



Ecole de
Sophrologie
Caycédienne
Annecy

Formation continue
en
Sophrologie Caycédienne®

Sophrologie et Maternité



Fiche descriptive de la formation

PRESENTATION

La Sophrologie Caycédienne adaptée à la périnatalité se révèle être une méthode précieuse et essentielle parce que les neuf mois de la grossesse sont un temps propice pour éveiller la future mère à son corps, à sa capacité d'enfanter, parce qu'il représente aussi un temps privilégié pour accompagner les femmes enceintes selon leurs attentes et besoins spécifiques, dans la réalisation de leur projet de naissance ou d'allaitement, en réactivant en plus chez elles les sentiments de joie et d'espoir.

Le but de cette formation est d'aider le sophrologue amené à rencontrer de futures mamans à se sentir plus à l'aise dans sa pratique, à être en mesure de les accompagner efficacement tout au long de leur grossesse et surtout dans la réalité objective de l'inconnu de la mise au monde. C'est de lui permettre d'acquérir des bases théoriques nécessaires sur la physiologie de la grossesse et lui transmettre des techniques pour développer son savoir-être aux côtés des femmes enceintes tout en connaissant ses limites d'un point de vue professionnel.

La méthodologie proposée est basée sur les techniques clés et spécifiques adaptées des 4 premiers degrés du Cycle Fondamental. Elle repose sur des schémas d'entraînement et un terpnos logos original adapté pour le Jour J.

La Méthode Caycedo mise au service des femmes enceintes permet un accompagnement de qualité, dans le respect de l'être féminin. Elle offre aux femmes enceintes la possibilité de vivre pleinement leur maternité comme un espace -temps de création, de relation privilégiée avec elles-mêmes et de rencontre existentielle avec leur futur bébé. Elle les invite à une démarche de responsabilisation en vue d'une maternité épanouissante et sereine.

PUBLIC

Sophrologues diplômés ou en cours de formation dans le champ médical, paramédical, social, éducatif, sportif et de la prévention

OBJECTIF PRINCIPAL

Acquérir des compétences théoriques, méthodologiques et pratiques permettant d'accompagner les femmes enceintes à travers l'entraînement en Sophrologie Caycédienne.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Savoir établir une alliance rassurante avec l'Être Féminin
- Développer le principe de corporalité vécue avec la spécificité du tissu utérin
- Mobiliser le principe d'action positive de la conception jusqu'en post-partum
- Comprendre les bénéfices des techniques clés et des postures sophrologiques
- Proposer des exemples d'intégration au quotidien et des schémas d'application pour le Jour J
- Elargir au sens existentiel de la maternité en éveillant la femme enceinte au précieux de la vie en elle et à sa dignité d'être actrice dans la mise au monde pour une libre évolutivité

Ces objectifs sont organisés autour des 3 orientations suivantes :

• Approche théorique :

Son but est notamment d'acquérir des connaissances nécessaires sur la grossesse (anatomie et physiologie, besoins de la femme enceinte, étapes de la grossesse, ...) et de pouvoir les relier aux fondamentaux et à la méthodologie de la Sophrologie caycédienne

- **Apprentissage technique :**

La formation comportera des pratiques mettant en lumière d'un point de vue vivantiel les apports théoriques et méthodologiques.

- **Adaptation professionnelle :**

La question fondamentale concernera toujours la façon d'utiliser et d'adapter les compétences acquises dans le cadre du champ d'application et des objectifs professionnels de chacun.

PROGRAMME

1^{ère} journée

1^{ère} partie : Humanité et Maternité - Compétences du Sophrologue

- Société et Environnement en 2020 – Santé et Féminité
- Présentation de la sophrologie prénatale – Bénéfices et spécificités
- Anamnèse et choix d'accompagnement
- Principe de schéma corporel vécu chez la femme enceinte et 6 systèmes
- Les 3 trimestres de grossesse : tridimensionnalité utérine et rôle du placenta
- Particularités de la respiration chez la future maman – Circulation materno fœtale

2^{ème} partie : Respiration et principe de Réalité objective de l'inconnu de la Mise au Monde

- Physiologie utérine – Système nerveux et mécanisme hormonaux -Rôle de l'ocytocine
- Techniques clés et leurs bénéfices – Gestion du stress et du temps
- Postures de confort et gestion de la douleur et du travail
- Terpnos logos en maternité pour favoriser l'alliance

3^{ème} partie : Adaptabilité corporelle et principe d'action positive en Maternité

- Théorie sur physiologie - Planches anatomiques
- Capacités tissulaires : dimension d'ouverture
- Ecologie Posturale - Tableau synthétique et pratique
- Adaptation RDC1 pour renforcer la connaissance corporelle
- Concentration et pensée positive en maternité

4^{ème} partie : Stratégie vivantielle pour le Jour J – Se préparer sereinement

- Intérêt de la RDC2 : gravitation et détente musculaire, sensorialité et déconnexion mentale le Jour J
- Futurisation court, moyen, long Terme et formulation du souhait en Maternité
- Attitudes positives : acceptation et étapes de la Parturition
- Prédiposition sophrologique et programmation à l'épreuve de la Mise au Monde

