

Formation distancielle asynchrone Masterclass Accompagner les maux de la grossesse avec la sophrologie

OBJECTIF PRINCIPAL

Former les sophrologues à l'accompagnement des maux de la grossesse avec la sophrologie.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Mettre en place une sophro-pédagogie de l'accompagnement à la grossesse difficile.
- Comprendre les mécanismes en jeu du stress et à l'angoisse de la grossesse.
- Construire et utiliser des protocoles de sophrologie permettant de mieux vivre une grossesse.

PROGRAMME

MODULE 1 : Adapter la sophrologie aux futurs parents

- 1 Présentation et application de la sophrologie à la parentalité et Pratique de sophrologie
- 2 En quoi la sophrologie se différencie-t-elle des autres méthodes ? Pratique de sophrologie
- 3 Revisiter et adapter les relaxations dynamiques de la sophrologie
- 4 La RD1 et Pratique de sophrologie
- 5 La RD2 et Pratique de sophrologie
- 6 La RD3 et Pratique de sophrologie
- 7 La RD4 et Pratique de sophrologie
- 8 La RD5
- 9 Les RD 6 à 12 et Pratique de sophrologie

MODULE 2 : Le début de la grossesse et ses petits maux

- Le premier trimestre
- Gérer les nausées de la grossesse avec la sophrologie

Exercice : nausées et angoisses

- Les fausses couches

Module 3 : Comment la grossesse évolue

- Le deuxième trimestre

Exercice : sciatique et étirements

- Menace d'accouchement prématuré – MAP

Exercice : position inversée

+ *Doc : lois anti stress pour la femme enceinte*

Module 4 : Bébé arrive, bébé est là

- le troisième trimestre

Exercice 1 : ballon mobiliser son bassin

Exercice 2 tapis : s'enrouler

Exercice 3 : se lever

- Le sommeil

- L'ocytocine

- Les premières contractions

- Le départ pour la maternité

+ *Doc : plonger dans la vague*

- L'accouchement

- Audio

- Comment papa et maman voit bébé à la naissance

- La césarienne

- La séparation : bébé transféré dans un autre service

- Le peau à peau

+ *Doc : l'arc en ciel*

MODULE 5 : Le post-partum , la période des 40 jours

- Les douleurs en post-partum

- Le baby-blues

- Les modifications du corps

○ *Audio le corps en suites de couche immédiates*

- Le retour à domicile

○ *Audio le retour à domicile*

- La période des 40 jours - L'art de la patience

MODULE 6 : Evaluation

1- Bibliographie

2- Evaluation des connaissances

Pratiques spécifiques et explication des pratiques par thème.

Réflexion sur la mise en place des techniques dans son champ d'application professionnel.

METHODE PEDAGOGIQUE / EVALUATION

Alternance d'apports théoriques s'appuyant sur des connaissances actualisées, de pratiques sophrologiques et de partages d'expériences professionnelles.

Spécificité de la sophro-pédagogie appliquée aux mots de la grossesse.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Vidéos disponible sur inscription au site Bienrelax.com - Enregistrements de pratiques.

ASSISTANCE TECHNIQUE ET PEDAGOGIQUE

L'assistance est assurée par Madame PEIX LAVALLEE via le formulaire CONTACT disponible sur le site Bienrelax <https://bienrelax.com/contact/>

SANCTION DE LA FORMATION

Attestation de réussite de la validation.

CONTRÔLE DE L'ASSIDUITÉ

Relevé de connexion, dépôt des phénodescriptions pour chaque pratique et déclaration sur l'honneur par la stagiaire de chaque étape réalisée entièrement avec 'Marquer comme terminé' à chaque étape.

PUBLIC :

Sophrologues exerçant dans le contexte du soin, de l'éducation, du bien-être et de la prévention.

PRE-REQUIS

Connaître les techniques du cycle fondamental.

EFFECTIF

1 personne

EVALUATION DES ACQUIS DE LA FORMATION

Evaluation par un quizz de 20 questions type QCM, validation si > ou égal à 60% de bonnes réponses et supervision des phénodescriptions par la formatrice.

MODALITES DE LA FORMATION

En distanciel et en continu

DUREE DE LA FORMATION

cycle de perfectionnement de 8 h de formation

DATES DE LA FORMATION

Début à la date d'achat de la formation e-learning, durée maximale pour la terminer 8 semaines, fin de la formation au jour de la validation. Pas de report, ni délai supplémentaire possible.

COUT DE LA FORMATION

207,50€ HT

TVA à 20% 41,50€

Soit 249€ TTC

LIEU DE LA FORMATION

Sur le site bienrelax.com pour formatrice et au lieu d'exercice d'activité professionnelle pour le stagiaire

FORMATRICE

Dominique HENRIET,

Sophrologue praticienne, sage-femme, formatrice.

LES « PLUS » DE LA FORMATION

Connaître les maux de la grossesse afin de pratiquer une sophrologie adaptée.

Travailler en collaboration avec les réseaux pluridisciplinaires hospitaliers publics et privés prenant en charge des grossesses.

- ✓ **SophroAttitude**
- ✓ **Organisme certifié Qualiopi n°5590F**
- ✓ **Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 92 21349 92 auprès du préfet de région d'Ile de France, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.**

PROPRIETE INTELLECTUELLE :

L'ORGANISME DE FORMATION est seul titulaire des droits de propriété intellectuelle de l'ensemble des formations qu'elle propose à ses Clients. À cet effet, l'ensemble des contenus et supports pédagogiques quelle qu'en soit la forme (papier, électronique, numérique, orale...) utilisés par L'ORGANISME DE FORMATION pour assurer les formations, demeure la propriété exclusive de L'ORGANISME DE FORMATION. À ce titre, ils ne peuvent faire l'objet d'aucune utilisation, transformation, reproduction, exploitation non expressément autorisées au sein ou à l'extérieur du Bénéficiaire, sans accord exprès de L'ORGANISME DE FORMATION.

En particulier, le BÉNÉFICIAIRE s'interdit d'utiliser le contenu des formations pour former d'autres personnes et engage sa responsabilité sur le fondement des articles L. 122-4 et L. 335-2 et suivants du code de la propriété intellectuelle en cas de cession ou de communication des contenus non autorisée. Toute reproduction, représentation, modification, publication, transmission, dénaturation, totale ou partielle des contenus de formations sont strictement interdites, et ce quels que soient le procédé et le support utilisés.

CONFIDENTIALITE

Les parties s'engagent à garder confidentiels les informations et documents concernant l'autre partie de quelque nature qu'ils soient, économiques, techniques ou commerciaux, auxquels elle pourrait avoir accès au cours de l'exécution du contrat ou à l'occasion des échanges intervenus antérieurement à la conclusion du contrat, notamment l'ensemble des informations figurant dans la proposition commerciale et financière transmise par L'ORGANISME DE FORMATION au BÉNÉFICIAIRE.