PHYSIO FORMATION

Programme de Formation

Pain Unstuck : A fresh perspective on pain and exercise

Organisation

Durée : 16 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Masseur Kinésithérapeute, Médecins

Physiotherapists, Doctor

Objectifs pédagogiques

With this course, you will:

- Viewing pain through a predictive processing lens
- Understating the evidence for exercise as a treatment for persisting pain
- Recognising the importance of structural pathology and screening for increased risk of serious pathology
- Retraining the sensorimotor system through sensory precision training, implicit and explicit pre-motor training, and feedback-enriched and goal oriented movement.
- Extending your subjective examination to incorporate the person and their wider world
- Experimenting with movement as a form of learning
- Planning a comprehensive exercise rehabilitation programme for persons with persisting pain
- Align existing treatments (e.g. manual therapy, taping, etc) with this predictive processing perspective of pain

Avec ce cours vous allez :

- Voir la douleur à travers le prisme de l'inférence active
- Comprendre les preuves de l'exercice comme traitement de la douleur persistante
- Reconnaître l'importance de la pathologie structurelle et le dépistage du risque accru de pathologie grave
- Recycler le système sensorimoteur grâce à un entraînement de précision sensorielle, un entraînement pré-moteur implicite et explicite et des mouvements enrichis en feedback et orientés vers un objectif.
- Étendre votre examen subjectif pour intégrer la personne et son monde au sens large
- Expérimenter le mouvement comme forme d'apprentissage
- Planification d'un programme complet de rééducation par l'exercice pour les personnes souffrant de douleur persistante
- Aligner les traitements existants (par exemple, thérapie manuelle, taping, etc.) avec cette perspective d'inférence active de la douleur

Description

This course is not a "pain education" or communication skills course. Pain Unstuck offers a fresh and practical perspective on pain and exercise rehabilitation through the lens of Active Inference. Active Inference

challenges traditional models of how the nervous system functions and offers a compelling framework to guide clinical reasoning and intervention. Rather than viewing pain solely as a sensory signal or a psychological construct, this two-day course helps participants understand that pain emerges somewhere in between—from the dynamic interaction between sensory inputs and unconscious predictions. The course includes:
- The identification and exclusion of red flags
- Appropriate medical (medication) management and referral indications
- The safe use of exercise as a therapeutic tool for patients with persistent pain.

Through real-life case studies, participants will learn how to help patients:
- Understand that it's safe to move,
- Feel that it's safe to move, Experience safe movement,
- And regain confidence through repeated exposure to meaningful activity.

This course provides a supportive, reflective space for clinicians to explore the challenges of working with people in pain. Participants will discover contemporary, evidence-informed strategies to integrate exercise safely and meaningfully, with a strong emphasis on patient engagement. Together, we'll navigate the evidence, embrace uncertainty, and share clinical insights in a judgement-free environment. This course with a refreshed perspective on pain and practical tools to enhance your clinical practice.

Cette formation n'est pas uniquement de l'éducation à la douleur, ou que de la communication.

Cette formation vous donne des outils pratiques de prise en charge pour des patients avec des douleurs chroniques :

- Algorithme et prise de décision,
- Choix d'exercices,
- Techniques d'auto-motivation par les exercices,
- Stratégies d'exercices pour la kinésiophobie,
- Techniques pour shunter la douleur et stimuler les efférences descendantes.

Cette formation donne un tout autre regarde sur la douleur et la rééducation par l'exercice à travers le prisme de l'inférence active. L'inférence active bouleverse notre compréhension du fonctionnement du système nerveux et fournit un cadre explicatif potentiel pour guider votre pratique clinique.

À l'aide d'études de cas de patients réels, les participants apprendront comment aider leurs patients à comprendre qu'il est sécuritaire de bouger, à sentir qu'il est sécuritaire de bouger, à expérimenter des mouvements sécuritaires et à bouger à plusieurs reprises en toute confiance.

Ce cours offre des sessions pratiques ouvertes qui permettent également aux participants de discuter de leurs difficultés avec leurs patients avec des douleurs chroniques.

Que vous soyez un nouveau diplômé ou un clinicien plus expérimenté, vous repartirez de ce cours avec une nouvelle perspective sur la douleur et des compétences clés à mettre en œuvre dans votre pratique.

PHYSIO FORMATION

Modalités pédagogiques

1. Affirmative Methodsa. Expository (lecture, lecture)b. Demonstrative (combining explanation and demonstration)2. Interrogative Methods (e.g., Q&A session with the expert)3. Active or Experiential Methods (e.g., clinical case analysis, real-life case, role-playing)

1.Méthodes affirmatives

a.Expositives (cours magistral, conférence)

b.Démonstrative (associant explication et démonstration)

2.Méthodes interrogatives (ex: session de questions-réponses avec l'expert)

3.Méthodes actives ou expérientielles (ex: analyse de cas clinique, cas réel, jeu de rôle)

Moyens et supports pédagogiques

Course taught in english, live translated in french

Support de cours traduits en Français

Cours en anglais traduit en direct par un kinésithérapeute français