

FICHE PÉDAGOGIQUE

Aborder l'image corporelle en consultation – 100% e-learning

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- **Formateur** : Florian Saffer, diététicien, thérapeute comportementaliste et titulaire d'un Master en Sciences de l'Éducation.
 - **Adresse** : 60 avenue du médipôle, 38300 Bourgoin-Jallieu.
 - **Contact** :
 - Tél : 04 74 28 39 98
 - Courriel : florian.saffer@laposte.net
 - **SIRET** : 485 113 294 00030
 - **Numéro de déclaration d'activité** : 82 38 05634 38
 - **Identifiant DataDock** : 0042505
-

DURÉE DU MODULE PÉDAGOGIQUE

- **Durée de la formation** : 8 heures de vidéo, soit un temps total de travail estimé à 16 heures.
-

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

- **Public visé** :
Cette formation est destinée aux diététiciens-nutritionnistes, ainsi qu'à tous les professionnels de santé ou du bien-être souhaitant approfondir la gestion de l'image corporelle en consultation.
 - **Prérequis** :
Cette formation est ouverte aux professionnels de santé ayant déjà une connaissance préalable de la thérapie d'acceptation et d'engagement appliquée au contexte alimentaire.
-

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

À l'issue de cette formation, le stagiaire sera en mesure de :

- Aider le patient à comprendre l'impact des préoccupations corporelles sur le contrôle du poids et le comportement alimentaire.
 - Aider le patient à renouer avec une relation plus apaisée avec son image corporelle.
 - Aider le patient à retrouver un rapport sain et équilibré avec son alimentation.
 - Développer une attitude d'auto-bienveillance chez le patient.
-

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Cette formation est réalisée en e-learning et repose sur une pédagogie active et participative. Elle inclut divers outils visant à articuler les connaissances théoriques et pratiques.

Outils pédagogiques :

- Vidéos théoriques.
- Études de cas cliniques commentées et didactisées.
- Exercices expérientiels pour mettre en pratique les enseignements.

Modalités de suivi :

- Relevé des temps de connexion.
 - Activités d'autoévaluation pour suivre la progression et valider les compétences acquises.
-

MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation est réalisée de manière continue pendant toute la formation.

- **Autoévaluation** : L'apprenant sera évalué tout au long de la formation à travers des quiz. Un taux de réussite suffisant est nécessaire pour progresser dans le programme.
-

ATTESTATION DE SUIVI

Une fois le module complété, l'apprenant recevra une attestation de participation à la formation, validant la maîtrise des compétences visées par le programme.

Note importante : Les modules d'apprentissage en ligne proposés ne constituent pas, à eux seuls, des actions de formation et ne donnent pas droit à un certificat de formation.

PROGRAMME

1. La problématique de l'image corporelle : une problématique universelle.
2. L'image corporelle et son impact sur le comportement alimentaire.
3. Les émotions à l'origine de la souffrance liée à l'image corporelle.
4. Prendre du recul par rapport aux pensées dures et jugeantes (défusion cognitive).
5. La place de la pleine conscience dans l'accompagnement des patients.
6. Le Body scan et la gratitude corporelle.
7. Penser le corps comme un ami : la bienveillance corporelle.
8. Les différentes sphères de la bienveillance corporelle.
9. Activer des comportements bons pour soi.

10. Entraîner l'attention à regarder le positif.

11. Sortir des jugements sur son corps.

TARIF

49,99 €

NATURE DU MODULE PÉDAGOGIQUE

Les modules d'apprentissage en ligne proposés ne constituent pas, à eux seuls, des actions de formation et ne donnent pas droit à un certificat de formation. Ils peuvent être achetés indépendamment, à des fins de perfectionnement ou d'autoformation.

ATTESTATION DE SUIVI

Pour les apprenants le désirant, une attestation de suivi de l'action pédagogique sera remise à l'issue du module, sous condition que l'apprenant ait réalisé la formation dans son intégralité. Une demande devra être faite par l'apprenant pour l'obtenir.

ASSISTANCE TECHNIQUE ET PÉDAGOGIQUE

En cas de difficultés techniques ou pédagogiques, l'apprenant peut contacter Florian Saffer par e-mail : dietetiquecomportementale@gmail.com.

Une réponse sera apportée sous 72 heures (hors week-end et jours fériés).