



Méditation de pleine conscience
Enfant Adolescent
Outils pratiques et expérientiels

Formation au format présentiel

Programme des 3 jours
21 heures



Méditation de pleine conscience enfant adolescent

Outils pratiques et expérientiels

Réf : TPC 004

PRESENTATION



La pleine conscience est « une manière d'être en relation avec sa propre expérience (ce que nous percevons avec les 5 sens, nos sensations corporelles, nos pensées). Elle résulte du fait d'orienter volontairement l'attention sur son expérience présente et de l'explorer avec ouverture, que nous la jugions agréable ou non, tout en développant une attitude de tolérance et de patience envers soi. Elle permet de s'engager dans des actions en lien avec ses valeurs et objectifs. » (Consultations psychologiques spécialisées - CPS, Université catholique de Louvain - UCL).

Divers programmes ont été créés pour développer ces compétences de la pleine conscience. Les **interventions basées sur la pleine conscience** (IBPC) connaissent actuellement un succès important, en France et au niveau international. Il n'a donc pas fallu attendre longtemps pour que des programmes d'entraînement à la pleine conscience, initialement développés pour l'adulte, soient proposés à des plus jeunes.

Il est vrai que cette approche basée sur l'expérience est séduisante pour l'enfant et l'adolescent. Elle est pratiquée autant dans des contextes individuels que de groupe, et ce, dans des milieux variés (cabinet privé, hôpital, école, etc.).

Cependant, éveiller les jeunes à la pleine conscience nous confronte à des défis spécifiques. La mise en place des interventions basées sur la pleine conscience nécessite une formation solide et pointue, tant au niveau des savoirs théoriques, que pratiques et expérientiels. Une des particularités des IBPC réside dans le fait que l'instructeur se doit lui-même d'avoir une connaissance personnelle de la pleine conscience afin de mieux transmettre les attitudes qui la sous-tendent.

Cette formation de 3 jours détaille le programme « Apprivoiser ses émotions par la pleine conscience » développé aux Consultations psychologiques spécialisées dans les émotions de l'Université catholique de Louvain, et publié en 2015 aux éditions Mardaga (Deplus et Lahaye, 2015).

Ce programme est adapté aux enfants entre 6 et 13 ans environ. Il comprend 9 séances de 1h30 visant un apprentissage structuré et progressif de la pleine conscience, en lien avec la régulation des émotions.

À l'issue de la formation, les participants seront capables d'animer sous supervision ce programme basé sur la pleine conscience adapté à l'enfant, ainsi que d'en comprendre les indications et les fondements théoriques. La formation repose sur différents moyens pédagogiques : expérience personnelle des interventions, travaux pratiques, illustrations par des enregistrements vidéo, portefeuille de lecture, et points théoriques. La formation comprend également une partie de développement personnel avec une pratique personnelle de la pleine conscience.

La formation développera des compétences théoriques et des compétences pratiques sur les interventions basées sur la pleine conscience (IBPC) auprès de l'enfant.

Les compétences théoriques concernent :

- la connaissance de la littérature sur les bases théoriques des IBPC, dans une approche centrée sur les processus psychologiques (Deplus, Lahaye et Philippot, 2014), par exemple évitement expérientiel, impulsivité, rumination;
- les indications en lien avec les études d'efficacité des IBPC avec l'enfant (e.g., Borquist-Colon, Maynard, Brendel et al., 2019), et particulièrement du programme proposé (Deplus, Philippot, Scharff et al., 2016 ; Roux, Deplus, Lahaye et al., 2017). Les connaissances théoriques seront développées lors de séminaires interactifs comprenant des présentations par la formatrice et des discussions avec les participants. Un portefeuille de lecture sera proposé.

Les compétences pratiques se basent sur les critères d'évaluation des interventions basées sur la pleine conscience développés par les équipes de Bangor, Exeter et Oxford (mindfulness-based interventions teaching assessment criteria - MBI-TAC, Crane, Soulsby, Kuyken, et al., 2012). Ces compétences concernent :

- la conduite des exercices et activités des séances d'un programme adapté à l'enfant;
- la conduite des partages d'expériences suite aux exercices.

