

INSCRIPTION:

DATE LIMITE: 18 FÉVRIER 2011

NOMBRE DE PLACES LIMITÉES

Les personnes non acceptées seront avisées par courriel ou téléphone.

Remplir le coupon ci-dessous et l'acheminer accompagné de votre chèque à l'ordre du **COARLL** à:

MME YVETTE PALARDY
82 DES CORMIERS
NOTRE-DAME DES PRAIRIES, (QC.)
J6E 8J4
TÉL.: 450-759-1370

UN REÇU VOUS SERA REMIS SUR PLACE.

Découpez ici.....✂

⇒ **NB: déjeuner & dîner inclus..**

Je désire m'inscrire à (**cochez ci-dessous**)

- ◇ La journée du 10 mars 2011: 110\$
- ◇ La journée du 18 mars 2011: 110\$
- ◇ Les 2 journées de formation: 180\$
- ◇ Étudiants au doctorat (2 jours) 100\$
- ◇ Étudiants au doctorat (1 jour) 60\$ date?:.....

Nom: _____

#permis de l'OPQ obligatoire: _____

Adresse: _____

Tél. #1: _____

Tél. #2: _____

Courriel: _____

Jeudi 10 mars 2011

Adapter la thérapie cognitivo-comportementale aux avancées de la troisième vague

LIEU: La Distinction,
1505 boul. Base-de-Roc
Joliette, QC J6E 3Z1
1-888-872-4838



Vous aurez les indications routières sur le site:
<http://www.distinction.qc.ca>

⇒ **Le prix de la formation inclut: petit déjeuner à 8 h 30 & le dîner**

Vendredi 18 mars 2011

L'ACCEPTATION ET LA PLEINE CONSCIENCE DANS LE TRAITEMENT DES TROUBLES ANXIEUX

LIEU: Le Mirage Hôtel Blainville
Salle La Caravelle
1136, Curé Labelle
Blainville (Québec) J7C 3J4
tél.: (450) 430-8950 ou 1-888-665-1136
email: info@hotelblainville.com

<http://www.hotelblainville.com>

⇒ **Le prix de la formation inclut: petit déjeuner à 8 h 30 & le dîner (choix de menu).**

LE C.O.A.R.L.L.

(Comité d'organisation des activités régionales
Laurentides Lanaudière)



INVITE LES PSYCHOLOGUES ET ÉTUDIANTS AU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE À 2 JOURNÉES DE FORMATION CONTINUE AVEC

**DR FREDERICK DIONNE,
PH.D.
PSYCHOLOGUE**

Adapter la thérapie cognitivo-comportementale aux avancées de la troisième vague

Jeudi 10 mars 2011

*8h 30 à 16 h à La Distinction, Joliette

L'ACCEPTATION ET LA PLEINE CONSCIENCE DANS LE TRAITEMENT DES TROUBLES ANXIEUX

Vendredi 18 mars 2011

*8h 30 à 16 h Le Mirage Hôtel, Blainville

⇒ ***Déjeuner 8h 30, début formation 9 h**

Jeudi 10 mars 2011

Adapter la thérapie cognitivo-comportementale aux avancées de la troisième vague

Plusieurs cliniciens et chercheurs dans le domaine des thérapies cognitivo-comportementale (TCC) affirment qu'un nouveau paradigme appelé « troisième vague » émerge actuellement dans le domaine de la psychothérapie. Les approches récentes représentent un ajout significatif aux TCCs plus conventionnelles et pallient à certaines limites. Au lieu de chercher la diminution des symptômes et la modification cognitive, on tente d'agir sur la relation aux symptômes. L'accueil des émotions, la distanciation face aux pensées, les valeurs et le contact avec l'instant présent sont autant de moyens d'y parvenir. De plus, une philosophie basée sur le contextualisme fonctionnel, une vision des problèmes qui mise sur l'efficacité des actions, sous-tend maintenant la pratique. Ces innovations ne sont pas incompatibles avec les approches plus classiques en TCC, comme les modèles de Beck ou d'Ellis (modèle ABC). De plus, l'intégration des méthodes récentes a peut-être le pouvoir d'optimiser les interventions actuelles. Cette formation présente 15 stratégies d'intervention afin d'adapter la TCC aux avancées de la troisième vague. Plus précisément, elle vise les objectifs suivants :

- Analyser la fonction (ou l'utilité) des comportements plutôt que leur forme;
- Agir sur la relation aux symptômes et intégrer des méthodes expérientielles comme les métaphores;
- Adapter la façon de mener la restructuration cognitive ;
- Favoriser l'activation envers des activités renforçantes (versus des activités plaisantes);
- Mettre à profit les principes de renforcement au sein de la relation thérapeutique.

Note : Cette formation a été présentée en mai et septembre 2010 pour l'Association des psychologues du Québec .

Vendredi 18 mars 2011

L'ACCEPTATION ET LA PLEINE CONSCIENCE DANS LE TRAITEMENT DES TROUBLES ANXIEUX

Certains troubles anxieux comme l'anxiété généralisée et le trouble obsessionnel-compulsif sont particulièrement réfractaires au changement. Les approches récentes en thérapie cognitivo-comportementale offrent des outils nouveaux afin d'améliorer le traitement de ces troubles. Elles visent à favoriser l'acceptation et la pleine conscience (*mindfulness*) des pensées, sensations et émotions et s'éloignent du traitement par diagnostic, pour proposer des stratégies globales de changement. La thérapie d'acceptation et d'engagement, notamment, suscite un intérêt grandissant dans la communauté scientifique. À l'aide d'exercices pratiques, cette formation présente les tendances dans le traitement des troubles anxieux. Plus spécifiquement, elle vise des objectifs tels:

- Expliquer le rôle de l'évitement expérientiel dans l'étiologie des troubles anxieux;
- Présenter plusieurs techniques et outils récents issus de la thérapie d'acceptation et d'engagement;
- Initier les participants à la pleine conscience, à la distanciation cognitive, à l'acceptation émotionnelle et à l'engagement en direction des valeurs;
- Résumer les données probantes liées aux approches contemporaines.

Méthodologie : Présentation théorique, échanges, jeux de rôle et exercices expérientiels.



Dr Frédéric Dionne est docteur en psychologie (Ph.D.), membre de l'Ordre des psychologues du Québec. Il s'intéresse tout particulièrement aux approches dites de « troisième vague »

en thérapie cognitivo-comportementale et a publié quelques articles dans ce domaine, en plus d'être l'éditeur d'un numéro thématique sur la Troisième génération de TCC pour la Revue québécoise de psychologie. Il a été introduit à la *mindfulness* en TCC lors d'un stage d'une demi-année à l'Université catholique de Louvain (Belgique) et a suivi des formations aux États-Unis sur la thérapie d'acceptation et d'engagement. Il est actuellement psychologue au Centre de traitement de la douleur du Centre hospitalier universitaire de Québec (CHUQ) et en pratique privée, chargé de cours et formateur.