

## Formation continue de l'ARLD

### **Titre de la formation**

### ***L'Acceptation et l'Engagement en Orthophonie***

### **Formatrice :**

**Juliette De Chassey**, orthophoniste en cabinet libéral à Lyon (France), enseignante au CFUO de Lyon et Clermont Ferrand et formatrice. Formée aux Thérapies Comportementales et Cognitives et aux Thérapies d'Acceptation et d'Engagement. Déléguée régionale de l'APB (Association Parole Bégaiement) et membre de l'AFSCC (Association Francophone des Sciences Comportementales et Contextuelles).

**Date(s) de la (des) formation(s) :** 13 et 14 novembre 2023

**Structure de la formation :** formation unique sur deux jours

**Nombre d'heures total de formation :** 14 heures

### **Descriptif/Objectif(s) de la formation**

- Se familiariser avec le modèle, les processus et les techniques de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement et de la Méditation de pleine conscience.
- Les appliquer au sein d'une rééducation orthophonique auprès des enfants que nous accompagnons, de leurs parents et de nous-mêmes.
- Connaître et s'approprier des exercices pratiques (travail autour de la matrice, des valeurs, des obstacles, exercices expérientiels, présence attentive, métaphores...).
- Pratiquer sur soi pour s'entraîner, observer et comprendre notre propre fonctionnement à la lumière de cette approche (pensées, émotions, croyances, habitudes, évitements...).
- Réfléchir activement dans la dynamique d'un groupe à l'application de l'ACT dans notre vie professionnelle.
- Utiliser l'ACT et la matrice pour réfléchir à la position de « thérapeute » : le cadre, la pratique, les difficultés, les pièges... et développer sa propre flexibilité psychologique et comportementale.

### **Public cible, pré-requis, travail à fournir durant la formation:**

Orthophonistes diplômé.e.s ayant l'expérience d'**au moins une année d'exercice professionnel.**

## **Programme de la formation :**

### **Jour 1 : 09h00-13h00 et 14h00-17h00**

#### Matinée

Présentation de la formation

La thérapie ACT en quelques mots (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement)

Présentation de la « **matrice** » suivi d'un entraînement par groupe de 2 (La matrice est un outil dynamique d'observation, d'analyse fonctionnelle pour développer la flexibilité et aider le patient à choisir les actions qui vont l'aider à avancer)

Pratiques autour de la matrice par groupe de 2 ou 3

Evaluer l'efficacité des stratégies

Etudes de cas apportées par les participants

Feed back et échanges

#### Après-midi

Pleine conscience : espace de respiration

La thérapie ACT en plus de mots : les valeurs, les hameçons, l'engagement, l'action, le choix L'inconfort des parents

L'inconfort des orthophonistes : atelier pratique

La validation émotionnelle

L'acceptation

La procrastination

Feed back, échanges et tâche pour le lendemain

### **Jour 2 : 09h00-13h00 et 14h00-17h00**

#### Matinée

Pleine conscience : se détacher de ses pensées

Feed back sur la tâche à réaliser chez soi

Atelier : inconfort et validation

Impliquer les parents

L'alliance thérapeutique

Révisions et pratiques autour de la matrice

Exercices expérientiels : les pensées, les émotions, le contrôle, les obstacles, les hameçons, la défusion, l'acceptation...

#### Après-midi

Pleine conscience : se mettre à l'écoute de son corps

Faire fonctionner la matrice

Pratique en groupe de 3

Réorganiser son savoir

Feed back