

**Premières journées francophones de Science Comportementale Contextuelle, 15 septembre 2012 à Montréal, 6 Octobre 2012 à Paris.**



## **LE MOT DES PRÉSIDENTS :**

*Les premières journées francophones de science comportementale contextuelles vont se dérouler à Paris et Montréal à la rentrée 2012. En tout, c'est plus de 20 présentations et mini-ateliers qui vous seront présentés au cours de ces deux journées.*

*Ces premières rencontres francophones marquent un moment important dans l'essor de psychologie contextuelle dans le monde francophone et nous espérons qu'elles seront à l'origine d'une longue série de telles rencontres.*

*Au-delà du contenu des présentations — dont la diversité atteste de la richesse et de l'étendue de la science comportementale contextuelle — ces journées sont une opportunité de réunir toutes les personnes qui travaillent, étudient et recherchent divers aspects de la psychologie contextuelle. Nous espérons vous y voir rencontrer nombreux.*

**Frédéric Dionne, PhD.** Président 2011-2012

**Benjamin Schoendorff, MSc** président 2012-2013

**PREMIÈRES JOURNÉES FRANCOPHONES DE SCIENCE COMPORTEMENTALE  
CONTEXTUELLE**

**UQAM, MONTRÉAL, 15 SEPTEMBRE 2012**

**PROGRAMME DE LA JOURNÉE**

9 :00 -9 :15 Ouverture — Benjamin Schoendorff et Frédérick Dionne

9 :15 - 9 :35 ACT en milieu de travail, Karine Deschamps-Broué

9 :35 - 9 :55 Un pas vers l'acceptation avec une jambe qui souffre, Sylvain Bédard

9 :55 – 10 :15 ACT, FAP et trouble de la personnalité, étude de cas, Marie-France Bolduc

10 :15 - 10 :45 L'espoir est-il un renforçateur? Pierre Cousineau

10 :45 - 11 :15 Pause

11 :15 - 12 :00 ACT et activation comportementale, Sébastien Hogue et Frédérick Dionne

12 :00 – 12 :45 ACT et TOC, Benjamin Schoendorff **PROGRAMME DÉTAILLÉ**

***ACT en milieu de travail : Revue des principaux travaux effectués et propositions d'utilisation avec certaines populations de travailleurs.*** Karine Deschamps-Broué (Montréal).

La présentation de certaines problématiques courantes en milieu de travail permettra de mettre en lumière l'intérêt d'implanter et d'évaluer l'efficacité d'interventions favorisant la santé mentale des travailleurs. Une revue des principaux travaux effectués sur la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) en milieu de travail sera présentée. Puis, des interventions ACT avec certaines populations ciblées seront proposées. Enfin, des pistes de recherches futures seront exposées

***Un pas vers l'acceptation avec une jambe qui souffre.*** Sylvain Bédard (Montréal)

Il s'agit de la présentation du cas d'un jeune homme souffrant d'une algodystrophie réflexe à la jambe qui a été suivi par une équipe de réadaptation avec peu de résultats sur le plan physique, et qui a nécessité un suivi en psychologie en raison de la détérioration de son fonctionnement au quotidien. L'introduction de modalités thérapeutiques inspirées de ACT a marqué un tournant pour cette personne et lui a permis de réinvestir des activités qui avaient de la valeur pour lui.

***ACT, FAP et trouble de la personnalité.*** Marie-France Bolduc (Montréal).

Les troubles de l'Axe II, en particulier le trouble de la personnalité borderline, présentent des défis particuliers. Cette étude de cas illustrera comment combiner la focalisation sur la relation thérapeutique selon les principes de la thérapie basée sur l'analyse fonctionnelle (FAP) permet de renforcer la thérapie ACT d'un de ces troubles.

***L'espoir peut-il être considéré comme un renforcement ?*** Pierre Cousineau (Montréal)

La tradition comportementale a tenté d'éviter l'utilisation de termes référant à des concepts qui ne peuvent être observés directement. Le concept de besoins est l'un de ces termes qu'on préfère ne pas utiliser. Nous pensons que les termes renforcements primaires et besoins sont les deux côtés de la même médaille : l'un réfère à un comportement observable, l'autre à une

expérience subjective. Pourquoi s'embêter avec un concept comme celui des besoins ? Nous pensons qu'il ajoute des outils à la prévision et à la modification du comportement. Les personnes que l'on qualifie de troubles de la personnalité répondent souvent à des renforcements étranges. Elles semblent persister dans des comportements maintenus par des renforcements qui semblent des punitions. Ces apparentes punitions sont-elles en fait des renforcements, par exemple recevoir de l'attention lorsqu'on est frappé ? Peut-être que l'espoir d'un éventuel changement du comportement de l'autre est le renforcement et que le besoin d'attachement est l'élément fondamental de cette équation.