Les exercices et interventions seront présentés de manière expérientielle aux participants (ils devront faire les exercices). Les pratiques centrales du programme seront animées ensuite par les participants eux-mêmes, comme une occasion de bénéficier de la rétroaction de la formatrice et des autres participants. Une attention particulière sera accordée aux phases de partage des expériences après les exercices et à la manière de les mener (d'après Segal, Teasdale et William, 2016). Des vidéos illustratives de groupes réels seront également présentées.

Cette formation de 3 jours n'est pas tant un enseignement qu'un engagement dans les pratiques formelles et informelles de la pleine conscience, et leur expérimentation. La pleine conscience est avant tout un état d'être qui a la capacité d'ouvrir l'esprit, le cœur et les sens par une qualité de présence pleinement habitée de l'instant présent, sans jugement, avec bienveillance. Ponctué d'éclairages théoriques, ce module vous proposera d'expérimenter par vous-mêmes les exercices et leurs partages en tant que participant et/ou instructeur

A l'issue de notre formation, vous aurez les outils théoriques et pratiques vous permettant de mettre en œuvre des interventions de gestion des pensées et des émotions basées sur la pleine conscience avec des jeunes, dans un contexte d'animation de groupe ou en individuel.



PRINCIPAUX OBJECTIFS

Acquérir un protocole clinique structuré permettant de mettre en œuvre des interventions de gestion des pensées et des émotions basées sur la pleine conscience avec des jeunes, dans un contexte d'animation de groupe ou en individuel.

- Posséder des connaissances théoriques en lien avec les interventions de pleine conscience pour les jeunes : aspects conceptuels, processus d'action, état actuel de la recherche, contre-indications, mesures de prudence.
- Acquérir des outils pratiques :
 - Se familiariser avec tout un programme de gestion des émotions par la pleine conscience pour adolescents :
 - + expérimenter les différents exercices du programme ;
 - + conduire les exercices (méditations, partages, ...) ;
 - + percevoir les objectifs sous-jacents aux exercices et aux séances.
 - Relever un certain nombre de défis spécifiques aux jeunes et réfléchir à des pistes pour dépasser les obstacles dans sa pratique.
 - Découvrir et utiliser des outils adaptés aux enfants (dès 8 ans) dans leur apprentissage de la pleine conscience.
 - Partager ses expériences professionnelles.
- Savoir appliquer et adapter le programme de gestion des émotions par la pleine conscience auprès des jeunes de son public.
- Percevoir l'importance de l'*embodiment* de l'instructeur, reflétant les attitudes de pleine conscience : ouverture, acceptation et profond respect de l'expérience de chacun, empathie, congruence. Savoir y travailler et remettre en question certaines de ses interventions.



Méditation de pleine conscience Enfant Adolescent

Outils pratiques et expérientiels

SÉQUENCES PÉDAGOGIQUES

Objectif principal

Durée
Intervenante
Mode

Acquérir un protocole clinique structuré permettant de mettre en œuvre des interventions de gestion des pensées et des émotions basées sur la pleine conscience avec des jeunes, dans un contexte d'animation de groupe ou en individuel.

3 jours, 21 heures

Charlotte BUSANA, psychologue clinicienne et psychothérapeute
Formation ouverte au format présentiel

