Programme de Formation

Mon outil : Éducation somatique

Organisation

Durée : 7 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout professionnel des secteurs sanitaire, médico-social et social

Objectifs pédagogiques

Expérimenter des ateliers pratiques avec analyse réflexive : quel intérêt dans ma pratique professionnelle ?

Identifier le sens des médiations corporelles dans son contexte spécifique.

Acquérir des appuis pour mettre en place des projets.

Évaluer et définir ses besoins en termes de formation.

Description

L'éducation somatique est définie comme l'apprentissage de la conscience du corps en mouvement dans l'espace. Les pratiques somatiques, inspirées par différentes techniques sont intéressantes pour les ateliers de gym douce par exemple, proposent de partir d'une expérience corporelle concrète, d'être à l'écoute de de ses sensations pour reconnaître ce qui est bon pour soi et prendre conscience de ses ressources.

Matin - Explorations autour de l'approche Feldenkrais. Mise en jeu de la structure du corps avec la gravité. Comment gagner en confort et en aisance en développant ses qualités attentionnelles.

Après-midi - Explorations autour du mouvement sensoriel et le système des fascias. Une approche sensible et ludique pour cartographier, imaginer, sentir et toucher ce réseau pour aller dans le mouvement.

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).