***L'ACT et la Thérapie d'activation comportementale : similarités et divergences.***

Jean-Sébastien Hogue et Frédérick Dionne (Québec)

La Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) et la Thérapie d'activation comportementale sont deux modèles thérapeutiques très riches et efficaces sur le plan thérapeutique. Ces modèles présentent plusieurs caractéristiques communes et s'intéressent à différents degrés à des processus tels l'acceptation, l'action, la prise de distance face aux pensées, les valeurs, etc. Cet atelier contraste ces deux modèles tant sur les plans théoriques que pratiques tout en suggérant des contextes où il peut être plus approprié d'utiliser un modèle sur l'autre.

***ACT et TOC : Protocole et programme de recherche.*** Benjamin Schoendorff (Montréal)

Certaines données indiquent que l'ACT pourrait être un traitement efficace pour le trouble obsessionnel compulsif. Dans cette communication, je présenterai nos recherches en cours autour de l'ACT et du TOC ainsi que le protocole de traitement utilisé dans la prise en charge du TOC par l'ACT.

[Cliquez ici pour télécharger le bulletin d'inscription pour la journée de Montréal](#)

PREMIÈRES JOURNÉES FRANCOPHONES DE SCIENCE COMPORTEMENTALE  
CONTEXTUELLE  
ESPACE REILLE, PARIS, 6 OCTOBRE 2012

PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Heure Grande salle Petite salle

9 :00 -9 :30 Ouverture — mot du président, Benjamin Schoendorff (Grande Salle)

9 :30 - 10 :00 Mini-atelier 1 (Grande Salle) Arrêter de lutter avec la nourriture avec ACT, Jana Grand et Dr Anne Chablis

P1. ACTion et dissociation post-traumatique, Dr Isabelle Kallert

10 :00 - 10 :30 M1. ACT et tics, Benjamin Schoendorff

10 :30 - 11 :00 Pause

11 :00 - 11 :30 M2. TOC en groupe, Arnault, Detournay, Peyre & Demenois Symposium ACT et nutrition

- ACT et maladies nutritionnelles, Florian Saffer

- ACT et pratique de médecin nutritionniste, Dr Nicole Karsenti

11 :30 - 12 :00 M3. Acceptation et thérapie de couple, François Allard

12 :00 - 12 :30 M4. De l'hypnothérapie à l'ACT, Dr Patrice Kervinio

12 :30 - 13 :00 Déjeuner

13 :00 - 13 :30

13 :30 - 14 :00

14 :00 - 14 :30 Mini-atelier 2

Contextualisme fonctionnel et Théorie des cadres relationnels, Jana Grand et Dr Jean-Michel Vincent Mini-atelier 3

Techniques de clown dans le travail ACT, Dr Jean-Christophe Sez nec

14 :30 - 15 :00

15 :00 - 15 :30 Pause

15 :30 - 16 :00 Mini-atelier 4

ACT et compassion, Egide Altenloh P2. ACT 'clandestin' en sophrologie et formation, Louise Boyer

16 :00 - 16 :30 M5. Autour des sens et de l'instant présent, Dr Patrice Kervinio

à partir de 17 :00 Cocktail dans un bar du quartier

**Premières journées Francophones de science comportementale contextuelle**

**Espace Reille, PARIS, 6 octobre 2012**

□

**Programme de la journée**

Heure

Grande salle

Petite salle

9 :00 - 9 :30

Ouverture — mot du président, Benjamin Schöendorff

9 :30 - 10 :00

**Mini-atelier 1**

Arrêter de lutter avec la nourriture avec ACTJana Grand et Dr Anne Chablis

P1. ACTION et dissociation post-traumatique, Dr Isabelle Kallert

10 :00 - 10 :30

M1. ACT et tics, Benjamin Schoendorff

10 :30 - 11 :00

Pause

11 :00 - 11 :30

M2. TOC en groupe, Arnault, Detournay, Peyre & Demenois

**Symposium ACT et nutrition**

- ACT et maladies nutritionnelles, Florian Saffer

- ACT et pratique de médecin nutritionniste, Dr Nicole Karsenti

11 :30 - 12 :00

M3. Acceptation et thérapie de couple, François Allard

12 :00 - 12 :30

M4. De l'hypnothérapie à l'ACT, Dr Patrice Kervinio

12 :30 - 13 :00

Déjeuner

13 :00 - 13 :30

13 :30 - 14 :00

14 :00 - 14 :30

**Mini-atelier 2**

Contextualisme fonctionnel et Théorie des cadres relationnels, Jana Grand et Dr Jean-Michel Vincent

