SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé

Méditation de pleine conscience
Enfant Adolescent

Outils pratiques et expérientiels

Formation ouverte en présentiel

Programme des 3 jours

21 heures

Symbiofi SAS
Parc Eurasanté
30 avenue Pierre Mauroy
59120 Loos
contact@symbiofi.com
03.28.55.51.19

Méditation de pleine conscience enfant adolescent

Réf : TPC 004

Outils pratiques et expérientiels

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 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).

Un portefeuille de lecture sera proposé.

Les compétences pratiques se basent sur les critères d'évaluation des interventions basées sur la pleine conscience développée par les équipes de Bangor, Exeter et Oxford (mindfulness-based interventions teachning 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. 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.

A l'issue de ce module de formation, les professionnels peuvent approfondir leur pratique de la pleine conscience au travers des formations complémentaires :

- Pleine conscience, niveau 1 - 3j : *outils pratiques et expérientiels*.
- Pleine conscience, niveau 2 - 3j : *mise en place et instruction d'un protocole de groupe*.
- Pleine conscience, niveau 3 - 2j : *approfondissement et supervision à la pratique*.

Les professionnels soucieux de maîtriser la mindfulness dans tous ses aspects théoriques, cliniques et thérapeutiques, privilégieront le parcours complet :

- Instructeur en méditation de pleine conscience - 8j : *le Cycle de spécialisation*.

Prérequis et public visé

Il n'y a pas de prérequis spécifique pour ce module de formation si ce n'est être dans le public concerné ci-dessous.

Les professionnel(le)s "Psys" en santé mentale

- Psychiatres et pédopsychiatres.
- Psychologues : *clinicien, de la santé, social, du travail, neuropsychologue, interculturel, du sport, environnemental, de l'orientation scolaire, criminologue-victimologue, etc.*
- Psychothérapeutes agréé(e)s ARS.
- Psychanalystes.
- Membres de l'équipe pluridisciplinaire en service de psychiatrie : infirmier(e)s, psychomotricien(ne)s.

Les professionnel(le)s "Non Psys" en santé mentale

Plusieurs professionnel(le)s autres que les « psys » œuvrer pour la santé mentale :

- **Soin** : *médecins généralistes, médecins du sport, médecins du travail, masseurs-kinésithérapeutes, ostéopathes, orthophonistes, sage-femmes, infirmier(e)s, infirmier(e)s en pratique avancée, infirmier(e)s du travail, infirmier(e)s scolaires, aides-soignant(e)s, cadres de santé, diététicien(ne)s, ergothérapeutes, psychomotricien(ne)s, etc.*
- **Etudiant(e)s** dans les différentes disciplines précitées.
- **Social** : *éducateurs / éducatrices spécialisé(e)s, moniteurs-éducateurs / monitrices-éducatrices, conseillers conjugaux / conseillères conjugales.*
- **Aide et accompagnement** (professions libérales non réglementées) *psychopraticienn(e)s, sexothérapeutes, hypnothérapeutes, art-thérapeutes, gestalt-thérapeutes, préparateurs mentaux /préparatrices mentales, sophrologues, relaxologues, réflexologue, coachs de vie.*

Intervenant

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 (filières adulte et enfant) et en Animation de groupe basée sur la pleine conscience pour l'enfant, l'adolescent et leur entourage.

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.

SYMBIOFI
Innovations en psycho-santé
Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS
tél : 03 28 55 51 19 courriel : contact@symbiofi.com
www.symbiofi.com

Objectif principal	**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**
Intervenante	**Charlotte BUSANA, psychologue clinicienne et psychothérapeute**
Durée	**3 jours – 21 heures**

Accueil	Présentation de la formation, des objectifs, des participants et de leurs besoins en formation. Point organisationnel	Tour de table

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
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 3ème 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** - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses **en alternance avec un échange avec les participants :** - Co-construction des points récapitulatifs - 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- Objectifs généraux	**Méthode affirmative** - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses **Méthodes expérientielles** - 1° Exercice 1 en sous-groupe : Photolangage Faire parler une image de soi choisie affectivement - 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

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 2,3 et 4 du protocole	**Présentations détaillées et expérimentations de :** **Séance 2 : Donner de l'attention au corps** . Objectifs généraux - prise de conscience des sensations corporelles . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Séance 3 : S'arrêter et respirer** . Objectifs généraux - Centration sur la respiration - Respiration comme point d'ancrage . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Séance 4 : Accueillir l'émotion** . Objectifs généraux - non-jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience	**Méthode affirmative par** - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses **Méthodes expérientielles** 1° Pratique 1 : le balayage du corps Expérimentation en binômes 2° Pratique 2 : méditer en chantant Expérimentation individuelle 3° Pratique 3 : méditation assise sur la respiration et le corps Expérimentation en sous-groupes **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
Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 5, 6 et 7 du protocole	**Présentations détaillées et expérimentations de :** **Séance 5 : Ne pas faire ce que l'émotion me dit de faire** . Objectifs généraux - inhibition de la réaction immédiate en se centrant sur la respiration et le corps . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Séance 6 : Prendre de la distance par rapport aux pensées** . Objectifs généraux - Changement de l'attitude par rapport aux pensées . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Séance 7 : Avancer vers ce qui est important pour moi** . Objectifs généraux - réfléchir à la manière de développer et de consolider ce qui est important pour moi . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience	**Méthode affirmative** - Diaporama illustré - Echanges avec les participants - Questions / réponses **Méthodes expérientielles** 1° Pratique 1 en sous-groupe: la méditation assise avec introduction d'une difficulté 2° Expérimentation des exercices des séances 6 et 7 : . Souvenirs autobiographiques . Valeurs et contre-valeurs . Les 4 cadrans Exercices en 2 sous-groupes **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

