Programme de Formation

La relaxation aquatique par le portage et les mobilisations psychocorporelles

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, social et éducatif

Objectifs pédagogiques

Utiliser l'eau chaude en balnéothérapie comme vecteur de relation, de relaxation et de mobilisations corporelles et émotionnelles.

Utiliser les bases du « portage », du bercement et du massage par des techniques corporelles aquatique.

Description

L'eau, formidable médiateur éducatif et thérapeutique, propose un contenant physique et psychique : elle est porteuse, favorise les liens à l'autre, propose des expérimentations réparatrices et révélatrices. Les techniques de portage, d'étirements doux et de mobilisations dans l'eau renforcent ce caractère soutenant de l'eau.

Cette formation permet de découvrir de nouvelles techniques et d'approfondir ses compétences concernant l'eau comme médiateur psychocorporel.

Développer son alliance avec l'eau :

- Prendre conscience des effets de l'eau chaude sur soi.
- Expérimenter, développer les notions d'ancrage, d'équilibre et d'aisance dans l'eau.
- Expérimenter la relaxation aquatique, porter et être porté.
- Développer son toucher relationnel dans l'eau.

Acquérir les techniques de mise en place de l'activité :

- Développer ses compétences pour passer de la verticalité à l'horizontalité et de l'horizontalité à la verticalité.
- Développer les tes techniques de portage dans l'eau.
- Connaitre et utiliser les aides à la flottaison.
- Développer son habilité corporelle en portage dans l'Eau.
- Apprentissage des changements de positions.
- Développer les propositions de mobilisations selon les pathologies, les positions et notre intention.
- Savoir accueillir les émotions et les ressentis mis en mouvement par la relaxation aquatique.

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Nos méthodes pédagogiques s'articulent selon deux axes :

- Une activité cognitive pour l'acquisition des connaissances théoriques et pratiques, associée à une démarche interactive et participative, elle engage les participants à co-construire avec l'intervenant la dynamique du processus pédagogique.
- Une analyse des pratiques professionnelles : basée sur l'étude de cas et situations cliniques, elle favorise l'intégration des contenus à travers le partage des expériences.

Moyens et supports pédagogiques

Des **ateliers pratiques** : les participants expérimentent différents dispositifs à médiation et la dynamique de groupe. Une démarche expérientielle pour acquérir des techniques, développer des compétences relationnelles, ses propres possibilités d'expression et sa créativité, préciser les spécificités de chaque technique à médiation rencontrée (cf. approche pédagogique basée sur le néo-constructivisme).

Chaque atelier pratique est soumis à l'analyse réflexive. Les professionnels font des liens avec leur pratique pour élaborer un projet : chaque participant évoque avec l'intervenant et le groupe des situations concrètes pour argumenter le choix d'une technique à médiation spécifique selon le projet personnalisé ou le projet thérapeutique de la personne, etc.

Les ateliers pratiques font partie intégrante de l'évaluation en continu : par le formateur, par l'auto-évaluation et le feed-back par le groupe.

Nos **supports pédagogiques** reposent sur des références actualisées (scientifiques, réglementaires, organisationnelles, méthodologiques, etc.).

Modalités d'évaluation et de suivi

Un dispositif adaptable d'évaluation est mis en place en fonction des besoins et demandes spécifiques du client :

- Questionnaire en amont pour cerner les attentes et besoins du/de la stagiaire.
- Évaluation des connaissances au début de la formation.
- Évaluation des acquis en continu : quiz, questionnaires, étude de cas, mises en situation.
- Évaluation des acquis en fin de formation donnant lieu à la délivrance d'un certificat de réalisation.
- Questionnaire individuel de satisfaction.
- Questionnaire « à froid » 3 mois après la formation (dispositif optionnel).