



PASSONS à l'ACT en 2 journées !

**Acquérir les outils issus de la Thérapie
ACT
Acceptation Commitment Therapy
(Thérapie d'Acceptation et d'Engagement)**

ARGUMENTAIRE

L'accompagnement des couples, des familles, des personnes en difficultés dans le champ de la médiation, du travail social et médico-social demande aux différents acteurs professionnels de nombreux outils pour mener à bien leurs missions.

L'association AMORIFE International propose une formation sur 2 journées, pour acquérir des outils issus de la Thérapie ACT.

L'ACT fait partie des Thérapies Cognitives Comportementales de 3^{ème} vague.

Elle a été développée par le psychologue américain Steven C. HAYES & collaborateurs.

Elle vise à améliorer la « flexibilité psychologique », c'est-à-dire, la capacité à être en contact avec les émotions et les pensées du moment présent dans la poursuite de ses objectifs et de ses valeurs.

L'ACT offre un cadre possible d'intervention pour accompagner la, les personnes bloquée(s) dans leur vie, une relation de couple, familiale :

- En augmentant la flexibilité psychologie.
- L'Hexaflex peut être un outil pour leur permettre d'agir vers des relations plus satisfaisantes.
- Accroître ses compétences pour développer « l'acceptation » et le travail sur les émotions, les sensations, les valeurs et les besoins.

PUBLIC

Médiateurs, Médiateurs Familiaux, Travailleurs Sociaux et Médico-Sociaux, pluridisciplinaires.

CONDITIONS D'ACCÈS

Disposer du diplôme requis ou avoir suivi la formation complète pour les métiers suivants :
Médiateur-Médiateur Familial-ME-EJE-ES

ADMISSION

Fournir la copie du diplôme ou l'attestation de formation complète de l'un des métiers ci-dessus.

Si nous avons beaucoup de candidats nous privilégierons d'abord les personnes bénéficiant d'une année d'expérience professionnelle minimum dans un des métiers indiqués, preuve à l'appui.

7 à 8 personnes minimum / 12 à 14 personnes maximum.

VALIDATION/ÉVALUATION

Présence obligatoire à l'ensemble du module de deux journées. Une fiche de présence, par demi-journée, doit obligatoirement être signée par les participants.

Une évaluation continue de la participation/implication sur l'ensemble du cursus formatif sera effectuée.

En début de formation, une évaluation préalable est réalisée avec un tour de table afin d'identifier les connaissances et les besoins de chaque participant(e).

En fin de formation, un bilan global par écrit, pouvant être anonyme, est exigé auprès de chaque stagiaire avant qu'il ne quitte la formation. Un document sera remis à cet effet lors de la dernière demi-journée de formation.

VOLUME HORAIRE : 14 heures

2 journées : 1 modules de 2 jours, soit 2 X 7 heures = 14 heures,

OBJECTIFS

- 1) Maîtriser les éléments théoriques de l'ACT
- 2) Savoir appréhender les émotions difficiles
- 3) Être capable d'identifier et différencier ce qui ressort du sens, des valeurs, des besoins
- 4) Être capable d'aborder les conflits de valeurs
- 5) Acquérir des outils spécifiques comme l'Hexaflex
- 6) Expérimenter les outils proposés sur soi

CONTENUS

- Présentation de l'ACT
- Présentation de l'Hexaflex
- Détail des 6 dimensions
- Expérimentation de la Matrice
- Exercices / Mises en situation

Le descriptif, par journée, est indiqué en annexe 1.

METHODE PEDAGOGIQUE

La pédagogie adoptée repose sur des apports théoriques récents. Des mises en situation et exercices viendront compléter ce dispositif.

Cette modalité pédagogique au plus près des membres du groupe permet une adéquation plus grande avec les besoins des participants. Elle facilite l'intégration des données théoriques qui prennent ainsi plus facilement du sens et leur place dans la pratique de chacun avec l'expérimentation des outils sur soi.

PRISE EN COMPTE DU HANDICAP

Nous étudierons d'éventuelles demandes au cas par cas et pouvons orienter, si besoin, vers des organisations adaptées.

Les formations se déroulant essentiellement en dehors de nos locaux, nous prévoyons automatiquement une location de salle avec accès pour les personnes en situation de handicap physique.

Le référent Handicap d'AMORIFE International est son Président, Monsieur Claudio JACOB. Vous pourrez le joindre aux mêmes coordonnées que la rubrique « contact » ci-dessous.

ÉLÉMENTS MATÉRIELS DE LA FORMATION :

Une salle dédiée à la formation est mise à disposition avec vidéoprojecteur, sonorisation, tableau blanc, tableau de papier, feutres de différentes couleurs et WIFI. Chaque participant devra être en possession de feuilles de papier ou de bloc et d'un stylo pour pouvoir écrire.

LES DATES

JEUDI 05 OCTOBRE 2023

Et

JEUDI 06 OCTOBRE 2023

HORAIRES : de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

LIEU : à définir en fonction des candidats : DOLE, MARSEILLE ou PARIS (veuillez indiquer votre choix avec votre pré-inscription. Attention : le lieu définitif sera choisi courant juin 2023 en fonction des réponses. (Les arrhes versées ne seront pas remboursées si votre choix géographique n'a pas été validé.) Vous devez prendre vos dispositions pour votre participation dans les trois villes indiquées.