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Compétences visées	Contenus développés	Méthodes utilisées
(…) Suite **Connaître et savoir mettre en œuvre les séances 8 et 9 du protocole**	**Présentations détaillées et expérimentations de :** **Séance 8 : Agir** . Objectifs généraux - Centration sur la respiration - Respiration comme point d'ancrage . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Séance 9 : Ce n'est qu'un début.** . Objectifs généraux - non-jugement de l'expérience émotionnelle / acceptation . Présentation de chaque exercice : - Objectifs spécifiques / Eléments fondamentaux / Consignes pour l'entraînement à domicile . Expérimentation d'exercices et partage d'expérience **Clôture du protocole**	**<u>Méthodes expérientielles</u>** 2° Expérimentation des exercices des séances 8 et 9 : - Réflexion sur la correspondance entre mes actions et mes valeurs - L'action en situation émotionnelle : flexibilité Exercices en 2 sous-groupes **<u>Méthode d'évaluation</u>** 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
S'approprier l'expérimentation de la Pleine Conscience pour les enfants et les adolescents	**La cadre d'intervention** . 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 **Présentation du document remis en fin de la séance aux jeunes et des tâches d'entraînement demandées à domicile.** **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** **Adaptation du programme à un suivi individuel**	**<u>Méthode affirmative</u>** - Diaporama illustré - Partage d'expériences - Temps individuel de réflexion aux pistes d'amélioration des pratiques - Synthèse collective **<u>Méthode d'évaluation</u>** - Résumé des points clés par le participant ou en collectif - Questions/réponses
Bilan	Table ronde Evaluation individuelle des acquis de fin de formation Bilan de la formation	Echanges avec les participants QCM des acquis de fin Fiche d'évaluation de la qualité

S.A.S au capital de 65 480€ / code APRE : 5829 C / RCS Lille B 492 897 475 / SIRET49289747500025 / TVA intracommunautaire : FR 90 49 28 97 475

Validation

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.

Cette évaluation repose sur l'analyse des questionnaires réalisés en amont de la formation et en fin de formation.

Reconnaissance

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 :

Les +

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

La 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;
- est délivrée à des groupes **restreints** 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 digital

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

Et aussi

L'ACCÈS GRATUIT À LA PLATEFORME WEB SYMBIOCENTER

Les stagiaires pourront bénéficier d'1 accès gratuit d'une durée de 30 jours à la plateforme 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/

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.

SYMBIOCENTER PRO

Ensemble vers la e-santé mentale

Le service e-thérapie, 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-dépressif, 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 2ème 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

En partenariat avec : CHU LILLE, eurasanté, Hibster, bpifrance, Clubster Santé, CIC IT Lille

Vous **accompagnez votre patient** sur **4 niveaux de ressources :**

❶ **évaluations** psychométriques

❷ **monitoring** physiologique

❸ **programmes** thérapeutiques

❹ **téléconsultation & chat**

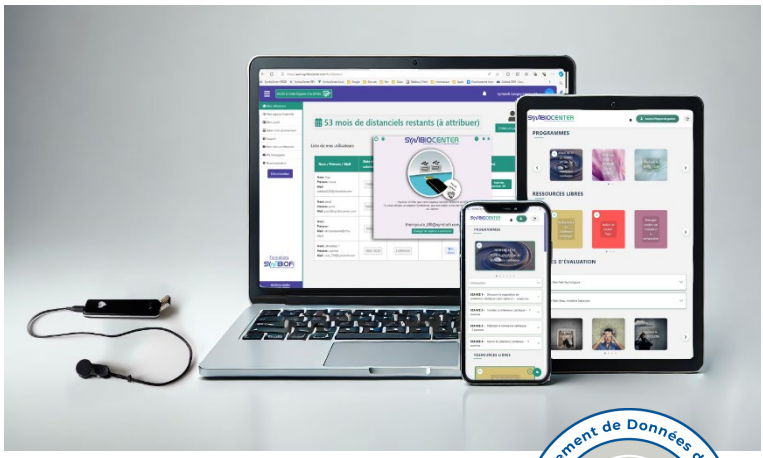
avec des outils et services d'encadrement, d'individualisation et de **suivi**

Valorisation de la recherche hospitalo-universitaire

CHU LILLE

L'espace professionnel de gestion

- Individualiser par patient le parcours digital non médicamenteux
- Suivre son observance, ses résultats et progrès
- Utiliser en séance présentielle ou inter-séances
- Recevoir des notifications, communiquer par chat



L'espace d'activités thérapeutiques

- 60 échelles psychométriques validées, 2 bilans psychologiques flash : *repérer et évaluer*
- 2 indices physiologiques (cohérence cardiaque et lâcher-prise) avec biofeedback : *monitorer*
- 6 protocoles cliniques structurés pour l'apprentissage sur 8-12 semaines et plus de 100 exercices libres : *entraîner et prendre en charge*

L'Hébergement Données de Santé

Hébergement de Données de Santé HDS 123456 Certified

- Assurer la sécurisation de vos données

La réponse à vos besoins professionnels

- Renforcer l'alliance thérapeutique et la relation fonctionnelle d'aide et de confiance au patient
- Proposer un complément thérapeutique innovant et accroitre *la satisfaction patient*
- Rendre le patient actif dans la prise en charge et améliorer l'observance par le travail en inter-séances
- 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.

SYMBIOFI - Parc Eurasanté - 30 avenue Pierre Mauroy - 59120 LOOS - 03 28 55 51 19 - contact@symbiofi.com