



Pour qui ?

Sophrologues diplômés, quelle que soit l'école de Sophrologie et étudiants en formation à la sophrologie.

Médecins, psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, IDE, hypnothérapeutes et praticiens en relation d'aides intéressés.

Niveau de connaissances préalables requis :

Connaissance du vocabulaire et des concepts sophrologiques

Durée : 2 journées

Date : 13 et 14 janv. 2024

Tarif* : 400 € Net de Taxe

**Si plusieurs séminaires c.f. fiche tarifs*

Annulation du séminaire possible pour manque de participants, au plus tard 15 jours avant la date.

Enseignante : **Isabelle BERTHÉ** – Sophrologue, Formatrice, Superviseure, Médiatrice judiciaire, conventionnelle et de la consommation.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

LA DOULEUR – THEORIE ET ACCOMPAGNEMENT

- ☞ Permettre aux sophrologues professionnels d'accompagner des personnes souffrant de douleur.
- ☞ Mettre en place une sophro-pédagogie de la douleur
- ☞ Identifier les composantes de la douleur
- ☞ Connaître les méthodes et techniques d'évaluation de la douleur
- ☞ Construire et adapter des protocoles sophrologiques suivant la douleur
- ☞ Ajuster l'accompagnement à l'âge de la personne.
- ☞ Entraîner son adaptabilité face à un patient douloureux

CONTENU

- ☞ Définition et composantes de la douleur
- ☞ Distinction douleur aiguë - douleur chronique
- ☞ Différents types de douleur (neurogène/psychogène, cancéreuse)
- ☞ Rôle et cheminement et évaluation de la douleur
- ☞ Échelles de mesure de l'intensité douloureuses, questionnaires multidimensionnels, questionnaire dimension psychologique
- ☞ La douleur chez l'enfant, l'adulte et la personne âgée
- ☞ Verbalisation de la douleur
 - L'importance de la communication : personne communicante et non communicante
 - Décodage des manifestations de la douleur
- ☞ Informations sur les différents traitements médicamenteux et non médicamenteux
- ☞ Soulager et accompagner les personnes en souffrance :
 - L'écoute, le regard, le toucher, les techniques de respiration, la sophrologie

ACCOMPAGNEMENT SOPHROLOGIQUE

- ☞ La sophrologie comme mode d'accompagnement
- ☞ Apprendre des techniques simples et pratiques pour gérer la douleur
- ☞ Techniques et protocoles spécifiques
- ☞ Le schéma corporel et la respiration au cœur de la gestion de la douleur
- ☞ Créer des protocoles de sophrologie adaptés
- ☞ Définir le cadre d'intervention et de la relation, la posture et les limites

MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation active et participative alterne théorie et pratique. Un cahier de formation vous sera remis. Des cas pratiques propres à chaque participant feront l'objet d'étude pratique collective, jeux de rôles et mises en pratiques permettront à chaque participants la vivance et la conquête des outils afin de trouver leur modus operandi.