



Programme de formation

Module 1 2 jours

Positionnement, éthique, valeurs de la doula

Présentations des stagiaires et des formatrices
Philosophie de l'Institut, lien avec l'association Doulas de France
Contexte juridique
Éthique, valeurs, qualités d'une doula
Bienfaits de l'accompagnement à la naissance
Limites personnelles et professionnelles
Débriefing, cadre dans l'exercice
Création d'un réseau de soutien
Travail en collaboration avec les professionnels de santé.

Module 2 2x2 jours

Relation d'aide

Présentation du projet de fin de formation
Découverte de l'aide centrée sur la personne : les techniques de communication, la relation d'aide, l'écoute
Travail dans le cadre de la transmission de femme à femme, de parent à parent
Retour sur les techniques de communication
Mécanismes de la relation à l'autre
L'argent dans la relation d'aide, le cadre, les résistances au changement, l'accompagnement des émotions
Prise de conscience, recul sur son propre vécu
Choix du sujet pour le projet de fin de formation

Module 3 3 jours

Le couple, la sexualité, la place du père et de la fratrie

Relation de couple au cours de la grossesse
Place et questions des autres enfants du couple
Relations abusives, violence dans le couple
Différentes composantes de la sexualité
Changements possibles dans le désir sexuel autour de la grossesse
Rapport à son image et à l'autre
Féminité et maternité
Transformation du couple en couple parental
Rôle de chacun au sein de la famille
Notion sur les différentes méthodes de contraception
Place des autres enfants

Module 4 1 jour

Le projet de naissance

Histoire de la naissance : l'expérience de la maternité de nos aïeules
Naître en France aujourd'hui : découvrir ce qui existe aujourd'hui, ce qui se fait ailleurs
Connaissance des différents types de suivis médicaux de la grossesse
Place de la doula en France
Coopération et partage avec l'équipe médicale Limites dans l'exercice de la doula
Élaboration et présentation du projet de naissance
Notions sur les gestes obstétricaux couramment pratiqués en France

Module 5 3 jours

Découverte du corps de la femme

Comprendre l'univers médical, son fonctionnement, le respecter
Vie émotionnelle, affective de la femme enceinte, de son compagnon
Besoin de la femme enceinte
Enjeux familiaux durant la grossesse et l'accouchement
Accompagner les petits désagréments de la grossesse
Accompagner et soutenir les femmes dont la grossesse présente des complications
Connaissance du corps de la femme enceinte, accompagner sa transformation
Savoir diriger la femme vers les professionnels de santé pour les questions d'ordre médical

Module 6 3 jours

La naissance

Différences entre accoucher à la maison et en structure (privé ou publique)
Toucher de confort durant la grossesse et l'accouchement
Comprendre les interventions médicales afin de mieux accompagner les parents
Comportement de la femme qui accouche dans la physiologie et avec une péridurale
Besoins de la femme, du père et du nouveau né pendant l'accouchement
Trio papa-maman-doula, mesures de confort pendant l'accouchement
Soutenir la mère, aider le père à trouver sa place Créer un climat rassurant
Accueil du bébé
Rituels et naissance dans le monde.



Module 7 **3 jours**
Le Postnatal

Émotions, questionnements par lesquelles la nouvelle maman peut passer
Encourager la mère, le père à faire confiance en leurs compétences
Six premières semaines d'un enfant
Besoins spécifiques et compétences du nouveau-né
Maternage distal ou proximal
Concept de "l'attachement dit sécure"
Lien et processus d'attachement, concept de continuité dans la relation parents-bébé
Place de la doula dans la relation triangulaire maman- papa- bébé
Organisation matérielle des premières semaines Prématurité, séparation du bébé de ses parents, retour à la maison

Module 10 **2 jours**
Les accompagnements différents

Accompagner la femme, le couple pour une IVG, une IMG
Accompagner les parents «différents» ou qui présentent un handicap
Arrivée d'un enfant «différent» ou qui présente un handicap
La mort dans la naissance : perdre un enfant ou sa compagne
Associations de soutien

Module 8 **3 jours**
L'allaitement

Comment nourrir son enfant ?
Allaitement au sein ou au lait artificiel : avantages et désavantages
Ouverture et tolérance
Soutenir une femme qui choisit d'allaiter, d'arrêter d'allaiter
Possibles problématiques de l'allaitement
Soutenir la femme et son entourage si l'allaitement est difficile
Soutenir une femme qui choisit le lait artificiel

Module 11 **2 jours**
S'installer

Définir sa façon d'être doula, sa charte
La gestion de l'accompagnement de ses clients Le sac de la doula
Définir son projet professionnel
Développer son activité, en vivre... se spécialiser Créer son réseau de soutien
Collaborer avec l'univers médical, les PMI...

Module 9 **2 jours**
Les difficultés maternelles

Accompagner la mère, le couple après une césarienne ou un accouchement traumatique
Présentation des différentes difficultés : comment les reconnaître et en parler avec la femme, avec sa famille
Orienter la femme vers les professionnels quand la difficulté se transforme en état dépressif
Associations de soutien
Signes avant coureurs et prévention de la maltraitance

Module de fin d'étude **2 jours**

Présentation des projets effectués
Autoévaluations, comptes rendus des évaluations continues
Débriefing individuel, retour sur la formation, point sur les acquis et les manques ou besoins éventuels
Remise des «Certificat de doula de l'Institut de Formation Doulas de France»

+ 8 heures d'accompagnement individualisé