

ACCOMPAGNER À SORTIR DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Je 28-Ve 29 août & Je 04-Ve05 sept 2025 – en ligne

Vous êtes lassé, frustré, usé par certaines prises en charge où la douleur chronique et la souffrance occupent le devant de la scène ? Vous vous sentez parfois démuni face à une douleur qui persiste et semble disproportionnée par rapport aux éléments biomédicaux objectivés ?

Se former « à la douleur » c'est aussi accepter que nous, professionnels, avons besoin d'outils pour conserver intacte notre volonté d'accompagner ces patients.

Comment comprendre cette douleur qui parfois n'en fait qu'à sa tête ? Comment traiter un patient qui n'évolue jamais de la même façon ou pas comme prévu ? Comment se sentir serein dans ces interactions cliniques déstabilisantes ?

Avec les échecs thérapeutiques répétés, certaines caractéristiques nous alertent, parfois avant même de débiter une prise en charge, et nous plombent. Découragement (à l'idée que rien ne marchera, que les soins s'éternisent), appréhension (de ne pas savoir quoi proposer, de ne pas arriver à soulager), résignation (face à un état de fait immuable). Et là surgit le risque de ne pas soigner au mieux, et même d'y laisser notre propre santé.

Pourtant, si nous, soignants, n'avons plus cette énergie et cet espoir d'affirmer que la souffrance et la chronicité entravante ne sont pas des fatalités, qui leur transmettra et guidera ces patients ?

Et cela n'est tenable que si nous allégeons notre propre inconfort face à ces présentations cliniques.

Lors de ces 2 jours, je vous guiderai vers l'acquisition de connaissances, savoir-faire et savoir-être qui apaiseront votre pratique clinique et vos positionnements Deux axes principaux :

- Affiner sa méthodologie clinique en revenant sur les fondamentaux : une modélisation des mécanismes et facteurs contributifs de la douleur, un raisonnement clinique basé sur les essentiels du bilan, un rappel des approches thérapeutiques adaptées à chaque mécanisme

- Et surtout comprendre ce que la douleur et la souffrance de l'autre provoquent chez moi pour atténuer mes biais, utiliser mes émotions de façon profitable et savoir me positionner au mieux

Construit autour de cas cliniques et des dernières recommandations professionnelles, le format est essentiellement interactif pour amener chacun à revenir sur ses

problématiques cliniques et à enrichir le groupe de nos expériences respectives.

Se sentir à l'aise face aux patients touchés de douleurs chroniques, cela s'apprend. Venez bénéficier d'une bonne dose d'inspiration, d'énergie positive et de réalisme joyeux !

HORAIRES

Jeudi 28 août : 13h30 - 18h00

Vendredi 29 août : 14h00 - 17h30

Jeudi 4 septembre : 14h00 - 18h00

Vendredi 5 sept. : 14h00 - 17h30

LIEU DE FORMATION

En ligne via zoom

POUR S'INSCRIRE

<https://www.abcdouleur.fr/formation/accompagner-a-sortir-de-la-douleur-chronique-en-ligne-aout-sept-25/>



PUBLIC CONCERNÉ et Prérequis

Cette formation s'adresse à tout professionnel de santé de ville ou hôpital qui est sensibilisé et/ou s'intéresse à une approche biopsychosociale de la douleur, plus particulièrement aux professionnels rééducateurs diplômés.

FORMATEUR - Marie Bacelon MKDE, MSc



Après une reconversion professionnelle, Marie partage aujourd'hui son activité entre l'accompagnement clinique et la transmission.

Elle a fondé ABC Douleur qui propose des formations et accompagnements pour les particuliers entravés par la douleur chronique complexe ainsi que pour les professionnels de santé.

Titulaire d'un Master sur la prise en charge clinique de la douleur (université d'Edimbourg, 2012-18), elle a été pilote-fondatrice du Groupe d'intérêt Douleur de la Société Française de Physiothérapie. Dans sa mission de diffuser une vision actualisée de la douleur, Marie propose de considérer la douleur comme une opportunité de développement personnel au service d'une pratique professionnelle apaisée.

