

PROGRAMME 2027

CONTEXTE

La pratique clinique moderne exige des cliniciens qu'ils intègrent divers éléments de différents domaines, ce qui peut être déroutant et accablant. Cette formation vise à rassembler ces éléments dans un cadre cohérent et basé sur des preuves, offrant des compétences en raisonnement clinique pour réduire la confusion. Cela permet aux cliniciens, débutants ou expérimentés, d'être plus confiants et préparés.

Nous abandonnons le modèle biomédical pour une approche biopsychosociale plus complète. Cette formation intègre la science moderne de la douleur, la psychologie, les compétences en communication, la prescription d'exercices, et les principes de l'apprentissage moteur et du mouvement. Des tâches interactives, discussions de groupe, études de cas et exercices pratiques permettent de ressentir ce que le patient ressentira.

Préparez-vous à discuter, bouger et remettre en question vos préjugés. Il ne s'agit pas simplement d'exercices vus sur YouTube, mais de mieux comprendre la recherche, améliorer la communication, développer le raisonnement clinique et éliminer le superflu. Cela va au-delà des séries, répétitions et techniques souvent inadaptées au traitement de la douleur.

Cette formation a été enseignée sur 5 continents, dans plus de 30 pays, à des centaines de cliniciens et coachs, avec de nombreuses discussions, rires et expériences de mouvement.

PROFIL DU FORMATEUR

Ben Cormack est un thérapeute musculo-squelettique britannique, fondateur en 2011 de l'organisme de formation Cor-Kinetic. Son sujet : la douleur, le mouvement et l'exercice, et surtout la façon de les articuler en pratique. Il a enseigné dans plus de 30 pays.

Du sport professionnel au cabinet

Avant de se consacrer à l'enseignement, il a travaillé avec les staffs médicaux de clubs de football anglais (Sunderland, Everton, Stoke, West Bromwich Albion) et d'équipes de rugby comme les Leicester Tigers et Gloucester. Il en a tiré une lecture directe de la charge, de la capacité et de la variabilité du mouvement, les mêmes principes valant pour l'athlète professionnel et pour le patient lombalgique sédentaire. Titulaire d'un master en thérapie du sport (London Metropolitan University), il publie régulièrement, notamment sur l'effet placebo dans l'exercice et sur le modèle biopsychosocial, et co-dirige le Better Clinician Project avec Adam Meakins.

Sa façon d'enseigner

Pas de protocoles à réciter : ses cours travaillent le raisonnement clinique et la communication, le dosage de l'exercice et la confiance du patient dans le mouvement. Conférencier invité de congrès comme l'IFOMPT ou le San Diego Pain Summit, il anime chez KYMO Formation le cours consacré au mouvement thérapeutique et à l'exercice.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Comprendre et appliquer une méthode épurée de la science de la douleur, sans explications neuroscientifiques complexes.
2. Acquérir des compétences en communication et en techniques d'entretien pour aider les patients à gérer leur douleur.

3. Expliquer, évaluer et traiter la douleur dorsale à partir d'une position basée sur des preuves.
4. Maîtriser un modèle de dosage des exercices qui redéfinit la relation entre douleur et exercice physique.
5. Intégrer un modèle de prescription d'exercices tenant compte des aspects biologiques, psychologiques et sociaux.
6. Gérer l'incertitude dans le diagnostic et le traitement, et apprécier la variabilité du mouvement.

LISTE DES PUBLICS CIBLES

Kinésithérapeutes, ergothérapeutes, ostéopathes.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée de la formation : 14 heures (2 jours)

Effectif maximum : 24 participants

Modalité : Formation en présentiel, intégralement traduite de l'anglais en français, en simultanée

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
Jour 1				
9h00 – 10h00	Introduction et concepts clés du cours : comprendre la pratique basée sur les preuves.			
10h00 – 10h45	La science de la douleur et le modèle biopsychosocial aujourd'hui.			
10h45 – 11h00	Pause			
11h00 – 11h30	La conversation clinique : améliorer la communication et l'évaluation subjective.			
11h30 – 12h30	Douleur et exercice : comment cela aide-t-il, ou non ?			
12h30 – 13h30	Pause déjeuner			
13h30 – 14h15	Que voulez-vous que l'exercice ou le mouvement accomplisse ? Outils de raisonnement clinique pour la clinique.			
14h15 – 15h00	Classe pratique de mouvement : créer une expérience de mouvement.	Atelier pratique		
15h00 – 15h15	Pause			
15h15 – 16h00	Dosage de l'exercice : le secret du succès.			
16h00 – 17h00	En-cas de mouvement (movement snacks).	Atelier pratique		
Jour 2				

Heures	Contenu	Méthodes pédagogiques	Matériels / Moyens techniques	Modalités d'évaluation
9h00 – 10h30	Comprendre la douleur lombaire.			
10h30 – 11h00	Douleur lombaire sérieuse (drapeaux rouges), spécifique et non spécifique : quelle est la différence ?			
11h00 – 11h15	Pause			
11h15 – 12h30	Atelier d'évaluation de la douleur lombaire (subjective et objective).	Atelier pratique		
12h30 – 13h30	Pause déjeuner			
13h30 – 14h00	Traitement : conseils, éducation et atelier d'exercice.	Atelier pratique		
14h00 – 15h15	Exercice pour la douleur lombaire.	Atelier pratique		
15h15 – 15h30	Pause			
15h30 – 17h00	Exercice pour la douleur lombaire (suite).	Atelier pratique		
Total	14 heures de formation, hors pauses			