



Juliette de Chassey
Orthophoniste
Thérapeute ACT
dechassey.juliette@gmail.com

La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) dans la prise en soin orthophonique

Application au bégaiement, bredouillement, dysphonie, troubles cognitifs...

Formation en ligne

14 et 15 octobre 2024

Cette formation vise à familiariser les participants avec les modèles, processus et techniques de l'ACT et de la méditation de pleine conscience, pour ensuite les appliquer dans le contexte de la prise en soin orthophonique auprès des enfants, adolescents et adultes et de leurs parents.

Elle permet d'explorer activement les différents processus sur soi au travers de nombreux ateliers et exercices concrets, favorisant ainsi le développement de la flexibilité psychologique et comportementale nécessaire à une pratique thérapeutique efficace et alignée avec ses propres valeurs.

Problématique

- Comment les orthophonistes peuvent-ils répondre efficacement aux attentes et espoirs de leurs patients et de leurs parents, qui cherchent souvent des solutions rapides pour contrôler et éliminer leurs difficultés, en lien avec leur représentation de l'orthophonie?
- Comment l'application de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) peut-elle aider à relever ce défi en encourageant les patients à changer leur relation avec leurs difficultés et à s'engager dans le processus de soin en utilisant leurs valeurs comme guide, malgré l'inconfort émotionnel et les obstacles rencontrés ?

Programme

Jour 1

Matinée : accepter ce qui ne peut être changé, s'engager vers ce qui peut l'être

-Présentation de la formation

- La thérapie ACT en quelques mots (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement, Acceptance and Commitment Therapy, *S. Hayes, K. Wilson, R. Harris*)
- Présentation de la « **matrice** » (La matrice est un outil graphique qui permet au patient d'observer son propre fonctionnement afin de l'aider à choisir et à faire plus facilement les actions qui vont l'aider à avancer). Une vidéo explicative sera donnée en fin de session pour continuer à s'entraîner
- Pratique autour de la matrice par groupes de 2 ou 3 (l'application zoom permet de vous séparer dans des salles différentes)
- Apprendre à trier les comportements d'approche et d'évitement
- Faire émerger les valeurs et le sens du soin
- Comprendre le fonctionnement de la lutte, des évitements, du contrôle
- Evaluer l'efficacité des stratégies du patient
- Feedback et échanges

Après-midi : changer sa relation à l'inconfort

- Pleine conscience : espace de respiration

- La thérapie ACT en plus de mots : principes, processus, métaphores, pleine conscience
- La relation à l'inconfort. L'inconfort des parents puis l'inconfort des orthophonistes : la *validation émotionnelle* (M.Linehan)
- Thérapie ACT et orthophonie : pratique autour d'études de cas apportés par les participants
- Feedback, échanges et tâche pour le lendemain

Jour 2

Matinée : remettre du choix

- Pleine conscience : se détacher de ses pensées
- Feedback sur la tâche à réaliser chez soi
- Révisions et pratiques autour de la matrice : études de cas
- Exercices expérientiels : les pensées, les émotions, le contrôle, les obstacles, les hameçons...
- L'acceptation et la défusion
- L'inconfort des parents puis l'inconfort du patient
- Déjouer le CINé du stress

Après-midi : de la réactivité à la créativité

- Pratique sur soi en petits groupes (études de cas)
- Pleine conscience : se mettre à l'écoute de son corps
- Faire fonctionner la matrice : faire émerger des actions engagées, vivre l'acceptation, faire des choix...
- Pratique en groupe de 3
- Réorganiser son savoir en grand groupe
- Feedback

Informations pratiques

Horaires

Lundi 14 octobre :

9h00 – 13h00

Pause déjeuner

14h00 – 17h00

Mardi 15 octobre :

9h00 – 13h00

Pause déjeuner

14h00 – 17h00

- Un questionnaire sera envoyé 15 jours avant la formation avec la description d'une étude de cas
- Un lien Zoom sera envoyé quelques jours avant le début de la formation
- Ouvre droit au crédit d'impôt des chefs d'entreprise. Cette formation n'a pas d'agrément FIFPL ou DPC.
- Tarif : 225 euros par personne. Une attestation de présence et de règlement vous sera donnée à l'issue des deux jours pour votre comptabilité et le crédit d'impôt.

Supports

- Les PPT et différents supports dont une bibliographie vous seront transmis
- Je suis également disponible pour échanger avec les participants après la formation par téléphone ou en visio
- Une journée de suivi est prévue plusieurs mois après pour approfondir
- Possibilités de formation de groupes de supervision de la pratique sur demande