- PROGRAMME DÉTAILLÉ – 10mn de pause à chaque heure

Jour 1

13.30 – 14.00 : Accueil des participants

14.00 – 14.30 : Introduction – bilan – présentation

14.40 – 15.40 : Mécanismes modélisés

15.50 – 16.30 : Facteurs psychosociaux

16.40 – 18.00 : Sémiologie différentielle et bilan clinique

Jour 2

14.00 – 15.00 : Résumé, Q/R, reformulations

15.10 – 16.10 : Raisonnement clinique et traitement

16.20 – 17.30 : Cas cliniques

Jour 3

14.00 – 14.30 : Résumé, Q/R, reformulations

14.30 – 16.10 : Impact de la douleur sur le professionnel de santé

16.20 – 18.00 : Biais chez les professionnels de santé

Jour 4

14.00 – 14.30 : Résumé, Q/R, reformulations

14.30 – 15.40 : Postures du soignant face aux risques de chronicisation et à la chronicité

15.50 – 17.30 : Cas cliniques et conclusion

Moyens pédagogiques :

Plateforme Zoom de visio avec répartitions en mini-salles pour exercices de groupe, partages d'écran et de document ou liens, et outils interactifs zoom

Vidéo-projection d'un diaporama en partage d'écran via zoom

Support pédagogique numérique pdf remis aux participants

Objectifs principaux pour l'apprenant

A la fin de la formation, le participant devrait être capable de :

Acquérir une trame de raisonnement des mécanismes impliqués dans la présentation clinique douloureuse du patient

- comprendre les mécanismes et paradigmes face à différents types de douleur (Objectif 1)
- distinguer les signes cliniques de différents mécanismes douloureux (Obj. 2)
- savoir appliquer une trame de bilan des facteurs biopsychosociaux contributifs dans l'expérience douloureuse du patient (Obj. 3)

Connaître les approches adaptées à chaque mécanisme

- comprendre les modèles de raisonnement clinique face à différents types de douleur (Objectif 4)
- connaître des approches thérapeutiques non-médicamenteuses face aux différents mécanismes (Obj. 5)

Développer ou approfondir une posture auto-réflexive dans sa pratique clinique pour identifier les écarts entre attendu et effectif

- identifier et savoir répondre aux écarts (Obj. 6)

Programme détaillé

Détail du déroulé de la formation (Présentiel / Non présentiel)	Partie - Durée	Objectifs pédagogiques	Méthode pédagogique	Méthode d'évaluation
Non présentiel	~30mn	Exercice réflexif en amont (obj. 6 identification)	Méthode interrogative écrite	Questionnaire réflexif
P – Jour 1	Introduction (~45mn)	<p>Connaitre les parcours et biais de l'intervenant</p> <p>Se présenter et découvrir les autres participants</p> <p>Faire le point sur ses besoins (obj. 6 identification)</p> <p>Découvrir/valider la trame de formation</p>	<p>Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom)</p> <p>Méthode interrogative orale et écrite (micros et chat écrit via zoom)</p>	Questions sur les acquis/besoins qui seront reproduites et débriefées en fin de formation
P – J1	Modélisation des mécanismes de la douleur (~30mn)	<p>Découvrir et discuter différents mécanismes modélisés de la douleur (obj. 1)</p> <p>Identifier la sémiologie différentielle de ces différents mécanismes de base (obj. 2)</p>	<p>Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom)</p> <p>Atelier groupe d'échange (mini-salles de répartition via zoom)</p>	Evaluation informelle lors de l'atelier, retours et debrief/reformulation en fin d'atelier
P – J1	Facteurs cognitivo—	Découvrir et discuter l'impact de ces facteurs en pratique clinique	Atelier groupe d'échange (mini-salles de répartition via zoom)	

