



Initiation à la sophrologie dans les soins

Durée / Dates / Lieu

- 2 jours (14 heures)
- Dates à définir selon les besoins et l'organisation de l'institution
- En intra, en inter-établissement selon les besoins Public

Tout personnel soignant, tout professionnel en contact avec le patient Pré-requis

Aucun

Accessibilité et prise en compte du handicap

Contacter Mme Armelle SIMON par mail contactprocareconsult@gmail.com ou par téléphone 0749109065, pour une adaptation optimale et sur-mesure selon vos besoins spécifiques.

Délai d'accès

15 JOURS (sous réserve de places disponibles).

Objectifs

- Définir la sophrologie
- Comprendre les enjeux de la pratique de la sophrologie dans les soins
- Expérimenter et s'approprier les techniques de sophrologie basées sur le corps, la respiration, la concentration, l'autonomie
- Définir les notions d'attitude et de postures en sophrologie
- Vivre des séances pratiques et s'entraîner aux situations rencontrées dans les soins lors desquelles la sophrologie est utile (douleur, anxiété, nausées/vomissement, inconfort, soins invasif, troubles du sommeil etc.)

Programme

- La sophrologie : définition et historique
- La respiration
- Les différents niveaux de conscience
- Les relaxations dynamiques



- Champs d'application de la sophrologie dans les soins
- Techniques clefs de sophrologie
- Adaptation des méthodes de sophrologie aux contextes d'exercice des professionnels et au public visé (enfant, adulte, personne âgée)
- Exercices pratiques
- Entraînement à l'animation de séances adaptées au contexte de soin

METHODES MOBILISEES

Un dispositif innovant de simulation en santé¹ adapté au contexte d'exercice des professionnels, ainsi que des temps d'analyse de pratique seront mis en œuvre lors de la formation. Pour chacun des thèmes abordés, des références théoriques avec bibliographie sont transmises aux participants. Elles sont enrichies de temps de pratiques. Des situations pratiques peuvent être à l'inverse étayées de références théoriques. Nous nous attacherons à alterner les temps pratiques et théoriques afin de rythmer la formation, afin de favoriser les apprentissages, et leur transférabilité en situation de travail.

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Mises en pratiques
- Remise de fiches pratiques

Intervenant

- Armelle SIMON, Ingénieure conseil formation, IDE sophrologue, praticienne en relation d'aide par le toucher, praticienne massage bien-être, praticienne en massage assis, certifiée en formation par la simulation en santé. Pratique clinique, de recherche et de pédagogie en milieu hospitalier transversal durant plus de 20 ans, auprès des patients et des professionnels.
- Parcours professionnel armellesimon.com

Qualité et indicateurs de résultats 2024 – Taux de participation : 11 pers – Indice de satisfaction : 9,50 /10 – taux de réussite : 100%.

MODALITES D'EVALUATION

- Début de formation : Recueil des attentes des participants et mise en perspective avec les objectifs de la formation. Réalisation d'une auto-évaluation des connaissances initiales.

¹ Dispositif initié au CHU de Nantes, labellisé par l'ARS PDL



- Évaluation continue : Tout au long de la formation, le(la) formateur(trice) s'assure de la compréhension des contenus, du positionnement du soignant et de la bonne réalisation d'une séance simple de sophrologie.
- Fin de formation : Nouvelle auto-évaluation des connaissances et évaluation pratique par une mise en situation. La satisfaction des participants sera mesurée à travers un tour de table et un questionnaire individuel portant sur l'atteinte des objectifs, le programme, les méthodes pédagogiques et la transférabilité des acquis.
- Évaluation finale : Un questionnaire de feedback permettra d'apprécier la satisfaction des participants à la fin de la session.

Modalités d'obtention

Une attestation de réalisation et de validation des compétences sera délivrée à chaque stagiaire ayant suivi l'intégralité de la formation avec satisfaction.

Tarifs inter

- Coût pédagogique : Non assujetti à la TVA
- Tarif prise en charge : 750,00 € (incluant 50,00 € de frais d'inscription)
- Tarif individuel : 550,00 € (incluant 50,00 € de frais d'inscription) Tarifs

intra

- Sur devis

Modalités d'inscription

Pré-inscription en ligne sur le site procareconsult.fr . Pour plus de renseignements, notre équipe reste à votre disposition par mail à contactprocareconsult@gmail.com ou par téléphone au 0749109065. Inscription confirmée après validation des dossiers et/ou entretien individuel - Délai d'inscription : 15 jrs avant la date de la formation (sous réserve de place disponibles). Catégorie : Action de formation (art. L6313-3).

Ce dispositif pédagogique peut-être spécifiquement adapté au contexte de l'exercice professionnel soignant selon la spécialité (soins généraux, Douleur, soins de support, soins palliatifs, santé mentale, santé des soignants...).