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
Envoyer les supports de formation	Le participant est invité à prendre connaissance des supports pédagogiques et à réfléchir individuellement sur un cas patient pouvant servir de support à la formation présentielle	Par mail
Accueillir et faire le bilan de début	Présentation de la formation, de l'intervenant et des participants ainsi que des objectifs Point organisationnel Evaluation individuelle des acquis en début de formation	Tour de table individualisé par participant Recueil des attentes QCM des pré-acquis
Comprendre la Pleine Conscience et son efficacité pour les enfants et les adolescents	Le concept de pleine conscience .Définition .Processus d'action .Inscription dans la 3 ^{ème} vague des Thérapies Cognitives et Comportementale Les interventions basées sur la pleine conscience chez les jeunes .Effets des interventions et nécessité d'améliorer la qualité des études standardisées d'interventions (RCTs) .Présentation des contre-indication et mesures de prudence .Littérature scientifique concernant les interventions basées sur la pleine conscience avec les jeunes Programmes spécifiques de Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents .Caractéristiques communes et spécificités .Adaptation des programmes	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré en alternance avec un échange avec les participants : →Co-construction des points récapitulatifs Méthode d'évaluation →Résumé des points clés par le participant ou en collectif→Questions/réponses
Appréhender le protocole structuré basé sur la Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents Savoir mettre en œuvre la séances 1	Organisation générale . Matériel . Structure . Plans des séances . Consignes . Guide du partage des expériences : les 3 cercles Présentation du programme, séance par séance 01. L'attitude du martien. 02. Donner de l'attention au corps. 03. S'arrêter et respirer. 04. Accueillir l'émotion. 05. Ne pas faire ce que l'émotion me dit de faire. 06. Prendre de la distance par rapport aux pensées. 07. Avancer vers ce qui est important pour moi. 08. Agir. 09. Ce n'est qu'un début... Présentation détaillée et expérimentation de : Séance 1 : L'attitude du martien - Objectifs généraux . établissement du cadre et de la dynamique du groupe . présentation de la pleine conscience - Présentation de chaque exercice : . objectifs spécifiques . éléments fondamentaux . consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience	Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré →Résumé des points clés par le participant ou en collectif→Questions/réponses Méthodes expérientielles par : 1 [°] Exercice 1 : Photolangage Faire parler une image de soi choisie affectivement → Exercice en sous-groupe 2 [°] Pratique 2 : Exercice du martien →Expérimentation individuelle Méthode d'évaluation Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte de l'exercice, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Echanges en direct sur la pratique → Echanges sur le retour d'expérience → Ajustement des postures / gestes / mots → Questions/réponses

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<p>Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 2,3 et 4 du protocole</p> <p><u>Séances 2 à 4</u></p>	<p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 2 : Donner de l'attention au corps</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . prise de conscience des sensations corporelles - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 3 : S'arrêter et respirer</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . Centration sur la respiration . Respiration comme point d'ancrage - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 4 : Accueillir l'émotion</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . non jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré →Résumé des points clés par le participant ou en collectif- →Questions/réponses</p> <p>Méthodes expérientielles par :</p> <p>1° Pratique 1 : le balayage du corps → Expérimentation en binômes</p> <p>2° Pratique 2 : méditer en chantant → Expérimentation individuelle</p> <p>3° Pratique 3 : méditation assise sur la respiration et le corps → Expérimentation en sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Echanges en direct sur la pratique → Echanges sur le retour d'expérience → Partage des ressentis, des sensations, des émotions → Ajustement postures / gestes / mots → Questions/réponses → Synthèse et debriefing de groupe</p>
<p>Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 5, 6 et 7 du protocole</p> <p><u>Séances 5 à 7</u></p>	<p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 5 : Ne pas faire ce que l'émotion me dit de faire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . inhibition de la réaction immédiate en se centrant sur la respiration et le corps - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 6 : Prendre de la distance par rapport aux pensées</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . Changement de l'attitude par rapport aux pensées - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 7 : Avancer vers ce qui est important pour moi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . réfléchir à la manière de développer et de consolider ce qui est important pour moi - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré →Résumé des points clés par le participant ou en collectif- →Questions/réponses</p> <p>Méthodes expérientielles par :</p> <p>1° Pratique 1 : la méditation assise avec introduction d'une difficulté → Expérimentation en sous-groupe</p> <p>2° Expérimentation des exercices des séances 6 et 7 :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Souvenirs autobiographiques . Valeurs et contre-valeurs . Les 4 cadrans <p>→ Exercices en 2 sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel → Echanges en direct sur la pratique → Echanges sur le retour d'expérience → Partage des ressentis, des sensations, des émotions → Ajustement postures / gestes / mots → Questions/réponses → Synthèse et debriefing de groupe</p>
<p>Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 8 et 9 du protocole</p> <p><u>Séances 8 et 9</u></p>	<p>Retour sur les Journées 1 et 2 :</p> <p>Défis à relever pour dépasser les obstacles dans la pratique liés aux spécificités des jeunes</p> <p>Importance de l'«embodiment» de l'instructeur :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Posture de pleine conscience . Acceptation, empathie, congruence . Remise en question de ses propres interventions 	<p>Méthode affirmative par apports théoriques et diaporama illustré →Résumé des points clés par le participant ou en collectif- →Questions/réponses</p>

