

RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner

Version mise à jour 17 février 2026

Une formation pour accompagner la périnatalité avec conscience, éthique et humanité

Objectif global de la formation

Former des accompagnantes compétentes, sensibles et engagées, capables d'accompagner les femmes et les familles de façon respectueuse, informée et sécurisante, tout au long du parcours périnatal, dans le respect des limites de leur posture non médicale.

Activités types et compétences développées tout au long de la formation

- Accueillir la parole, écouter sans juger et accompagner les récits sensibles
- Créer une relation d'accompagnement sécurisante et non directrice
- S'adapter aux contextes variés (PMA, deuil, parentalité solo, multiculturalité...)
- Animer des espaces de parole, de transmission et de soutien émotionnel
- Connaître les ressources locales et orienter en cas de besoin
- Définir et respecter sa posture et ses limites professionnelles
- Se protéger émotionnellement (auto-soin, supervision, réseau)
- Concevoir un projet professionnel aligné et éthique

Référentiel par module

Module 1 – Éthique, posture et cadre du métier (10h)

- Définir l'identité professionnelle de la doula et son champ d'action
- Intégrer les principes de déontologie, de confidentialité et les limites légales du métier
- Maîtriser les spécificités de l'accompagnement au domicile des familles

Module 2 – Relation d'aide et dynamique familiale (14h)

- Développer l'écoute active et les outils de Communication Non-Violente (CNV)
- Comprendre et soutenir les transformations du couple et la place du co-parent
- Savoir construire et tenir un espace de parole sécurisant

Module 3 – Vie intime & santé gynécologique (24h)

- Comprendre la physiologie du cycle menstruel et de la fertilité
- Aborder la sexualité et la santé féminine avec une approche globale et préventive

Module 4 – Physiologie et suivi de la grossesse (24h)

- Connaître l'anatomie et la physiologie de la gestation
- Proposer un soutien physique et émotionnel adapté

Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner - 11 Place de la Bielle, 64260 Rébénacq - <https://www.coeurdedoula.fr/>
EURL L'instant de grâce au capital de 100€ - En cours de liquidation - RCS Pau - SIRET 944717909

RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCES

Cœur de Doula : L'Art d'Accompagner

- Savoir communiquer avec fluidité avec les professionnels de santé

Module 5 – Accompagnement de la naissance (26h)

- Soutenir le processus physiologique de l'enfantement et le vortex de la naissance
- Transmettre des outils de gestion de la douleur et d'autonomie (Projet de naissance)
- Accompagner physiquement la naissance (postures, Rebozo)

Module 6 – Post-partum : récupération et santé maternelle (18h)

- Accompagner la récupération physique et émotionnelle de la mère (Mois d'Or)
- Pratiquer le serrage (Bengkung) et informer sur l'alimentation spécifique
- Savoir identifier les signes de vulnérabilité (dépression post-partum)

Module 7 – Soins, rythmes et alimentation du nouveau-né (12h)

- Soutenir l'allaitement et les choix d'alimentation du nourrisson
- Transmettre les bases du portage physiologique et des soins au nouveau-né
- Favoriser le lien d'attachement et le soutien à la parentalité

Module 8 – Parcours spécifiques : de l'AMP au deuil périnatal (9h)

- Adapter sa posture aux parcours d'AMP, aux grossesses à risque et aux césariennes
- Offrir un soutien juste et humain lors d'un deuil périnatal

Module 9 – Soutien Symbolique : Cercles et Passages (13h)

- Concevoir et animer des cercles de parole et des célébrations (Mama's Blessing)
- Créer des rituels de passage pour honorer les transitions de la vie

Module 10 – S'installer et Pérenniser sa Pratique (40h)

- Structurer son activité (statuts, démarches) et définir son positionnement
- Développer son réseau professionnel et intégrer le "Doula Care" pour prévenir l'épuisement

Module 11 – Violences, Traumatismes et Contextes Sociaux (40h)

- Repérer les violences (conjugales, obstétricales) et orienter vers les structures ressources
- Comprendre les mécanismes du psycho-trauma pour ajuster son accompagnement

Module 12 – Parcours d'Intégration et Professionnalisation (40h)

- Valider ses compétences par la pratique terrain (stage) et le mentorat individuel
- Intégrer une démarche réflexive via le coaching collectif et l'analyse de pratique