

## **ACT en mouvement : approche psychocorporelle basée sur l'ACT\* \*thérapie d'acceptation et d'engagement**

### **INSCRIPTION**

---

L'inscription se fait en ligne en suivant le lien <http://elearningcfdc.com/wp/catalogue/> ou en le tapant dans votre navigateur internet

**DATES : 13 AU 15 MARS 2025 (MAISON DE L'ASSOMPTION PARIS 16) ET 29 AVRIL 2025**

---

### **PRESENTATION**

---

Formation d'une durée de 30h réparties en :

- 2h de e-learning préparatoire
- 21h (3 jours) en présentiel et 7h (1 jour) en distanciel synchrone (visio-formation)

Animée par Florian Saffer diététicien, thérapeute comportementaliste et ingénieur en pédagogie et Duncan Benveniste diététicien, thérapeute comportementaliste et ingénieur en pédagogie.

La formation "ACT en Mouvement" propose une approche novatrice de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT).

Cette formation s'appuie sur des techniques psychocorporelles, mobilisant le corps pour explorer et surmonter les obstacles mentaux. Nous utiliserons des exercices inspirés du Théâtre de l'Opprimé d'Augusto Boal, du yoga, et d'autres pratiques corporelles.

L'objectif est de permettre aux participants d'utiliser le corps comme support à la défusion cognitive, à l'engagement, et à la connexion aux valeurs, des processus essentiels dans une thérapie ACT.

Les participants apprendront comment utiliser le corps pour dépasser les barrières mentales et comment intégrer la matrice ACT de manière corporelle dans leur pratique professionnelle

### **OBJECTIFS PEDAGOGIQUES**

---

- Intégrer des outils de type psychocorporel basé sur l'ACT dans sa pratique clinique
- Adapter sa stratégie de soin au contexte neurophysiologique du patient

## **METHODE PEDAGOGIQUE**

---

La formation sera assurée par Duncan Benveniste diététicien, thérapeute comportementaliste et ingénieur en pédagogie et 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.

- Abord théorique : e-learning préparatoire
- Exercices expérientiels
- Etudes de cas cliniques
- Apprentissage vicariant : démonstrations commentées et didactisées
- Jeux de rôle
- Travail de groupe

### ***E-learning asynchrone préparatoire (2h)***

*Présentation du modèle de la flexibilité psychologique (ACT)*

*Présentation du modèle de la matrice ACT*

*Cadre théorique : théâtre de l'opprimé*

#### **J1**

*Matin : 9h30 – 13h*

*- Rencontre*

- expériences psychocorporelles : créer le lien*
- expérimenter la théorie polyvagale*

*Après-midi : 14h00 à 17h30*

- S'affirmer face à ses critiques intérieurs : « les flics dans la tête » (théâtre de l'opprimé)*
- debriefing et mise en lien avec la flexibilité psychologique*

#### **J2**

*Matin : 9h30 – 13h*

*- échauffement psychocorporel*

*- le corps comme contexte d'observation : « observer c'est déjà changer ! »*

- expériences psychocorporelles : incarner valeurs, évitements, actions engagées et fusion*
- Utiliser la matrice ACT avec le corps en mouvement*

*- Après midi : 14h00 à 17h30*

*- échauffement psychocorporel*

- contextualisation de la matrice en mouvement autour de cas cliniques*
- jeux de rôle*

#### **J3**

*Matin : 9h30 – 13h*

*- « Re-tracer » sa trajectoire de vie*

*- échauffement psychocorporel*

*- la dissociation en mouvement : de la honte à l'expression*

- redevenir l'auteur de sa vie : « des rituels et des masques » (théâtre de l'opprimé)*

*- Après midi : 14h00 à 17h30*

*- échauffement psychocorporel*

- contextualisation de la technique « des rituels et des masques » autour de cas cliniques*
- jeux de rôle*
- synthèse de la formation*

#### **J4 – 29/04/2025**

*Matin : 9h30 – 13h et 14-17h30*

*- retour sur les pratiques*

*- analyse des pratiques*

*- conceptualisation de cas*

*- discussions cliniques*

## EVALUATION DES AQUIS

---

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 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 savoir-faire sera réalisée en continu 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.

## 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 PREREQUIS

---

Formation ouverte à tous les professionnels de santé et de l'accompagnement sans prérequis

## ACCESSIBILITE

---

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.

## TARIF

---

Tarif ordinaire : 690 euros

Tarif réduit : 640 euros (abonnés Mon suivi diet, adhérents ADL, demandeur d'emploi et étudiants)