Finalité	Contenu	Méthodes et outils
<p>(...) Suite Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 8 et 9 du protocole</p> <p><u>Séances 8 et 9</u></p>	<p>Présentations détaillées et expérimentations de :</p> <p>Séance 8 : Agir</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . Centration sur la respiration . Respiration comme point d'ancrage - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Séance 9 : Ce n'est qu'un début..</p> <ul style="list-style-type: none"> - Objectifs généraux <ul style="list-style-type: none"> . non jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation - Présentation de chaque exercice : <ul style="list-style-type: none"> . Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile - Expérimentation d'exercices et partage d'expérience <p>Clôture du protocole</p>	<p>Méthodes expérientielles par : 2° Expérimentation des exercices des séances 8 et 9 :</p> <ul style="list-style-type: none"> . Réflexion sur la correspondance entre mes actions et mes valeurs . L'action en situation émotionnelle: flexibilité <p>→ Exercices en 2 sous-groupes</p> <p>Méthode d'évaluation</p> <p>Vérification par l'intervenante ou un pair de la réalisation correcte des exercices, du savoir-faire et du savoir-être individuel</p> <p>→ Echanges en direct sur la pratique</p> <p>→ Echanges sur le retour d'expérience</p> <p>→ Partage des ressentis, des sensations, des émotions</p> <p>→ Ajustement postures / gestes / mots</p> <p>→ Questions/réponses</p> <p>→ Synthèse et debriefing de groupe</p>
<p>S'approprier l'expérimentation de la Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents</p>	<p>La cadre d'intervention</p> <ul style="list-style-type: none"> . Faisabilité et acceptabilité . Effets positifs des programmes dans un contexte scolaire . Contexte, cadre et format de groupe . Gestion de la dynamique de groupe . Le partage d'expérience . Liens avec la vie quotidienne . La pratique entre les séances . Rôle de l'intervenant <p>Présentation du document remis en fin de la séance aux jeunes et des tâches d'entraînement demandées à domicile.</p> <p>Synthèses formelles ponctuelles sur une série d'obstacles dans l'apprentissage de la pleine conscience avec les jeunes et réflexion commune sur les manières de les dépasser</p> <p>Adaptation du programme à un suivi individuel</p>	<p>PowerPoint de présentation</p> <p>Partage d'expériences</p> <p>Temps individuel de réflexion aux pistes d'amélioration des pratiques</p> <p>Synthèse collective</p> <p>Méthode d'évaluation</p> <p>→Résumé des points clés par le participant ou en collectif-</p> <p>→Questions/réponses</p>
<p>Evaluer les acquis de fin et la satisfaction</p>	<p>Déterminer le niveau de connaissance en fin de formation par évaluation individuelle</p> <p>Vérifier la qualité et conformité de la formation par évaluation individuelle</p>	<p>QCM d'évaluation des acquis de fin</p> <p>Questionnaire d'évaluation de la qualité de formation</p>
<p>Faire le bilan de fin</p>	<p>Table ronde</p> <p>Evaluation des acquis de fin de formation</p> <p>Bilan de la formation</p>	<p>Echanges avec les participants</p> <p>QCM des acquis de fin</p> <p>Fiche d'évaluation de la qualité</p>

Intervenante

La formation sera animée par une intervenante de haut niveau – psychologue et psychothérapeute - ayant une expérience de thérapeute et de formatrice auprès de différents publics, enseignante et superviseuse dans les certificats d'université à l'Université Catholique de Louvain.

