



SOPHROLOGIE ET SANTE DE LA FEMME : ENDOMÉTRIOSE, DOULEURS PELVIENNES, SOPK, FIBROMYALGIE, DOULEURS CHRONIQUES

L'endométriose est une maladie encore taboue et largement méconnue, sous-diagnostiquée et globalement insuffisamment prise en charge. Mais elle n'est pas la seule dans ce cas-là ! Syndrome des Ovaires Polykystiques (SOPK), douleurs pelviennes et vulvaires, le trouble dysphorique pré-menstruel (TDPM), fibromyalgie et autres maux affectent les femmes bien souvent à partir de la puberté jusqu'à la ménopause. Maladies dites « bénignes » mais chroniques, elles sont souvent responsables d'un handicap plurifonctionnel quotidien et douloureux. La fatigue chronique, la douleur quotidienne, la frustration, l'anxiété et le stress, le moral en berne voire la dépression, les symptômes s'accroissent entre eux, ce qui crée un cercle vicieux très difficile à briser.

Les besoins des femmes en termes de soutien et d'accompagnement sont variables. Quand certaines ont besoin de trouver des solutions pour gérer leurs douleurs, la fatigue, et le stress, d'autres recherchent des solutions afin de surmonter leurs difficultés dans leur vie familiale, de couple, professionnelle, sociale... On retrouve aussi beaucoup de frustration, notamment due au fait que l'on "minimise" la maladie, qui pourtant dirige leur vie.

Si vous souhaitez accompagner au mieux les femmes et leur santé, cette formation est faite pour vous !

Une formation de deux jours sur la notion de prise en charge globale de la santé de la femme et comment la sophrologie s'intègre dans cette démarche, deux jours pour comprendre l'apport de la sophrologie appliquée à la gynécologie, mais aussi son articulation avec le domaine médical et les autres domaines paramédicaux dans une approche holistique de la patiente.

Public :

Stagiaire en sophrologie de l'une des écoles de la FEPS ayant terminé la formation de base (cycle fondamental) et les sophrologues ayant une expérience des 4 degrés de la Relaxation Dynamique du Pr Caycedo.



Objectifs :

Cette formation vous permettra de comprendre ce que sont la maladie chronique (endométriose, fibromyalgie) et les douleurs chroniques, et d'acquérir des outils de sophrologie adaptés à ces contextes, en complémentarité de la prise en charge médicale.

- Acquérir des connaissances solides sur l'endométriose et sur le SOPK, les douleurs pelviennes et vulvaires, le TDPM, la fibromyalgie (les formes de la maladie, les symptômes et comorbidités).
- Comprendre les mécanismes en présence lors d'une maladie avec douleurs chroniques.
- Se spécialiser dans une sophrologie adaptée s'inscrivant dans une prise en charge pluridisciplinaire.
- Développer une créativité pour permettre des séances adaptées au plus près des besoins de la personne.

Programme :

JOUR 1 :

- Endométriose : acquérir des connaissances sur les différentes formes de la maladie, les symptômes et comorbidités.
- Comprendre l'importance de la prise en charge pluridisciplinaire
- Acquérir les outils spécifiques à l'accompagnement des femmes touchées par l'endométriose (se reconnecter à son corps de femme, mieux gérer la douleur, la fatigue et le stress, accompagner les traitements et suivis médicaux, le parcours de PMA ou d'infertilité, apprendre à gérer sa vie professionnelle avec sa maladie).
- Appréhender les besoins spécifiques des patientes et acquérir les outils nécessaires pour y répondre.
- Mise en pratique et étude de cas, identifier ses propres savoirs faire intuitifs.

JOUR 2 :

- Fibromyalgie, SOPK, douleurs pelviennes, TDPM : Réaliser un tour d'horizon des maladies et douleurs gynécologiques féminines.
- Appréhender les besoins spécifiques des patientes et acquérir les outils nécessaires pour y répondre.
- Mise en pratique et étude de cas.

SARL au Capital de 9000 euros
155 rue du Faubourg Saint-Denis 75010 PARIS - Téléphone : 07 89 59 56 61
SIRET N° 508 062 270 00048 - APE 8559A - Enregistrée sous le N°11754425075,
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état (art. L.6352-12 du code du travail)
contact@sophrologie-ceas.org



- Élaboration de protocoles et conduite d'une séance.
- Développer une créativité pour permettre des séances adaptées au plus près des besoins de la personne.
- Développer son activité de sophrologue spécialisé en santé de la femme. (Réseau, axe de développement...)

Ces contenus sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction de l'intérêt et des demandes du groupe.

Méthodes et moyens pédagogiques :

- Apports théoriques synthétiques et pratiques avec des échanges interactifs.
- Pratiques de relaxations dynamiques et de sophronisations.
- Travaux pratiques, travail de groupe et étude de cas.
- Supports méthodologiques, documentation synthétique, pistes bibliographiques.

Moyens permettant l'évaluation des acquis en fin de formation :

- Tests pratiques

Durée et lieu de l'action de formation :

- 2 jours.
- PARIS.

Intervenante :

Maéva MORIN BERANGER, sophrologue spécialisée dans l'accompagnement des femmes touchées par l'endométriose et des personnes souffrant de fibromyalgie, douleurs chroniques et névralgiques. Sophrologue partenaire de Résendo, réseau ville-hôpital de prise en charge pluridisciplinaire du centre hospitalier Saint-Joseph à Paris, Maéva travaille également à l'IFEEN (Institut de la Femme et de l'Endométriose), au sein d'une équipe médicale et paramédicale globale pour accompagner la santé de la femme.