Congrès de l'AFTCC - 2025, Samedi 13 décembre, 8h30-10h00

Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) et Thérapie Fondée sur la Compassion (TFC), pour traiter la douleur chronique complexe : Études de cas et perspectives cliniques

Gie.gdch@gmail.com

Dans ce symposium, nous présenterons l'application des thérapies cognitivo-comportementales de troisième vague, notamment l'ACT (Acceptance and Commitment Therapy, Hayes et al, 1999) et la TFC (Thérapie Fondée sur la Compassion, Gilbert, 2010) dans la prise en charge psychologique des différentes pathologies douloureuses. ACT et TFC visent à réduire l'impact de la douleur sur le fonctionnement global et à améliorer la qualité de vie des personnes souffrant de douleurs chroniques en optimisant les résultats grâce à une meilleure adhésion à la thérapie et une régulation émotionnelle plus efficace. En s'appuyant sur un cas clinique, une intervention psychologique ciblant l'intégration des différents principes de l'autocompassion sera explicitée et expérimentée par les participants.

1er Résumé :

Les thérapies d'acceptation et d'engagement (ACT) dans la prise en charge psychologique des douleurs pelvi-périnéales

Anne Masselin Dubois, *Maîtresse de conférences en psychologie clinique et psychopathologie, Université de Bourgogne. Psychologue clinicienne au Centre Expert en Pelvipérinéologie au Centre Hospitalier Universitaire -CHU- de Dijon.*
Anne.Dubois@u-bourgogne.fr

La prise en charge psychologique des douleurs pelvi-périnéales chroniques présentent un défi pour le clinicien par l'absence de repères cliniques et d'outils psychothérapeutiques validés dans ces pathologies encore peu explorées. Toutefois, les approches cognitivo-comportementales de troisième vague, et en particulier la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), offrent des perspectives prometteuses pour soulager et améliorer la qualité de vie de ces patientes En se centrant sur les processus d'acceptation, de flexibilité psychologique dans l'expérience douloureuse et de clarification des valeurs, l'ACT souhaite réduire l'impact de la douleur sur le fonctionnement global et à améliorer la qualité de vie.
Cette communication présentera les apports des thérapies d'ACT et discutera de la manière dont les techniques d'ACT peuvent favoriser la flexibilité psychologique face à la douleur chronique. La discussion portera sur les enjeux cliniques et méthodologiques de cette approche, ainsi que sur ses perspectives d'intégration dans les parcours de soins pluridisciplinaires des patients souffrant de douleurs pelvi-périnéales.

Bibliographie :

- Friggi Sebe Petrelluzzi, K., Garcia, M. C., Petta, C. A., Ribeiro, D. A., de Oliveira Monteiro, N. R., Céspedes, I. C., & Spadari, R. C. (2012). Physical therapy and psychological intervention normalize cortisol levels and improve vitality in women with endometriosis. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology, 33(4), 191-198.
- Maréchal-Chevallier, V., Masselin-Dubois, A. (2025). Intervention centrée sur la clarification des valeurs dans les Thérapie d'Acceptation et d'Engagement (ACT) chez les patients douloureux chroniques. In Masselin-Dubois, A. Psychothérapies en clinique de la douleur. Approche pluriprofessionnelle et dispositifs psychothérapeutiques. Éditions Doin.
- Masselin-Dubois, A. (2016). Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) et Mindfulness, un modèle de flexibilité psychologique pour la douleur chronique. Douleurs : Évaluation Diagnostic-Traitement, 17(5), 233-251. doi.org/10.1016/j.douler.2016.08.003
- Dionne, F. Veillette, J. (2021). Apprivoisez la douleur chronique avec l'ACT. Dunod

Congrès de l'AFTCC - 2025, Samedi 13 décembre, 8h30-10h00

2ème Résumé :

Honte, sentiment d'injustice et craintes liées à la compassion pendant l'ACT centrée sur la douleur chronique : que faire ? Étude de cas

Franck Henry, *Doctorant en psychologie clinique de la santé et psychopathologie à l'Université de Tours. Membre associé du laboratoire de recherche EE 1901. Psychologue clinicien-psychothérapeute au Centre Médico-Psychologique Pivot (pôle de psychiatrie adulte) du Centre Hospitalier de Châteauroux*
franck.henry16@gmail.com