L'intervenante prévue est **Charlotte BUSANA**

- Psychologue clinicienne et psychothérapeute cognitivo-comportementaliste
- Spécialisée dans le travail avec l'enfant, l'adolescent et leur entourage
- Cofondatrice de "ICI", centre de formation dédié à la thérapie, l'éducation et la pleine conscience
- Enseignante et superviseuse dans les certificats d'université à l'Université Catholique de Louvain en Interventions psychologiques basées sur la pleine conscience (filiales adulte et enfant) et en Animation de groupe basée sur la pleine conscience pour l'enfant, l'adolescent et leur entourage.



Prérequis

La formation est une formation de spécialisation pour la prise en charge d'un public jeune.

Pour tirer tous les bénéfices de ce module, il est donc vivement recommandé au participant d'avoir une expérience préalable de la pleine conscience via :

- des cycles de pratique de la pleine conscience (Protocoles MBSR / MBCT, retraites) ;
- la formation initiale Symbiofi 3 jours : **Méditation de pleine conscience, niveau 1** : *outils pratiques et expérientiels*.

Une tarification spécifique DUO est proposée en associant les 2 niveaux de formation.

Pour qui

La formation concerne tous les professionnels qui souhaitent découvrir les bases théoriques et pratiques de la méditation de pleine conscience avec les enfants et les adolescents.

PROFESSIONNELS DU SOIN (soignants, paramédicaux, thérapeutes)

- Professionnels des psychothérapies :
Psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, psychopraticiens.
- Professionnels de santé :
Médecins, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sages-femmes, infirmier(e)s, aides-soignants, diététiciens, ergothérapeutes, psychomotriciens, etc.
- Professionnels des thérapies complémentaires et médecines douces :
Sophrologues, hypnothérapeutes, relaxologues, thérapeutes énergétiques, professeurs de yoga / reiki / qi gong, kinésologues, praticien shiatsu, reflexologues, naturopathes, etc.
- Etudiants dans différentes disciplines précitées.

PROFESSIONNELS DE L'ENFANCE

- Educateurs de jeunes enfants.
- Agents auprès d'enfants.
- Assistants familiaux.
- Médiateurs.
- Assistants de service social.
- Enseignants et instituteurs.
- Coachs de vie.
- Professeurs d'éducation physique et sportive.

RECONVERSION

- Pour le cas le cas où le stagiaire se trouve dans un projet de reconversion vers les métiers de l'aide et de l'accompagnement , il lui est demandé pour pouvoir s'inscrire à la formation de passer un entretien téléphonique préalable.

Et aussi ...

DYNAMIQUE UNIVERSITAIRE

Notre formation bénéficie de la dynamique universitaire . Elle est basée sur les programmes délivrés à l'Université Catholique de Louvain en Interventions psychologiques basées sur la pleine conscience.



EXPERTISE CLINIQUE ET SAVOIR-FAIRE EXPÉRIENTIEL

Notre formation est :

- conçue et animée par une intervenante de haut niveau – psychologue et psychothérapeute - ayant une expérience de thérapeute et de formatrice auprès de différents publics, enseignante et superviseuse dans les certificats d'université à l'Université Catholique de Louvain.
- centrée sur l'acquisition de techniques concrètes et utiles, de boîtes à outils pratiques, permettant au professionnel de pouvoir à son tour les mettre en œuvre dans ses interventions auprès de sa patientèle / clientèle afin d'obtenir des effets positifs et durables;
- structurée pour la pratique dans une perspective d'acquisition de la technique à des fins d'accompagnement et de prise en charge de patientèle / clientèle ;
- délivrée à des groupes **restreints à 16 personnes** afin de favoriser la qualité de l'enseignement et de privilégier les échanges multidisciplinaires.

