

Favoriser le sommeil des résidents

Réf : PH027

MAJ : 04/23

Public concerné

Toute personne intervenant auprès des résidents la nuit
Effectif : de 1 à 10 personnes

Durée

2 jours – 14 heures

Pré-requis

Aucun

Méthodes pédagogiques

Recueil des attentes des stagiaires
Réflexions et échanges sur les représentations du toucher
Approche théorique du toucher
Exercices pratiques
Mises en situation

Moyens et techniques pédagogiques

Support pédagogique remis à chaque stagiaire

Lieu

En INTRA : dans vos locaux

Objectifs opérationnels

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité :

- d'introduire dans les soins et la relation, des techniques simples de relaxation en vue de détente et de mieux-être
- de développer son ressenti, sa capacité de présence
- d'instaurer un climat de confiance avec la personne accompagnée

Contenu du stage**Introduction**

Prendre conscience de l'impact du comportement du soignant sur la personne accompagnée

Pouvoir adapter différentes techniques aux besoins du résident

Développer ses capacités d'observation afin de mieux répondre aux besoins de la personne

Expérimentation des effets de la respiration sur moi et l'autre

Exercices de respiration

Exercices de détente, QI gong

Définition et pouvoir du toucher

Mode de communication qui peut devenir primordial lorsque les mots sont difficiles voire impossibles

Il peut soulager en présence de souffrance, de peur, d'espoir ou de tristesse... ressenti d'autant plus fort la nuit

Apprentissage de gestes apaisants

Redécouvrir le sens du toucher et sa dimension relationnelle

Réflexions et échanges sur les représentations du toucher

Approche théorique

- Besoin vital
- Moyen de communication
- Dimension thérapeutique

Expérimentation du « toucher » et « être touché »

Prise de conscience de ses facilités et de ses difficultés

Jeux et exercices sur le toucher

Relaxation

Reconnaître l'intérêt du toucher dans le soin

Savoir accompagner les gestes techniques par un toucher rassurant pour prévenir la douleur et participer à son soulagement

Savoir mettre la personne soignée en confiance

Expérimentation de diverses manières de toucher

Apprentissage de gestes apaisants

Exercices de détente

Relaxation

Apprentissage de confort (mains, pieds, tête, nuque, dos)

Dispositif de suivi et d'évaluation

Evaluation en cours d'acquisition qui peut être faite, selon le contenu de la formation, sous forme :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeux de rôles..

Questionnaire de fin de formation

Evaluation de satisfaction

Profil du formateur

Nos formateurs et consultants sont choisis pour leurs expertises métiers et leurs compétences pédagogiques