

CERTIFICAT D'UNIVERSITÉ DE PRATICIEN·NE EN ACCEPTATION ET ENGAGEMENT

©ULB-Isopix.be

PRÉSENTATION

Vivre des émotions positives et négatives est inhérent à la condition humaine. Malgré qu'il soit vain d'espérer vivre une vie dépourvue d'émotions négatives, adopter des comportements n'ayant d'autre but que de les éviter est un réflexe aussi commun qu'inefficace.

Au travers des recherches scientifiques actuelles, cette formation donne les outils nécessaires à l'identification des valeurs de l'individu. Cette identification lui permettant en retour de déterminer des comportements porteurs de sens parce que conformes à ces valeurs et d'accepter les émotions, positives et négatives, qui les accompagnent.

OBJECTIFS

Ce certificat a pour objectif d'apprentissage d'acquérir une base théorique, à la fois sur la gestion émotionnelle, les 6 axes de l'accompagnement thérapeutique ACT, les modèles théoriques de l'ACT,

des éléments de psychopathologie ainsi que les attitudes piliers de la pleine conscience. L'objectif est donc réellement d'approfondir un cadre théorique. Il ne s'agit pas de former les étudiant·e·s en psychothérapeutes ACT ou en instructeurs/instructrices de pleine conscience.

MÉTHODOLOGIE

Plusieurs experts 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. Un corpus théorique indispensable à la bonne compréhension des outils sera également dispensé. Des supervisions guideront les premiers pas du praticien de l'ACT dans l'exercice de ses nouvelles compétences.

INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU ET DATES

116 heures réparties de mars à juin les jeudis, vendredis et samedis de 09h00 à 17h00

ULB - Campus du Solbosch

PRIX

- Prix plein : 1.750€
- Sans emploi : 1.250 €

*De nombreuses aides possibles.
Infos disponibles sur le site.

INFORMATIONS & INSCRIPTION

<http://husci.ulb.be>

LES PARTENAIRES



émergences



Contact

T 02 650.45.80 | husci@ulb.be
<http://husci.ulb.be>

À L'ULB, LA FORMATION CONTINUE !

“ 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

