

Alternatives non médicamenteuses à la douleur et communication thérapeutique

ORGANISATION

Présentiel

MOYENS

Salle équipée et pouvant accueillir le nombre de participants

Remise à chaque participant d'une documentation de soutien pédagogique

DUREE

1 jour(s)

PUBLIC

Groupe de rééducateurs

PRE-REQUIS

Aucun

Une attestation de formation sera envoyée.

FORMATEUR

CONTEXTE

La douleur, en particulier chronique, représente un enjeu majeur dans les parcours de soins et de réadaptation.

Les approches exclusivement médicamenteuses montrent leurs limites et nécessitent d'être complétées par des stratégies non pharmacologiques validées.

Les professionnels de santé jouent un rôle déterminant dans la modulation de la douleur à travers leurs actes, leurs mots et leur posture relationnelle.

Le développement des alternatives non médicamenteuses et de la communication thérapeutique permet d'améliorer l'engagement du patient et la qualité des prises en charge.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

OBJECTIF GENERAL

- S'approprier les techniques de soins non médicamenteuses
- Connaître les différents types de traitement non médicamenteux et savoir les proposer.
- Comprendre les mécanismes de la douleur chronique en rééducation
- Réduire la kinésiophobie
- Intégrer des stratégies non médicamenteuses
- Utiliser la communication thérapeutique pour favoriser l'engagement moteur

DESCRIPTION / CONTENU

INTRODUCTION

- Présentation du formateur, du programme et des objectifs
- Positionnement des stagiaires : questions, attentes
- Evaluation préformation

CONTENU

ETAT DES LIEUX SUR LA DOULEUR

- Aspects historiques
- Aspects législatifs
- Exigence éthique

LES MECANISMES DE LA DOULEUR

- Les composantes de la douleur
- Les types de douleur
- Les origines de la douleur
- Données physiologiques sur la douleur
- L'impact psychologique de la douleur

LES STRATEGIES THERAPEUTIQUES NON MEDICAMENTEUSES

Alternatives non médicamenteuses

- Approches corporelles simples
 - o Toucher relationnel
 - o Massage confort
 - o Thermothérapie / cryothérapie
 - o Installation antalgique
 - o Respiration diaphragmatique



- Approches psycho-corporelles
 - o Relaxation brève guidée
 - o Distraction thérapeutique
 - o Micro-techniques d'hypnose conversationnelle
 - o Pleine conscience courte
 - o Ateliers pratiques en binômes.

COMMUNICATION THERAPEUTIQUE EN REEDUCATION

- Identifier les croyances limitantes par exemple
 - o « Je ne pourrai plus faire comme avant »
- Techniques concrètes
 - o Valorisation systématique des progrès
- Lutter contre la kinésiophobie
 - o Mise en évidence des capacités
- Modèle intégré en séance
 - o Travail progressif
 - o Valorisation

BILAN DE LA FORMATION

- Tour de table : retour des stagiaires au regard des objectifs présentés
- Evaluation post-formation

METHODE PEDAGOGIQUE

- Etudes de cas cliniques
- Travail sur les représentations
- Apports théoriques et méthodologiques
- Analyse de pratiques, retours d'expériences
- Cartes heuristiques
- Jeux de rôles

MODALITES D'EVALUATION

L'évaluation de la formation au regard des objectifs visés se fera à plusieurs niveaux :

En début de formation :

- Positionnement initial durant le tour de table et l'évaluation réalisée pré-formation

En fin de formation :

- Évaluation de la satisfaction et des réactions des apprenants : au travers des tours de table et des questionnaires de satisfaction
- Évaluation des acquis : au travers de l'évaluation réalisée post-formation et des mises en situation

Après la formation :

- Suivi à froid (questionnaire dans l'extranet, 3 mois après la formation) pour mesurer le transfert des acquis en situation professionnelle et l'impact sur les pratiques.