



SOPHRO-PÉDAGOGIE OBSTÉTRICALE

Public :

Etudiant en sophrologie de l'une des écoles de la Coordination des Ecoles Professionnelles en Sophrologie (CEPS) ayant terminé la formation de base (cycle fondamental) ; sophrologue ayant une expérience des 4 degrés de la relaxation dynamique de Caycedo.

Objectifs :

- Mieux connaître ou découvrir l'univers obstétrical actuel.
- Revisiter les techniques sophrologiques connues et savoir les adapter aux particularités des femmes enceintes.
- Comment, en tant que sophrologue, trouver sa place dans l'accompagnement de la grossesse, la préparation à la naissance, la parentalité.

Programme proposé :

Trois jours, trois temps :

- ✓ sophrologie et vécu de la grossesse
- ✓ sophrologie et préparation à l'accouchement
- ✓ sophrologie et vécu de l'après naissance pour la mère, le père et l'enfant à venir.

Aspect théorique : histoire et évolution de la préparation, réflexion sur la grossesse et le post natal, la douleur en obstétrique, quelques notions théoriques de l'accouchement.

Aspect pratique : la relaxation dynamique adaptée, travail spécifique sur le bassin, périnée, respiration, les sophronisations adaptées ...

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

Méthode et moyens pédagogiques :

- Réflexions en sous/groupes
- Etudes de cas (stérilité, adoption, deuil...), témoignages d'expériences
- Pratiques de sophronisations et relaxations dynamiques adaptées.
- Mises en situation.
- Exposés, échanges.

Durée et lieu du stage :

3 jours (24 heures), à Nozay (44), à l'Institut de Sophrologie de Rennes.
Réservation écrite plusieurs mois à l'avance indispensable.

Intervenant :

Catherine BASSEREAU : sage-femme (Rennes), formatrice en sophrologie depuis 1989. Master en Sophro - pédagogie obstétricale (Andorre 1989), formation en périnéologie, formation en hypnose éricksonnienne et en hypnose analgésie, DU à la prise en charge de la douleur. En formation à l'approche sexo corporelle en sexologie.

a Migorais – 35480 MESSAC – Tél. 02 99 34 21 21 – 06 08 86 21 21