



PRESENTATION

ACT Couple

Paris, France / les 25 & 26 Janvier 2019 -
Claire-Marie Best

INTITULÉ	ACT pour les Couples
CONTEXTE/RÉSUMÉ	<p>La thérapie de couple est peu répandue dans l'enseignement des TCC en France. Cette dernière a pourtant suivie le mouvement des trois vagues chronologiques et leurs modifications épistémologiques respectives.</p> <p>Depuis quelques années, le contextualisme fonctionnel, décrit par S. Hayes et ses collaborateurs, offre un nouveau paradigme pour appréhender les difficultés d'interaction entre le patient et l'environnement. Il ne s'agit plus seulement d'agir sur les variables internes du sujet mais de prendre également en compte les éléments du contexte qui engendrent les problèmes de couple et leurs conséquences (contingences).</p> <p>Dans cette perspective, A. Lev et M. McKay (2017) ont appliqué la thérapie d'Acceptation et d'Engagement aux difficultés de couples en intégrant les schémas précoces inadaptés à une approche comportementale et contextuelle.</p> <p>L'approche ACT du couple permet non seulement d'appliquer l'Hexaflex aux difficultés interactionnelles mais elle envisage aussi de discerner les patterns comportementaux dans lesquels les couples se sentent "coincés". L'identification des stimuli déclenchants (indices contextuels spécifiques) et des stratégies comportementales non fonctionnelles permet à chaque partenaire d'agir différemment en apprenant à varier ses propres réponses au sein du couple, de manière plus valorisée.</p> <p>La thérapie a pour objectif de créer une autre relation aux évènements psychologiques négatifs (pensées, images, émotions) lors des interactions conflictuelles en augmentant la flexibilité psychologique de chaque partenaire dans sa relation à l'autre.</p>

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Présenter les arguments théoriques qui sous-tendent la thérapie ACT de couple • Décrire les principales étapes qui suivent le processus de changement • Travailler une analyse de cas pour établir l'analyse fonctionnelle • Proposer des exercices formels pour s'entraîner à l'approche expérientielle • Fournir à chaque participant un document de travail reprenant la présentation théorique et les exercices
CONTENU	<ul style="list-style-type: none"> • Rappel théorique sur la thérapie cognitive et comportementale de couple • Apport de la thérapie d'Acceptation et d'Engagement sur les mécanismes contextuels en jeu dans les interactions • Analyse fonctionnelle des conflits au sein du couple • Identification des stimuli déclencheurs et de la souffrance primaire • Evitement expérientiel et stratégie d'adaptation dysfonctionnelle • Engagement vers de nouveaux comportements cohérents
METHODES PÉDAGOGIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Apports théoriques récents "data based" • Jeux de rôles utilisant des vignettes cliniques • Exercices formels spécifiques aux processus travaillés
SUPPORTS PÉDAGOGIQUES UTILISÉS	<ul style="list-style-type: none"> • Diaporama PPT • Support papier de l'intégralité du contenu diaporama • Polycopiés d'exercices patient/thérapeute
RÉFÉRENCES, RECOMMANDATIONS , BIBLIOGRAPHIE	<ul style="list-style-type: none"> • Harris, R. (2009). ACT with love : Stop struggling reconcile differences strengthen your relationship with with acceptance and commitment therapy. Oakland : New Harbinger Publications. • Lev, A., McKay, M. (2017). Acceptance and Commitment Therapy for Couples. Oakland : New Harbinger Publications. • Lussier, Y., Belanger, C., Sabourin, S., Shaver, P. (2017). Les fondements de la thérapie de couple. Presses de l'Université du Québec

