

28 Mars 2020
IRPPSY BORDEAUX
1 Journée de Formation Professionnelle Continue

MODULE COMPLEMENTAIRE ACT

Formation Professionnelle Continue ACT COMPASSION

Utiliser la prise de perspective compassionnelle en thérapie d'Acceptation et d'engagement



28 Mars 2020 à Bordeaux

ACT COMPASSION

Utiliser la prise de perspective compassionnelle en thérapie d'Acceptation et d'engagement

Les patients en souffrance peuvent souvent se montrer très durs envers eux-mêmes et considérer que le seul moyen de résoudre leurs difficultés est de passer en force : la bienveillance envers soi-même et pour sa propre souffrance et le désir d'aider ou d'être utile apparaissent alors plutôt comme une faiblesse qu'une ressource. Comment aider ces patients à activer des réponses plus flexibles dans le cadre de la thérapie d'Acceptation et d'Engagement ?

Les approches centrées sur la compassion permettent d'amener des éléments de réponse à cette question en considérant qu'une attitude compassionnelle c'est à dire la capacité à accéder à la souffrance d'autrui ou à sa propre souffrance et le désir d'être utile/d'aider à réduire cette souffrance, est au contraire une force présente chez les êtres humains, et une démonstration de courage, retrouvée dans les comportements pro-sociaux, qu'il est utile de la cultiver.

Ce point de vue cadre parfaitement avec l'objectif de l'ACT qui est de changer sa relation avec sa propre souffrance pour mieux vivre selon ses valeurs. En utilisant notamment les capacités de prise de perspective et en développant les capacités d'agir à partir d'une vision de « Soi » flexible et adaptée aux nécessités de la vie.

En s'appuyant sur le modèle théorique de l'ACT et en mettant en avant la présence de la compassion dans ses processus centraux et son intérêt pour développer l'action en direction des valeurs, l'utilisation de la compassion sera présentée de manière didactique, avec des supports documentaires et des vidéos. Les mises en situations, vous permettront d'implémenter directement ces outils dans votre pratique, dès le retour sur votre lieu d'exercice.

A l'issue de cette formation, vous pourrez ainsi utiliser l'esprit et les outils des approches centrées sur la compassion dans l'ACT pour flexibiliser votre comportement de thérapeute et aider vos patients à mieux prendre soin d'eux.

Le Formateur : Christophe Cazauvieilh



Psychologue Clinicien, avec une spécialisation en Psychologie de la santé, Docteur en Psychologie de l'Université de Bordeaux, et Psychothérapeute, il pratique la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement depuis 2008.

Ancien vice-président (2014-2015) de l'Association Francophone pour une Science Comportementale Contextuelle (Association ACT - AFSCC), il diffuse les principes et outils de l'ACT dans les enseignements aux professionnels de la santé et à l'Université. Il a lancé en France et animé les sessions d'intervision gratuite du Groupe d'Entraide ACT Francophone en ligne sur Skype, co-animé le groupe international d'intervision (ACT peer network), et participé à la rédaction de l'Ouvrage « ACT : applications thérapeutiques » aux éditions DUNOD.

Il utilise les outils de l'approche centrée sur la compassion depuis 2009.

Christophe a travaillé en institutions de soins (public et privé), et partage actuellement son temps entre la pratique libérale, l'activité de formation et de supervision, et la recherche scientifique sur l'efficacité des psychothérapies, à Bordeaux.



ACT COMPASSION

Utiliser la prise de perspective compassionnelle en thérapie d'Acceptation et d'engagement

Programme

Objectifs Pédagogiques :

- **Résumer les aspects théoriques utiles** sur la prise de perspective compassionnelle dans l'ACT (modèle contextuel, approche processuelle, prise de perspective et les « Soi »).
- **Travailler en pratique délibérée l'utilisation thérapeutique de la compassion**, en situations cliniques scénarisées, selon des séquences pas pas et à partir de situations réelles issues de la pratique personnelle, pour développer de nouvelles compétences.
- **Utiliser la compassion de manière naturelle et flexible dans l'interaction thérapeutique**

Moyens : présentations didactiques, vidéo, mise en situation, qcm

Agenda

Samedi 28 Mars 2020 :

1) 9H30-12h30

Théorie et pratique de l'utilisation de la compassion avec ACT

Présentation des participants et recueil des attentes/formation

- Rappels théoriques rapides : comportement/forme/fonction/contexte/processus (diapositives et discussions).
- La TCR, la prise de perspective et les différents « Soi » (diapositives et discussions).
- Les modèles historiques et théoriques de la compassion (diapositives et discussions).
- Les recherches sur la compassion/ mesurer la compassion ? (diapositives et discussion).
- Expérimenter la compassion (video, diapositives, discussions et exercices).

Déjeuner (non compris dans la formation)

2) 14h00-18h00

Pratique délibérée de la compassion en thérapie ACT

- Les différentes méthodes et exercices pour créer/cultiver/entretenir la compassion : Travail en imagerie (diapositives et discussion, démonstration, jeux de rôle). Travail dans l'espace et le temps (diapositives et discussion, démonstration, jeux de rôle). Utiliser la compassion dans les échanges thérapeutiques (diapositives et discussion, démonstration, jeux de rôle).

- Evaluation des acquis (QCM).
- Feedback sur la journée



ACT COMPASSION

Informations & Pré-inscription

Informations pratiques

Public Visé : Professionnels de la Psychothérapie (Psychologues et Psychiatres). Psychothérapeutes inscrits au registre national, professionnels de la santé et professions apparentées avec une pratique de la relation d'aide.

Cas particuliers, prise en charge directe par un organisme financeur :
contacter par email : contact@irppsy.com

Renseignements complémentaires sur le site www.irppsy.com et au 06 67 24 09 20

Dates : Le Samedi 28 Mars 2020, de 9H30 à 18H00. **Accueil des stagiaires entre 9h et 9H30**

Lieu : IRPPSY,
5 Rue du Chai des Farines, 3300 Bordeaux/FRANCE.
A 5mn Tram C - Arrêt « Bourse »/ Tram A - Arrêt « Place du Palais »/ Parking payant "Bourse".

Tarifs :

<i>Inscription jusqu'au 07/01/2020</i>	Particulier*	Institution/Entreprise**
	190 €	340 €
<i>Inscription après le 07/01/2020</i>	240 €	390 €

DATE LIMITE D'INSCRIPTION LE 10/03/2020

Fiche d'Inscription à renvoyer par email courrier et disponible sur le site www.irppsy.com

Pauses incluses, déjeuner non compris. Le prix comprend les supports de formation, il n'inclut pas les frais d'hébergements, de transports, et de restauration.

* Formation à titre individuel et à vos frais

** Formation payée par une entreprise ou une institution/financeur

