

La thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) : une thérapie comportementale et cognitive (TCC) existentielle

Financement

Formation professionnelle continue
Non conventionnée / sans dispositif

Organisme responsable et contact

CERF FORMATION
Romain JAMES
05.49.28.32.00
r-james@cerf.fr

Accès à la formation

Publics visés :

Demandeur d'emploi
Jeune de moins de 26 ans
Personne handicapée
Salarié(e)
Actif(ve) non salarié(e)

Sélection :

Inscription directe ou par un conseiller
en insertion professionnelle

Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

Conditions d'accès :

Aucune

Prérequis pédagogiques :

Aucun

Contrat de professionnalisation possible ?

Non

Objectif de la formation

Définir les concepts théoriques clés de la thérapie ACT. Identifier ses liens et différences avec la Thérapie Comportementale et Cognitive (TCC) de 1ère et 2ème génération. Mettre en oeuvre les différentes techniques thérapeutiques selon les situations cliniques rencontrées.

Contenu et modalités d'organisation

Les modèles théoriques sous-tendant les thérapies ACT et de pleine conscience. La matrice ACT : une nouvelle analyse fonctionnelle des troubles et difficultés psychologiques. Preuves d'efficacité et domaines d'application : stress, douleur, psychopathologies, addictions et troubles des conduites alimentaires. Le cadre thérapeutique : - Déroulement des séances (en individuel ou en groupe). - Le contrat thérapeutique, outils et méthodes d'évaluation. La relation thérapeutique : - Les attentes du patient et l'installation de l'alliance thérapeutique. Les techniques thérapeutiques : - Utiliser la matrice avant, pendant et en fin de thérapie. - Les outils métaphoriques. - Méditation de pleine conscience du moment présent : points communs et différences avec la relaxation. - Les différentes techniques de défusion cognitive. - Les différentes pratiques expérientielles pour réactiver le sujet vers ses valeurs existentielles.

Parcours de formation personnalisable ? **Oui** Type de parcours **Individualisé**

Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00471510	du 01/10/2024 au 04/10/2024	Bessines (79)	CERF FORMATION		Non éligible	