



# La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique

*Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique** Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc

 [Telecharger La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - ...pdf](#)

 [Lire en Ligne La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement ...pdf](#)

# **La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique**

*Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc*

**La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique** Benjamin Schoendorff, Jana Grand,  
Marie-France Bolduc

## Téléchargez et lisez en ligne La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc

---

500 pages

Extrait

Introduction : une nouvelle approche de la psychothérapie

Le monde des psychothérapies scientifiques est en évolution. La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT), issue de la famille des thérapies comportementales et cognitives, met l'accent sur la pleine conscience, l'acceptation et le changement comportemental en accord avec les valeurs profondes de l'individu. C'est une thérapie qui combine une approche fondamentalement humaine et un souci constant de rigueur théorique et de validation scientifique.

L'ACT propose une nouvelle vision qui considère que la souffrance n'est pas un signe de pathologie, mais une partie intégrante de l'expérience humaine. Les recherches sur lesquelles s'appuie l'ACT suggèrent que les difficultés psychologiques et comportementales naissent souvent des tentatives que l'on engage pour lutter contre sa souffrance intérieure. Menée de manière inflexible, cette lutte peut faire que l'on se retrouve coincé dans un combat sans issue et une vie qui, peu à peu, se vide de sens.

Il s'ensuit que le but de l'ACT n'est pas de supprimer la souffrance, mais d'entraîner une manière différente et plus flexible d'interagir avec son expérience intérieure. L'ACT vise à entraîner l'accueil de ses ressentis et pensées inconfortables tels qu'ils sont, afin de permettre à chacun d'agir comme il le voudrait dans les différents contextes de sa vie. Cette habileté est dénommée la flexibilité psychologique.

La flexibilité psychologique, c'est la capacité de pouvoir agir de manière souple pour avancer en direction de ce qui est important, même en présence d'obstacles intérieurs et extérieurs.

La flexibilité psychologique est pragmatique, elle oriente l'apprentissage des clients vers la recherche de ce qui marche en fonction de contextes changeants plutôt qu'en leur enseignant des règles de conduite précises. Elle favorise une adaptation consciente des comportements et des points de vue afin de donner des outils permettant d'avancer dans les situations les plus délicates. Elle entraîne à approcher toutes les situations de la vie avec curiosité, douceur et bienveillance, dans un esprit d'évolution progressive et profonde.

La flexibilité psychologique est l'habileté qui permet au mieux de se connecter avec ce qui est important, d'apprendre à l'incarner, et d'accueillir avec douceur la vulnérabilité qui naît de vivre ouvertement et consciemment ses valeurs les plus précieuses.

Comme l'ACT est une thérapie favorisant la flexibilité, il existe autant de façons de faire de l'ACT qu'il y a de thérapeutes la pratiquant. Une fois que vous aurez intégré les processus thérapeutiques de l'ACT, vous découvrirez qu'il y a autant de manières d'adapter le modèle qu'il y a de populations, de cultures, de situations et de clients différents. Présentation de l'éditeur

La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) est issue de la «troisième vague» des thérapies comportementales et cognitives, aujourd'hui en plein essor partout dans le monde. Basée sur des recherches novatrices en psychologie expérimentale et clinique, l'ACT suggère que lutter contre sa propre souffrance a souvent comme effet paradoxal d'en augmenter l'intensité et l'importance. Ce combat nous empêche également de mener les actions qui conduiraient à une vie riche de sens.

L'ACT promeut l'acceptation des pensées et ressentis difficiles, le contact avec ses valeurs de vie et les actions engagées au service de ces valeurs. L'addition des outils de la Thérapie basée sur l'Analyse

Fonctionnelle (FAP) facilite la création de relations thérapeutiques profondes et authentiques. L'ACT a prouvé son efficacité dans la prise en charge de différents troubles mentaux, du stress professionnel ainsi que dans l'optimisation de la performance sportive.

Cet ouvrage novateur présente l'ACT et la FAP à travers le modèle simple et intuitif de la matrice ACT. Pratique, il contient plus de 75 exercices et métaphores, de nombreux exemples et dialogues cliniques tirés de la pratique des auteurs, ainsi que des éclairages sur les recherches les plus récentes. Il met à la disposition de cliniciens venus d'horizons différents des outils thérapeutiques pratiques faciles à comprendre et à mettre en action.

Benjamin Schoendorff est psychologue et psychothérapeute. Il est l'un des pionniers de l'introduction de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement en France et dans le monde francophone. Il anime des formations à l'ACT et à la FAP dans de nombreux pays et est aujourd'hui installé au Québec où il poursuit des recherches sur la prise en charge du Trouble Obsessionnel Compulsif au moyen de l'ACT.

Jana Grand est psychothérapeute libérale à Lyon. Diplômée en TCC, elle anime des formations à l'ACT et à la FAP à destination des cliniciens et intervenants en soin : psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, infirmiers et nutritionnistes. Elle a également une activité de supervision.

Marie-France Bolduc est psychologue au Québec et anime des ateliers ATC et FAP. Elle s'intéresse à développer des modalités d'intervention engageantes et efficaces pour transmettre les modèles ACT et FAP aux thérapeutes et à leurs clients.

Benjamin Schoendorff est psychologue et psychothérapeute. Il est l'un des pionniers de l'introduction de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement en France et dans le monde francophone. Il anime des formations à l'ACT et à la FAP dans de nombreux pays et est aujourd'hui installé au Québec où il poursuit des recherches sur la prise en charge du Trouble Obsessionnel Compulsif au moyen de l'ACT. Tana Grand est psychothérapeute libérale à Lyon. Diplômée en TCC, elle anime des formations à l'ACT et à la FAP à destination des cliniciens et intervenants en soin : psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, infirmiers et nutritionnistes. Elle a également une activité de supervision. Marie-France Bolduc est psychologue au Québec et anime des ateliers ATC et FAP. Elle s'intéresse à développer des modalités d'intervention engageantes et efficaces pour transmettre les modèles ACT et FAP aux thérapeutes et à leurs clients.

Download and Read Online La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc #KNIF7OVZ19T

Lire La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc pour ebook en ligneLa Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc à lire en ligne.Online La Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc ebook Téléchargement PDFLa Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc DocLa Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc MobipocketLa Thérapie d'Acceptation et d'Engagement - Guide Clinique par Benjamin Schoendorff, Jana Grand, Marie-France Bolduc Epub

**KNIF7OVZ19TKNIF7OVZ19TKNIF7OVZ19T**