Les thérapies comportementales et cognitives (TCC) et parmi elles la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT), sont connues pour leurs bienfaits auprès des personnes affectées par des douleurs chroniques. Néanmoins, il existe des différences interindividuelles. Les résultats de certains travaux suggèrent des difficultés à s'approprier durablement les ressources thérapeutiques enseignées en TCC chez les patients douloureux chroniques présentant un sentiment d'injustice et/ou un état de stress post-traumatique (en particulier complexe). L'évolution psychologique de cette population serait moins favorable et les rechutes plus fréquentes en post-suivi.
Dans ce symposium, nous présenterons le cas clinique de Jean, 44 ans, rencontré au centre de la douleur chronique du CHU de Limoges. Jean souffre depuis l'âge de 7 ans d'un psoriasis rhumatoïde sévère compliqué d'un syndrome fibromyalgique. Au cours d'une thérapie ACT (en groupe) suivie au sein du centre, Jean s'est retrouvé « bloqué » dans l'accomplissement d'une tâche inter-séance. Nous présenterons l'analyse fonctionnelle diachronique et synchronique, inspirée des fondements théoriques et empiriques de la thérapie fondée sur la compassion (TFC) de cette situation-problème. Cette analyse illustrera les relations entre la douleur chronique, l'autocritique (manque de bienveillance envers soi-même), les sentiments de honte et d'injustice, la colère, avec les mémoires traumatiques, les profils d'attachement insécure et le catastrophisme.
Les résultats d'études scientifiques dont certains sont issus de notre travail doctoral, viendront étayer cette analyse sur le plan théorique. Une intervention psychologique basée sur la compassion, proposée à Jean pour sortir cette impasse sera explicitée et expérimentée par les participants. Enfin, nous discuterons de l'intérêt qu'il peut y avoir, pour certains patients douloureux chroniques, à intégrer aux TCC centrées sur la gestion des douleurs chroniques, d'autres interventions ciblant l'intégration des traumatismes, l'attachement et l'autocompassion pour en optimiser les résultats via une meilleure adhésion à la thérapie et une meilleure régulation émotionnelle.

Bibliographie

- Herbert, M. S., Malaktaris, A. L., Dochat, C., Thomas, M. L., Wetherell, J. L., & Afari, N. (2019). Acceptance and commitment therapy for chronic pain: Does post-traumatic stress disorder influence treatment outcomes? Pain Medicine, 20(9), 1728–1736. https://doi.org/10.1093/pm/pny272
- Carriere, J. S., Donayre Pimentel, S., Yakobov, E., & Edwards, R. R. (2020). A systematic review of the association between perceived injustice and pain-related outcomes in individuals with musculoskeletal pain. Pain Médicine, 21(7), 1449–1463. https://doi.org/10.1093/pm/pnaa088
- Aguerre, C., & Henry, F. (2022). L'autocompassion : une ressource psychologique aidant à mieux vivre avec des douleurs chroniques. In C. Aguerre & G. Chasseigne (Dirs.), Diversité et actualité de la psychologie positive (pp. 91–114). Éditions Complicités Universitaires, Psychologie et Vie Quotidienne. ⟨hal-03286672⟩
- Gilbert, P. (2010). Compassion Focused Therapy: Distinctive Features. Routledge. ISBN-13: 978-0415448062 Waterstones+2
- Henry, F. (2026). L'autocompassion : examen de ses spécificités, de ses corrélats et de ses incidences en contexte de douleur chronique. Dans quelle mesure peut-elle aider à mieux autogérer des souffrances physiques et la détresse psychologique associée ? [*Thèse de doctorat en psychologie, Université de Tours*]. https://qualipsy.univ-tours.fr/qualipsy/navigation/doctorants/franck-henry
- Miron, L. R., Seligowski, A. V., Boykin, M., & Orcutt, H. K. (2016). The potential indirect effect of childhood abuse on posttrauma pathology through self-compassion and fear of self-compassion. Mindfulness, 7(3), 596–605. https://doi.org/10.1007/s12671-016-0493-0