SUPPORTS

- Téléchargement des supports de la formation dans un espace dédié via internet



PLATEAU TECHNIQUE

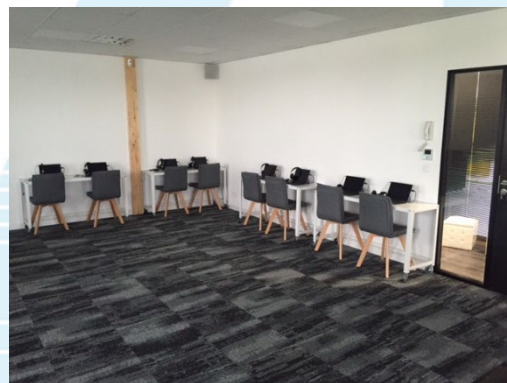
- Un plateau technique de formation de 240 m², dédié, multi-espaces (théorie, pratique, restauration) au cœur du CHRU de Lille.



Bâtiments passif éco-responsable
Basse consommation énergie
Structure bois permettant à la fois de créer
une ambiance chaleureuse et de diminuer
le bilan carbone



Espace de théorie équipé de :
chaises tablette écritoire
Vidéos projecteur plafond
Enceintes
Paper board



Espace de pratique équipé de :
tablettes numériques SymbioCenter
Tapis de sol + couvertures
Briques de yoga



Espace de restauration équipé de :
Réfrigérateur
micro-ondes, cafetières, théières

Réf : TPC 004

Reconnaissance de l'organisme

SYMBIOFI est enregistré sous le numéro 31 59 06883 59 auprès du préfet de région Nord-Pas de Calais, certifié QUALIOPI et habilité à délivrer des actions de formation ANDPC :



Validation de la formation

La formation est ancrée dans une triple démarche multidisciplinaire et intégrative : compétences opérationnelles, boîtes à outils pratiques, savoir-faire expérientiel.

A l'issue de la formation, le professionnel recevra un **Certificat de réalisation d'action de formation** sous réserve de l'assiduité aux journées. Ce certificat reprend les éléments clés de la formation : intitulé, durée, nom du/des intervenant(es), objectif principal.

En complément, une **Attestation de formation** pourra être délivrée sous réserve de satisfaire aux critères d'évaluation de la formation analysés au travers des questionnaires de début et de fin de formation.

Le Plus

L'ACCES GRATUIT A LA PLATE-FORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plate-forme web innovante et interactive SymbioCenter pour compléter efficacement la prise en charge et le suivi de leurs patients en santé mentale et émotionnelle

<https://www.symbiocenter.fr/>



SYMBIOCENTER Accueil Solutions Usages Equipe Offres Formations Contact Espace patient Espace pro

Pour une meilleure prise en charge du stress et des troubles anxio-dépressifs

Impliquez vos patients en consultation & à domicile avec des ressources thérapeutiques validées

Tester gratuitement

Disposez-vous de toutes les ressources nécessaires pour accompagner vos patients ?

PRÉVENIR	ÉVALUER	ACCOMPAGNER	MONITORER
57	6	86	2
Échelles	Programmes	Exercices	Indices physiologiques

Le SymbioCenter propose aux professionnels de l'aide et de l'accompagnement d'encadrer, d'individualiser et de suivre des programmes d'e-thérapies selon les besoins spécifiques de leurs patients.

Pour combattre et prévenir le stress et les troubles anxieux-dépressifs, ainsi que leurs effets négatifs sur les troubles somatiques et psychiques, le SymbioCenter ouvre des perspectives novatrices de développement des ressources émotionnelles et comportementales des patients en santé mentale et physique.

Le service e-thérapie brève, partenaire des professionnels, pour une meilleure prise en charge des troubles anxiodépressifs, du stress et des comorbidités associées

Impliquez vos patients, en consultation et au domicile, avec des outils d'e-thérapie validés

pour combattre la tempête des symptômes physiques, psychologiques, et émotionnels

Solution pour les professionnels de l'accompagnement
www.symbiocenter.fr

Symptômes physiques

Troubles du sommeil, troubles alimentaires, douleurs, sensations d'essoufflement, d'oppression...

Symptômes émotionnels

Sensibilité et nervosité accrues, angoisse, excitation, tristesse, troubles anxio-dépressifs, mal-être...

