

La vie quotidienne de l'enfant :

Le sommeil et ses troubles

| | | |
|------------------------|--|-------------------------|
| Lieu | Public et prérequis | Durée conseillée |
| Locaux du bénéficiaire | Formation accessible aux professionnels de l'enfance | 1 JOUR (6 heures) |
| | Evaluation | Effectif |
| | Auto-évaluation des acquis de la formation | 6-15 / groupe |

Objectifs

- ✓ Mieux connaître le sommeil de l'enfant, les différentes étapes.
- ✓ Pouvoir identifier les difficultés.
- ✓ Comprendre les mécanismes à l'origine des troubles

Contenu indicatif

- Le sommeil : les différentes étapes, de l'endormissement au sommeil paradoxal.
- Sommeil et vie affective et relationnelle
- Les rituels du coucher
- Les difficultés de l'endormissement
- Les réveils nocturnes : cauchemars, insomnies ...

Méthodes

- Alternance d'apports théoriques, d'échanges de pratiques et d'expériences cliniques
- Remise de supports et bibliographie à l'issue

Toutes nos propositions de formation peuvent être adaptées aux besoins et attentes de nos clients