

TM Empowered

La prise en charge des douleurs musculosquelettiques constitue un enjeu majeur de santé publique en raison de leur forte prévalence, de leur impact fonctionnel et de leur coût socio-économique. Ces douleurs, souvent persistantes, s'inscrivent dans des mécanismes complexes impliquant des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

Dans ce contexte, les recommandations actuelles encouragent une évolution des pratiques vers des approches centrées sur la personne, intégrant le modèle biopsychosocial, la promotion de l'activité physique, l'éducation thérapeutique et le renforcement de l'autonomie. Cette évolution implique un changement de posture des professionnel·les de santé, passant d'une approche principalement centrée sur les structures et les techniques passives à une prise en charge active, collaborative et individualisée.

Cependant, de nombreux professionnel·les expriment des difficultés à intégrer concrètement ces recommandations dans leur pratique quotidienne. Les enjeux concernent notamment le développement du raisonnement clinique biopsychosocial, la conduite d'entretiens thérapeutiques adaptés, l'identification des facteurs de maintien de la douleur, ainsi que la mise en œuvre de stratégies favorisant l'engagement du patient dans une prise en charge active.

Dans ce cadre, cette action de formation vise à accompagner les professionnel·les dans l'évolution de leurs pratiques en leur proposant des outils concrets et applicables, articulant raisonnement clinique, communication thérapeutique, analyse fonctionnelle du mouvement et stratégies d'éducation et d'autonomisation du patient. Elle s'inscrit dans une démarche d'amélioration des pratiques professionnelles, en cohérence avec les recommandations actuelles, afin de favoriser des prises en charge plus efficaces, personnalisées et centrées sur les besoins des patient·es.

Durée: 15.00 heures (2.00 jours)

Profils des stagiaires

- Kinésithérapeutes
- Ostéopathes

Prérequis

- La formation est ouverte à toute personne répondant aux critères exposés ci-dessus, sans autre prérequis spécifique. Un justificatif professionnel est obligatoire pour valider l'inscription : copie du diplôme, copie de carte professionnelle, preuve d'inscription au tableau de l'Ordre, preuve d'enregistrement au répertoire ADELI, ou feuille de soins barrée.

Délai d'accès

1 semaine

Programme mis à jour le : 26/03/2026

Objectifs pédagogiques

- Analyser une situation clinique selon le modèle biopsychosocial, afin d'identifier les facteurs biologiques, psychologiques et sociaux impliqués dans le maintien des symptômes et d'orienter la stratégie thérapeutique.

- Conduire un entretien thérapeutique structuré, en mobilisant des techniques de communication adaptées (questions ouvertes, reformulation, écoute active, rassurement cognitif), afin d'explorer les attentes, croyances et freins du patient et de renforcer l'alliance thérapeutique.
- Réaliser un examen clinique fonctionnel orienté mouvement, permettant d'identifier les comportements, stratégies motrices et facteurs contextuels influençant la douleur.
- Mettre en œuvre une démarche d'éducation thérapeutique, intégrant explications, expériences corporelles et stratégies de modulation symptomatique, afin d'améliorer la compréhension de la douleur et de favoriser l'auto-efficacité du patient.
- Co-construire une prise en charge active individualisée, incluant exercice, exposition graduée, conseils et stratégies d'auto-gestion, dans le but d'améliorer l'adhésion et l'autonomie fonctionnelle.
- Intégrer la narration clinique et la thérapie manuelle dans la prise en charge, comme outils de modulation et de rassurement, afin de faciliter l'engagement du patient et de soutenir la transition vers une thérapie active.

Contenu de la formation

- Présentation
 - Remplissage du questionnaire de compétence
 - Auto-quizz et débrief du pré-learning
 - Comment cela va se dérouler
- Débriefing Consultation Magistrale par le remplissage de la fiche clinique
 - Révision du cadre multidimensionnel de compréhension clinique
 - Radar clinique et phénotypage
- Ateliers d'entretien semi-structuré et de communication thérapeutique
 - Facteur de maintien contextuels, cognitif, émotionnels...
 - Représentation individuelle
 - Raisonnement clinique Bayésien
- Raisonnement clinique autour d'une consultation filmée : « Reasonner étape par étape »
 - Anamnèse – repérer les facteurs de maintien
 - Examen clinique
 - Modulation de symptômes
 - Stratégies thérapeutiques adaptées
 - Narration
- Comment repérer les facteurs de maintien comportementaux au cours de l'examen clinique
 - Analyse du contrôle moteur et de la proprioception et des interfaces nociceptives par quadrant : coping d'évitement/protection, coping d'endurance/redéclencheur...
 - Corrélation ou absence de corrélation avec le comportement mécanique de la douleur (Posture assise, debout, se pencher, soulever de charge, attraper, tourner...)
- Comment Utiliser la modulation de symptômes et la narration - Session pratique : Mise en situation réelle
 - Etablir un diagnostic avec recherche de réversibilité des symptômes en fonction de l'analyse du contrôle moteur et des interfaces mécaniques
 - Etablir un diagnostic avec recherche de réversibilité des symptômes en fonction de l'analyse du contrôle moteur et des interfaces mécaniques
 - Fournir une gestion ciblant l'activité physique (programme d'exercice sous maximal individualisé comprenant renforcement, endurance, flexibilité et coordination)
- Stratégies Thérapeutiques

SHAKE UP

28 avenue Alfred BORRIGLIONE

06100 NICE

contact@shake-up.org



- Principe de thérapie narrative (S.C.O.R.E.) adaptée aux mécanismes neurophysiologiques impliqués
- Gestion cognitive et fonctionnelle pour amplifier les critères d'observance à la thérapeutique active
- Gestion totale (thérapie manuelle, posture, ergonomie, conseils...) : co-construction du programme thérapeutique avec le patient

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

DO Ostéopathe au CEESO en 2003, titulaire d'un DU d'anatomie clinique, auteur de nombreux articles scientifiques et infographies, Laurent FABRE vous transmettra son expertise en thérapie manuelle appliqué au système nerveux périphérique et à toutes les douleurs irradiantes. Son parcours l'a conduit à se former auprès nombres de références internationales telles que O'Sullivan, Anina Schmidt, Butler, Moseley, Moulaert, Laslett, Greg Lehmann, Ben Cormak etc. Sa pédagogie d'enseignement et son expérience de clinicien en font aujourd'hui une formation de référence en TM et neuroscience.