**Mini-atelier 3**

Techniques de clown dans le travail ACT, Dr Jean-Christophe Seznec

14 :30 - 15 :00

15 :00 - 15 :30

Pause

15 :30 - 16 :00

**Mini-atelier 4**

ACT et compassion, Egide Altenloh

P2. ACT 'clandestin' en sophrologie et formation, Louise Boyer

16 :00 - 16 :30

M5. Autour des sens et de l'instant présent, Dr Patrice Kervinio

à partir de 17 :00



Cocktail dans un bar du quartier

**Quatre Mini-ateliers** d'une heure vous permettront d'affûter vos habiletés cliniques.

**Mini-atelier 1 : ACT et TCA Retrouvez la liberté en vous**, Jana Grand (Lyon) et Dr Anne Chablis (Paris). Ce mini atelier consacré aux troubles du comportement alimentaire présentera l'approche ACT comme modèle qui entraîne une plus grande flexibilité psychologique et comportementale face aux émotions, aux pensées difficiles et aux habitudes alimentaires contraignantes. À l'aide de la Matrice nous présenterons et conceptualiserons un cas clinique. Le travail proposé suivra deux axes: 1) travail avec les obstacles émotionnels et cognitifs (défusion, acceptation, prise des perspectives ; 2) élargissement du comportement dans le contexte alimentaire et la vie plus large (action valeurs). L'atelier sera illustré de vignettes cliniques et de jeux de rôles interactifs.

**Mini-atelier 2 : Contextualisme fonctionnel, Théorie des Cadres Relationnels et Matrice.** Jana Grand (Lyon) & Dr Jean-Michel Vincent (Besançon).

Ce mini-atelier présentera dans un premier temps le contextualisme fonctionnel et la théorie des cadres relationnels à travers la matrice. Dans un deuxième temps, nous présenterons des jeux de rôles cliniques autour de la matrice en interaction avec les participants à l'atelier.

**Mini-atelier 3 : Techniques de clown dans le travail ACT.** Dr Jean-Christophe Sez nec (Paris). Travailler à partir des techniques de clown permet de s'inscrire dans le présent à 500%. Dans cette approche on travaille l'à propos, la capacité de trouver la parole ou le geste juste qui, dans l'instant, nous maintient au contact de ce qui est important. L'à propos se nourrit de

notre intelligence émotionnelle. Notre cerveau, machine à penser, est trop lent. Le temps d'observer, d'analyser, d'évaluer et de choisir, c'est trop tard!

Les techniques de clown en psychothérapie aident à redescendre dans le corps et le présent lorsque l'on est bloqué dans sa tête et la crainte d'un futur imaginaire. En cela, elles sont de proches parentes des techniques expérientielles ACT.

**Mini-atelier 4 : ACT et compassion pour soi**, Egide Altenloh (Bruxelles). Cet atelier présentera la compassion pour soi : concept, données, instruments de mesure et intérêt thérapeutique. Dans une deuxième partie, l'atelier offrira une approche expérientielle et clinique de la compassion pour soi, avec des opportunités de pratiquer la compassion pour soi.

### Méthodes de prise en charge :

Ces communications de 30 minutes éclairent différentes manières d'intégrer l'ACT à sa pratique clinique ou à certaines populations spécifiques.

**M1. ACT et tics.** Benjamin Schoendorff (Montréal). Une nouvelle prise en charge empiriquement validée des désordres d'habitudes (tics, trichotillomanie, oncophagie, dermatillomanie) propose de réduire la tension dans les groupes musculaires impliqués dans ces troubles. Une partie centrale du traitement vise à apprendre à discriminer tension et relâchement des muscles ainsi que les caractéristiques des situations dans lesquelles l'habitude est engagée. Je montrerai comment l'ACT, comprise sous l'angle de l'entraînement de discriminations fonctionnelles, se marie parfaitement à cette approche et peut permettre d'approfondir le travail et d'en pérenniser les gains.

**M2. Psychothérapie cognitive et comportementale en groupe d'une patiente présentant un TOC.** Dr Manuela Arnault, Marie-Carmel Detournay, Dr Hugo Peyre, Alizée Demenois (Paris).

