Programme de Formation

Éprouver la dimension psychocorporelle dans toutes les activités corporelles et sportives adaptées

Organisation

Durée : 35 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, social et éducatif amené à utiliser les médiations corporelles et/ou les activités physiques et sportives adaptées

Objectifs pédagogiques

Considérer le corps comme support de soin relationnel avec les patients (enfants, adolescents, adultes) souffrant de troubles psychiques.

S'approprier des méthodes d'observation pour développer une perception plus fine des messages du corps et mieux décoder le langage non verbal.

Ajuster sa posture de soignant dans l'approche et le toucher.

Favoriser détente et prise de conscience des sensations par des techniques de relaxation et des approches somatiques

Permettre de ressentir un sentiment de sécurité et d'accroitre la vitalité

Description

Expérimenter des situations où il est possible de retrouver et d'éprouver l'unité psychocorporelle :

- Les méthodes de prise de conscience du corps et de relaxation.
- Les notions de « Holding et Handling », de setting, d'environnement facilitant (Winnicott)

Acquérir des techniques favorisant la détente et la prise de conscience des sensations :

- Travail corporel autour des dynamiques « d'appuis du corps, d'ancrage et de verticalité à partir de techniques somatiques ».
- Les rapports entre tonus musculaire, fonction imaginaire, impasse relationnelle (Sami Ali).

Développer une perception plus fine des messages du corps et mieux comprendre son langage :

- Mise en évidence du carrefour psychosomatique que sont tonus et respiration.
- Ouverture sur la dimension des étirements et ce qu'ils peuvent mettre en mouvement.
- Le toucher relationnel, la détente gymnique fonctionnelle et d'autres formes de communication (précautions, vigilance, et notion de juste distance).
- Le concept « d'image inconsciente du corps » (F.Dolto), du « Moi peau » (Anzieu)

Établir des liens entre la dimension psychocorporelle, la pratique des activités corporelles et sportives et l'action thérapeutique :

- Notions anthropologiques et ethnologiques (places et représentations du corps à travers époques et cultures).
- Corps et psychose" G.Pankow, P.Racamier

- Le « Moi corporel » de G.Haag

Prérequis

Avoir une pratique corporelle et/ou sportive

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).