

Paiement

- Par chèque à l'ordre de AFSCC
à envoyer à
AFSCC
182 cours Emile Zola
69100 Villeurbanne
- Par virement bancaire (Belgique)
Triodos
N°IBAN BE41-5230-8038-7110
BIC : TRIOBEBB
ouvert au nom de SAvoir Être asbl
- Par virement bancaire (France)
LCL
N°IBAN FR74-3000-2010-0000-
0070-9066-F78
BIC : CRLYFRPP
ouvert au nom de AFSCC

Pour qu'il n'y ait aucune confusion, merci d'indiquer sur votre virement, votre nom et les choix que vous avez faits. Vous pouvez aussi nous envoyer un mail. Pour les autres, accompagnez votre chèque de ce bulletin d'inscription. Vous recevrez la confirmation de votre inscription dès réception de votre paiement.

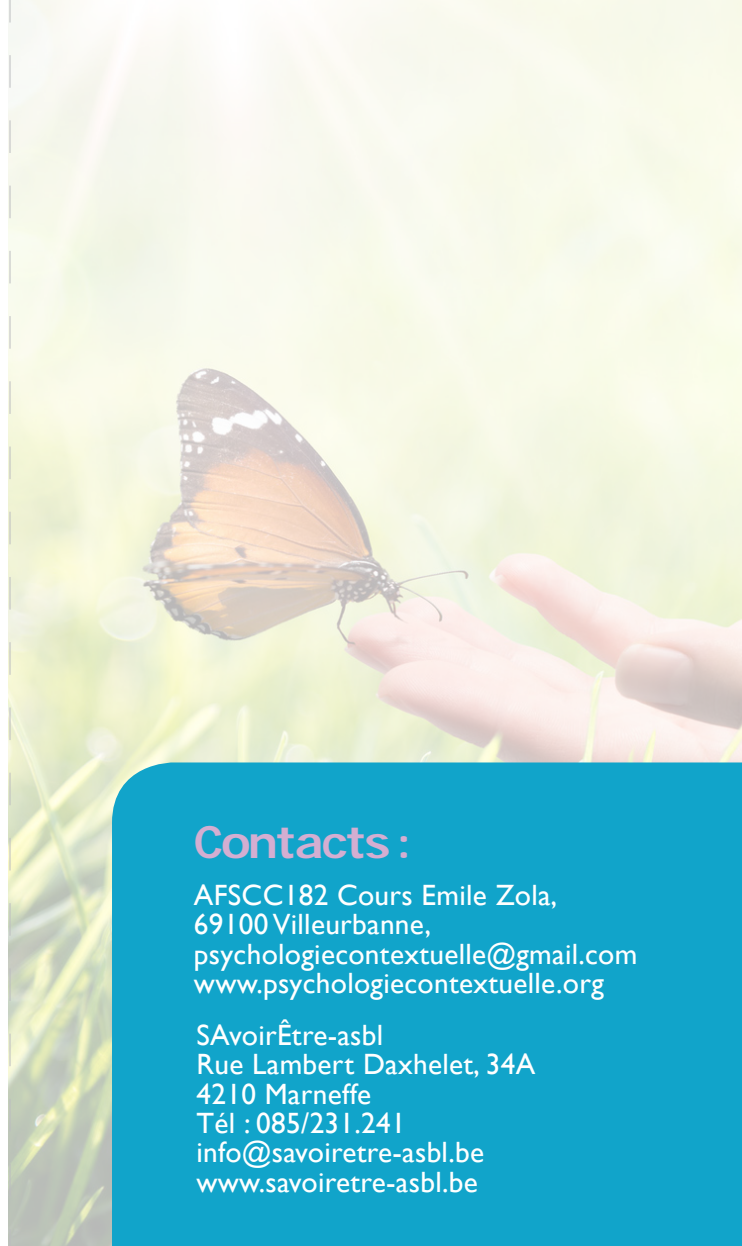
Nous contacter

AFSCC
182 Cours Emile Zola,
69100 Villeurbanne,
psychologiecontextuelle@gmail.com
www.psychologiecontextuelle.org

SAvoirÊtre-asbl
Rue Lambert Daxhelet, 34A
4210 Marneffe
Tél : 085/231.241
info@savoiretre-asbl.be
www.savoiretre-asbl.be

Lieux :

Maison N-D du chant d'Oiseau
Av. des Franciscains 3a
B-1150 BRUXELLES



Contacts :

AFSCC 182 Cours Emile Zola,
69100 Villeurbanne,
psychologiecontextuelle@gmail.com
www.psychologiecontextuelle.org

SAvoirÊtre-asbl
Rue Lambert Daxhelet, 34A
4210 Marneffe
Tél : 085/231.241
info@savoiretre-asbl.be
www.savoiretre-asbl.be

14 . 15 . 16 Octobre 2016
LES JOURNEES DE L'AFSCC

Avec la participation exceptionnelle de

Kelly Wilson

Traduction simultanée en français
pour un atelier de deux jours sur le thème
Self care and self compassion



Lieux :

Maison N-D du chant d'Oiseau
Av. des Franciscains 3a
B-1150 BRUXELLES

Ce séminaire se décomposera en 2 parties. Le 14 et 15 Octobre l'atelier de Kelly Wilson «Self care and self compassion». Le 16 Octobre la journée de l'AFSCC avec une multitude d'orateurs et de sujets spécifiques à la thérapie ACT.

