

INITIATION A LA SOPHROLOGIE CAYCEDIENNE DANS LA PRISE EN CHARGE DE LA DOULEUR

Contact :

Mme Aurore PARÉ
pare.a@chu-toulouse.fr

Public :

Personnel soignant

Dates / Lieu / durée :

Dates et lieu sur www.gipse.fr
1 jour – 7 heures

Intervenants :

IDE sophrologue
CHU Toulouse
Hôpital Larrey

Prérequis :

Aucun

Objectifs pédagogiques :

Être capable :

De donner une définition simple, les principes, les objectifs de la sophrologie caycédienne afin de pouvoir l'expliquer au patient
De savoir mettre en pratique trois techniques simples dans la prise en charge de la douleur

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, PowerPoint
Échanges, mises en situation et pratique

Modalités d'évaluation :

Des mises en situation et analyses de pratiques, faites tout au long de la formation, permettent de mesurer les impacts immédiats de la formation, et donc d'adapter la stratégie et les actions de formation.

Un quizz est proposé en début de session pour évaluer les besoins des participants et adapter le contenu de la formation, et en fin de session pour évaluer leurs acquis.

À la fin de la formation, les apprenants remplissent des fiches d'évaluation, une évaluation en face à face est également pratiquée entre les apprenants et GIPSE, et une évaluation à froid est envoyée aux apprenants 15 jours après la fin de la formation. Une analyse et un retour sont faits aux intervenants.

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

09H00-
12h30

Les bases de la sophrologie caycédienne.

- Qu'est-ce que la sophrologie caycédienne ?
- Comment l'expliquer au patient ?
- Quels en sont les bienfaits sur la douleur ?

Défocaliser l'attention

- Apprentissage d'une première technique.
- Exercices pratiques en groupes.

Objectifs :

**Connaître les bases sur la sophrologie caycédienne et savoir l'expliquer au patient.
Échanger sur ses pratiques dans la prise en charge de la douleur. Démarrer la pratique sur une technique courte pour défocaliser l'attention**

Méthodes pédagogiques :

**Échanges, apport théorique sur doc et PowerPoint.
Expérimentation collective puis entraînement par groupe de 3**

Méthodes d'évaluation : retour des groupes après la pratique

13h30-
16h30

Libérer les tensions

- Apprentissage d'une première technique.
- Exercices pratiques en groupes.

Diminuer les sensations douloureuses

- Apprentissage d'une première technique.
- Exercices pratiques en groupes

Objectif :

Être capable de guider ces deux techniques pour libérer les tensions et diminuer les sensations douloureuses

Méthodes pédagogiques : expérimentation collective puis par groupes de 3

Méthodes d'évaluation : retour des groupes après la pratique

16h30-
17h00

Évaluation de la formation.