

# FICHE PÉDAGOGIQUE

Utiliser la thérapie ACT en consultation diététique:  
Thérapie d'acceptation et d'engagement dans le contexte alimentaire

## INSCRIPTION

---

Inscription sur <http://elearningcfdc.com/wp/catalogue/>

**DATES : 05, 06 ET 07 FÉVRIER 2024**

---

Attention : seulement 25 places sont disponibles

## DURÉE

---

18 heures sur 3 jours

**FORMATEUR : FLORIAN SAFFER, DIÉTÉTICIEN, THÉRAPEUTE COMPORTEMENTALISTE ET INGÉNIEUR EN PÉDAGOGIE**

---

**LIEU : A DISTANCE, PLATEFORME ZOOM**

---

## PRÉSENTATION

---

Cet atelier vise à appliquer les principes de la thérapies d'acceptation et d'engagement en consultation diététique

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

---

- Réaliser une analyse fonctionnelle
  - Entraîner chez le patient la flexibilité psychologique et comportementale
  - Entraîner la capacité du patient à manger en pleine conscience (mindfuleating)
  - Aider le patient à clarifier ses motivations au changement
  - Aider le patient à identifier et dépasser ses freins mentaux
-

## MOYENS PÉDAGOGIQUES

---

La formation sera assurée par Florian Saffer, diététicien, thérapeute comportementaliste et titulaire d'un Master en Sciences de l'éducation

La pédagogie de cet atelier reposera sur plusieurs outils visant une articulation adaptée entre les savoirs et les savoir-faire.

- Présentation didactique et théorique : diaporama
- Jeux de rôle
- Apprentissage vicariant (démonstration)
- Travail collaboratif

## EVALUATION DES ACQUIS

---

L'évaluation se situera en plusieurs temps :

L'**autoévaluation des compétences** aura lieu en début de formation et en fin de formation afin d'évaluer l'évolution du stagiaire. Une troisième autoévaluation des compétences sera également réalisée 3 mois après l'action de formation afin de vérifier la stabilité des acquis dans le temps et l'efficacité sur le terrain des compétences.

En parallèle de ceci il **évaluation formative** continue sera réalisée pendant l'atelier :

- L'évaluation des connaissances sera évaluée par divers outils : questionnaires à choix multiple, texte à trou
- L'évaluation des savoir-faire sera réalisée en continue par la pratique de cas clinique qui seront débriefés par le formateur

L'**évaluation de la satisfaction** des stagiaires sera réalisée en fin de formation par un questionnaire anonyme.

A l'issue de cette formation le stagiaire recevra une attestation attestant sa participation à l'atelier et sa maîtrise des compétences visées par celui-ci.

## PROGRAMME

---

Jour 1 : Matin : 9h30-13h00

- Présentation de la thérapie d'acceptation et d'engagement
- Les 6 processus de la flexibilité psychologique : l'Hexaflex
- Le contextualisme fonctionnel : une vision pragmatique radical du comportementalisme
- La matrice ACT : un outil d'analyse fonctionnelle

Jour 1 : après-midi : 14h30 – 17h

- Les 3 zones cliniquement significatives
- La notion d'engagement dans l'ACT
- Les obstacles à l'engagement
- Manger en pleine conscience

Florian Saffer – 60 avenue du médipôle 38300 Bourgoin-Jallieu Courriel :  
[dietetiquecomportementale@gmail.com](mailto:dietetiquecomportementale@gmail.com)

SIRET : 485 113 294 00030 Numéro de déclaration d'activité : 82 38 05634 38

Jour 2 : mati : 9h30-13h00

- Retour sur l'alimentation en conscience
- Augmenter la tolérance aux émotions
- Place de la pleine conscience et de l'accueil des émotions
- Place de la relation thérapeutique dans l'accueil des émotions
- La défusion cognitive : sortir des limites du langage

Jour 2 : après-midi : 14h30-17h00

- Augmenter la flexibilité dans les conduites alimentaires
- Travailler les comportements « problème » avec la thérapie ACT

Jour 3 : mati : 9h30-13h00

- Retour sur les processus de défusion cognitive
- Illustration en consultation diététique

Jour 3 : après-midi : 14h30-17h00

- Le travail sur la prise de perspective
- Entraîner l'auto-compassion
- Synthèse des 3 jours de formation

## TARIF

---

*Plein tarif: 380 euros  
Tarif réduit (étudiants, demandeurs d'emploi, ADL, M2000) : 320 euros*

## NATURE DE LA FORMATION

---

La Formation s'inscrit dans le cadre des actions de formation prévues par les articles L.6313-1 et L.6313-9 du Code du Travail - LOI n°2018-771 du 5 septembre 2018 - art. 4

Elle constitue une action concourant au développement des compétences qui entre dans le champ d'application des dispositions relatives à la formation professionnelle sous le qualificatif :

**Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.**

## PUBLIC ET PRÉREQUIS

---

Formation ouverte uniquement aux diététiciens diplômés

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

---

Afin de garantir l'accessibilité pédagogique des formations à tous, notre organisme de formation peut réaliser des adaptations à la demande (adaptation des rythmes, des supports...). Nous vous invitons dans ce cas à nous contacter au plus vite.

---

Florian Saffer – 60 avenue du médipôle 38300 Bourgoin-Jallieu Courriel :  
[dietetiquecomportementale@gmail.com](mailto:dietetiquecomportementale@gmail.com)

SIRET : 485 113 294 00030 Numéro de déclaration d'activité : 82 38 05634 38