

Animer des séances de sophrologie pour femmes enceintes et parentalité

FINALITÉ PROFESSIONNELLE : Valider les compétences théoriques et techniques pour accompagner la femme enceinte pendant sa grossesse, à la naissance du bébé et au retour à la maison. Cette formation permet de réfléchir aux axes d'accompagnement pour aider les futurs parents à construire leur parentalité.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES En suivant cette formation, vous saurez :

- Comprendre les étapes clefs de la grossesse, de l'accouchement et de l'après-naissance pour la mère, le père et le bébé
- Adapter et orienter un programme de sophrologie, en tenant compte des différents besoins de la femme enceinte
- Guider des techniques sophrologiques qui favorisent l'alliance et la communication mère/enfant
- Mener une réflexion autour de la parentalité avec les futurs parents

PUBLIC VISE : aux **Sophrologues**, en activité professionnelle ou en cours de formation, aux **Sages-Femmes libérales ou hospitalières**, afin de mieux comprendre et percevoir l'intérêt de la sophrologie autour de la périnatalité et de la parentalité.
aux **Infirmières Anesthésistes** travaillant en salle de naissance

PRÉ-REQUIS : Aucun

HORAIRE ET DURÉE : 32 heures – 2 x 2 jours – Délai d'accès à la formation de 1 mois
Horaires : De 9h30 à 18h30

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4 minimum – 12 maximum (12 en téléformation synchrone)

METHODES PEDAGOGIQUES : Apports conceptuels – Échanges entre les participants – Pratiques d'exercices guidées par la formatrice – Séances guidées par les participants – Études de cas concrets

LIEU : Téléformation
Présentiel

TARIF PARTICULIERS
768 euros

TARIF ENTREPRISE
868 euros incluant les frais de gestion administrative

FORMATRICE

- ❑ **Patricia Penot** : Sophrologue Humaniste Expert, spécialisée en maternité et parentalité, Formation de formateur. Ancienne infirmière anesthésiste depuis plus de 20 ans, ayant exercée dans les services de maternité et salle d'accouchement en tant qu'IADE – Sexothérapeute – Membre de la SFS – Société Française Sophrologie –

DATES :

- **Session Mars 2023** : 6 et 7 mars + 3 et 4 avril





PARCOURS PEDAGOGIQUE

- ✓ Comprendre les étapes clefs de la grossesse, de l'accouchement et de l'après-naissance pour la mère, le père et le bébé
 - Les moments clefs de la maternité, pré, per et post-naissance
 - Les modifications du corps de la femme enceinte pendant la grossesse : les phénomènes désagréables, les changements émotionnels, la gestion de la douleur
 - Le miracle de la vie : approche du développement embryonnaire et fœtal et la manière d'accompagner le bébé à chaque mois de grossesse sur le plan affectif. Etat d'esprit et intentionnalités
 - La sexualité

- ✓ Adapter et orienter un programme de sophrologie, en tenant compte des différents besoins de la femme enceinte
 - Les grands axes d'un accompagnement sophrologique : les différentes respirations, les relaxations dynamiques, la concentration, les visualisations positives du futur, la gestion des contractions
 - Apport de la sophrologie au cours de la maternité, au niveau corporel, émotionnel et mental
 - Des concepts clefs : mettre de la conscience, les valeurs, le principe d'action positive
 - Les moments clefs de la période d'accouchement et les exercices sophrologiques adaptés

- ✓ Guider des techniques sophrologiques qui favorisent l'alliance et la communication mère/enfant/père
 - Les principes d'une communication mère-enfant-père
 - Les différentes manières de créer l'alliance
 - Différence entre sophrologie et aptonomie
 - Comment impliquer le père

- ✓ Mener une réflexion autour de la parentalité avec les futurs parents
 - Le projet d'être parent
 - Quand le couple devient la famille
 - Les motivations à être mère et son impact sur la famille
 - L'ambivalence maternelle
 - Devenir et être père

METHODES D'EVALUATION

Pour évaluer les acquisitions de compétences professionnelles et valider ce parcours pédagogique, vous aurez à :

- Guider un exercice sophrologique
- Réaliser une auto appréciation des connaissances et compétences acquises en interaction avec la formatrice

Document délivré à la fin du parcours pédagogique : une attestation de compétences « Sophrologie pour femmes enceintes et parentalité » informant de la validation ou non des compétences professionnelles acquises.



Pour avoir de plus amples renseignements, contactez-nous !

MODALITES D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire à la formation, la procédure est la suivante, à réaliser **au minimum 1 mois avant le début de formation** :

- Rendez-vous sur notre site Internet, sur l'onglet « Inscription – Référence FC », et envoyez-nous le formulaire de renseignements, afin de valider les prérequis. Vous serez informé de l'acceptation de votre candidature par email.
- Une fiche d'inscription électronique vous sera alors adressée. Une fois que vous nous l'avez retournée, votre place est réservée. Vous avez un délai de rétraction de 10 jours après la date d'envoi de votre fiche d'inscription.
- Nous établissons un contrat de formation, ou une convention de formation si votre parcours pédagogique est pris en charge par une entreprise, en 2 exemplaires, dont un sera à nous retourner signé avec un chèque d'acompte de 30% du montant de la formation.

Le coût de la formation comprend l'animation des journées de formation, les manuels et fiches techniques de formation, la supervision pédagogique et la correction des différents travaux effectués en inter-session. Les horaires de formation débutent à 9h30 jusqu'à 18h30.

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite : nous contacter pour définir les modalités.

NOS « PLUS »

- ✓ Un petit nombre de participants (de 4 à 12)
- ✓ De nombreux exercices adaptés à la femme enceinte
- ✓ La conception d'un programme adapté à la femme enceinte
- ✓ Une réflexion sur l'implication du père dans la grossesse
- ✓ Une plateforme de communication collaborative pour un suivi post-formation