

# La prise en charge psychologique de la douleur chronique

## OBJECTIFS

Cette formation vise à sensibiliser les participants au problème de la douleur chronique et à son traitement principalement chez l'adulte. Elle a pour objectif de permettre :

**d'acquérir** les connaissances de base concernant le fonctionnement de la douleur, de décrire les différents types de douleur, les mécanismes de la douleur et de comprendre son retentissement dans la vie du sujet,

**d'évoquer** les pathologies les plus fréquentes, **de présenter** les modalités d'évaluation, les stratégies et les méthodes thérapeutiques efficaces,

**de discuter** la place de la prise en charge psychologique dans la prise en charge globale.

## PUBLIC CONCERNÉ

Psychologues, psychothérapeutes, professionnels de la santé intervenant auprès de patients douloureux chroniques et désireux d'approfondir leur approche (médecins, psychiatres, équipe soignante).

## MODALITÉS

3 journées de 9 h 30 à 17 h.

## INTERVENANT

### Catherine GUILLEMONT

Psychologue clinicienne, psychothérapeute.

A travaillé 20 ans au Centre de traitement de la douleur de l'hôpital Bichat.

Auteur de *Ma douleur, comment l'apprivoiser ?*, Odile Jacob, 2012.

## CONTENU

**Présentation des aspects théoriques** - Position du problème, (historique de la lutte contre la douleur et dimensions spécifiques de cette médecine, définition des différents types de douleur, classification des douleurs en fonction de leur origine, description des mécanismes de la douleur, identification des facteurs de vulnérabilité (stress, événements de vie), retentissement de la douleur chronique sur le comportement du sujet, sa vie professionnelle, sociale et personnelle.

**Méthodes d'évaluation pluridimensionnelle de la douleur** - Procédures diagnostiques : consultations avec les différents spécialistes (médecins, psychologues), description des objectifs et présentation des différents outils, leur utilisation, leur interprétation (démarche clinique, évaluation de la douleur, échelles et questionnaires multidimensionnels, épreuves projectives).

**Principales modalités thérapeutiques de la prise en charge et du projet de soin** - Choix de la démarche et des interventions en fonction des problématiques, stratégies d'intervention et méthodes thérapeutiques (programme d'activités et bon Pacing, hygiène de vie, méthodes de relaxation, de méditation, différentes thérapies), comment l'entourage peut aider, l'aménagement de l'avenir.

**Les centres de traitement de la douleur, leur fonctionnement, leur apport.**

## Méthodes de travail

- Exposés théoriques
- Présentation des outils diagnostiques
- Analyses de situations et de cas cliniques présentés par l'intervenant et proposés par les participants
- Initiation et sensibilisation aux techniques de relaxation, exercices pratiques, mises en situation et jeux de rôle
- Échanges, réflexion et discussion à partir de l'expérience clinique des participants

Une bibliographie et des documents seront remis aux participants.

Organismes - Institutions **680 €**  
Inscription individuelle - 20 %