2^{ème} journée

1^{ère} partie : Objectifs vivantiels et principe d'impermanence en maternité

- Activation VIPHI de l'utérus et rencontre tissulaire
- Schéma d'entraînement à la vivance de la contraction utérine
- Rétrovivance et Projection sophronique de capacités selon projet de naissance
- Entraînement tridimensionnel pour préparer l'après
- Parentalité des 1ers jours aux 1ers mois

2^{ème} partie : Région Phronique et Maternité – Nouveau regard après la Mise au Monde

- Valeurs essentielles et sentiments porteurs à mobiliser en maternité
- Entraînement tridimensionnel sur la journée et équilibre de vie
- Vivance Tridimension Interne des Valeurs avant – en cours de maternité – après ?
- Entraînement des valeurs Fondamentales de l'Etre Féminin (4 âges de la Femme)

3^{ème} partie : Cas particuliers, résultats et limites - Réponses aux questions

- Maternité et pathologies - exemples d'accompagnement

- Limites de l'approche fondamentale lors de la parturition
- Entraînement aux 2e et 3e Cycles pour une alliance et convivance efficaces
- Phénodescription finale du Module de 2 jours

METHODES PEDAGOGIQUES

Alternance de théorie et de pratiques. Des supports pédagogiques accompagnent l'apprentissage.

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Salle de formation – Paper board – Diaporama.

SANCTION DE LA FORMATION

Attestation de formation.

EFFECTIFS

25 personnes maximum.

DATES et DUREE DE LA FORMATION

7 et 8 novembre 2020, soit 2 jours - 14 h de formation.

Horaires : - Samedi 7 novembre : 8h30 – 18h00 avec 1h00 de pause repas

- Dimanche 8 novembre : 8h30 – 15h00 avec 1h00 de pause repas

COUT DE LA FORMATION

Personnes se finançant la formation : **240 €** (120 €/jour).

Personnes prises en charge dans le cadre de la formation continue **320 €** (160 €/jour).

Stagiaires de l'ESCA en cours de formation et en autofinancement : tarif préférentiel de **190€** (95€ / jour).

LIEU DE LA FORMATION

Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Anney – 5 Ter Avenue des Trois Fontaines, 74600 SEYNOD

FORMATRICE



Sylvie BAYOL, sage-femme, sophrologue caycédienne, Directrice du Sophro-Centre Caycédien de Toulouse.

Exerçant depuis plus de 30 ans en Centre Hospitalier et en Centre de Périnatalité de Proximité, son expérience clinique dans la réalisation des accouchements, tout comme dans le suivi des grossesses et l'accompagnement global lui permet d'avoir une vision complète de la maternité. En tant que sophrologue Master Spécialiste depuis 2008, elle contribue à la transmission de la Sophrologie Caycédienne à l'ESC31-Toulouse ainsi que dans plusieurs autres structures. Dans le champ social elle intervient en centre maternel auprès de populations en précarité sociale et en situation de vulnérabilité.



Bulletin d'inscription

Formation continue : « Sophrologie et Maternité »

Civilité : Madame Monsieur

Nom : _____

Prénom : _____

Profession : _____

Formation en sophrologie
(date, école, niveau) : _____

Adresse : _____

Code postal : _____

Ville : _____

Pays : _____

Adresse mail : _____

Téléphone fixe : _____

Téléphone mobile : _____

Je souhaite m'inscrire à la formation « **Sophrologie et Maternité** »

- Date : 7 et 8 novembre 2020
- Lieu : Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy - 5 Ter Avenue des Trois Fontaines, 74600 SEYNOD

Je joins :

- le présent bulletin daté et signé
- pour les personnes se finançant la formation, un chèque d'acompte de 50 € valant réservation, adressé à l'ordre de : ESCA

A renvoyer par courrier à l'adresse ci-dessous :

Ecole de Sophrologie Caycédienne d'Annecy - ESCA
Christelle DELARUE
5 Ter Avenue des Trois Fontaines
74600 Seynod

Je reconnais avoir pris connaissance des informations relatives à la formation « Sophrologie et Maternité » (présentation, objectifs, programme, dates, ...) ainsi que de la politique de protection des données personnelles mentionnées sur le site internet de l'ESCA.

Date : _____

Signature : _____

Conditions générales d'inscription :

Si le nombre de participants à la formation est jugé insuffisant, l'ESCA se réserve le droit d'annuler la formation, le chèque d'acompte valant réservation sera alors au choix restitué ou reporté sur l'inscription à une autre formation à venir. En cas d'annulation de notre part, aucun remboursement de frais de transport ou autres, hormis le chèque de réservation, ne sera effectué.

Le nombre de participants par stage de formation est limité, les réservations sont faites par ordre d'arrivée des inscriptions.

A la suite de votre inscription, vous recevrez une confirmation d'inscription.

En cas de désistement du stagiaire annoncé moins de 10 jours avant le début de la formation, le montant de la réservation reste acquis à l'ESCA au titre de frais de dossier. Celui-ci pourra être reporté sur l'inscription à une autre formation au cours de l'année à venir.

Conformément à la politique de protection des données personnelles de l'ESCA, en remplissant et en renvoyant ces informations, vous acceptez expressément l'utilisation de vos données liées à cette inscription par l'ESCA.

