

Le sommeil du bébé et les pleurs

Nature de l'action

Pré requis

Professionnel(le) de la petite enfance, kinésithérapeute et ostéopathe avec expérience professionnelle de deux années avec les bébés

Objectifs

Revoir et intégrer certaines connaissances sur le sommeil chez l'enfant de moins de 9 mois.

Connaître le processus d'endormissement et la structure du sommeil et savoir les interpréter comme :

- Reflet des interactions avec les autres fonctions du bébé
- Fonction miroir de la dynamique psychique du bébé dans sa famille

Ecouter et comprendre la demande familiale face au sommeil

Quel peut être l'apport de l'ostéopathie ?

Resituer la perception et la gestion des pleurs par les parents dans les perturbations de l'endormissement et des phases de sommeil

Reconnaître les différences jour/nuit et pouvoir s'en servir comme guide thérapeutique

Structurer les étapes d'un changement nécessaire pour créer un sommeil de qualité

Différencier les pleurs, les besoins qu'ils expriment et les réponses adaptées

Permettre au plus grand nombre de bébés d'acquérir une qualité de sommeil

Durée formation

2 jours (14h) + 3 heures en distanciel

Progression pédagogique

Décodage et utilisation des connaissances fondamentales pour permettre une meilleure compréhension des cas cliniques

Acquérir des outils pour appréhender la complexité du sommeil du bébé dans la dynamique familiale

Reconnaître et comprendre les différents types d'endormissement

Analyser le rôle des interactions fonctionnelles responsables des troubles du sommeil : exemple des suctions en fermeture et ouverture au sein ou au biberon.

Acquérir des points de repères sur les processus du sommeil pour comprendre la complexité et les dynamiques des différentes causes impliquées dans les perturbations du sommeil

Construire une stratégie de changements avec les parents

Mise en situation pédagogique originale pour intégrer dans le cadre de sa pratique : la forme des conseils et la manière de les proposer aux parents

Programme

Approche clinique pour les personnels en contact avec les bébés. Durée 14 heures. Plus 3 h en distanciel (zoom) 3 mois après le stage partage d'expériences et solutions

Premier jour

Matin 9h/9h30

Présentation des stagiaires

9h30/10h30 :

Introduction (diaporama)

- Nos recherches sur les fonctions du bébé et leurs interactions entre elles.
- Place de l'ostéopathie dans l'endormissement et le sommeil du bébé

10h30/12h

- Décodage et intégration clinique de certaines connaissances actuelles sur le sommeil selon les phases de développement.
- Nos objectifs

Après-midi 14h/15h (vidéos et démonstration)

- Mise en place pratique de tests corporels du bébé susceptibles de venir perturber les processus d'endormissement. (vidéos)

15h / 16h

Temps interactif de pratique et mise en situation des tests et de leurs présentations aux parents sur la forme et le fond. (Ateliers pédagogiques)

16h/17h30

- Maternage proximal

Des outils et concepts originaux pour vous guider dans votre pratique sur le sommeil des bébés (diaporama)

- Endormissement et sommeil de contact
- Le pleur d'endormissement, une exception utile
- L'autoroute du sommeil

17h30 /18h

Bilan journée, questions

Deuxième jour

Matin 9h/10h

Les domaines du sommeil à investiguer.

- L'alimentaire, le digestif et l'endormissement/sommeil, importance de la qualité de la succion sur l'endormissement et la stabilité du sommeil

10 h/12h

- Principe fondamental des suctions appliquées à la prise de sein et du biberon (vidéos)

Temps interactif de pratique et mise en situation des tests et de leurs présentations aux parents sur la forme et le fond. (Ateliers pédagogiques)

Après-midi 14h/15h (diaporama)

- Protocole complémentaire sur la réduction drastique des gaz

Mise en situation pratique des tests, questionnement, écoute et présentations aux parents. (Ateliers pédagogiques)

15 h/16h15h

- La posture couchée, les couchages, le co-sleeping, co-dodo

16h15 17h45 (diaporama)

Les différents pleurs

- Un pleur spécifique de nuit. Diagnostic différentiel
- Les pleurs de 18 h
- Pleurs la nuit dans la fratrie

17h45

- Evaluation

Une demi-journée (3h) dans trois mois en distanciel

Feed back

Chaque stagiaire peut envoyer au préalable par écrit des remarques ou des questions quant à ses expériences suite au stage autour de trois thèmes :

- Les principes et leurs applications
 - Les déroulés du dialogue avec les parents : écoute, explication, motivation pour le changement
 - Le retour de séance : aspect factuel, compréhension et évolution de la demande parentale, évaluation des résultats++
- Questions libres.

En direct visio-conférence

Réponse aux questions écrites

Intégration à la pratique.

Il y a-t-il des points que vous avez découverts, améliorés dans votre analyse des fonctions et de leurs relations ?

Qu'est-ce que vous avez intégré dans votre pratique : des exemples, des idées, une lecture du discours des parents ?

Quelles ont été vos difficultés ?

Qu'est-ce que cela change dans la gestion de votre pratique professionnelle et la communication avec les parents

Résultats ? Envies de partage d'expériences et d'approfondissement