	psychosociaux (~45mn)	Découvrir des recommandations de bilan (obj. 3)	Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom)	Reformulation des points de l'atelier dans un cadre de bilan
P – J1	Sémiologie et bilan clinique (~1h45)	Identifier la sémiologie différentielle de différentes présentations cliniques tissulaires / faire le lien avec les mécanismes de base (obj. 2)	Méthode interrogative orale (micros via zoom) Atelier Cas cliniques (mini-salles de répartition via zoom)	Evaluation informelle lors de l'atelier, retours et debrief/reformulation en fin d'atelier
P – J2	Récapitulatif (~20mn)	Répétition pédagogique et reformulation	Méthode affirmative expositive et méthode interrogative orale (micros via zoom)	Test des notions retenues
P – J2	Raisonnement clinique et traitement (~1h30)	Découvrir/ approfondir la notion de linéarité ou plurifactorialité du phénomène douloureux (obj. 1 & 4) Identifier la sémiologie de différentes présentations cliniques complexes / faire le lien avec les mécanismes de base (obj. 2) Comprendre des propositions thérapeutiques non-médicamenteuses recommandées (obj. 4 & 5)	Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom) Méthode interrogative orale et écrite (micros et chat écrit via zoom)	
P – J2	Cas cliniques (~1h45mn)	Appliquer les connaissances en situation clinique (obj.2-5)	Atelier Cas cliniques (mini-salles de répartition via zoom)	Evaluation informelle lors de l'atelier, retours et debrief/reformulation en fin d'atelier
P – J3	Récapitulatif (~1h)	Répétition pédagogique et reformulation	Méthode active (micros via zoom)	Evaluation informelle lors de la présentation, retours et debrief/reformulation
P – J3	Impact de la douleur sur le professionnel	Prendre conscience de l'impact de la douleur de l'autre sur soi pour mieux se positionner (obj. 6)	Atelier groupe d'échange (mini-salles de répartition via zoom)	Reformulation des points de l'atelier

	de santé (~40mn)		Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom)	
P – J3	Biais chez les professionnels de santé (~1h45)	Savoir identifier des biais dans ses conceptions et perceptions pour mieux soigner (obj. 6)	<p>Quizz commun (sondage via zoom)</p> <p>Atelier groupe d'échange (mini-salles de répartition via zoom)</p> <p>Méthode affirmative expositive et méthode interrogative orale (micros via zoom)</p>	
P – J4	Postures du soignant face aux risques de chronicisation et à la chronicité (~1h30)	Savoir identifier des écarts dans sa pratique et y répondre pour mieux soigner (obj. 6)	<p>Méthode affirmative expositive (+partage écran via zoom)</p> <p>Méthode participative (micros via zoom)</p>	Evaluation informelle lors des échanges
P – J4	Cas cliniques (~1h45)	Faire le point sur ses apprentissages (obj 1-6)	Méthode active (micros via zoom)	<p>Evaluation informelle lors des échanges</p> <p>Re-test du questionnaire individuel initial et débrief en commun</p>

Méthodes d'évaluation

Les participants sont évalués sur différents plans :

- Questionnaire en amont sur les besoins et obstacles rencontrés en pratique :
 - questions autoréflexives guidées sur une problématique clinique
 - auto-évaluation de compétences par rapport aux objectifs de formation

- Evaluations informelles tout au long des transmissions et partages en formation

- Questionnaire de satisfaction à chaud
 - sur la satisfaction des participants sur la session de formation
 - sur une auto-évaluation des compétences acquises et de l'impact prévu sur la pratique

- Questionnaire à un mois sur les modifications perceptuelles et de pratique
 - Questionnaire en ligne pour aider à la prise de conscience de modifications depuis la session de formation, sur les plans émotionnels, ex : confiance en soi en pratique face aux patients, sur la capacité à mieux appréhender et bilanter le cas clinique d'un patient douloureux chronique, sur la mise en pratique d'outils validés, sur le recul face aux écarts rencontrés