloureux

2.3.3/ Le soi-observateur

2.3.4/ Les valeurs

2.3.5/ Les actions valorisées

2.3.6/ La pleine conscience

3/ Applications cliniques de la Matrice ACT et de la fiche de suivi

4/ Adaptations et applications des processus de l'hexaflexe chez l'enfant et l'adolescent

Conclusions et évaluations

BIBLIOGRAPHIE

Hayes et al. (2001). Relational frame theory : a post-skinnerian account of human language and cognition. Springer.

Paul M Guinther, Michael J Dougher (2015) The clinical relevance of stimulus equivalence and relational frame theory in influencing the behavior of verbally competent adults, Current Opinion in Psychology, Volume 2, Pages 21-25.

Hayes & Smith (2011). Get out of your mind and into your life : the new acceptance and commitment therapy. New Harbinger.

Cottraux (2011). Les thérapies cognitives et comportementales. Broche

Schoendorff, B. et al. (2012). La thérapie d'acceptation et d'engagement. Guide clinique. Paris : De Boeck

Harris, H. (2012). Passez à l'ACT. Pratique de la thérapie d'acceptation et d'engagement. Paris : De Boeck

Coyne, L.W. et al. (2011). Acceptance and commitment therapy (ACT) : advances and applications with children, adolescents and families. Child and adolescent psychiatric clinics of North America, 20, 379-399.

Ducasse, D. & Fond, G. (2013). La thérapie d'acceptation et d'engagement. L'encéphale.

Davis, M. L., Morina, N., Powers, M. B., Smits, J. A. J., & Emmelkamp, P. M. G. (2015). "A Meta-Analysis of the Efficacy of Acceptance and Commitment Therapy for Clinically Relevant Mental and Physical Health Problems". Psychotherapy and Psychosomatics 84 (1): 30-36.

Ruiz, F.J. (2012) Acceptance and Commitment Therapy versus Traditional Cognitive Behavioral Therapy: A Systematic Review and Meta-analysis of Current Empirical Evidence. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12, 3, 333-357