Anaïs ROT assiste Laurent FABRE dans son enseignement depuis 2019. Diplômée en Ostéopathe au CEESO en 2009, elle a approfondit ses connaissances dans la gestion des douleurs musculo-squelettiques avec les nombreuses formations auprès de cliniciens et chercheurs de référence.

Guillaume Molinier est ostéopathe DO, diplômé de l'École d'Ostéopathe de Paris (EO) en 2016 et titulaire d'un D.U. en ostéopathe du sport (Université d'Avignon et des Pays de Vaucluse en 2017). Guillaume possède également un D.I.U. « Clinique et psychopathologie de la douleur » (Université de Lille en 2022). Exerçant à son propre cabinet, Guillaume pratique l'approche biopsychosociale, privilégiant une prise en charge globale qui tient compte de l'ensemble des facteurs des patients.e.s., veillant à intégrer les données probantes à sa pratique clinique.

Il enseigne depuis 2021 la thérapie manuelle au CEESO Paris et dispense des cours au Conservatoire Supérieur de l'Ostéopathe (CSO Nanterre) sur l'approche biopsychosociale de la douleur et la communication thérapeutique.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Questionnaire d'autoévaluation des compétences rempli à J0 J1 J2
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation

SHAKE UP

28 avenue Alfred BORRIGLIONE

06100 NICE

contact@shake-up.org





TM empowered La thérapie manuelle repensée

Durée : 2 jours / 15h

Intervenants :

Laurent FABRE, Anaïs ROT, Guillaume MOLINIER, Rémy OLIER

PROGRAMME

*Les horaires ci-dessous sont donnés à titre indicatif.
Les durées exactes de chaque séquence sont susceptibles d'être adaptées
selon les attentes et les besoins du groupe de participants, sans modification de la durée totale du programme.
L'heure de début de formation (1er jour) sera confirmé sur la convocation.*

| | Jour 1 | |
|---------------|---|--|
| 8h30 – 9h00 | Présentations et introduction | Cours magistral |
| 9h00 – 9h20 | Retour sur le pré-learning | Tour de table, échanges |
| 9h20 – 10h00 | Consultation magistrale débriefée | Tour de table, échanges |
| 10h00 – 10h15 | Pause | |
| 10h15 – 11h15 | Communication thérapeutique : cas clinique n°1 | Analyse de cas clinique |
| 11h15 – 12h30 | Communication thérapeutique : cas clinique n°2 | Analyse de cas clinique |
| 12h30 – 13h30 | Pause déjeuner | |
| 13h30 – 13h45 | Analyse de pratique : analyser une situation clinique de douleur musculo-squelettique selon le modèle bio-psycho-social | Cours magistral + Démonstration pratique |
| 13h45 – 14h30 | Analyse de pratique : réaliser un examen clinique centré sur l'observation du mouvement, du contrôle moteur et des comportements fonctionnels | Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 14h30 – 15h15 | Analyse de pratique : adopter une démarche d'éducation thérapeutique incluant des explications, des expériences corporelles guidées et des stratégies de modulation symptomatique | Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 15h15 – 15h30 | Pause | |
| 15h30 – 17h00 | Analyse de pratique : co-construire avec le patient un programme thérapeutique individualisé intégrant exercice, exposition graduée, conseils et auto-gestion | Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 17h00 – 17h30 | Conclusion de la première journée | Tour de table, échanges |
| | Sous-total (sans les pauses) : 7h30 | |

| Jour 2 | | |
|---------------|---|--|
| 8h30 – 8h45 | Récapitulatif de la première journée | Tour de table, échanges |
| 8h45 – 9h00 | Enaction, modulation et narration : donner du sens aux symptômes du patient | Cours magistral |
| 9h00 – 10h15 | Enaction, modulation et narration : adapter une démarche d'éducation thérapeutique incluant des explications, des expériences corporelles guidées et des stratégies de modulation symptomatique Analyse du contrôle moteur : quadrant inférieur, quadrant supérieur | Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 10h15 – 10h30 | Pause | |
| 10h30 – 11h30 | Enaction, modulation et narration : adapter une démarche d'éducation thérapeutique incluant des explications, des expériences corporelles guidées et des stratégies de modulation symptomatique Corrélation ou absence de corrélation avec le comportement mécanique de la douleur | Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 11h30 – 12h30 | Enaction, modulation et narration : synthèse pratique | Cours magistral + Démonstration pratique + Travail en binôme |
| 12h30 – 13h30 | Pause déjeuner | |
| 13h30 – 15h30 | Co-construire avec le patient un programme thérapeutique individualisé intégrant exercice, exposition graduée, conseils et auto-gestion | Cas cliniques |
| 15h30 – 16h00 | Pause | |
| 16h00 – 17h00 | Co-construire avec le patient un programme thérapeutique individualisé intégrant exercice, exposition graduée, conseils et auto-gestion | Cas cliniques |
| 17h00 – 17h30 | Conclusion | Tour de table, échanges |
| | Sous-total (sans les pauses) : 8h30 | |
| | TOTAL : 16h | |