Ce séminaire nous permettra d'optimiser notre capacité à prendre soin de nous et de développer notre auto-compassion dans une perspective ACT, ainsi que notre capacité à faire émerger ces compétences chez nos patients. Le monde moderne a éliminé de nombreuses sources de souffrance. Dans nos contrées, nous mourons rarement du choléra ou de la variole. Nous mourons plutôt de facteurs de stress tel que: l'obésité, le diabète, l'hypertension artérielle, les maladies cardio vasculaires etc. Nous buvons et mangeons mal, et nous manquons souvent beaucoup de sommeil. Nous stressons! Nous stressons à propos de la guerre, de l'économie, du travail, de nos relations, du passé, de l'avenir... Nous stressons même au sujet de notre capacité à tolérer le stress! Tout ce stress coute cher à nos corps, mais pas seulement à eux.

Dans cet atelier, nous allons présenter brièvement les facteurs et les styles de vie qui contribuent à l'apparition de la dépression, de l'anxiété ou d'autres formes de maladie mentale. Nous explorerons ensuite les petits changements par lequel une personne, quelle que soit sa difficulté ou les circonstances qu'elle rencontre, pourra commencer un programme régulier de guérison de ses blessures afin de retrouver la vie la plus épanouissante possible. Cet atelier ne consistera pas en une présentation abstraite de données cliniques. Nous expérimenterons comment ces changements de style de vie peuvent déstresser les travailleurs de la santé ainsi que leurs clients. L'atelier sera expérientiel du début à la fin!



Kelly G. Wilson, Ph.D. est professeur agrégé de psychologie à l'université de Mississippi. Il est l'un des développeurs de la thérapie ACT (Thérapie d'Acceptation et d'Engagement). Ancien président de l'association pour la science comportementale contextuelle (ACBS), il dirige le centre de psychologie contextuelle au sein de l'Université du Mississippi (Center for Contextual Psychology) et est le directeur scientifique du Center for Home town Science.

L'ACT (Acceptance and Commitment Therapy) est une psychothérapie cognitivo comportementale appartenant à la troisième vague des thérapies comportementales et cognitives.

Elle repose sur une théorie du langage (la théorie des cadres relationnels) élaborée en continuité avec les efforts de B.F. Skinner pour développer une approche scientifique du comportement humain. L'ACT attache beaucoup d'importance à la validation empirique des principes qui la fondent et à la documentation de son efficacité par l'expérimentation clinique, elle se repose actuellement sur plus de 130 essais cliniques randomisés.

L'ACT (Thérapie d'acceptation et d'engagement) est donc fondée sur la psychologie clinique qui démontre depuis quelque temps l'utilité générale de la pleine conscience et des valeurs dans le bien-être humain. On peut dire aussi de l'ACT que c'est une psychothérapie hybride, réunissant les aspects de la pleine conscience, la Gestalt-thérapie, et de la pensée humaniste existentielle, le tout organisé dans un cadre comportemental contextuel contemporain. Le paradoxe sur lequel est fondée l'ACT est basé sur l'acceptation radicale de ce qui ne peut pas être changé afin de reconnaître et de changer les choses que nous pouvons améliorer. L'approche de l'ACT consiste à accueillir la douleur comme faisant partie de notre expérience humaine pour nous permettre de faire des choix plus engagés, et de vivre en conformité avec nos valeurs personnelles profondes.

Kelly Wilson s'est consacré au développement et à la diffusion de l'ACT et de sa philosophie depuis plus de 20 ans.

Ses centres d'intérêts sont orientés dans l'application des principes comportementaux en vue de mieux comprendre des sujets tels que les objectifs, le sens, les valeurs, la relation thérapeutique et la pleine conscience.

Kelly anime magnifiquement de nombreux ateliers dans plus de 26 pays et participe comme co-chercheur dans un large éventail de projets de recherches aux Etats-Unis et partout dans le monde.

Il a publié plus de très nombreux articles scientifiques et livres dont:

- "Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change"
- "Mindfulness for two" (traduit en français chez De Boeck)
- "Things Might Go Terribly, horribly wrong"

Nom _____

Prénom _____

Profession _____

Tél _____

Adresse _____

Mail _____

Tarifs et Inscriptions

- Séminaire 2 jours :
Kelly Wilson
350€ + 30€ (repas) = 380€
- Séminaire 1 jour
journée AFSCC
50€ + 15€ (repas) = 65€
Etudiant, chômage, membre Afsc
25€ + 15€ (repas) = 40€
- Séminaire 3 jours
Kelly Wilson + journée AFSCC
400€ + 45€ (repas) = 445€
Etudiant, chômage,
290€ + 45€ (repas) = 335€
membre Afsc
350€ + 45€ (repas) = 395€

Hébergement sur place
Maison ND du Chant

- Chambre à 2 lits pour 3 nuits
60€ + 45€ (demi-pension) = 105€
- Chambre single pour 3 nuits
120€ + 45€ (demi-pension) = 165€

J'ai coché les cases et je verse le montant correspondant de :

_____ €