Symptômes intellectuels

Perturbation de la concentration, difficultés à prendre des décisions, altération de la relation sociale...

DES CHIFFRES ALARMANTS !

- 20 millions de personnes sont concernées par une maladie chronique, soit 35% de la population
- 5 millions de français consomment des psychotropes
- 2 millions souffrent d'une maladie psychiatrique
- 10% des adultes ont souffert d'une dépression sur les 12 derniers mois et 13% de troubles anxieux généralisés
- 200 000 tentatives de suicide et 10 000 morts par an
- Le trouble mental au 3ème rang des maladies fréquentes et en 2^{ème} deuxième position des dépenses de santé



Lutter contre la chronicisation dangereuse

- Déficience du système immunitaire
- Insomnies
- Complications psychiatriques
- Troubles cardio-vasculaires
- Maladies digestives
- Troubles dermatologiques

Vous accompagnez votre patient sur 4 niveaux de ressources

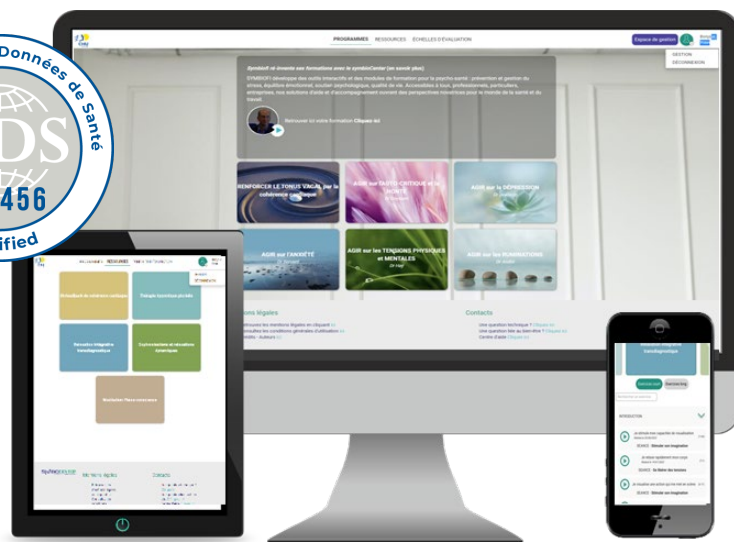
- 1 évaluations psychométriques
- 2 monitoring physiologique
- 3 programmes thérapeutiques
- 4 Téléconsultation, chat, forum avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de suivi

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire



L'espace professionnel de gestion

- Individualiser et superviser les parcours non médicamenteux par patient
- Suivre l'observance, les résultats et les progrès
- Pratiquer en séance présentielle avec le patient ou ouvrir des droits d'accès distanciels en inter-séance
- Communiquer de façon avancée avec le patient : téléconsultation, chat synchrone / asynchrone, forum



L'espace d'activités thérapeutiques

- 2 bilans *flash* et 60 échelles psychométriques pour repérer et évaluer
- 6 protocoles cliniques cadencés sur 8 à 12 semaines et + de 100 thérapies guidées pour s'entraîner
- e-capteur et biofeedback - avec brevets CHU de Lille - pour activer et renforcer le tonus du nerf vague

La réponse aux besoins du professionnel

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroître la satisfaction patient
- Améliorer l'observance patient par des entraînements entre chaque séance présentielle
- Rendre le patient actif dans la prise en charge
- Evaluer les activités et les progrès par les données de suivi et tableaux de résultats
- Encadrer le patient sur l'émergence du numérique en santé mentale



L'appui hospitalo-universitaire

Des protocoles interactifs validés par des professionnels reconnus, soucieux de l'éthique, de la confidentialité et de l'aide aux patients.

La solution responsabilisante

Des programmes basés sur l'implication et la responsabilisation vis-à-vis de sa santé : être acteur du changement pour acquérir de nouvelles compétences émotionnelles.

La santé globale

Des exercices concrets et efficaces pour agir sur les émotions, les comportements et le corps avec une vision active et préventive : la santé durable.