Nombre de PARTICIPANTS : 12 à 14 personnes Maximum / 7 à 8 personnes Minimum

LES INTERVENANTS

Pascale SOUSSAN-DERRIEN

Médiatrice Familiale Diplômée d'État et Diplôme Européen en Médiation Familiale Internationale. DESU Droit et Pratique de la médiation et de la négociation en matière sociale et commerciale. Thérapeute Systémique (individuel, couple, famille) - spécialisée TCC 3^{ème} vague (ACT – SMART – Thérapie Fondée sur la compassion) – Méditation de Pleine Conscience (MBSR – MSC) Sophrologue – Art Danse Thérapeute – Enseignant Yoga –

LES RESPONSABLES DE FORMATION

Responsabilité Pédagogique : Claudio JACOB et Pascale SOUSSAN-DERRIEN

Responsabilité Administrative : Claudio JACOB

SECRÉTARIAT

Secrétariat d'AMORIFE International : secretariat@amorifeinternational.com

TARIFS / Personne

Prise en charge employeur : 410,00 € nets de taxe (quatre-cent-dix euros) (document obligatoire à retourner en annexe 2). Payable fin de mois après réception de facture soit fin octobre 2023 au plus tard.

Attention : l'employeur doit prévoir des frais éventuels et des temps de déplacements pour son (sa) salarié(e) en fonction du lieu définitif choisi.

Individuel : 345,00 € nets de taxe. (trois-cent-quarante-cinq euros). Un Acompte de **105,00 € est obligatoire à l'inscription (cent-cinq euros).** Solde payable au premier jour de formation, jeudi 05 octobre 2023 à 09h00. Arrangements de paiement sur demande (caution exigée du montant total de la formation).

Les arrhes versées ne seront pas remboursées si votre choix géographique n'a pas été validé. Vous devez prendre vos dispositions pour votre participation dans les trois villes indiquées.

Un mois avant le démarrage de la formation, soit le 05 septembre 2023, l'acompte reste dû même en l'absence de la personne inscrite.

Au démarrage de la formation, soit le jeudi 05 octobre 2023, la totalité du paiement reste dû y compris en cas d'absence de la personne inscrite, indépendamment du motif d'absence.

Si la formation n'avait pas lieu, l'acompte serait remboursé dans son intégralité.

En cours de formation, en cas d'absence de l'intervenant, aucun remboursement ne pourra être demandé, l'Association s'engageant à fournir l'intégralité des contenus proposés à d'autres dates, fixées entre le groupe et l'Association, sans surcoût pour les participants. Les stagiaires et les employeurs ne pourront prétendre à aucune indemnité compensatrice.

ANNEXE 1

MODULE : PASSONS à l'ACT ! Deux journées pour acquérir des outils issus de la Thérapie ACT, notamment l'HEXAFLEX.

➤ JEUDI 05 OCTOBRE 2023

MATIN 09h00 – 12h30

Accueil

- Introduction et présentation de l'ACT
- « Je pense donc je ressens » : anatomie d'une émotion
- L'HEXAFLEX : introduction

APRÈS-MIDI 13h30 – 17h00

- Les 4 premières dimensions de l'HEXAFLEX :
 - 1/ Évitement expérientiel v/s Acceptation. Expérience mentale (pensées, émotions...) et expérience des sensations physiques.
 - 2/ Fusion des pensées (notions d'évitement expérientiel de la personne) et Défusion des pensées (placer la personne dans une perspective de flexibilité psychologique).
 - 3/ Le SOI comme contenu. Le SOI comme contexte.
 - 4/ Le temps : Passé / Futur / Instant présent.
- Bilan oral de la première journée

➤ VENDREDI 06 OCTOBRE 2023

MATIN 09h00 – 12h30

- Retour sur la 1^{ère} journée, questions/réponses
- Dimensions 5 et 6 de l'HEXAFLEX :
 - 5/ La boussole (les valeurs qui fournissent une direction aux actions engagées).
 - 6/ Le mouvement des actions engagées tout en accueillant les sensations internes désagréables.
- Un outil : la Matrice.

APRÈS-MIDI 13h30 – 17h00

- Retour sur les 6 dimensions de l'HEXAFLEX.
- Expérience mentale / Expérience des 5 sens.
- La Matrice (suite) et expérimentation personnelle de l'outil.
- Questions / Réponses.
- Bilan général de la formation

ANNEXE 2
PRISE EN CHARGE EMPLOYEUR

Montant de la prise en charge net de taxes : 410,00 € (quatre-cent-dix euros)

Intitulé de la formation : Passons à l'ACT en 2 journées !

Lieu de la formation : DOLE, MARSEILLE ou PARIS

Nom et prénom de la personne concernée :

Société ou Organisme :

Personne à contacter :

Adresse :

Code postal/ville :

Téléphone :

Courriel :

Date :

Cachet et signature obligatoire :

