



ULB

**CERTIFICAT  
D'UNIVERSITÉ  
DE PRATICIEN·NE EN  
ACCEPTATION ET ENGAGEMENT  
(ACT)**

**"N'OUBLIONS PAS QUE LES PETITES ÉMOTIONS SONT LES GRANDS CAPITAINES DE NOS VIES ET QU'À CELLES-LÀ NOUS Y OBÉISSONS SANS LE SAVOIR."**

**V. VAN GOGH**

## **OBJECTIFS**

**Le Certificat d'Université de praticien·ne en acceptation et engagement (ACT) a pour objectif d'acquérir une base théorique, à la fois sur la gestion émotionnelle, sur les 6 axes de l'accompagnement thérapeutique ACT, sur les modèles théoriques de l'ACT des éléments de psychopathologie ainsi que les attitudes piliers de la pleine conscience.**

**Plusieurs expert.e.s du domaine de l'ACT présenteront les différents modèles sous-jacents au principe du choix et de l'acceptation en pleine conscience. Les compétences qui en découlent seront entraînées par des exercices et des jeux de rôles et guideront également les premiers pas du praticien de l'ACT dans l'exercice de ses nouvelles compétences.**

## CONTENU

La formation comporte 13 séances de 8h de cours chacune qui se forment autour de 3 modules principaux. Des séances de supervisions collectives et individuelles viennent compléter ces modules en fin de formation.

### **MODULE 1 – LES BASES THÉORICO-PRATIQUES (24H)**

- o Origine, postulats et modèles
- o L'auto-compassion, un outil pour prendre soin de soi quand on est soignant·e
- o Valeur et engagement dans l'ACT
- o Congruence de l'intervenant·e ACT et transparence thérapeutique

### **MODULE 2 – LES BASES DE L'ACCOMPAGNEMENT (24H)**

- o Une vision interactionnelle des troubles psychologiques
- o Entretien motivationnel
- o Le travail avec les métaphores

### **MODULE 3 – OUTILS PRATIQUES (24H)**

- o Emotions
- o La relation comme espace de travail et de changement
- o ACT et troubles anxio-dépressifs

### **SUPERVISIONS**

- o 4 supervisions collectives
- o Supervisions en petits groupes

### **1 CONFÉRENCE/RENCONTRE AVEC UNE PERSONNALITÉ DE L'ACT (EN SOIRÉE)**

### **1 TRAVAIL DE FIN DE FORMATION**



Un programme proposé par :



émergences

Informations  
& inscription :

[husci.ulb.be](http://husci.ulb.be)

