

La prise en charge orthophonique des troubles de la fluence dont le bégaiement en séances individuelles et en groupe permet des gains thérapeutiques très satisfaisants. Elle est complexe et spécifique en fonction de l'âge du patient, de ses habiletés, de son environnement et de sa manière de vivre et de réagir à son trouble. Dans certains cas, la démarche de soin reste cependant semée d'embûches. Le changement peut être source d'angoisses et de résistances. Le patient peut, malgré sa motivation, rencontrer des difficultés pour s'entraîner entre les séances ou pour s'exposer à des situations anxiogènes. Le chemin vers l'acceptation du bégaiement prend du temps. Car accepter ne veut pas dire « être content » de bégayer ou « se résigner ». Il s'agit de ne plus vivre le bégaiement ou la peur de bégayer comme un obstacle mais comme un ingrédient dans leur volonté d'évoluer vers une parole plus fluide et une expression plus libre.

Aider le patient à quitter la lutte et les stratégies de contrôle inefficaces pour entretenir une relation différente à son trouble et mieux vivre AVEC est le défi quotidien de la pratique des orthophonistes et c'est aussi celui de la thérapie ACT : apprendre à agir et à avancer vers une vie plus riche de sens en présence d'obstacles extérieurs et intérieurs (le bégaiement, la peur de bégayer, la honte, le stress...)

La thérapie ACT offre un cadre structuré, structurant, riche et inspirant pour les orthophonistes afin de renforcer les capacités linguistiques, émotionnelles, motrices et cognitives de la personne qui bégaie. Elle permet de soutenir et d'accompagner son entourage pour s'ajuster de manière très concrète à ses besoins.

## Thérapie d'Acceptation et d'Engagement

- L'ACT (Acceptance and Commitment Therapy) est une approche scientifique issue des thérapies de « troisième vague », basée sur la pleine conscience, l'acceptation de ce qui ne peut être changé et l'engagement dans l'action pour avancer vers ce qui peut l'être, en étant guidé par ce qui compte pour soi.
- L'ACT privilégie l'expérience directe et se centre sur la fonction et l'utilité des comportements pour favoriser les comportements qui aident le patient et diminuer ceux qui l'empêchent d'évoluer et de changer durablement.
- Elle apprend à reconnaître les pensées désagréables et les émotions douloureuses associées à la problématique du patient, à les mettre à leur juste place car les efforts pour les supprimer vont paradoxalement les entretenir.
- L'ACT est un entraînement à la flexibilité psychologique afin de devenir capable de choisir d'agir en fonction de ce qui compte pour soi et en fonction du contexte, **même en présence d'obstacles** (souvent intérieurs).

## OBJECTIFS

- Se familiariser avec le modèle, les processus et les techniques de la Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) et de la Méditation de pleine conscience.
- Les appliquer au sein d'une rééducation orthophonique auprès des enfants, des adolescents et des adultes qui bégaient et bredouillent.
- Connaître et s'approprier des exercices pratiques (travail autour de la matrice, des valeurs, des obstacles, exercices expérientiels, présence attentive, métaphores...)
- Pratiquer sur soi pour s'entraîner, observer et comprendre notre propre fonctionnement à la lumière de cette approche (pensées, émotions, croyances, habitudes, évitements...) pour mieux comprendre le fonctionnement de nos patients et nous ajuster à ses besoins.

- Réfléchir activement, dans la dynamique d'un groupe, à l'application de l'ACT dans notre vie professionnelle
- Utiliser l'ACT et la matrice pour réfléchir à la position de « thérapeute » : le cadre, la pratique, les difficultés, les pièges... et développer sa propre flexibilité psychologique et comportementale.

## PROGRAMME

### Jour 1 Matinée

- Présentation de la formation
- La thérapie ACT en quelques mots (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement)
- Présentation de la « matrice » suivi d'un entraînement par groupe de 2 (La matrice est un outil dynamique d'observation, d'analyse fonctionnelle pour développer la flexibilité et aider le patient à choisir les actions qui vont l'aider à avancer)
- Exercice de pleine conscience : observer les obstacles
- Pratique autour de la matrice par groupe de 2 ou 3
- Evaluer l'efficacité des stratégies
- Feed back et échanges

### Après-midi

- Pleine conscience : respiration et pensées
- La thérapie ACT en plus de mots : principes, processus, métaphores, pleine conscience
- Thérapie ACT et bégaiement
  - Auprès de l'enfant d'âge préscolaire + exemples
  - Auprès de l'enfant d'âge scolaire + exemples et vidéos
  - Pratique autour de problématiques apportées par les orthophonistes qui participent à la formation.
- Feed back, échanges et tâche pour le lendemain

### Jour 2 Matinée

- Espace de respiration
- Feed back sur la tâche à réaliser chez soi
- Thérapie ACT et le bégaiement de l'adolescent et de l'adulte
- Exercices expérientiels : les pensées, les émotions, le contrôle, les obstacles, les hameçons...

### Après-midi

- Faire fonctionner la matrice
- Pratique en groupe de 3
- Feed back

<b>Public concerné</b>		<b>Intervenants</b>	
Orthophonistes, étudiants en orthophonie		Juliette de CHASSEY Orthophoniste – Thérapeute ACT	
<b>Nombre de participants</b>		<b>Lieu</b>	
20		E S E I S 12 rue Jean Monnet 67300 SCHILTIGHEIM	
<b>Tarifs</b>		<b>Date, durée, horaire</b>	
Prise en charge par l'employeur	440 €	Dates	Vendredi 17 et Samedi 18 mai 2019
Inscription individuelle / adhérent	330 €	Durée	14 heures
Etudiant ortho adhérent (dans la limite des places disponibles)	110 €	Horaire	De 9h à 12h30 et de 14h à 17h30