

# Thérapie ACT : accompagner les émotions des enfants/adolescents (anxiété, dépression, violence)



## Programme prévisionnel

### JOURNÉE 1

#### Histoire de la thérapie ACT

- Ancrage historique et scientifique : Les TCC (thérapies cognitives et comportementales) de 1<sup>ère</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> vague
- La théorie des cadres relationnels

#### La thérapie ACT : bases théoriques

- 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 de la thérapie ACT

- 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, ...

### JOURNÉE 3

#### Mise en pratique :

- en petits groupes, des 6 processus thérapeutiques (acceptation, diffusion, soi-observateur, valeurs, actions valorisées et pleine conscience)

#### Mise en pratique :

- en petits groupes, de la Matrice ACT



## 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
- Mettre en pratique les 6 processus thérapeutiques de ACT chez l'enfant et l'adolescent
- S'exercer avec la matrice ACT



## Publics

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

- 🏠 10, 11, 12 février 2021 à Paris
- 🏠 18, 19, 20 octobre 2021 à Paris



## Durée

3 jours / 21 heures



## Tarifs

FRANCE :  
Etabl. : 770 €/ Indiv. et ANDPC : 695 €  
Indiv. abonné à la revue : 630 €



## Intervenant

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