

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Connaître et comprendre la pratique de la sophrologie au service de l'amélioration des soins.
- S'initier et s'approprier les techniques et protocoles de sophrologie dans la prise en charge de ses patients.
- Transmettre aux patients les bonnes pratiques de sophrologie pour les aider à prévenir et gérer au mieux leur stress lié aux soins.

COMPETENCES VISEES

- Reconnaître les situations dans lesquelles la sophrologie aide efficacement la prise en charge des patients.
- Savoir maîtriser les techniques de sophrologie adaptées aux contextes et patients.
- Assurer avec confiance la qualité et la sécurité des soins.

PUBLICS CONCERNÉS

Praticiens de santé

PRE REQUIS

Aucun.

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

- Alternance de pratique et de théorie dans le cadre de l'apprentissage.
- La formation se déroule sur **3 jours**
- Epreuve évaluation sur **1 jour**

INTERVENANTES

- Sandrine CAUSSIEU
Sophrologue et formatrice
- Paola FEDELE
Sophrologue et formatrice



2 jours + 2 jours

Intégrer la sophrologie dans sa pratique professionnelle pour améliorer la prise en charge de ses patients

PROGRAMME

1er jour : Découvrir la sophrologie et ses techniques spécifiques pour améliorer ses prises en charge

Matin :

Introduction / cours théoriques / observations

- Introduction et présentation formation
- Définir la sophrologie, son histoire et ses principes fondamentaux et ses limites dans la prise en charge du patient.
- Rappel des différences entre Relaxation et Sophrologie
- Découverte des différents champs d'application de la sophrologie.

Découvrir les apports des neurosciences et les impacts positifs des pratiques psycho corporelles dans la relation soignant/soigné

- Rappel des apports des neurosciences sur le système nerveux.
- Les effets positifs de la régulation du stress dans la relation soignant/patient.

Echanges sur le vécu professionnel, les symptômes de stress et l'alliance thérapeutique.

Après-midi :

Découvrir et s'approprier les techniques spécifiques de la sophrologie

- Les différents niveaux de conscience.
- Les techniques de respiration, relaxations dynamiques et visualisations.
- La sophronisation de base, les sophronisations spécifiques selon le contexte.

Exercices pratiques visant à vivre, expérimenter, s'approprier les techniques.

2ème jour :

Matin : Découvrir et expérimenter les différents protocoles de sophrologie pour améliorer la prise en charge du patient en fonction de l'objectif thérapeutique et des besoins du patient :

- Détente neuro musculaire
- Apaisement du mental
- Sophro manence des capacités et ressources
- Présentation des protocoles de sophrologie selon le contexte et le patient (enfant- adulte – personne âgée)

Mises en situation en binômes.

Après-midi : Etude de cas cliniques en groupe et en binôme

Intégrer et adapter les différents protocoles en fonction des cas cliniques

- Cas cliniques – entraînements en grand groupe
- Cas cliniques – entraînements en binôme

Pratique : protocole de prise en charge adapté aux cas cliniques

Clôture de la formation :

- Bilan des acquis – tour de table
- Administrative et formulaires satisfaction.

3ème jour :

Retours d'expérience – révision des apprentissages – mises en situation

4ème jour :

Epreuve d'évaluation