

Pratique des TCC en douleur chronique

Cette formation s'inscrit dans le cadre de la découverte et de la mise en application des TCC dans la gestion de la douleur chronique.

Après avoir développé l'importance de la relation thérapeutique, les participants découvriront en expérimentant comment les différentes vagues des thérapies cognitives et comportementales peuvent aider les patients à mieux gérer leurs douleurs et à modifier certains comportements problématiques.

Durée: 21.00 heures (3.00 jours)

Profils des apprenants

- Physiothérapeutes
- Ostéopathes
- Podologues
- Ergothérapeutes
- Psychomotriciens

Prérequis

La formation est ouverte à toute personne répondant aux critères exposés ci-dessus, sans autre prérequis spécifique. Un justificatif professionnel est obligatoire pour valider l'inscription : copie du diplôme, copie de carte professionnelle, preuve d'inscription au tableau de l'Ordre, preuve d'enregistrement au répertoire ADELI, ou feuille de soins barrée.

Objectifs pédagogiques

- Identifier les facteurs de maintien de la douleur chronique
- Maîtriser les composantes de l'alliance thérapeutique
- Maîtriser les outils communicationnels
- Aborder l'éducation à la douleur par le prisme des TCC
- Savoir encourager l'auto-observation
- Comprendre les éléments renforçateurs d'une situation problème
- Savoir établir les objectifs en fonction des valeurs du patient

Contenu de la formation

- Auto-observation
- Développement d'outils d'auto-observation
- Analyse de la posture du thérapeute TC
- Réflexions autour du modèle de patient/partenaire
- Communication et alliance thérapeutique
- Développement d'outils communicationnels
- Travail métacognitif sur l'alliance thérapeutique
- Raisonnement clinique
- Analyse du cadre multidimensionnel de compréhension clinique

- Physiopathologie de la douleur et taxonomie
- Jeux de rôles avec phénotypage des patients
- Intérêt de l'approche transdiagnostique en douleur
- Découverte des processus psychologiques en lien avec la douleur
- Thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT)
- Intérêt de l'ACT dans la douleur à travers les preuves scientifiques • Mise en application de l'ACT dans une pratique personnelle
- Mise en place de la matrice de l'ACT
- Education à la douleur
- Neurophysiologie de la douleur
- Analyse critique de l'éducation aux neurosciences de la douleur • Apport des TCC dans l'éducation à la douleur
- Mise en application des TCC et de l'ACT pour faire face aux ruminations, au catastrophisme, à la perte d'estime de soi et à la dépression

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Elsa IMHOFF est psychologue clinicienne, titulaire d'un Master en psychologie de la santé dont les mémoires de recherche ont porté sur la fibromyalgie. Elle est enseignante du DU TCC de la douleur chronique. Elsa est membre de l'Association Française de Thérapie Cognitive et Comportementale (AFTCC) et de son GIE douleur, ainsi que de la Société Française d'Étude et de Traitement de la Douleur (SFETD).

Rémy OLIER est kinésithérapeute, titulaire du DU TCC de la douleur chronique et du DU TCC. Il est enseignant en IFMK, en formation continue dans le domaine de la douleur, et au sein du DU TCC de la douleur chronique. Il réalise le podcast "Trajectoires de santé" qui promeut l'interdisciplinarité.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.