



PRESENTATION

« Être Soi, Complètement et Librement »

Atelier intensif ACT centré sur le Soi Comme Contexte

- Paris, France 28 et 29 Avril 2017 -
Matthieu Villatte, PhD.

La conscience de soi et l'identité sont des questions centrales dans tous les problèmes psychologiques que nous traitons en psychothérapie : la plupart des patients ont des difficultés à bien percevoir leurs émotions et pensées ; beaucoup sont perturbés par des évaluations négatives à propos d'eux-mêmes ou par un faible sentiment d'efficacité personnelle ; d'autres ne parviennent pas à se sentir stables ; d'autres ont du mal à trouver un équilibre entre attachement et différenciation dans leurs relations personnelles ; d'autres ne parviennent pas à s'engager dans des actions valorisées si celles-ci contredisent l'image qu'ils se font d'eux-mêmes.

La théorie des cadres relationnels (TCR) est une approche contextuelle comportementale du langage et de la cognition qui a permis le développement de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), et qui peut être utilisée pour enrichir l'efficacité des conversations cliniques de nombreuses approches thérapeutiques. Du point de vue de la TCR, les problèmes liés à l'identité et à la notion de soi émergent à partir de processus langagiers qui ne distinguent pas correctement les expériences psychologiques (émotions, pensées, sensations) de l'observation de ces expériences. Lorsque nous nous identifions à ce que nous pensons, ressentons, et faisons, nous perdons la liberté de vivre de manière riche et harmonieuses ; les expériences difficiles qui accompagnent inévitablement notre développement personnel sont perçues comme trop dangereuses. **Développer une identité, un « sens de soi », qui contient et en même temps se distingue des expériences psychologiques est donc un aspect crucial du processus thérapeutique.**

Dans cet atelier, **vous apprendrez à utiliser les principes de la TCR pour aider vos patients à construire une identité leur permettant d'être à la fois stables et flexibles ; responsables et compassionnels ; connectés et différenciés.** Nous nous focaliserons en particulier sur les processus de prise de perspective et de pensée intégrative que nous activerons au moyen d'exercices expérientiels et de conversations naturelles.

Cet atelier inclura des **présentations didactiques focalisées sur les habiletés cliniques**, des **exercices expérientiels** (ex. pleine conscience, improvisation) vous permettant d'appliquer les principes de la TCR sur vous-mêmes, des **analyses de démonstrations cliniques** et des **jeux de rôles impliquant vos expériences personnelles**. Pour bénéficier au mieux de cette formation, vous serez encouragés à vous impliquer personnellement dans les exercices expérientiels, et à explorer de nouvelles techniques thérapeutiques pouvant modifier votre pratique habituelle.

Cette formation est adaptée à tous les praticiens de la santé mentale, à tous niveaux d'expertise, et travaillant avec tout type de population dans divers types d'institution ou en pratique privée. Une formation préalable à l'ACT ou à d'autres modèles de la 3eme vague des TCC est encouragée mais pas absolument nécessaire.

➤ **FORMATEUR**

Matthieu Villatte est psychologue et docteur en psychologie, formateur et chercheur à Seattle aux Etats-Unis. Après avoir soutenu sa thèse en France, il a effectué un séjour post-doctoral à l'Université de Reno, Nevada, sous la supervision de Steven Hayes, fondateur de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT). Depuis, en tant que formateur reconnu par l'Association for Contextual Behavioral Science (ACBS), il a animé plus de 90 ateliers sur les thérapies de 3ème vague en Amérique du Nord et du Sud, en Australie-Nouvelle-Zélande et en Europe.

Il est auteur et co-auteur de plusieurs ouvrages et chapitres d'ouvrage sur les thérapies de 3eme vague et sur la pratique expérientielle, dont le premier manuel ACT en français, et le récent *Mastering the Clinical Conversation: Language as Intervention*, co-écrit avec Jennifer Villatte et Steven Hayes, sur l'utilisation expérientielle du langage en psychothérapie.



Centre d'Intervention Psychologique

Cabinet de psychologie Saint-Jacques

12, boulevard Saint-Jacques • Hall 5 • 75014 Paris

Tél. : 06 85 40 56 89 • Mail : cipsy.paris14@gmail.com

www.psy-paris-14.fr/cipsy/ • Siret : 818 024 101
