

Liste de ressources

Favoriser une saine adaptation des personnes aidantes à l'aide des stratégies de thérapie d'acceptation et d'engagement, avec Katy Albert

Dans ce webinaire, les personnes aidantes apprendront des stratégies basées sur l'autocompassion et la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT) qui leur permettront de demeurer fidèles à leurs valeurs, de relever les défis et d'améliorer leur bien-être pendant qu'elles soutiennent leurs proches autistes.

[Cliquez ici pour consulter les ressources créées pour cette présentation et pour la visionner à la demande !](#)

Webinaires et ressources d'Autisme Ontario

- [Prendre soins des personnes aidantes naturelles](#), un guide.
- [Trouver l'équilibre : Concilier la tension entre l'intervention et la neurodiversité](#), * avec Katy Albert et mettant en vedette Jane Vincent, webinaire.
- [La santé mentale, c'est important](#), série YouTube.
- [S'orienter dans un nouveau diagnostic](#), ateliers pour les familles.
- [Et maintenant? Nouveau diagnostic](#), série vidéo.
- [Groupes d'entraide en ligne pour les familles](#), événement.
- [Soutenir la régulation émotionnelle avec une approche neuro affirmative](#), avec Kathleen Patterson, webinaire.
- [Comprendre l'épuisement, l'inertie, l'effondrement et le repli autistiques](#),* avec Dre Christie Welch, webinaire.
- [Comprendre les comportements-défis](#), un guide.

*Ce webinaire est enregistré en anglais cependant le diaporama et les ressources sont disponibles en français lorsque possible.

Pour obtenir d'autres ressources et informations adaptées aux familles, visitez les pages Web d'Autisme Ontario sur les [nouveaux diagnostics](#) et sur les [ressources d'apprentissage](#).

Ressources en ligne

- [La thérapie d'acceptation et d'engagement](#)
- [Qu'est-ce que la psychothérapie d'acceptation et d'engagement \(ACT\)](#)
- [ACT for Caregivers](#), site Web.
- [ACT Made Simple: The Extra Bits](#), Dr. Russ Harris.
- [The Complete Set of Client Handouts and Worksheets from ACT books](#), Dr. Russ Harris.
- [The Happiness Trap](#), ressources gratuites du Dr. Russ Harris.

Articles de recherche

- [Acceptance and commitment therapy for autistic adults: A randomized controlled pilot study in a psychiatric outpatient setting](#), Pahnke, Jansson-Fröjmark, Andersson, Bjureberg, Jokinen, Bohman, & Lundgren (2023).
- [Systematic Review of Acceptance and Commitment Therapy in Individuals with Neurodevelopmental Disorders, Caregivers, and Staff](#), Garcia, Keller-Collins, Andrews, Kurumiya, Imlay, Umphrey, & Foster (2022).
- [Using Acceptance and Commitment Training in the Support of Parents of Children Diagnosed with Autism](#), Blackledge, & Hayes (2006).

Abonnez-vous au bulletin d'information d'Autisme Ontario pour demeurer en contact avec Autisme Ontario.

Cette liste de ressources complète le webinaire,
Favoriser une saine adaptation des personnes aidantes à l'aide des stratégies de thérapie d'acceptation et d'engagement; cliquez pour visionner.