Les modèles comportementaux du TOC ont permis le développement de thérapies efficaces par l'exposition avec prévention de la réponse (EPR). Dans les modèles cognitifs des TOC, la lutte contre les pensées intrusives occupe une place centrale dans le développement et le maintien du trouble. La conceptualisation de l'action selon ACT permet de valoriser l'EPR. Il ne s'agit pas de proposer de simples expositions à ses peurs mais d'agir dans le sens de ses valeurs malgré

la peur. De plus, le modèle ACT correspond bien au modèle cognitif du développement et du maintien des obsessions. Nous décrirons le cas d'une patiente présentant un TOC associé à un perfectionnisme dysfonctionnel, prise en charge en TCC/ACT de groupe et dont l'évolution clinique a été favorable.

**M3. L'Acceptation de l'Autre comme Processus de Changement dans les interactions dyadiques en Thérapie Intégrative de Couple** . François Allard (Paris). En thérapie de couple comportementale intégrée (IBCT), la technique du langage de l'acceptation de l'autre cible les conditions des contingences naturelles de changement. Verbalement on va changer la fonction d'un stimulus discriminatif aversif, le partenaire, en le reliant à des stimuli plus attractifs : dévoilement de soi, intimité. Cet atelier présentera comment l'acceptation de l'autre constitue un processus central en IBCT.

**M4. De l'hypnothérapie à l'ACT ou de l'hypnothérapie dans l'ACT.** Dr Patrice Kervinio (Paris). Il est classique de reconnaître dans la thérapie ACT des éléments que nous utilisons dans les psychothérapies. Pour une hypnothérapeute la première pensée pourrait être « mais c'est de l'hypnose ! ». Nous avons déjà entendu les enfants qui ont l'expérience de thérapies traditionnelles nous dire « Ah c'est ça l'hypnose ! Nous on fait déjà ça chez nous ! ». Et après...

**M5. Quelques petites variations autour des sens et de l'instant présent.** Dr Patrice Kervinio (Paris). Du grain de raisin en pleine conscience à diverses confiseries : Grains de praline et Violette de grâce. Ou comment aller de l'instant présent à l'expérience sensorielle de « permettre admettre ». Des sons et des vibrations. Des timbales au Gong agrémenté d'histoire simple. De l'attrape-doigts au modèle pro.

## Symposium

**Symposium ACT et nutrition.** Ce symposium, présidé par Jana Grand (Lyon) et avec le Dr Anne Chablis (Marseille) en discutante, sera l'occasion d'une discussion sur l'apport de l'ACT dans la prise en charge des troubles du comportement alimentaire.

**1. Médecin nutritionniste et ACT : ma pratique clinique au cabinet.** Dr Nicole Karsenti

(Montpellier). Pour les patients en obésité, souvent associée à un syndrome métabolique, à des troubles des conduites alimentaires, l'abord nutritionnel ne suffit pas dans le suivi de ces pathologies chroniques. Voici comment j'intègre nutrition et ACT

.

**2. ACT et maladies nutritionnelles.** Florian Saffer (Lyon). Les maladies métaboliques chroniques comme le diabète induisent des émotions multiples

(culpabilité, anxiété, colère...). Ces émotions sont des puissants freins au changement dans la mesure où elles induisent des comportements de lutte (restriction, résignation...) éloignant le patient d'une santé optimale. L'utilisation de la matrice est dans ce cas une aide précieuse.

□

### Partage d'expérience clinique :

**P1. ACTion et dissociation post-traumatique.** Dr Isabelle Kallert (Montpellier). Un viol 13 ans plus tôt. Sensation de vie bloquée, symptômes clairs de PTSD, elle coterait aussi pour un trouble de la personnalité Borderline. La lecture des symptômes comme réponse au trauma à travers le cadre d'ACT permet une alliance rapide. Un livre, 6 consultations, 10 semaines, une vie métamorphosée.

**P2. Comment j'utilise l'ACT « en clandestin » en tant que sophrologue et formatrice,** Louise Boyer (Paris). Comment j'utilise les outils de la thérapie ACT (acceptation, pleine conscience, valeurs...) en complément de la sophrologie :

- En échange pré et post vécu de la séance de sophrologie individuelle et collective.
- En accompagnement dans les formations sur la gestion du stress gestion du temps, prise de parole en public.

[Cliquez ici pour télécharger le bulletin d'inscription pour la journée de Paris](#)