

LES OUTILS THÉRAPEUTIQUES FACE À LA DOULEUR

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Yvan SONJON

JOUR 1

8h30-9h	Arrivée et accueil des participants
9h-9h15	Présentation du plan et des objectifs de la formation
	Définition des attentes des participants
9h15-9h30	Le concept actuel de la douleur et de la nociception <ul style="list-style-type: none">- Quiz sur la différence entre douleur et nociception- Définition de l'IASP
9h30-10h	Différents mécanismes de la douleur <ul style="list-style-type: none">- Nociceptif- Neurogène / Neuropathique
10h-10h30	Le bilan de la douleur <ul style="list-style-type: none">- Red Flags- Différentes fibres, différentes mesures- Exercice pratique en groupe
10h30-10h45	Pause
10h45-11h30	Le modèle bio-psycho-social et la douleur <ul style="list-style-type: none">- Confronter le modèle biomédical au modèle bio-psycho-social- Relever les différents facteurs pouvant influencer l'apparation ou la persistance de la douleurs
11h30-12h15	La communication avec le patient <ul style="list-style-type: none">- L'importance des termes employés- L'utilisation positive et négative de l'imagerie médicale- Exercice en groupe
12h15-12h30	Retour d'expérience et questions
12h30-13h30	Pause déjeuner

LES OUTILS THÉRAPEUTIQUES FACE À LA DOULEUR

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Yvan SONJON

JOUR 1 (suite)

13h30-14h15	Le fonctionnement du système nerveux central et la douleur <ul style="list-style-type: none">- Modulations supérieures de la nociception- Notions de neuromatrice et neurotag- Sensibilisation centrale- Expérience pratique ou vidéo (le glaçon et l'allumette / Le verre d'eau)
14h15-15h	Exercices d'exposition graduelle et de mise en charge d'un patient kinési-ophobe <ul style="list-style-type: none">- Imagerie Motrice graduelle- Élaborer l'exercice avec le patient- Exercice pratique en groupe
15h-15h30	L'importance de l'éducation thérapeutique chez le patient <ul style="list-style-type: none">- La place du thérapeute- Le patient acteur de sa rééducation- Rendre le patient indépendant
15h30-15h45	Pause
15h45-16h15	Exercice pratique en groupe <ul style="list-style-type: none">- Développer un programme d'exercices d'exposition graduelle et progression pour 3 troubles / pathologies du système musculo-squelettique- Retour et partage d'expériences
16h15-16h45	Exercice thérapeutique et le détournement d'attention <ul style="list-style-type: none">- Notions de théorie- Exercice pratique en groupe
16h45-17h15	Les exercices thérapeutiques en théorie, mécanismes et intérêts
17h15-17h30	Retour sur la première journée et questions des participants
17h30	Fin de la première journée

LES OUTILS THÉRAPEUTIQUES FACE À LA DOULEUR

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Yvan SONJON

JOUR 2

8h30-9h	Arrivée et accueil des participants
9h-9h15	Retour sur la première journée
9h15-9h30	Exercice pour tromper le cerveau
9h30-10h	Croyances et attentes des patients <ul style="list-style-type: none">- Différent biais cognitifs et croyances des patients sur leur pathologie et les thérapies- Les repérer, communiquer et les utiliser pour la thérapie- "Evidence Based Practice" prendre en compte les attentes du patient
10h-10h30	Les croyances, causes de douleur, d'anxiété et stratégies d'évitement <ul style="list-style-type: none">- Théories biomécanistes anxiogènes, que disent les sciences ?- Faire ressortir les inquiétudes et les frustrations des patients
10h30-10h45	Pause
10h45-11h30	L'utilisation d'images, d'anecdotes et de métaphores pour expliquer la douleur
11h30-12h	Expliquer les neurosciences de la douleur aux patients <ul style="list-style-type: none">- Exercices de mise en pratique des connaissances et des outils de communication acquis par les participants
12h-12h30	Retour sur les exercices thérapeutiques et inclure des miroirs en thérapie <ul style="list-style-type: none">- Exercices pratiques en groupe
12h30-13h30	Pause déjeuner

LES OUTILS THÉRAPEUTIQUES FACE À LA DOULEUR

PROGRAMME

2 jours - 16 heures - Yvan SONJON

JOUR 2 (suite)

13h30-14h	Les limites du champ de compétence du kinésithérapeute et les TCC <ul style="list-style-type: none">- Repérer les signes indicateurs d'un trouble ou d'une pathologie psychiatrique liés à la douleur- Savoir rediriger le patient lorsque cela est nécessaire
14h-14h45	Présentation sur l'utilisation et l'intérêt des Thérapies Comportementales et Cognitives (TCC), et Thérapies d'Acceptation et d'Engagement (ACT) en kinésithérapie <ul style="list-style-type: none">- L'entretien motivationnel- Le questionnement socratique
14h45-15h15	TCC et éducation thérapeutique en pratique <ul style="list-style-type: none">- Exercice pratique en groupe
15h15-15h30	Retour d'expériences
15h30-15h45	Pause
15h45-16h15	Exercice pratique en groupe <ul style="list-style-type: none">- Développer un programme d'exercices d'exposition graduelle et progression pour 3 troubles / pathologies du système musculo-squelettique- Retour et partage d'expériences
16h15-16h30	Travail de groupe - Étude de cas <ul style="list-style-type: none">- Mettre en application les connaissances et les outils acquis lors de la formation sur des cas cliniques
16h30-16h45	Retour sur les études de cas
16h45-17h15	Les éléments pédagogiques clés de l'éducation thérapeutique à l'aide des neurosciences de la douleur à transmettre aux patients
17h15-17h30	Retour sur les deux journées et questions des participants
17h30	Fin de la deuxième journée